

PHẬT-GIÁO NGUYÊN-THỦY  
THERAVĀDA  
PHẬT-LỊCH 2562



NỀN-TẢNG-PHẬT-GIÁO  
QUYỂN IX

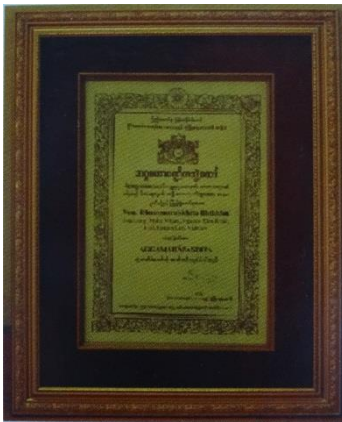
PHÁP-HÀNH THIỀN-ĐỊNH  
(SAMATHABHĀVANĀ)

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

TỶ KHUU HỘ PHÁP  
(DHAMMARAKKHITA BHIKKHU)  
(AGGAMAĪHĀPAṆḌITA)



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO - 2018



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 THIỀN-ĐỊNH**

*Dhammapaṇṇākāra*  
*Món Quà Pháp*



Mục lục

*Thành Kính Tri Ân*

*Tất cả chúng con được biết Phật-giáo Nguyên-thủy Theravāda là nhờ ơn Ngài Sơ 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 Sơ Tổ Hộ-Tông cùng quý Ngài Trưởng-lão với tấm lòng chân thành tôn kính và tri ân sâu sắc của tất cả chúng con.*

PHẬT-GIÁO NGUYÊN-THỦY  
THERAVĀDA  
PHẬT-LỊCH 2562

NỀN-TẢNG-PHẬT-GIÁO  
(MŪLABUDDHASĀSANA)

QUYỂN IX

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

*(Tái bản lần thứ nhất có sửa và bổ sung)*

*TỈ-KHƯU HỘ-PHÁP*  
*(DHAMMARAKKHITA BHIKKHU)*  
*(AGGAMAHĀPAᅇᅇITA)*



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO - 2018

## Lời Nói Đầu

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

Tái bản lần thứ nhất “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 được là đề tài sâu sắc trong Phật-giáo, bản sư đã cố gắng 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 chí 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. 2562 / DL. 2018  
Rừng Núi Viên Không  
xã Tóc Tiên, huyện Tân Thành  
Tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu

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

*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.*

### **Paṇāmagāthā**

*Tilokekagaruṃ Buddhaṃ,  
pāyāsibhayahiṃsakam.  
Āyunopariyosānam,  
gacchāmi saraṇam aham.  
Ādimajjhantakalyānam,  
Buddhassa dhamamosadham.  
Nibbānapariyosānam,  
gacchāmi saraṇam aham.  
Tassa sāvakaṣaṅghaṅca,  
puññakkhettaṃ anuttaram.  
Arahattapriyosānam,  
gacchāmi saraṇam aham.  
Buddham Dhammaṅca Saṅghaṅca,  
abhivandīya sādaram.  
**Mūlabuddhasāsanam** ' ti,  
Ayaṃ gantho mayā kato.*

## **Kệ Đánh 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 màu,  
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 đánh 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** (*Ratanattayaḡuṇa*)

- Ân-Đức Phật-bảo (*Buddhaḡuṇa*).
- Ân-Đức Pháp-bảo (*Dhammaḡuṇa*).
- Ân-Đức Tăng-bảo (*Sammaḡuṇa*).

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

- Quy-y Phật-bảo (*Buddhasarāṇa*).
- Quy-y Pháp-bảo (*Dhammasarāṇa*).
- Quy-y Tăng-bảo (*Sammasarāṇa*).

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

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

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

(*Kamma-kammaphala*)

- Bốn loại nghiệp (*Kamma-catuka*).
- Bất-thiện-nghiệp (*Akusala-kamma*).
- Quả của bất-thiện-nghiệp (*Akusala-vipāka*).
- Thiện-nghiệp (*Kusala-kamma*).
- Quả của thiện-nghiệp (*Kusala-vipāka*).

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

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

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 (Vipassanāthabhāvanā)*

*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 (Saṃgharatana).

## 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 (Saṃghaḡuṇa).

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

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 (Buddhasarāṇa),

- Quy-y Pháp-bảo (Dhammasarāṇa),

- Quy-y Tăng-bảo (Saṃghasarāṇa).

## 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** (tīhetuka-ukkaṭṭhakusalakamma) để cho quả tái-sinh kiếp sau trở thành hạng **người tam-nhân** (tīhetukapuggala).

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

- 30 pháp-hạnh ba-la-mật (Timsapāramī).

\* 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 đánh 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 và 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 đúng 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 chỉ lựa chọn 30 tích tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama tiêu biểu thực-hành 30 pháp-hạnh ba-la-mật mà thôi, được chia ra làm 3 quyển:

\* Trong quyển VI: **Pháp-hạnh ba-la-mật (Pāramī) 1**, trình bày 3 **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 3 bậc, mỗi bậc được lựa chọn 1 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 1 pháp-hạnh trí-tuệ ba-la-mật có 3 bậc, mỗi bậc được lựa chọn 1 tích tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama tiêu biểu thực-hành pháp-hạnh ba-la-mật bậc ấy, cho nên, có 3 tích.

\* Trong quyển VIII: **Pháp-hạnh ba-la-mật (Pāramī) 3**, trình bày 6 pháp-hạnh ba-la-mật là pháp-hạnh tinh-tán 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 1 tích tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama tiêu biểu thực-hành pháp-hạnh ba-la-mật mỗi bậc ấy, cho nên, 6 pháp-hạnh ba-la-mật gồm có 18 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, 4 bậc thiền vô-sắc-giới, 5 phép thần-thông thế gian, tùy theo khả năng của mỗi vị hành-giả.

Nếu hành-giả chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm và 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, sau khi hành-giả chết, chỉ có bậc thiền vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm nào cao cuối cùng, mới có quyền ưu tiên cho quả tái-sinh kiếp sau hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời tương xứng với bậc thiền

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

\* Hành-giả là hạng **người tam-nhân** thực-hành pháp-hành thiền-tuệ, có khả năng dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

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 hoàn thành 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 kasiṇa.
- 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 thiên-định phân tích tứ-đại (catudhātu-vavatthāna).
- 4 đề-mục thiên-định vô-sắc (āruppa).

Trong 40 đề-mục thiên-định, mà mỗi đề-mục thiên-định được giảng giải phương pháp thực-hành từ giai đoạn ban đầu cho đến giai đoạn cuối dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm, tùy theo mỗi đề-mục thiên-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 thiên sắc-giới thiện-tâm và 4 bậc thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (paṭisandhikāla) có **5 bậc thiên sắc-giới quả-tâm** tương xứng gọi là **sắc-giới tái-sinh-tâm** (paṭisandhicitta) làm phạm-sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hoá-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 thiên 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 thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (paṭisandhikāla) có **jīvitānavakakalāpa** nhóm sắc-pháp có sắc-mạng-chủ thứ 9 gọi là **rūpapaṭisandhi** làm phận 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 trong 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 đại-thiện-nghiệp** của kiếp quá-khứ kể từ kiếp thứ 3 trở về trước cho quả tái-sinh kiếp sau xuống **cõi thiện-đục-giới** là cõi người hoặc cõi trời đục-giới.

\* **Vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (paṭisandhikāla) có **4 bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm** tương xứng gọi là **vô-sắc-giới tái-sinh-tâm** (paṭisandhicitta) làm phận-sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hoá-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 sau trong cõi-giới khác tùy theo quả của đại-thiện-nghiệp của vị phạm-thiên ấy.

Hành-giả là hạng **người tam-nhân** (tīhetukapuggala) 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 luẩn quẩn 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 Pāli, Chú-giải Pāli, 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 Mahācuḷālongkornrājavijjālaya tại Bangkok, Thái-lan.

Trong quyển sách “**Pháp-Hành Thiên-Định**” này, bản sư đã cố gắng hết sức mình để sưu tầm, gom nhặt những nguồn tài liệu có liên quan đến pháp-hành thiên-định chỉ được bấy nhiêu thôi!

Tuy bản sư cố gắng hết sức 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 sót, 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 bổn 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 phân 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 Ngài ghi nhận nơi đây lòng chân thành biết ơn sâu sắc của bản sư.

**Quyển IX:** *Pháp-Hành Thiên-Định* tái bản lần thứ nhất 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; các thí-chủ trong nước và ngoài nước có đức-tin trong sạch 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-khưu 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-Nhãn (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 ñātinam 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, cầu 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-mittānañ ceva 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, ngã-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, cầu 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 và Niết-bàn, diệt-đoạn-tuyệt mọi phiền-não trầm-luân, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Nếu mỗi người trong chúng con chưa diệt-đoạn-tuyệt 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, ngã 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 tấn 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 và 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 đánh lễ Đức-Thế-Tôn, hoặc chư Thánh-thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, lắng nghe chánh-pháp, cố gắng tinh-tấn 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 và 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, cầu 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 cầu mong sớm thành tựu quả-báu chứng ngộ Niết-bàn (Nibbānasampatti) mà thôi, để mong giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.*

*Īcchitaṃ patthitaṃ ahaṃ,  
khippameva samijjhatu.*

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

*PL. 2562/ DL. 2018  
Rừng Núi Viên Không  
Xã Tóc Tiên, Huyện Tân Thành  
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

* <b>Định nghĩa bhāvanā</b> .....	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 .....	8
- Đức-Bồ-Tát thọ nhận cơm sữa của nàng Sujatā.....	12
- Ngồi bồ đoàn toàn thắng Ác-ma-thiên .....	15
- Đức-Bồ-Tát Siddhattha chứng đắc tam-minh .....	18
1- Tiền-kiếp-minh .....	18
2- Thiên-nhãn-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.....	24
- 5 pháp-chương-ngai.....	25
- 5 chi-thiền chế ngự được 5 pháp-chương-ngai.....	26
- Samatha có 2 loại .....	29
* <b>Pháp-hành thiền-định có 2 phần</b> .....	30
I- Đối-tượng thiền-định.....	30
1- 10 Đề-mục thiền-định hình tròn Kasīna .....	30
2- 10 Đề-mục thiền-định tứ-thi (Asubha).....	31
3- 10 Đề-mục thiền-định niệm-niệm (Anussati).....	31
4- Đề-mục thiền-định tứ 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.....	34
<b>* Giảng giải 40 đề-mục thiền-định .....</b>	<b>36</b>
<b>1- 10 Đề-mục thiền-định hình tròn Kasiṇa .....</b>	<b>36</b>
1.1- Đề-mục thiền-định hình tròn đất .....	36
- Tiền kiếp chứng đắc thiền sắc-giới .....	37
- Cách làm đề-mục thiền-định hình tròn đất.....	39
- Đặt đề-mục thiền-định hình tròn đất .....	40
- Pháp hỗ trợ pháp-hành thiền .....	40
- Phương pháp thực-hành đề-mục thiền-định đất .....	41
- Thực-hành đề-mục thiền-định hình tròn đất .....	41
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm .....	42
- Đối-tượng Uggahanimitta biến mất trong tâm .....	43
- Sự khác nhau của Parikammanimitta với Uggahanimitta.....	43
- Đối-tượng Paṭibhāganimitta phát sinh trong tâm .....	44
- Sự khác nhau của Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta .....	44
- Nīvaraṇa: 5 pháp-chướng-ngại.....	46
- Đối-tượng Paṭibhāganimitta có 2 giai đoạn.....	46
- Pathavīpaṭibhāganimitta biến mất .....	48
- Cách giữ gìn Paṭibhāganimitta .....	48
- 7 điều bất lợi, 7 điều thuận lợi.....	49
- Appanākosala có 10 pháp .....	55
- Khai triển đối-tượng Paṭibhāganimitta.....	56
- Pathamajjhānakusalacitta đầu tiên phát sinh.....	57
- Lộ-trình-thiền-tâm đầu tiên .....	57
- Đồ biểu đệ nhất thiền sắc-giới lộ-trình-tâm đầu tiên...57	
- 5 chi-thiền chế ngự 5 pháp-chướng-ngại.....	59
- Hành-giả tự biết chứng đắc bậc thiền.....	60
- Sắc-giới thiện-nghiệp .....	61

- Thực tập đệ nhất thiên sắc-giới có năng lực.....	61
- Vasībhāva có 5 pháp .....	62
- Thực-hành chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới .....	65
- Chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới thiện-tâm.....	67
- Chứng đắc đệ tam thiên sắc-giới thiện-tâm.....	68
- Chứng đắc đệ tứ thiên sắc-giới thiện-tâm .....	69
- Chứng đắc đệ ngũ thiên sắc-giới thiện-tâm.....	70
- 5 bậc thiên sắc-giới.....	71
- 4 bậc thiên sắc-giới.....	71
1.2- Đề-mục thiên-định nước.....	72
- Tiền kiếp chứng đắc thiên sắc-giới .....	73
- Cách làm đề-mục thiên-định nước .....	74
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm .....	75
- Sự khác nhau Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta... ..	76
1.3- Đề-mục thiên-định lửa .....	77
- Tiền kiếp chứng đắc thiên sắc-giới .....	77
- Cách làm đề-mục thiên-định lửa .....	79
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	80
- Sự khác nhau Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta... ..	81
1.4- Đề-mục thiên-định gió.....	81
- Không làm đề-mục thiên-định gió .....	82
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	83
- Sự khác nhau Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta... ..	84
- 3 loại Nimitta của đề-mục thiên-định gió.....	84
1.5- Đề-mục thiên-định màu xanh .....	86
- Tiền kiếp chứng đắc thiên sắc-giới .....	86
- Cách làm đề-mục thiên-định màu xanh.....	88
- Đặt đề-mục thiên-định màu xanh .....	88
- Thực-hành đề-mục thiên-định màu xanh .....	88
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	89
1.6- Đề-mục thiên-định màu vàng .....	91
- Đặt đề-mục thiên-định màu vàng .....	92
- Thực-hành đề-mục thiên-định màu vàng .....	93
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	93
1.7- Đề-mục thiên-định màu đỏ.....	94

- Đặt đề-mục thiền-định màu đỏ.....	96
- Thực-hành đề-mục thiền-định màu đỏ.....	96
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	97
1.8- Đề-mục thiền-định màu trắng.....	98
- Đặt đề-mục thiền-định màu trắng.....	99
- Thực-hành đề-mục thiền-định màu trắng.....	100
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm....	101
1.9- Đề-mục thiền-định hư-không.....	102
- Tiền kiếp chứng đắc thiền sắc-giới.....	102
- Cách làm đề-mục thiền-định hư-không.....	104
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm....	105
- Sự khác nhau của 3 loại Nimitta.....	105
1.10- Đề-mục thiền-định ánh sáng.....	106
- Tiền kiếp chứng đắc thiền sắc-giới.....	106
- Cách làm đề-mục thiền-định ánh-sáng.....	108
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm....	109
- Tính chất đặc biệt 10 đề-mục thiền-định Kasina....	110
- Đề-mục thiền-định dễ chứng đắc bậc thiền.....	111
<b>2- 10 đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh.....</b>	<b>113</b>
2.1- Đề-mục thiền-định tử-thi Uddhumātaka.....	114
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Uddhumātaka ..	115
2.2- Đề-mục thiền-định tử-thi Vinīlaka.....	117
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vinīlaka.....	118
2.3- Đề-mục thiền-định tử-thi Vipubbaka.....	119
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vipubbaka.....	120
2.4- Đề-mục thiền-định tử-thi Vicchiddaka.....	121
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vicchiddaka....	122
2.5- Đề-mục thiền-định tử-thi Vikkhāyitaka.....	123
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vikkhāyitaka ...	124
2.6- Đề-mục thiền-định tử-thi Vikkhittaka.....	125
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vikkhittaka.....	127
2.7- Đề-mục thiền-định tử-thi Hatavikkhittaka.....	127
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Hatavikkhittaka.	129
2.8- Đề-mục thiền-định tử-thi Lohitaka.....	130

- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Lohitaka.....	131
2.9- Đề-mục thiên-định tử-thi Puluvaka.....	132
- Ba loại nimitta của đề-mục tử-thi Puluvaka.....	133
2.10- Đề-mục thiên-định tử-thi Atthika.....	134
- Ba loại nimitta của đề-mục tử-thi Atthika.....	135
- Tính-chất của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh ..	136
- Tiền kiếp chứng đắc thiên sắc-giới.....	136
- Xem xét tử-thi bất-tịnh .....	139
- Uggahanimitta có hại đối với người hay sợ.....	139
- Đề-mục tử-thi bất tịnh với đối tượng Uggahanimitta	141
- Nhận xét về đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh .....	143
- Đề-mục tử-thi bất tịnh có 2 pháp-hành .....	144
<b>3- 10 đề-mục thiên-định niệm-niệm .....</b>	<b>144</b>
3.1- Buddhānussati: Đề-mục thiên-định	
niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật .....	145
- Ý nghĩa 9 ân-Đức-Phật .....	145
3.1.1- Ân-Đức-Phật Araham.....	147
- Araham có 5 ý nghĩa.....	148
- Phiền-não có 10 loại .....	149
- Tính chất của phiền-não có 3 loại.....	151
- Phiền-não tính rộng có 1.500 loại.....	152
- Tham-ái có 3 loại .....	153
- Đối tượng của tham-ái có 6 loại .....	153
- Vòng tam luân .....	157
1- Phiền-não-luân tạo nghiệp-luân.....	158
2- Nghiệp-luân cho quả-luân .....	159
3- Quả-luân sinh phiền-não-luân .....	162
3.1.2- Ân-Đức-Phật Sammāsambuddho .....	163
- Chân-lý tứ Thánh-đế.....	164
- Ñeyyadhamma .....	166
3.1.3- Ân-Đức-Phật Vijjācaranasampanno .....	166
- Tam-minh .....	167
- Bát-minh .....	168
- 15 đức-hạnh cao-thượng.....	169
3.1.4- Ân-Đức-Phật Sugato .....	170

- Sugato có 4 ý nghĩa .....	170
3.1.5- Ân-Đức-Phật Lokavidū .....	174
1- Thế nào gọi là tổng các loài chúng-sinh? .....	174
2- Thế nào gọi là tổng các cõi chúng-sinh? .....	176
3- Thế nào gọi là tổng các pháp-hành? .....	180
3.1.6- Ân Đức-Phật Anuttaro Purisadammasārathi... ..	181
- Giáo hóa người ác trở thành bậc thánh-nhân.....	181
- Giáo hóa dạ-xoa ác trở thành bậc thánh-nhân ....	182
- Giáo hóa phạm-thiên tà-kiến trở thành chánh-kiến .....	183
- Giáo hóa loài súc-sinh .....	183
3.1.7- Ân-Đức-Phật Satthā Devamanussānam .....	185
- Sự lợi ích an-lạc kiếp hiện-tại.....	185
- Sự lợi ích an-lạc những kiếp vị-lai .....	187
- Sự lợi ích an-lạc cao thượng Niết-bàn.....	191
3.1.8- Ân-Đức-Phật Buddhho .....	192
3.1.9- Ân-Đức-Phật Bhagavā .....	194
- Ân-đức Bhagavā: Đức-Thế-Tôn có 6 đức-tính: .	197
- 5 phận sự của Đức-Phật .....	200
- Thực-hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật.....	202
1- Cách phổ thông .....	203
2- Cách tách câu.....	203
3- Cách niệm một ân-Đức-Phật .....	204
- Đề-mục niệm-niệm ân-Đức-Phật có 2 giai đoạn.....	206
- Pháp-hành thiền-tuệ.....	207
- Phân tích đối-tượng tứ-niệm-xứ và đối-tượng thiền-tuệ .....	207
- Thực-hành pháp-hành thiền-tuệ .....	208
- Quả báu đặc biệt đề-mục niệm-niệm 9 ân-đức-phật ....	209
3.2- Dhammānussati: Đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp ..	211
- Thực-hành đề mục thiền-định Dhammānussati.....	211
- Ý nghĩa 6 ân-Đức-Pháp .....	211
3.2.1- Ân-Đức-Pháp Svākkhāto.....	212
3.2.2- Ân-Đức-Pháp Sanditthiko .....	215
3.2.3- Ân-Đức-Pháp Akāliko.....	218

- Đồ biểu Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm .....	219
3.2.4- Ân-Đức-Pháp Ehipassiko .....	221
3.2.5- Ân-Đức-Pháp Opaneyyiko .....	222
3.2.6- Ân-Đức-Pháp Paccattam veditabbo viññūhi .....	225
- Khả năng đặc biệt của mỗi bậc Thánh-nhân .....	227
- Bậc Thánh-nhân nhập Thánh-quả .....	227
- Ân-Đức-Pháp-Bảo được thực chứng .....	228
- Niết-bàn là pháp để chứng ngộ.....	230
- 6 ân-Đức-Pháp-Bảo.....	231
- Thực-hành đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp .....	231
- Đề-mục niệm-niệm ân-Đức-Pháp có 2 giai đoạn.....	234
- Pháp-hành thiền-tuệ.....	235
- Phân tích đối-tượng tứ-niệm-xứ và đôi-tượng thiền-tuệ .....	236
- Quả báu đặc biệt đề mục niệm-niệm 6 ân Đức-Pháp ..	237
3.3- Saṃghānussati: Đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng.....	237
- Thực-hành đề-mục thiền-định Saṃghānussati .....	237
- Ý nghĩa 9 ân-Đức-Tăng-Bảo.....	237
3.3.1- Ân-Đức-Tăng Suppaṭipanno .....	240
3.3.2- Ân-Đức-Tăng Ujuppaṭipanno.....	242
3.3.3- Ân-Đức-Tăng Nāyappaṭipanno .....	243
3.3.4- Ân-Đức-Tăng Sāmīcippaṭipanno.....	244
• Tích Ngài Trưởng-lão Ayyamitta.....	245
3.3.5- Ân-Đức-Tăng Āhuneyyo.....	250
- Tạo phước-thiện trong phật-giáo, ngoài phật-giáo.....	250
• Tích vị thiên-nam Indaka .....	250
• Tích Đức-vua trời Sakka.....	251
3.3.6- Ân-Đức-Tăng Pāhuneyyo.....	254
• Kinh Kulasutta .....	255
3.3.7- Ân-Đức-Tăng Dakkhiṇeyyo .....	256
• Tích phước-thiện bố thí cơm cháy .....	258
• Tích Sāriputtattheramātupeta .....	260
• Tích Vihāravimāna.....	264





- 32 thẻ trợ (trước).....	310
- Phương pháp thực-hành đề-mục Kāyagatāsati.....	311
• Uggahakosalla: Tinh thông trong 7 điều học .....	312
• Manasikāra-kosalla: Tinh thông trong 10 điều suy xét thực-hành.....	312
1- Giảng giải phạm sự Uggahakosalla .....	312
- Đề-mục Kāyagatāsati phân chia ra làm 6 đoạn ....	313
- Chuyển đổi ngôn ngữ Pāli sang nghĩa tiếng Việt..	320
- Quy định thời gian 5 tháng và 15 ngày.....	321
- Phương pháp thực-hành đề-mục Kāyagatāsati ....	323
- Đề-mục Kāyagatāsati có 3 loại Nimitta.....	325
- Thực-hành pháp-hành-thiền-tuệ .....	326
- Giảng giải tiếp theo 5 điều Uggahakosalla.....	327
- Sự lợi ích của đề-mục Kāyagatāsati .....	328
2- Manasikāra-kosalla: Tinh thông trong 10 điều suy xét thực-hành.....	330
- Sự lợi ích niệm bằng lời 32 thẻ trợ .....	332
- Tính chất đặc biệt đề-mục Kāyagatāsati.....	334
- Tính chất đặc biệt của nhóm Tacapañcaka .....	335
• Tích Ngài Đại-Đức Sivali .....	335
• Tích Ngài Đại-Đức Dabbatthera .....	338
• Tích Ngài Đại-Đức Saṃkiccasaṃaṇeravattu ..	340
- Đề-mục Kāyagatāsati trong Phật-giáo .....	342
3.10- Ānāpānassati: Đề-mục thiền-định niệm hơi thở vào, hơi thở ra.....	344
- Ānāpānassati nghĩa là gì?.....	344
- Phương pháp thực-hành đề-mục Ānāpānassati ....	345
- Phần pháp-học của đề-mục thiền-định Ānāpānassati.	346
- 4 cách thực-hành thuộc về pháp-hành thiền-định	348
- Phương pháp thực-hành đề-mục Ānāpānassati ....	351
• Pháp căn bản thứ nhất.....	351
1- Cách thực-hành thứ nhất .....	351
1.1- Cách hành Dhaññamāmakagaṇanānaya .....	352
1.2. Cách hành Gopālakagaṇanānaya .....	354
2-3. Anubandhanānaya Và Phusanānaya .....	354

• Pháp căn bản thứ 2 và 3.....	355
• Pháp căn bản thứ 4 .....	356
• Pháp căn bản thứ 5 .....	356
- Tính chất đặc biệt của Anubandhanānaya .....	358
4- Cách hành Ṭhapanānaya .....	358
- 3 loại Nimitta. 3 loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi của đề-mục Ānāpānassati.....	359
- 4 cách thực-hành thuộc về pháp-hành thiền-tuệ.....	362
- 16 loại trí-tuệ của pháp-hành thiền-tuệ .....	363
- Quả báu của đề-mục thiền-định Ānāpānassati .....	365
<b>4- Đề-mục thiền-định vô-lượng-tâm (Appamaññā).....</b>	<b>366</b>
- Định nghĩa Appamaññā .....	366
4.1- Đề-mục thiền-định niệm rải tâm-từ (Mettā).....	367
- Thận trọng đến 6 hạng người .....	370
- Hạng người cần phải niệm rải tâm-từ trước tiên .....	371
- Niệm rải tâm-từ cho mình .....	372
- Cách niệm rải tâm-từ đến chúng-sinh .....	373
- Niệm rải tâm-từ đến 4 hạng người theo tuần tự .....	374
- Sīmāsambheda: Xóa ranh giới tâm-từ .....	378
- Trạng-thái của tâm-từ Sīmāsambheda.....	378
- Niệm rải tâm-từ theo Paṭisambhidāmagga .....	380
- Phương pháp thực-hành niệm rải tâm-từ đến 12 loại chúng-sinh .....	382
- 10 phương hướng .....	383
- 3 loại Nimitta, 3 loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi.....	388
- Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-từ.....	389
- Quả báu của đề-mục niệm rải tâm-từ.....	390
4.2- Đề-mục thiền-định niệm rải tâm-bi (Karunā).....	391
- Phương pháp thực-hành đề-mục niệm rải tâm-bi .....	393
- Hạng người cần phải niệm rải tâm-bi trước tiên .....	395
- Niệm rải tâm-bi đến 3 hạng người theo tuần tự .....	396
- Niệm rải tâm-bi theo Paṭisambhidāmagga .....	398
- Phương pháp thực-hành niệm rải tâm-bi đến 12 loại chúng-sinh .....	399
- 10 phương hướng .....	400

- Ba loại Nimitta .....	403
- Ba loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi .....	404
- Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-bi .....	405
- Quả báu của đề-mục niệm rải tâm-bi .....	406
4.3- Đề-mục thiên-định niệm rải tâm-hỷ (Muditā) .....	406
- Phương pháp thực-hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ ..	408
- Hạng người cần phải niệm rải tâm-hỷ trước tiên ...	409
- Niệm rải tâm-hỷ đến 4 hạng người theo tuần tự ...	410
- Niệm rải tâm-hỷ theo Paṭisambhidāmagga .....	412
- Phương pháp thực-hành niệm rải tâm-hỷ đến 12 loại chúng-sinh .....	414
- 10 phương hướng .....	414
- Ba loại Nimitta .....	418
- Ba loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi .....	419
- Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-hỷ .....	420
- Quả báu của đề-mục niệm rải tâm-hỷ .....	420
4.4- Đề-mục thiên-định niệm rải tâm-xả (Upekkhā) .....	421
- Tính chất đặc biệt của đề-mục niệm rải tâm-xả .....	422
- Phận sự trước khi thực-hành đề-mục niệm rải tâm-xả ..	424
- Phương pháp thực-hành đề-mục niệm rải tâm-xả ...	425
- Cách thực-hành niệm rải tâm-xả .....	426
- Niệm rải tâm-xả đến 4 hạng người theo tuần tự ...	427
- Niệm rải tâm-xả theo Paṭisambhidāmagga .....	429
- Phương pháp thực-hành niệm rải tâm-xả đến 12 loại chúng-sinh .....	431
- 10 phương hướng .....	431
- Ba loại Nimitta, .....	434
- Ba loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi .....	435
- Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-xả .....	436
- Tâm-xả vô-lượng khác với tâm-xả ba-la-mật.....	437
- Quả báu của đề-mục niệm rải tâm-xả.....	437
- Nhận xét về tứ vô-lượng-tâm .....	437
- 4 ác pháp bị diệt bằng 4 đức tính cao thượng .....	438
- Tứ vô-lượng-tâm đối với tất cả chúng-sinh .....	438
- Cha mẹ có 4 đức tính từ, bi, hỷ, xả.....	439



* <b>Phân loại 40 đề-mục thiền-định theo cõi-giới</b> .....	500
* 40 Đề-mục thiền-định phân loại theo Paññattidhamma và Paramatthadhamma.....	502
* 40 đề-mục thiền-định phân loại theo 3 Nimitta.....	503
* 40 đề-mục thiền-định phân loại theo 3 Bhāvanā, 3 Samādhi .....	504
* 30 Đề-mục thiền-định phân loại theo bậc thiền.....	506
* <b>Abhiññā: Phép thần-thông</b> .....	510
- Đề-mục thiền-định luyện tập Abhiññā.....	511
1- Năng lực của 10 đề-mục thiền-định Kasiṇa .....	511
2- Cứu thiền .....	514
- Không đủ 9 bậc thiền, chứng đắc phép Abhiññā .....	515
- Luyện tập phép thần-thông (Abhiññā).....	516
- Phép thần-thông có 2 loại.....	525
<b>I- Lokiya abhiññā: Tam-giới thần-thông có 5 loại</b> ....	525
1- Iddhividha abhiññā: Đa-dạng-thông.....	526
2- Dibbasota abhiññā: Thiên-nhĩ-thông.....	527
- Tích Tissattheravatthu .....	528
3- Paracittavijānana abhiññā: Tha-tâm-thông.....	529
4- Pubbenivasānussati abhiññā: Tiên-kiếp-thông.....	530
5- Dibbacakkhu abhiññā: Thiên-nhãn-thông.....	531
<b>II- Lokuttara abhiññā: Siêu-tam-giới thần-thông</b> .....	533
6- Āsavakkhaya abhiññā: Trầm-luân-tận-thông .....	533
(Tìm hiểu trong quyển X: Pháp-Hành Thiền-Tuệ)	
- Phương pháp thực-hành mỗi phép thần-thông.....	533
1- Đồ biểu nhập đệ ngũ thiền sắc-giới lộ-trình-tâm .....	534
2- Đồ biểu thần thông lộ-trình-tâm .....	535
- <b>Cách luyện tam-giới thần-thông (Lokiya abhiññā)</b> ..	536
1- Iddhividha abhiññā: Đa-dạng-thông.....	536
2- Dibbasota abhiññā: Thiên-nhĩ-thông.....	541
3- Paracittavijānana abhiññā: Tha-tâm-thông.....	542
4- Pubbenivasānussati abhiññā: Tiên-kiếp-thông.....	543
5- Dibbacakkhu abhiññā: Thiên-nhãn-thông.....	547
- Đối-tượng của các phép thần-thông .....	549

- Iddhi: Pháp thành-tựu.....	549
• Tích Ngài Trưởng-lão Bākula .....	551
• Tích Ngài Trưởng-lão Saṃkicca .....	553
• Tích cận-sự-nữ Uttarā .....	554
• Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī.....	557
- Quả của pháp-hành thiền-định .....	564
• Vasībhāva có 5 pháp-thuần-thục.....	565
• Đồ biểu nhập thiền lộ-trình-tâm.....	566
• Sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh.....	571
• Thiên sắc-giới có 5 bậc thiền .....	572
• Thiên sắc-giới có 4 bậc thiền .....	573
- Quả của 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.....	574
- Cõi vô-sắc-giới có 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên ..	581
- Thiên vô-sắc-giới có 4 bậc thiền.....	581
- Chư phạm-thiên tử sinh luân-hồi .....	584
* Thực-hành pháp-hành .....	589
1- Pháp-hành giới.....	590
2- Pháp-hành thiền-định.....	590
3- Pháp-hành thiền-tuệ.....	591
* <b>Nghi Thức Thọ Pháp-Hành-Thiền</b> .....	593

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-Hành Ba-La-Mật 1, quyển VII: Pháp-Hành Ba-La-Mật 2, quyển VIII: Pháp-Hành 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 vaḍḍhatī'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 sau có 5 bậc thiền sắc-giới quả-tâm gọi là tái-sinh-tâm làm phận 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 sau có 4 bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm gọi là 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 sau (paṭisandhikāla)* có **đệ ngũ thiên sắc-giới quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: *Sắc-giới tái-sinh-tâm* làm phạm sự tái-sinh kiếp sau 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. 4 bậc thiên thấp còn lại đều trở thành vô-hiệu-quả-nghiệp (ahosi-kamma) 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 sau (paṭisandhikāla)* có **đệ tứ thiên 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 sau 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.

3 bậc thiền thấp còn lại đều trở thành vô-hiệu-quả-nghiệp (ahosikamma) không còn có cơ hội cho quả được nữa.

**Pháp-hành thiền-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 Mahāmayādevī*.

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 khổ *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 Thiền-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 thiền-định. *Đức-Bồ-tát Siddhattha* thực-hành pháp-hành thiền-định trong thời gian không lâu, Đức-Bồ-tát đã chứng đắc 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, và chứng đắc đến đệ tam thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là *Vô-sở-hữu-xứ-thiền thiện-tâm (Akiñcaññāyatanajjhānakusalacitta)* ngang bằng bậc thiền 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:

- *Này hiền giả! Tôi đã chứng đắc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm nào, thì hiền giả cũng chứng đắc được*

bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm ấy. Hiền giả chúng đấng bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm nào, thì tôi cũng đã chứng đấng 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 sau (paṭisandhikāla) có **vô-sở-hữu-xứ-thiên quả-tâm** gọi là paṭisandhicitta: Vô-sắc-giới tái-sinh-tâm làm phận sự tái-sinh kiếp sau 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 đấng 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 giã 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 giã 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 thiên-định. Đức-Bồ-tát thực-hành pháp-hành thiên-định qua một thời gian không lâu, Ngài chứng đấng 4 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm và chứng đấng

đến đệ tứ thiên vô-sắc-giới thiện-tâm tột đỉnh gọi là: **Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiền thiện-tâm** (*nevasaññānāsaññāyatanajjhānakusalacitta*) 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:

- Nay 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, tôi cũng đã chứng đắc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm tột đỉnh ấy.

- Nay 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 thiên vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là **phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiền thiện-tâm** này, sau khi chết, vô-sắc-giới thiền-nghiệp trong bậc thiền phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiền thiện-tâm này sẽ cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (*paṭisandhikāla*) có **phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiền quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: Vô-sắc-giới tái-sinh-tâm làm phạm sự tái-sinh kiếp sau hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tột đỉnh gọi là **Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiền**. Chư phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên này có tuổi thọ sống lâu nhất 84000 đại-kiếp trái đất.

Như vậy, bậc thiền phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiền thiện-tâm này không phải là pháp nhằm chán ngũ-uẩn, không diệt tận được tham-ái, không diệt tận được phiền-nã, không chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, không

*chúng đắc Niết-bàn, không giải thoát khỏi sinh, lão, bệnh, tử, không giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.”*

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

### **Đức-Bồ-Tát Hành Pháp Khổ-Hạnh (Dukkaracariyā)**

Sau khi từ giã vị Đạo-sư Udaka Rāmaputta, Đức-Bồ-tát Siddhattha ngự đến khu rừng Uruvelā gần con sông Nerañjarā, nơi đây có nhóm 5 tỳ-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-tấn 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 cùng tột 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 hồi tưởng 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 gốc cây mận. Ta đã ngồi niệm đề-mục hơi thở vào, hơi thở ra, và ta đã chứng đắc **đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm**. Vậy, chắc chắn pháp-hành thiền-định này làm nền 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 thiền-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 thiền-định với đề-mục thiền-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 ròng 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-khuru 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-khuru 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 hôm **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: *“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 com 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 nồi đựng sữa để gần vú con bò thứ nhất, thì dòng sữa tự nhiên chảy ra một mạch. Thật là một việc lạ 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 nồi nấu com, 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, *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 nồi com sữa.

**Nàng Sujātā** đem chiếc mâm bằng vàng để đựng com, khi nàng đặt mâm gần nồi com, thì com sữa trong nồi tự nhiên viên lại thành vắt bằng trái thốt nốt lăn ra tuần tự từ nồi sang mâm *đúng 49 vắt*, thì vừa đầy mâm. Nàng lại chứng kiến thêm một việc lạ 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* đi 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 người 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 com 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 thân 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 com 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 bên Supatitthita.

Đức-Bồ-tát Siddhattha đặt mâm vàng đầy cơm sữa tại bên *Supatitthita*, rồi ngự đi xuống dòng 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*<sup>(1)</sup>, 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 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 năm cỏ. Đức-Bồ-tát cầm tám năm cỏ ngự đi đến cội cây Assattha.

Khi đứng *hướng Nam* của cội cây Assattha, Đức-Bồ-

---

<sup>1</sup> Cây Assattha này chính là Cây Đại-Bồ-Đề đồng sinh cùng một lúc với Đức-Bồ-tát Siddhattha tại khu rừng Lumbhīnī. Đúng 35 năm sau, Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha ngự đến ngôi tại cội cây Đại-Bồ-Đề 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*.

tát Siddhattha nhìn thẳng về *hướng Bắc*, Đức-Bồ-tát có cảm giác mắt thẳng 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 mắt thẳng 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 mắt thẳng 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 thẳng bằng, nên Đức-Bồ-tát Siddhattha nghĩ rằng:

*“Chính đây là chỗ ngồi, để ta có khả năng 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 ở tại hướng Đông của cội cây Assattha.

*Thật phi thường thay!* Tại ngay chỗ ngồi 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 kiệt 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, cỡi 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 cứng 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-hạnh 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 dục-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* nên 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 thiền-định*** (*samathabhāvanā*) với *đề-mục niệm hơi thở vào, hơi thở ra* (*anāpānassati*) tuần tự chứng đắc 4 bậc thiền 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 thiền sắc-giới thiện-tâm, định-tâm trong sáng thanh-tịnh, thiện-tâm không lay động, làm nền tảng để Đức-Bồ-tát Siddhattha hướng tâm đến chứng đắc ***tiền-kiếp-minh***: *Trí-tuệ nhớ rõ lại tiền-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*<sup>(1)</sup>.

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



**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 thiên sắc-giới, định-tâm trong sáng thanh-tịnh, thiên-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** (*cutūpapātañāṇa*): 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, những kiếp vị-lai của tất cả chúng-sinh trong 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 làm nền tảng, để **thực-hành pháp-hành thiền-tuệ** suy xét thấy rõ các pháp **thập-nhị-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-nhị-duyên-sinh** theo chiều thuận như sau:

- Do vô-minh làm duyên, nên các hành sinh.  
(*Avijjāpaccayā saṅkhārā*)
- Do hành làm duyên, nên thức sinh.  
(*Saṅkhārapaccayā viññāṇaṃ*)
- Do thức làm duyên, nên danh-sắc sinh.  
(*Viññāṇapaccayā nāmarūpaṃ*)
- Do danh-sắc làm duyên, nên lục-xứ sinh.  
(*Nāmarūpapaccayā saḷāyatanāṃ*)
- 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* chúng 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 asesavirāgaṇirodhā saṅkhāranirodho*)
- Do diệt hành, nên diệt thức.  
(*Saṅkhāranirodhā viññāṇanirodho*)
- Do diệt thức, nên diệt danh-sắc.  
(*Viññāṇanirodhā nāmarūpanirodho*)
- Do diệt danh-sắc, nên diệt lục-xứ.  
(*Nāmarūpanirodhā saḷāyatanaṇirodho*)
- Do diệt lục-xứ, nên diệt lục-xúc.  
(*Saḷāyatanaṇirodhā 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* chứng 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; chiều sinh, chiều diệt*, nên *trí-tuệ thiên-tuệ* thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của mỗi sắc-pháp, mỗi danh-pháp; *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, dẫn đến chứng ngộ chân-lý **tứ Thánh-đế** đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc **4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và 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* (*vāsana*) đã tích lũy từ vô số kiếp trong quá-khứ, trở thành bậc **Thánh A-ra-hán cao thượng nhất** đầu tiên trên 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 đại cội cây *Mahābodhirukkha*<sup>(1)</sup>: **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 lúc rạng đông, trở thành **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác** có danh hiệu là **Đức-Phật Gotama** tại khu rừng Uruvelā.

<sup>1</sup> Cây Assattha này là cây Đại-Bồ-Đề đồng sinh cùng một lúc với Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha 35 năm trước đây.

Dưới cội 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.

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 (*nīvaraṇa*), 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 đại-thiền-tâm và đệ nhất thiền sắc-giới thiền-tâm.

2- *Cittam sametī'ti samatho:*

Hành-giả là bậc Thánh A-ra-hán<sup>(1)</sup> 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 dục-giới đại-duy-tác-tâm và đệ nhất thiền sắc-giới duy-tác-tâm.

---

<sup>1</sup> Bậc Thánh A-ra-hán thuộc hạng *Sukkhavipassaka*, không có bậc thiền sắc-giới 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 và 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, rồi tiếp tục thực-hành pháp-hành nào, để chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới, 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-số** (*ekaggatā cetasika*) đồng sinh với dục-giới thiện-tâm, đại-duy-tác-tâm; đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm, duy-tác-tâm; đệ tam thiền sắc-giới thiện-tâm, duy-tác-tâm, đệ tứ thiền sắc-giới thiện-tâm, duy-tác-tâm, cho đến đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm, duy-tác-tâm.

### Giải thích 3 định nghĩa:

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

\* *Giai đoạn đầu*: Hành-giả tinh-tân thực-hành pháp-hành thiền-định với dục-giới 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, tīnamiddha, 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-Ngay (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:

#### 5 pháp-chướng-ngại (Nīvaraṇa):

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 bức bối 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 thiên-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 thiên-định.

### 5 Chi-Thiên Chế Ngự Được 5 Pháp-Chướng-Ngay

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

1- **Vitakka**: Chi-thiên hướng-tâm có khả năng chế ngự được **thīna-middha**: Buồn-chán và buồn-ngủ, là pháp-chướng-ngại.

2- **Vicāra**: Chi-thiên quan-sát có khả năng chế ngự được **vicikicchā**: Hoài-nghi, là pháp-chướng-ngại.

3- **Pīti**: Chi-thiên hỷ có khả năng chế ngự được **byāpāda**: sân-hận, là pháp-chướng-ngại.

4- **Sukha**: Chi-thiên lạc có khả năng chế ngự được **uddhacca-kukkucca**: Phóng-tâm và hối-hận, là pháp-chướng-ngại.

5- **Ekaggatā**: Chi-thiên nhất-tâm có khả năng chế ngự được **kāmacchanda**: Tham-dục, là pháp-chướng-ngại.

Sau khi đệ nhất thiên sắc-giới lộ-trình-tâm đầu tiên



chấm dứt, liền tiếp theo các lộ-trình-tâm *paccavekkhaṇa-vīthicitta* 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 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 thiên-tuệ siêu-tam-giới, không có bậc thiền sắc-giới làm nền tảng, làm đối-tượng thiên-tuệ, nghĩa là bậc Thánh *A-ra-hán* vốn là hành-giả không thực-hành pháp-hành thiên-định trước, mà chỉ thực-hành pháp-hành thiên-tuệ mà thôi, dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái không còn dư sót, trở thành bậc Thánh *A-ra-hán* gọi là ***Sukkhavipassaka***.

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

\* Giai đoạn đầu: Bậc Thánh *A-ra-hán* thực-hành pháp-hành thiên-định với dục-giới đại-duy-tác-tâm có đề-mục thiên-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 (*nīvaraṇa*) nào cả, mà chỉ làm cho định-tâm vững chắc trong một đối-tượng thiên-định mà thôi.

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

3- Định nghĩa thứ ba: Các hành-giả đó là hạng thiện-trí phàm-nhân thuộc về hạng người tam-nhân (*tihetuka-puthujjana*), bậc Thánh Nhập-lưu, bậc Thánh Nhất-lai, bậc Thánh Bất-lai đã chứng đắc đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm và bậc Thánh A-ra-hán đã chứng đắc đệ nhất thiên 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 thiên sắc-giới, đệ tam thiên sắc-giới, v.v...* có 2 giai đoạn:

- Giai đoạn đầu: Quý hành-giả ấy thực-hành pháp-hành thiền-định với *dục-giới thiện-tâm, đại-duy-tác-tâm*<sup>(1)</sup> có đề-mục thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc *đệ nhị thiên sắc-giới thiện-tâm, 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 thiên sắc-giới thiện-tâm, 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 thiên sắc-giới thiện-tâm, sắc-giới duy-tác-tâm* còn 3 *chi-thiền: Pīti, sukha, ekaggatā.*

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

<sup>1</sup> **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, 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 thiện-tâm, đại-duy-tác-tâm, với đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm, sắc-giới duy-tác-tâm* cho đến *đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm, sắc-giới duy-tác-tâm.*

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

**Samatha** có 2 loại:

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

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

*Thế nào gọi là paritta samatha?*

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định, tâm chưa đạt đến *appanāsamāधि: An-định*, nên gọi là *paritta samatha*, bởi vì tâm của hành-giả đang còn *dục-giới thiện-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* gần đến *appanāsamāधि: An-định*. Tuy có 5 *chi-thiền* hợp với các *dục-giới-tâm* ấy nhưng năng lực còn yếu.

*Thế nào gọi là mahaggata samatha?*

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định, tâm đã đạt đến *appanāsamāधि: 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 thiện-tâm ấy có nhiều năng lực.

Đối với hành-giả phàm-nhân, 5 chi-thiền hợp với *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm* ấy có khả năng *chế ngự*

được 5 pháp-chương-ngại (*nīvaraṇa*) bằng cách chế 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<sup>(1)</sup> chia ra làm 7 loại như sau:

- 1- 10 đề-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa*.
- 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 (*pathavīkaṣiṇa*).
- 1.2- Đề-mục thiền-định hình tròn nước (*āpokasiṇa*).
- 1.3- Đề-mục thiền-định hình tròn lửa (*tejokaṣiṇa*).
- 1.4- Đề-mục thiền-định gió (*vāyokaṣiṇa*).
- 1.5- Đề-mục thiền-định hình tròn màu xanh (*nīlakaṣiṇa*).
- 1.6- Đề-mục thiền-định hình tròn màu vàng (*pītakaṣiṇa*).
- 1.7- Đề-mục thiền-định hình tròn màu đỏ (*lohitakaṣiṇa*).
- 1.8- Đề-mục thiền-định hình tròn màu trắng (*odātakaṣiṇa*).

<sup>1</sup> Xem quyển “Tìm hiểu pháp-hành thiền-tuệ” cùng soạn giả.

- 1.9- Đề-mục thiền-định hư không (*ākāsakaṣiṇa*).
- 1.10- Đề-mục thiền-định ánh sáng (*ālokakaṣiṇa*).

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

### 2- 10 đề-mục thiền-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 mũi (*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 rã rác (*vikkhāyitaka*).
- 2.6- Đề-mục tử-thi bị chặt tay, chân, đầu, mình bỏ rã rác (*vikkhittaka*).
- 2.7- Đề-mục tử-thi bị đâm lủng nhiều lỗ (*hatavikkhittaka*).
- 2.8- Đề-mục tử-thi có máu chảy lại lóng (*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 thiền-định tử-thi (*asubha*) làm đối-tượng của pháp-hành thiền-định.

### 3- 10 đề-mục thiền-định niệm-niệm (*anusatti*)

- 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 (*Samghānussati*).
- 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 (*marañānussati*).

3.9- Đề-mục niệm 32 thể trọc (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 (*appamañña*)

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 (*appamañña*) làm đối-tượng của pháp-hành thiền-định.

#### 5- Đề-mục vật thực đáng nhòm góm (*āhārepaṭikkūlasañña*)

#### 6- Đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại (*catudhātuvavatthāna*)

#### 7- Bốn đề-mục thiền-định vô-sắc (*ārūpa*)

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-giới thứ nhất gọi là *ākāsa-paññatti* chỉ để chứng đắc đệ nhất thiền vô-sắc-giới gọi là *ākāsānañcāyatanajjhāna*: Không-vô-biên-xứ-thiền mà thôi.

7.2- Đề-mục thiền vô-sắc-giới thứ nhì gọi là *paṭhamā-ruppaviññāṇa* chỉ để chứng đắc đệ nhị thiền vô-sắc-giới gọi là *viññāṇañcāyatanajjhāna*: Thức-vô-biên-xứ-thiền mà thôi.

7.3- Đề-mục thiền-định vô-sắc-giới thứ ba gọi là *natthi-bhāvapaññatti* chỉ để chứng đắc đệ tam thiền vô-sắc-giới gọi là *ākīñcaññāyatanajjhāna*: Vô-sở-hữu-xứ-thiền mà thôi.

7.4- *Đề-mục thiền-định vô-sắc-giới thứ tư gọi là tatiyā-ruppaviññāṇa chỉ để chứng đắc đệ tứ thiền vô-sắc-giới gọi là nevasaññānāsaññāyatanajjhāna: Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiền mà thôi.*

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 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 (manodvāra-vīthicitta) có tác-hành-tâm (javanacitta) 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 + ālokkasiṇa + 10 asubha + kāyāgatāsati + ānāpānassati.*

- *Đề-mục thiền-định gián-tiếp có uggahanimitta có 18 đề-mục là 6 anussati + upasamānussati + maraṇānussati + 4 appamaññā + āhārepaṭikūlasaññā + catudhātuvavatthāna + 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 (*manodvāravāhicitta*).

(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 *ārūppakammaṭṭhāna* 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*) dục-giới thiện-tâm hoặc dục-giới đại-duy-tác-tâm<sup>(1)</sup> phát sinh liên tục có đối-tượng *parikammanimitta*: Đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu tiên triển tốt trở thành đối-tượng *uggahanimitta*: Đối-tượng thô-ảnh tương-tự của *parikammanimitta* (đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu) ấy.

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

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



Tất cả 40 đề-mục thiền-định đều có *parikammabhāvanā* 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*) *dục-giới thiện-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* phát sinh liên tục có *đối-tượng uggahanimitta*: *Đối-tượng thô-ảnh tương-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.

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

Trong các *dục-giới lộ-trình-tâm* có *tác-hành-tâm* là *dục-giới 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*) là *dục-giới 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*) là *dục-giới 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 trực tiếp<sup>(1)</sup> có *upacārabhāvanā* và *upacārasamādhī* mà thôi.

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

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định với *sắc-giới lộ-trình thiện-tâm* có *tác-hành-tâm* (*javanacitta*) chứng đắc *sắc-*

<sup>1</sup> 10 đề-mục là 8 đề-mục anussati (trừ *kāyagatāsati* và *ānāpānassati*) + *āhārepaṭikkūlasaññā* + *catudhātuvavatthāna*.

giới thiên-thiện-tâm hoặc sắc-giới thiên-duy-tác-tâm, gọi là *Appanābhāvanā*: Chứng đắc bậc thiên sắc-giới phát sinh 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 thiên-sắc-giới (*mahaggatajjhāna*).

Trong 40 đề-mục thiền-định chỉ có 30 đề-mục<sup>(1)</sup> dẫn đến *appanābhāvanā* và *appanāsamādhī* chứng đắc các bậc thiên mà thôi. Chứng đắc bậc thiên sắc-giới hoặc vô-sắc-giới 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.)

## Giảng 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 samādhī, có khả năng dẫn đến chứng đắc đủ 5 bậc thiên sắc-giới.

#### 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.

<sup>1</sup> 30 đề-mục là 10 đề-mục kasiṇa + 10 đề-mục asubha + kāyagatāsati + ānāpānassati + 4 appamaññā + 4 āruppakammatthāna.

**Kasīṇa:** 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.

**Pathavīkasīṇa** 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 sắc-giới.

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 thiền-định, với **đề-mục thiền-định hình tròn đất** (*pathavīkasīṇa*), 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 thiền-định hình tròn đất*, mà hành-giả chỉ nên hướng tâm đến *toàn diện trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiền-định hình tròn đất* (*pathavīkasīṇa*) là *đất bình thường* (*sasambhārapathavī*) thuộc về *chế-định-pháp* mà thôi.

### Tiền-kiếp chứng đắc thiền sắc-giới

\* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới với **đề-mục thiền-định hình tròn đất** (*pathavīkasīṇa*) 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 thiền-định hình tròn đất* gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā*: *Tâm-hành ban đầu với dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng: “*Pathavī, ... Pathavī, ... Pathavī, ... hoặc Đất, ... Đất, ... Đất, ...*”

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: Sơ-định trong đề-mục thiền-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 thiền-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, đạt đến **upacārasamādhī**: Cận-định gần bậc thiền sắc-giới.

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 dần đến **appanābhāvanā**: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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 dần đến **appanābhāvanā**: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền

*sắc-giới 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 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 đề-mục-thiền-định đất trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm đề-mục thiền-định hình tròn đất:

### Cách làm đề-mục thiền-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 thiền-định đất (*pathavīkaṣiṇa*)**”.

Đề-mục thiền-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 thiền-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 (*moha-carita*) thì nên làm đề-mục thiền-định hình tròn đất lớn thêm 4 hoặc 8 lóng tay, để phù hợp với hành-giả có tính si.

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

### **Đặt Đề-mục thiền-định hình tròn đất (Pathavīkaṣiṇa)**

Sau khi đã làm *đề-mục thiền-định hình tròn đất* 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 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 *trọn vẹn đề-mục thiền-định hình tròn đất*, hoặc nếu ngồi gần quá thì mắt nhìn thấy rõ đầu tay, những tỳ trên mặt *đề-mục thiền-định hình tròn đất*.

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

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

### **Pháp hỗ trợ pháp-hành thiền**

Thực-hành *pháp-hành thiền-định* hoặc *pháp-hành thiền-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 thiền-định, pháp-hành thiền-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 trược (trọc) trong thân của mình.

- Để có sự tinh-tấn thực-hành pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ, hành-giả 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-ngã-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 chế-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*) dục-giới thiện-tâm niệm thàm 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 thiền-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* 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 hình tròn đất* 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 “*Pathavī, ... Đất, ...*” 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 thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* phát sinh rõ ràng trong tâm.

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

### **Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm**

Khi *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-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 thiền-định hình tròn đất* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định hình tròn đất* bên trong tâm của hành-giả mà thôi.



### **Đôi-tượng Uggahanimitta biến mất trong tâm**

Nếu *đôi-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-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 thiên-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* ấy với *parikamma-bhāvanā*: Tâm-hành ban đầu với *dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng: “*Pathavī,... Pathavī,... Pathavī,... hoặc Đất,... Đất,... Đất,... Đất,...*” như trước cho đến khi *đôi-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự* như *đề-mục thiên-định hình tròn đất* phát sinh rõ trở lại trong tâm như trước.

### **Sự khác nhau của Parikammanimitta với Uggahanimitta**

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

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

\* *Đôi-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự* của *đề-mục thiên-định hình tròn đất* ấy là *đôi-tượng hình ảnh quá-khứ thô* và *tương tự* với *đề-mục thiên-định hình tròn đất* được phát sinh rõ ở trong tâm, theo *ý-môn-lộ-trình-tâm*.

*Đôi-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự* của *đề-mục thiên-định hình tròn đất* được phát sinh rõ ở trong

tâm mau hoặc chậm là tùy thuộc vào 5 *pháp-chủ*: *Tín-pháp-chủ*, *tán-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 (pathavīkaṣiṇa)* đã phát sinh rõ như gấn 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 (tīhetuka-puggala)* 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* là *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**

- *Đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* cả 2 *đối-tượng* đều phát sinh rõ ở trong tâm, theo *ý-môn-dục-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 chứt đĩnh*, có *màu lẫn lộn*, v.v... như thế nào, khi *đối-tượng uggahanimitta* được phát sinh rõ ở trong tâm cũng có

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

Thật ra, *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định đất* là do năng lực của thiền-định tiến triển làm cho *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* diễn biến dần dần biến mất các đầu tay, các tỳ, 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 *đề-mục thiền-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 *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasīṇa)* gọi là *đối-tượng parikammanimitta ban đầu* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* của *parikammabhāvanā* và *parikammasamādhī*.

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

Do năng lực của *upacārasamādhī*: *Cận-định gần bậc thiền sắc-giới*, 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 *upacārasamādhi* có đối-tượng *paṭibhāganimitta*.

**Đối-tượng *paṭibhāganimitta* có 2 giai đoạn:**

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

Hành-giả đang thực-hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định hình tròn đất với các dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*), dục-giới thiện-tâm có đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định đất.

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là ***upacārasamādhi***: Cận-định có đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định hình tròn đất ấy, đạt đến cận-định, gần bậc thiền sắc-giới (*mahaggatajjhāna*).

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

\* Nếu hành-giả là hạng người *tam-nhân* (*tihetukapuggala*) thuộc hạng *tikkhapuggala*: Hành-giả có trí-tuệ

sắc bén nhanh nhạy, tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới, thì kiếp hiện-tại này, hành-giả hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định đất*, với *appanābhāvanā*: Tâm-hành dễ dàng chứng đắc sắc-giới-thiền thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-thiền-tâm.

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

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

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

\* Nếu *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh trong-sáng của đề-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 thiện-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, có định-tâm là upacārasamādhī*: *Cận-định gần bậc thiền sắc-giới*.

\* 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 parikammāsamādhī*: *Sơ-định ban đầu thực-hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới (mahaggatajjhāna)*.

Cho nên, hành-giả nên bắt đầu trở lại thực-hành *pháp-hành thiền-định* với *đề-mục thiền-định* hình tròn dật 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 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 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 khất 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 khất 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 khất 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 và 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 thiền-định* hoặc *pháp-hành thiền-tuệ*, bởi vì lời nói này không hỗ trợ cho *pháp-hành thiền* phát triển được, mà ngược lại chỉ làm trở ngại cho sự chứng đắc các bậc thiền, Thánh-đạo, Thánh-quả và 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 thiền, Thánh-đạo, Thánh-quả và 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 và Niết-bàn.

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

Tuy 10 lời nói này gọi là *lời nói thuận lợi*, nhưng hành-giả đang thực-hành *pháp-hành thiền-định* hoặc *pháp-hành thiền-tuệ*, 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 thiền định được, nên gọi là con người bất lợi đối với hành-giả thực-hành *pháp-hành thiền-định* hoặc *pháp-hành thiền-tuệ*.

\* ***Puggala sappāya***: Con người thuận lợi là người mà hành-giả thực-hành *pháp-hành thiền-định* hoặc *pháp-hành thiền-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, khuyên 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 nổi, 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*: Tư oai-nghi bất lợi.

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

\* *Iriyāpatha asappāya*: Tư 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*, nếu sử dụng oai-nghi nào, khi ấy, 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*: Tư 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*, nếu sử dụng oai-nghi nào, khi ấy, 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 (pathavīkaṣiṇa)* 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 *đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm*.

Vậy, hành-giả cần phải thực-hành 10 pháp *Appanākosala*: Sự hiểu biết trong *Appanā* chứng đắc các bậc thiên sắc-giới, các bậc thiên vô-sắc-giới.

## 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 chuyện này chuyện kia, thì khi ấy hành-giả nên nâng đỡ 3 pháp giác-chi: Pháp an-tĩnh-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 mà thôi.*

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

### **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, có định-tâm là upacārasamādhī: Cận-định gần bậc thiền sắc-giới.

Hành-giả tiếp tục thực-hành như vậy cho đến khi tiến triển đến appanābhāvanā: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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).

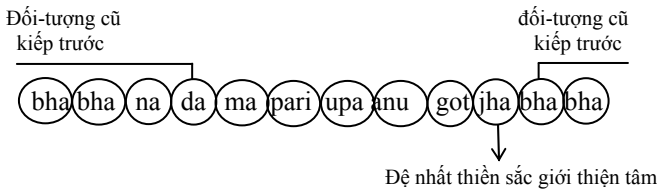
## Paṭhamajjhānakusalacitta đầu tiên phát sinh

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

### Ādikammikajjhānavīthicitta: Lộ-trình thiền-tâm đầu tiên

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



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

- 1- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm trước, viết tắt (*bha*)
- 2- *Bhavaṅgalana*: Hộ-kiếp-tâm rung động, vt (*na*)
- 3- *Bhavaṅgaccheda*: 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-tâm đầu tiên.

**Giải thích:**

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* tiến triển theo tuần tự cho đến giai đoạn chứng đắc *đệ nhất thiền sắc-giới-thiện-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* có *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* sinh rồi diệt.

\* *Javanacitta*: *Tác-hành-tâm là dục-giới thiện-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**<sup>(1)</sup>: *Tâm-chuẩn bị cho đệ nhất thiền sắc-giới-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 là:

2- *Sát-na-tâm thứ nhì* gọi là **upacāra**: *Tâm-cận đệ nhất thiền sắc-giới-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 là:

3- *Sát-na-tâm thứ ba* gọi là **anuloma**: *Tâm-thuận-theo đệ nhất thiền sắc-giới-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 là:

<sup>1</sup>\* 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.



4- *Sát-na-tâm thứ 4 gọi là **gotrabhu**: Tâm-chuyển từ dục-giới thiện-tâm chuyển lên sắc-giới thiện-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 sau 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-tâm đầu tiên sinh rồi diệt).*

5- *Sát-na-tâm thứ 5 gọi là **jhānacitta** đó là đệ nhất thiền sắc-giới-thiện-tâm (rūpāvacarapaṭhamajjhānakusalacitta) 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-tâm đầu tiên sinh rồi diệt, tiếp theo*

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

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

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

2- ***Sắc-giới-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 đầu tiên có 5 chi-thiền là vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā.*

### **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 - hồi-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 paccavekkhaṇa-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-tâm* đầu tiên (*ādikammikajjhānavīthicitta*) và các *quán-triệt lộ-trình-tâm* (*paccavekkhaṇavīthicitta*) 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 thiện-tâm lên sắc-giới thiện-tâm ấy, (hoặc từ thiện-tâm bậc thấp lên thiện-tâm bậc cao), thuộc về dục-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 *kāmatanhā*: 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 biết đã chứng đắc được *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*.

### Sắc-Giới Thiền-Nghiệp

*Tác-y* (*cetanā cetasika*) đồng sinh với *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm* (không có *kāmatanḥā*) là **sắc-giới thiền-nghiệp** thuộc về *trọng-yếu thiện-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 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 thực*.

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 thực* làm nền tảng.

Để thực tập 5 *pháp vasībhāva*, trước tiên, hành-giả cần phải hướng tâm đến *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* có *parikammabhāvanā*: *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 thiên 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 thiên 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 thực.

### Vasībhāva có 5 pháp

1- *Āvajjana vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần thực 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 phát nguyện ấn định thời gian nhập bậc thiền ấy.

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

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

### Giải thích

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

Hành-giả nhập đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm ấy, tiếp theo quán triệt từng mỗi chi-thiền riêng biệt trong 5 chi-thiền ấy, với đại-thiện-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 thực quán triết chi-thiền với ý-môn-hướng-tâm.*

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

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

Như vậy, gọi là *samāpajjana vasībhāva*: *Hành-giả có khả năng thuần thực nhập bậc thiền sắc-giới ấy.*

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

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

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

Hành-giả có khả năng thuần thực phát nguyện định thời gian nhập bậc thiền sắc-giới ấy.

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

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

Như vậy, gọi là *adhiṭṭhāna vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần thực phát nguyện ấn định thời gian nhập bậc thiền sắc-giới ấy.

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

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

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

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

\* *Adhiṭṭhāna vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần thực phát nguyện ấn định thời gian nhập bậc thiền sắc-giới ấy, đúng theo thời gian không trước không sau.

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

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

Sau khi đã xả bậc thiền sắc-giới 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 *Bhavaṅgacalana*, *Bhavaṅgupaccheda* tiếp theo lộ-trình-tâm *Manodvāravajjana*, *kāmajavanacitta* 4 hoặc 5 sát-na-tâm phát sinh.

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

*Āvajjana vasībhāva* và *paccavekkhaṇa vasībhāva* có khả năng thuần 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 *āvajjanavasībhāva*.

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

### Thực-hành chứng đắc đệ nhất thiền sắc-giới

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 nhất 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 thực 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 nhất 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 *nhàm 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 ấy bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta*, có các lộ-trình-tâm *parikamma-bhāvanā*: *Tâm-hành ban đầu với đại-thiện-tâm* niệm thầm 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, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāra-vajjana, parikamma*<sup>(1)</sup>, *upacāra, anuloma, gotrabhu, dutiyajjhānakusalacitta* (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*, chấm dứt đệ nhị thiền sắc-giới lộ trình thiện-tâm đầu tiên.

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

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

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

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

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

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

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

Phương-pháp thực-hành phần đầu cũng giống như hành-giả đã chứng đắc *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm* thực-hành để chứng đắc *đệ nhị thiền sắc-giới thiện-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 thiện-tâm

Sau khi hành-giả đã chứng đắc *đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm* có 4 chi-thiền là *vicāra*, *pīti*, *sukha*, *ekaggatā*, rồi tiếp tục thực-hành để chứng đắc *đệ tam thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả nhập *đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ nhị thiền sắc-giới thiện-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 ***vicāravirūga-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*, *bhavaṅgacalana*, *bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *Manodvāravajjana*, *parikamma*<sup>(1)</sup>, *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***.

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

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán triệt* (*paccavekkhaṇa-vīthicitta*) 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*.

Hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* thực-hành theo tuần tự 3 loại *bhāvanā*: *Parikammabhāvanā*: *Tâm-hành ban đầu*, với *pītivirāga-bhāvanā*: *Tâm-hành nhằm chán chi-thiền pīti*, 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*<sup>(1)</sup>, *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* (*paccavekkhaṇa-vīthicitta*) mỗi chi-thiền là *sukha, ekaggatā*.

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

*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, 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-thiền *upekkhā, ekaggatā*.

Hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* thực-hành theo tuần tự 3 loại *bhāvanā*: *Parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu, với *sukhavirāga-bhāvanā*: 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 *appanābhāvanā*: 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*<sup>(1)</sup>, *upacāra, anuloma, gotrabhu, pañcamajjhānakusalacitta* (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*, chấm dứt đệ tứ 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.*

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

### \* 5 bậc thiền sắc-giới

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

3- *Đệ tam thiền thiện-tâm có 3 chi-thiền: Pīti, sukha, ekaggatā*, do chế ngự được chi-thiền *vicāra*.

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

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

### \* 4 bậc thiền sắc-giới

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 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, tīna-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 (Āpokasiṇa)

Āpokasiṇa = Āpo + kasiṇa

**Āpo:** *Nước* dùng làm *đề-mục thiền-định nước (āpo-kasiṇa)* 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 *chế-định-pháp (paññattidhamma)* mà thôi.

**Kasiṇa:** 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.

**Āpokasiṇa** 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.

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 chế-định-pháp mà thôi.*

### **Tiền-kiếp chứng đắc thiên sắc-giới**

\* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiên sắc-giới với *đề-mục thiên-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 *chế-định-pháp*, làm *đề-mục thiên-định nước* gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiên-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: Tâm-hành ban đầu bằng dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Āpo, ... Āpo, ... Āpo, ... hoặc Nước, ... Nước, ... Nước, ...*”

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* gọi là ***parikammasamādhī***: *Sơ-định* trong *đề-mục thiên-định nước* là *đối-tượng parikammanimitta ban đầu* ấy tiền triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *đối-tượng thô-ảnh tương-tự* như *đề-mục thiên-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 thiên-định nước* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiên-định nước* ấy bên trong tâm mà thôi, tiền triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *đối-tượng quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiên-định nước* 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 āpopaṭibhāganimitta* là *quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiên-định nước* ấy với tâm-hành tiền triển dần đến

**appanābhāvanā:** Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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.

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 *āpopaṭibhāganimitta* là đối-tượng 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-tâm, chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhi:** 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 nước (*āpokasiṇa*) 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 đề-mục-thiền-định nước trong tiền-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 (*āpokasiṇa*)

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 gân, 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-nghiã-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 lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới thiện-tâm* niệm thầm 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 thầm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thầm “*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 thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *Sơ-định ban đầu thực-hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới (mahagatajjhāna)*.

### **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 thiền-định nước* ấy diễn biến 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 thiền-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 thiền-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 tương-tự như đối-tượng parikammanimitta của đề-mục thiền-định nước ban đầu*. Còn *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *đối-tượng quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định nước trong suốt như viên ngọc cao quý*.

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

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

### 1.3- Đề-Mục Thiền-Định Lửa (Tejokasina)

Tejokasina= Tejo + kasina

**Tejo:** Lửa dùng làm *đề-mục thiền-định lửa (tejo-kasina)* không phải là *thật-tánh của lửa (sabhāvatejo)* có trạng-thái nóng hoặc lạnh, thuộc về *chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*, mà chỉ là *lửa bình thường tự nhiên (sasambhāratejo)* thuộc về *ché-định-pháp* mà thôi.

**Kasina:** 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.

**Tejokasina** 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.

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 thiền sắc-giới

Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới 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 bằng dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

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

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: So-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 tương-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, có **upacārasamādhī**: Cận-định gần bậc thiền sắc-giới.

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 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 (tejokaṣiṇa) 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 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 (tejokasina)* 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 *đề-mục thiền-định lửa* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiền-định lửa* như sau:

### Cách làm đề-mục thiền-định lửa (tejokasina)

\* Dùng lửa làm *đề-mục thiền-định lửa (tejokasina)*, 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 thiền-định lửa*.

Hành-giả ngồi trước *đề-mục thiền-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 thiền-định với *đề-mục thiền-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 *chế-định-pháp (paññattidhamma)* qua hình tròn có đường kính 1 gang và 4 ngón tay làm *đề-mục thiền-định lửa* mà thôi.

Hành-giả thực-hành *pháp-hành thiền-định*, với *đề-mục thiền-định lửa* 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) dục-giới thiện-tâm* niệm thâm 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 thầm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thầm “*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 thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *Sơ-định ban đầu thực-hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới.*

### **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 paṭibhāganimitta 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, hầu hết giống như phương-pháp thực-hành đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasīṇa) đã trình bày ở phần trước.

### 1.4- Đề-Mục Thiền-Định Gió (Vāyokasīṇa)

Vāyokasīṇa= Vāyo + kasīṇa

*Vāyo*: Gió dùng làm đề-mục thiền-định gió (vāyokasīṇa) 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.

**Kasiṇa:** 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.

**Vāyokasiṇa** 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.

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 (vāyokasiṇa)

Hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới với **đề-mục thiền-định gió (vāyokasiṇa)** hoặc không chứng đắc các bậc thiền sắc-giới 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 (vāyokasiṇa).**

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 lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javana-citta) dục-giới thiện-tâm niệm thầm 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 (vāyokasīṇa) ấy*, càng lâu càng tốt, để cho *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh tương-tự của đề-mục thiền-định gió* 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 “*Vāyo, ... Gió, ...*” 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 lay động của đề-mục thiền-định gió* phát sinh rõ ở trong tâm.

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

### **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 *y-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 (*vāyokasiṇa*) 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 vāyopaṭibhāganimitta 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, 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 uggahanimitta*, 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* gió gọi là *đối-tượng parikamma-nimitta*: *Đề-mục thiền-định ban đầu.*

\* *Đối-tượng uggahanimitta* là *đối-tượng như hơi nôi com 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 nôi com 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 (*vāyokasina*) không được hay sao?

Đáp: Hành-giả không thể trực tiếp hướng tâm đến *hơi nôi com 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 (*vāyokasina*) 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 (*vāyokasina*) cũng hiện rõ bên trong tâm với ý môn lộ-trình-tâm.

Khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định* gió (*vāyokasina*), hành-giả tiếp tục thực-hành hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh*

*trong-sáng bất động của đê-mục thiền-định gió ấy, để dẫn đến chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới.*

## **Vaṇṇakasiṇa: 4 Màu Kasiṇa**

### **1.5- Đê-Mục Thiền-Định Màu Xanh (Nīlakasiṇa)**

*Nīlakasiṇa: Đê-mục thiền-định màu xanh* trọn vẹn là đê-mục của pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền sắc-giới.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiền-định với *đê-mục thiền-định màu xanh (nīlakasiṇa) thuộc về chế-định-pháp (paññattidhamma).*

#### **Tiền-kiếp chứng đắc thiền sắc-giới**

\* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới với *đê-mục thiền-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 *đê-mục thiền-định màu xanh* gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đê-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: Tâm-hành ban đầu bằng dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Nīlaṃ, ... Nīlaṃ, ... Nīlaṃ, ... hoặc Màu xanh, ... Màu xanh, ... Màu xanh, ...*”

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *Sơ-định trong đê-mục thiền-định màu xanh là đối-tượng parikammanimitta ban đầu* ấy tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-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 đề-mục thiền-định màu xanh* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-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 đề-mục thiền-định màu xanh* 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 nīlapaṭibhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định màu xanh* ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến ***appanābhāvanā***: *Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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.*

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 xanh (nīlakaṣīṇa) ấy*, bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng nīlapaṭibhāganimitta là đối-tượng quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định màu xanh* ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến ***appanābhāvanā***: *Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhi: 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 màu xanh* 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 *đề-mục thiên-định màu xanh* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiên-định màu xanh* như sau:

### **Cách làm đề-mục thiên-định màu xanh (nīlakasiṇa)**

Hành-giả tìm *hoa màu xanh*, hoặc *vải màu xanh*, hoặc *tắm 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 *tắm nhựa màu xanh*, hoặc *tắm 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 *đề-mục thiên-định màu xanh*.

*Đề-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 đề-mục thiên-định màu xanh**

Sau khi đã làm *đề-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 *đề-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 thiên-định màu xanh* này thuộc về *ché-định-pháp (paññattidhamma)*.

### **Thực-hành đề-mục thiên-định màu xanh (Nīlakasiṇa)**

Hành-giả thực-hành *pháp-hành thiên-định*, với *đề-mục thiên-định màu xanh* gọi là *đối-tượng parikamma-*

**nimitta** là đề-mục thiền-định ban đầu với **parikamma-bhāvanā**: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“*Nīlam, ... Nīlam, ... Nīlam, ...* 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 (nīlakaṣīṇa)* 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 “*Nīlam, ... 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 thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: *Sơ-định ban đầu thực-hành pháp-hành-thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới (mahagatajjhāna)*.

### **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 *đối-tượng uggaha-nimitta là thô-ảnh tương-tự của đê-mục thiền-định màu xanh (nīlakasiṇa) 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 xanh* phát sinh rõ ở trong tâm.

Sau khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu xanh*, hành-giả tiếp tục thực-hành hướng tâm đến *đối-tượng nīlapaṭibhāganimitta của đê-mục thiền-định màu xanh ấy*.

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

### **1.6- Đê-Mục Thiền-Định Màu Vàng (Pītakasiṇa)**

### **1.7- Đê-Mục Thiền-Định Màu Đỏ (Lohitakasiṇa)**

### **1.8- Đê-Mục Thiền-Định Màu Trắng (Odātakasiṇa)**

*Đê-mục thiền-định màu vàng (pītakasiṇa), đê-mục thiền-định màu đỏ (lohitakasiṇa), đê-mục thiền-định màu trắng (odātakasiṇa)* là những đê-mục của pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền sắc-giới.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiền-định với *đê-mục thiền-định màu vàng (pītakasiṇa)* hoặc *đê-mục thiền-định màu đỏ (lohitakasiṇa)* hoặc *đê-mục thiền-định màu trắng (odātakasiṇa)*.



## 1.6- Đề-Mục Thiên-Định Màu Vàng (Pītakasīṇa)

\* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới với *đề-mục thiên-định màu vàng (pītakasīṇa)* 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 *chế-định-pháp (paññattidhamma)*, làm *đối-tượng đề-mục thiên-định màu vàng* gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiên-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: Tâm-hành ban đầu bằng dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“Pītakam, ... Pītakam, ... Pītakam, ... hoặc Màu vàng, ... Màu vàng, ... Màu vàng, ...”

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *Sơ-định trong đề-mục thiên-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 thiên-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 thiên-định màu vàng* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiên-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 thiên-định màu vàng* 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 pītapatibhāganimitta* là *quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiên-định màu vàng* ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến **appanābhāvanā**: *Tâm-hành chứng đắc bậc thiền*

*sắc-giới 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.*

Sau khi chứng đắc đệ nhất thiên 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 tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: *Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhī**: An-định trong đệ nhị thiên 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 *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 *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).

Khi hành-giả hướng tâm đến *trọn vẹn đối-tượng đề-mục-thiền-định màu vàng (pītakasīṇa)* ấy chỉ thuộc về chế-định-pháp (paññattidhamma) mà thôi.

### **Thực-hành Đề-mục thiền-định màu vàng (Pītakasīṇa)**

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 lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javana-citta) dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*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 thầm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thầm “*Pītakam, ... Màu vàng, ...*” 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 vàng (pītakasīṇa)* phát sinh rõ ràng trong tâm.

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

### **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 (pītakasīṇa)* 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 uggahanimitta là thô-ảnh tương-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 pītapāṭibhāganimitta 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, 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 với *đề-mục thiền-định màu đỏ (lohita-kasīṇa)* 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 bằng dục-giới thiện-tâm*, niệm thầm trong tâm rằng:

“*Lohitakaṃ, ... Lohitakaṃ, ... Lohitakaṃ, ...* hoặc *Màu đỏ, ... Màu đỏ, ... Màu đỏ, ...*”

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: Sơ-định trong đề-mục thiền-định màu đỏ là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiên triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh tương-tự như đề-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 đề-mục thiền-định màu đỏ bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định màu đỏ ấy bên trong tâm mà thôi, tiên triển dần dần trở thành đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định màu đỏ 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 lohitaṭṭhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định màu đỏ ấy với tâm-hành tiên triển dần đến **appanābhāvanā**: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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 đỏ ấy, bắt đầu hướng tâm đến đối-tượng lohitaṭṭhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định màu đỏ ấy với tâm-hành tiên triển dần đến **appanābhāvanā**: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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 màu đỏ (lohitakasīṇa)* 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 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 *đề-mục thiền-định màu đỏ* ấy quá).

Khi hành-giả hướng tâm đến *trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiền-định màu đỏ (lohitakasīṇa)* ấy chỉ thuộc về *chế-định-pháp (paññattidhamma)* mà thôi.

### **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 lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javana-citta) dục-giới thiện-tâm* niệm thâm trong tâm rằng:

“*Lohitakaṃ, ... Lohitakaṃ, ... Lohitakaṃ, ...* 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 trọn vẹn đề-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 đề-mục thiền-định màu đỏ (lohita-kasīṇa)* 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 “*Lohitakaṃ, ... Màu đỏ, ...*” 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 tương-tự như đề-mục thiền-định màu đỏ (lohita-kasīṇa)* phát sinh rõ ràng trong tâm.

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: Sơ-định ban đầu thực-hành pháp-hành thiền-định còn cách xa *bạc thiền sắc-giới*.

### **Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm**

Khi *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định màu đỏ (lohita-kasīṇa)* 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 đỏ* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh tương-tự như đề-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 đề-mục thiền-định màu đỏ ấy* tiên 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 (*lohitakasīṇa*), hành-giả tiếp tục thực-hành hướng tâm đến *đối-tượng lohitaṭṭhāganimitta* của đê-mục thiền-định màu đỏ ấy.

Phương-pháp thực-hành pháp-hành thiền-định với đê-mục thiền-định màu đỏ (*lohitakasīṇa*), để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới, hầu hết giống như phương-pháp thực-hành đê-mục thiền-định hình tròn đất (*pathavīkasīṇa*) đã trình bày ở phần trước.

### 1.8- Đê-Mục Thiền-Định Màu Trắng (Odātakasīṇa)

\* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới với đê-mục thiền-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 *chế-định-pháp (paññatti-dhamma)*, làm đê-mục thiền-định màu trắng, gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là đê-mục thiền-định ban đầu, với *parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu bằng dục-giới thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“Odātaṃ, ... Odātaṃ, ... Odātaṃ, ... hoặc Màu trắng, ... Màu trắng, ... Màu trắng, ...”

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là **parikammāsādhī**: Sơ-định trong đê-mục thiền-định màu trắng là *đối-tượng parikammanimitta* ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là thô-ảnh tương-tự như đê-mục thiền-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 thiền-định màu trắng* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-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 đề-mục thiền-định màu trắng* 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 odātapāṭibhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định màu trắng* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến ***appanābhāvanā***: *Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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 trắng (odātakasīṇa) ấy*, bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng odātapāṭibhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định màu trắng* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến ***appanābhāvanā***: *Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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 màu trắng (odātakasīṇa) 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 *đề-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 (odātakasiṇa)* tương tự như cách làm *đề-mục thiền-định màu xanh (nīlakasiṇa)*, chỉ có khác là chọn toàn màu trắng mà thôi.

### **Đặt đề-mục thiền-định màu trắng (Odātakasiṇa)**

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 với *đề-mục thiền-định màu trắng* ấy quá).

Khi hành-giả hướng tâm đến *trọn vẹn đối-tượng đề-mục-thiền-định màu trắng (odātakasiṇa)* ấy chỉ thuộc về *ché-định-pháp (paññattidhamma)* mà thôi.

### **Thực-hành đề-mục thiền-định màu trắng (odātakasiṇa)**

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 lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm dục-giới thiện-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 (odātakasiṇa)* ấy, càng lâu càng tốt, không nên thường nháy mắt, làm trở ngại *đối-tượng uggahanimitta: Tho-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 thâm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thâm “*Odātaṃ, ... Màu trắng, ...*” như vậy, cho đến khi *đối-tượng parikamma-nimitta* là *đề-mục thiên-định* ban đầu tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiên-định màu trắng* phát sinh rõ ràng trong tâm.

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

### **Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm**

Khi *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiên-định màu trắng (odātakasina)* 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 màu trắng* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiên-định màu trắng* bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự của đề-mục thiên-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 thiên-định màu trắng (odātakasina)* phát sinh trong tâm.

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

Phương-pháp thực-hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định màu trắng*, để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiên sắc-giới, 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 (*Ākāśakaṣiṇa*)

*Đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣiṇa)* là đề-mục của pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền sắc-giới.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣiṇa)*.

#### Tiền-kiếp chứng đắc thiền sắc-giới

\* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới với *đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣiṇa)* 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 bằng dục-giới thiện-tâm* niệm thâm trong tâm rằng:

“*Ākāso, ... Ākāso, ... Ākāso, ... hoặc Hư-không, ... Hư-không, ... Hư-không, ...*”

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới 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, có upacārasamādhi*: *Cận-định gần bậc thiền sắc-giới.*

Hành-giả tiếp tục thực-hành hướng tâm đến *đối-tượng ākāsaṭṭibhāganimitta 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 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.*

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 ākāsaṭṭibhāganimitta 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 trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhi*: *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 (ākāsakasīṇa) 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 các bậc thiền sắc-giới 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 (ākāsakasīṇa)* như sau:

## Cách làm đê-mục thiền-định hu-không (*Ākāśakaṣiṇa*)

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 *đê-mục thiền-định hu-không (ākāśakaṣiṇa)* bằng cách khoét lỗ vách có đường kính 1 gang và 4 ngón tay nằm ngang (hoặc 30 phân), làm *đê-mục thiền-định hu-không (ākāśakaṣiṇa)*, chiều cao ngòi ngang tầm mắt, không cao, không thấp, trong căn nhà kín.

Thực-hành pháp-hành thiền-định với *đê-mục thiền-định hu-không (ākāśakaṣiṇa)*, 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 *đê-mục thiền-định hu-không* ấy gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đê-mục thiền-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: *Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Ākāso, ... Ākāso, ... Ākāso, ...* hoặc *Hu-không, ... Hu-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 đê-mục thiền-định hu-không (ākāśakaṣiṇa)* 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 hu-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, ... Hu-không, ...*” như vậy, cho đến khi *đối-tượng parikammanimitta* là *đê-mục thiền-định ban đầu* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự như đê-mục thiền-định hu-không* phát sinh rõ ràng trong tâm.

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

### **Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm**

Khi đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định hư-không (*ākāsakaṣīṇa*) 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 hư-không (*ākāsakaṣīṇa*) bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định hư-không bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh tương-tự của đề-mục thiền-định hư-không (*ākāsakaṣīṇa*) 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 hư-không phát sinh trong tâm.

### **Sự khác nhau của 3 loại nimitta**

Ba loại nimitta của đề-mục thiền-định hư-không như sau:

\* Đối-tượng *parikammanimitta* của đề-mục thiền-định hư-không là hư-không qua cửa sổ, lỗ trống, hoặc lỗ trống trên vách.

\* Đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định hư-không (*ākāsakaṣīṇa*) là thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định hư-không hiện rõ trong tâm.

\* Đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-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 thiền-định hư-không*, hành-giả tiếp tục thực-hành hướng tâm đến *đối-tượng ākāsa-paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định hư-không* ấy.

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

### 1.10- Đề-Mục Thiền-Định Ánh-Sáng (Ālokakasiṅga)

*Đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṅga)* là *đề-mục* của pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṅga)*.

#### Tiền-kiếp chứng đắc thiền sắc-giới

\* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới với *đề-mục thiền-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 thiền-định ánh-sáng* gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā*: *Tâm-hành ban đầu bằng dục-giới thiện-tâm* niệm thâm trong tâm rằng:

“*Āloko, ... Āloko, ... Āloko, ... hoặc Ánh-sáng, ... Ánh-sáng, ... Ánh-sáng, ...*”

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *Sơ-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-ánh tương-tự như đề-mục thiền-định ánh-sáng (*āloka-kasīṇa*) 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 thiền sắc-giới, có *upacārasamādhi*: Cận-định gần bậc thiền sắc-giới.

Hành-giả tiếp tục thực-hành hướng tâm đến đối-tượng *ālokaṭṭhāganimitta* là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định hư-không ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến *appanābhāvanā*: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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.

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 *ālokaṭṭhāganimitta* 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 thiền sắc-giới trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm, có *appanāsamādhi*: 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 ánh-sáng (*āloka-kasīṇa*) 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 các bậc thiền sắc-giới với *đề-mục thiền-định ánh-sáng* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṇa)* như sau:

### Cách làm *đề-mục thiền-định ánh-sáng (Ālokakasiṇa)*

Hành-giả làm *đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṇa)* 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 thiền-định ánh-sáng.*

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định, với *đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṇa)* gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: *Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới thiện-tâm niệm thầm 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 thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṇa) 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 ánh-sáng (ālokakasiṇa)* phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỗi mắt thì nhắm mắt niệm thâm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thâm “*Āloko, ... Ánh-sáng, ...*” 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 ánh-sáng* phát sinh rõ ràng trong tâm.

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

### **Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm**

Khi *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṇa)* 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 tương-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 tương-tự của đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṇa)* 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 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 thiền-định ánh-sáng (ālokakasiṇa)*, để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới, hầu hết giống như

phương pháp thực-hành *đề-mục thiên-định hình tròn đất* (*pathavīkaṣiṇa*) đã trình bày ở phần trước.

### **Tính chất đặc biệt 10 đề-mục thiên-định hình tròn kasina**

*10 đề-mục thiên-định hình tròn kasina: 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 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 lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới 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 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 paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh trong-sáng của đề-mục kasina* ấy, rồi dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới, một cách rất thuận lợi đối với hành-giả.

Như vậy, 10 *đề-mục thiên-định hình tròn kasina* có tính chất liên quan với nhau về *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, để dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới.

### Đề-mục thiền-định dễ chứng đắc bậc thiên

Trong 40 đề-mục thiền-định chỉ có 30<sup>(1)</sup> đề-mục thiền-định có khả năng chứng đắc bậc thiên 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 thiên sắc-giới 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: Thoảnh tương-tự như đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa ấy* và dễ đạt đến *appacārasamādi: Cận-định, gần tâm bậc thiên sắc-giới*.

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*, đề dẫn đến chứng đắc *appanāsamādi: An-định trong bậc thiên sắc-giới*.

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 dễ chứng đắc các bậc thiên sắc-giới hơn các đề-mục thiền-định khác.

Trong 4 *đề-mục thiền-định màu vaṇṇakasiṇa* này, có *đề-mục thiền-định màu trắng (odātakasiṇa)* là đề-mục thiền-định dễ chứng đắc các bậc thiên sắc-giới hơn 3 đề-mục thiền-định màu khác.

Thật vậy, *đề-mục thiền-định màu trắng* mà hành-giả đang thực-hành hướng tâm đến *đối-tượng parikamma-*

<sup>1</sup> 10 đề-mục kasiṇa, 10 đề-mục asubha, 4 đề-mục appamaññā, 1 đề-mục ānāpānassati, 1 đề-mục kāyagatāsati, 4 đề-mục āruppa.

*nimitta* đề-mục thiền-định ban đầu là đề-mục thiền-định màu trắng, với *parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu bằng dục-giới thiện-tâm niệm thầm trong tâm rằng:

“*Odātam, ... Odātam, ... Odātam, ...* hoặc *Màu trắng, ... Màu trắng, ... Màu trắng, ...*”

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là ***parikammasamādhī***: Sơ-định trong đối-tượng đề-mục thiền-định màu trắng *parikammanimitta* ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định màu trắng phát sinh rõ trong tâm.

Dù khi đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh tương-tự của đề-mục thiền-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 thiền-định, không thể phát sinh lên được.

Khi đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-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 thiền-định màu trắng, đạt đến *uppacārasamādhī*: Cận-định, gần đến bậc thiên sắc-giới.

Dù chưa đạt đến *appanāsamādhī*: An-định, chưa chứng đắc bậc thiên 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 (*odātakasīṇa*).

## 2- 10 Đề-Mục Thiên-Định Tử-Thi Bất-Tịnh (Asubha)

### *Asubha: Bất tịnh là gì?*

*Asubha* có nghĩa là không tốt đẹp, trong 10 đề-mục thiên-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 thiên-định tử-thi bất-tịnh**.

Trong 40 đề-mục thiên-định, 10 đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh (*asubha*) này chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc đệ nhất thiên sắc-giới mà thôi, bởi vì 10 đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh (*asubha*) này có đối-tượng thô, luôn luôn cần đến *chi-thiền vitakka*: Hướng tâm đến đối-tượng thiên-định, nên không thể dẫn đến chứng đắc các thiên sắc-giới bậc cao.

### 10 Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh (*asubha*)

10 loại tử-thi biến đổi làm 10 đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh là đối-tượng của pháp-hành thiên-định như sau:

1- *Uddhumātaka*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh sinh lên sau khi chết được 2- 3 ngày, thật là đáng ghê tởm.

2- *Vinīlaka*: Đề-mục thiên-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, mũ 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 thiền-định tử-thi bất-tịnh như tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rải rác mọi hướng, thật là đáng ghê tởm.

7- *Hatavikkhittaka*: Đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh bị đâm bằng giáo, bị chặt bằng dao ra thành nhiều mảnh bỏ rải rác khắp mọi nơi, thật là đáng ghê tởm.

8- *Lohitaka*: Đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh có máu chảy từ các phần của tử-thi thấm ướt đầy máu, thật là đáng ghê tởm.

9- *Puḷuvaka*: Đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh có giò bò ra từ tử-thi, thật là đáng ghê tởm.

10- *Aṭṭhika*: Đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh chỉ còn xương mà thôi, thật là đáng ghê tởm.

Đó là 10 đề-mục thiền-định bất-tịnh (Asubha).

## Thực-Hành 10 Đề-Mục Thiền-Định Tử-Thi

### 2.1- Đề-Mục Thiền-Định Tử-Thi Uddhumātaka

Hành-giả có ý nguyện muốn 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.

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 **parikamma-nimitta** là đề-mục thiền-định ban đầu với **parikamma-bhāvanā**: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới thiện-tâm niệm thầm trong tâm rằng:



“*Uddhumātakam paṭikūlam, ... Uddhumātakam paṭi-kūlam, ... Uddhumātakam paṭikūlam, hoặc Từ-thi Uddhumātika này thật là đáng ghê tởm, ... Từ-thi Uddhumātika này thật là đáng ghê tởm, ...*” như vậy.

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: Sơ-định trong đề-mục thiên-định từ-thi bất-tịnh *uddhumātika* 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 từ-thi bất-tịnh *uddhumātika* 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 từ-thi bất-tịnh uddhumātika* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta* của đề-mục thiên-định từ-thi bất-tịnh *uddhumātika* 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 từ-thi bất-tịnh *uddhumātika* 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 uddhumātakapaṭibhāganimitta* là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiên-định từ-thi bất-tịnh *uddhumātika* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: Tâm-hành chứng đắc bậc thiên sắc-giới 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 từ-thi *uddhumātika*

- *Đối-tượng parikammanimitta* đó là đề-mục thiên-định từ-thi bất-tịnh *uddhumātika* (đề-mục thiên-định từ-thi bất-tịnh sinh lên sau khi chết được 2-3 ngày).

- *Đối-tượng uggahanimitta* đó là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-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 thiền-định tử-thi bất-tịnh* sinh lên sau khi chết được 2-3 ngày là *đề-mục thiền-định* khó thực-hành hơn *đề-mục thiền-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 thiền sắc-giới.

*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** mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới, 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**, v.v... hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiền-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới.

## 2.2- Đề-Mục Thiên-Định Từ-Thi Vinīlaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp hành thiên định với *đề-mục thiên-định từ-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 thiên-định của mình.

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiên-định, với *đề-mục thiên-định từ-thi bất-tịnh vinīlaka* đặc biệt có màu tím thâm lẫn với màu đỏ, màu trắng gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiên-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) dục-giới thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“*Vinīlakam patikūlam, ... Vinīlakam patikūlam, ... Vinīlakam patikūlam, ...* hoặc *Tử-thi Vinīlaka* này thật là đáng ghê tởm, ... *Tử-thi Vinīlaka* này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là *parikammasamādhī*: Sơ-định trong *đề-mục thiên-định từ-thi bất-tịnh vinīlaka* 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 từ-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 từ-thi bất-tịnh vinīlaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* của *đề-mục thiên-định từ-thi bất-tịnh vinīlaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *paṭibhā-*

*ganimitta* là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh *vinīlaka* 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 *vinīlakapaṭibhāganimitta* là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh *vinīlaka* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến ***appanābhāvanā***: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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 *vinīlaka*

- Đối-tượng *parikammanimitta* đó là đề-mục thiền-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 tương-tự như đề-mục thiền-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 nhất thiền sắc-giới mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới, 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 thiên sắc-giới*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiên-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới.

### 2.3- Đề-Mục Thiên-Định Từ-Thi Vipubbaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka có nước vàng, mủ 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 vinīlaka nam hoặc nữ hành-giả tìm tử-thi vinīlaka 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 vipubbaka có nước vàng, mủ chảy ra từ chỗ thịt sinh nứt nẻ* gọi là đối-tượng ***parikammanimitta*** là *đề-mục thiên-định ban đầu với parikammabhāvanā: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:*

*“Vipubbakaṃ patikūlaṃ, ... Vipubbakaṃ patikūlaṃ, ... Vipubbakaṃ patikūlaṃ, ... hoặc Tử-thi Vipubbaka này thật là đáng ghê tởm, ... Tử-thi Vipubbaka này thật là đáng ghê tởm, ...”* như vậy.

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là ***parikammasamādhī***: *Sơ-định trong đề-mục thiên-định tử-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 tử-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 thiền-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định tử-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 thiền-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka 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 vipubbakapaṭibhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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 vipubbaka

- Đối-tượng parikammanimitta đó là đề-mục thiền-định tử-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, mù 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, mù 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 thiên-định có tính chất thô, nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ nhất thiên sắc-giới** mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới, v.v... được, bởi vì đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka này cần đến chi-thiên vitakka: Hướng tâm đến đối-tượng.*

Muốn chứng đắc *đệ nhị thiên sắc-giới, v.v...*, hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiên-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới.

## 2.4- Đề-Mục Thiên-Định Từ-Thi Vicchiddaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiên-định với đề-mục thiên-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 thiên-định của mình.

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiên-định, với đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vicchiddaka bị chặt ra làm 2 phần gọi là đối-tượng **parikammanimitta** là đề-mục thiên-định ban đầu với **parikammabhāvanā**: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới thiện-tâm niệm thầm trong tâm rằng:

*“Vicchiddakam paṭikūḷam, ... Vicchiddakam paṭikūḷam, ... hoặc Tử-thi Vicchiddaka này thật là đáng ghê tởm, ... Tử-thi Vicchiddaka này thật là đáng ghê tởm, ...”* như vậy.

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: Sơ-định trong đề-mục thiên-định tử-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 thiền-định tử-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 tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định tử-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 tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* 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 vicchiddakapaṭibhāganimitta* là *quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến *appanābhāvanā*: *Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanā-samādhī*: *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 paṭibhāganimitta* 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 thiên-định có tính chất thô, nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ nhất thiên sắc-giới** mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới, v.v... được, bởi vì đề-mục thiên-định *tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* này cần đến *chi-thiên vitakka*: Hướng tâm đến đối-tượng.

Muốn chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiên-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới.

## 2.5- Đề-Mục Thiên-Định Từ-Thi Vikkhāyitaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành-thiên-định với đề-mục thiên-định *tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* bị chim kền kền, quạ, diều 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 kền kền, quạ, diều 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 lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) dục-giới thiện-tâm niệm thầm 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 thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: Sơ-định trong đề-mục thiền-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 thiền-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 thiền-định tử-thi bất-tịnh *vikkhāyitaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* của đề-mục thiền-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 thiền-định tử-thi bất-tịnh *vikkhāyitaka* 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 *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 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, điều hâu, chó sói, ... cắn xé ăn bỏ rải 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, điều 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, điều 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 thiên-định* có tính chất thô, nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ nhất thiên sắc-giới** mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* này cần đến *chi-thiên vitakka*: *Hướng tâm đến đối-tượng.*

Muốn chứng đắc *đệ nhị thiên sắc-giới*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiên-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới.

## 2.6- Đề-Mục Thiên-Định Tử-Thi Vikkhittaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhittaka* như *tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rả rác mọi hướng.*

Hành-giả cần phải tìm *tử-thi vikkhittaka đồng tính với mình*, nghĩa là *nam hành-giả tìm tử-thi vikkhittaka nam* hoặc *nữ hành-giả tìm tử-thi vikkhittaka 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 vikkhittaka* như *tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rả rác mọi hướng* gọi là đối-tượng

*parikammanimitta* là đề-mục thiền-định ban đầu với *parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) dục-giới thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“*Vikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ... Vikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ... Vikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ...* hoặc tử-thi *Vikkhittaka* này thật là đáng ghê tởm, ... tử thi *Vikkhittaka* này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là *parikammasamādhī*: Sơ-định trong đề-mục thiền-định tử-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 tử-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 tử-thi bất-tịnh *vikkhittaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* của đề-mục thiền-định tử-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 *upacārasamādhī*: 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 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 vikkhittaka

- *Đối-tượng parikammanimitta* đó là *đề-mục thiên-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 tương-tự* như *đề-mục thiên-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 patibhāganimitta* 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 thiên-định* có tính chất thô, nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ nhất thiên sắc-giới** mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới, 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 **đệ nhị thiên sắc-giới**, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiên-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới.

### 2.7- Đề-Mục Thiên-Định Từ-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 thiền-định của mình.

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định, với đề-mục thiền-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 thiền-định ban đầu với *parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) dục-giới thiện-tâm niệm thàm 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 thiện-tâm gọi là *parikammasamādhī*: Sơ-định trong đề-mục thiền-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 *tử-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 *tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* của đề-mục thiền-định *tử-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 *tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka* 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 *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 trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm, có ***appanā-samāधि***: 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 nhiều mảnh bỏ rải rác khắp mọi nơi phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

Từ-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** mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới, v.v... được, bởi vì đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* này cần đến *chi-thiên vitakka*: Hướng tâm đến đối-tượng.

Muốn chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới.

## 2.8- Đề-Mục Thiền-Định Tứ-Thi Lohitaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh lohitaka* có máu chảy từ các phần của tứ-thi thấm ướt đầy máu.

Hành-giả cần phải tìm *tứ-thi lohitaka đồng tính với mình*, nghĩa là nam hành-giả tìm tứ-thi lohitaka nam hoặc nữ hành-giả tìm tứ-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 tứ-thi bất-tịnh lohitaka* có máu chảy từ các phần của tứ-thi thấm ướt đầy máu gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) dục-giới thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“*Lohitakaṃ paṭikūlaṃ, ... Lohitakaṃ paṭikūlaṃ, ... Lohitakaṃ paṭikūlaṃ, ...* hoặc *tứ-thi Lohitaka* này thật là đáng ghê tởm, ... *tứ-thi Lohitaka* này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là *parikammasamādhī*: Sơ-định trong *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh lohitaka* 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 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 tứ-thi bất-tịnh lohitaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh lohitaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *paṭibhāganimitta* là quang-



ánh trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh *lohataka* 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 *lohita-kapaṭibhāganimitta* là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh *lohataka* ấy với tâm hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanā-samādhī**: An-định trong đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm.

### Ba loại nimitta của đề mục tử-thi lohataka

- Đối-tượng *parikammanimitta* đó là đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh *lohataka* có máu chảy từ các phần của tử-thi thấm ướt đầy máu.

- Đối-tượng *uggahanimitta* đó là thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh *lohataka* 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 *lohataka* 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 *lohataka* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy tử-thi bất-tịnh *lohataka* ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh *lohataka* là đề-mục thiền-định có tính chất thô, nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc đệ nhất thiền sắc-giới mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới, v.v... được, bởi vì đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh *lohataka* này cần đến chi-thiền *vitakka*: Hướng tâm đến đối-tượng.

Muốn chứng đắc *đệ nhị thiên sắc-giới*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới.

## 2.9- Đề-Mục Thiền-Định Tứ-Thi Puḷuvaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành-thiền-định với *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh puḷuvaka* có nhiều giới bỏ ra từ *tứ-thi*.

Hành-giả cần phải tìm *tứ-thi puḷuvaka đồng tính với mình*, nghĩa là *nam hành-giả tìm tứ-thi puḷuvaka nam hoặc nữ hành-giả tìm tứ-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 tứ-thi bất-tịnh puḷuvaka* có nhiều giới bỏ ra từ *tứ-thi* gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) *dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

*“Puḷuvakaṃ paṭikūḷaṃ, ... Puḷuvakaṃ paṭikūḷaṃ, ... Puḷuvakaṃ paṭikūḷaṃ, ... hoặc tứ-thi Puḷuvaka này thật là đáng ghé tỏm, ... tứ-thi Puḷuvaka này thật là đáng ghé tỏm, ...”* như vậy.

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* gọi là *parikammāsamādhī*: *Sơ-định* trong *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh puḷuvaka* là *đối-tượng parikammanimitta ban đầu* ấy tiên triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục-thiền-định tứ-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 thiên-định tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭi-bhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* 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 puḷuvakapaṭibhāganimitta là quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến *appanābhāvanā*: Tâm-hành chứng đắc bậc thiên sắc-giới 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 puḷuvaka

- *Đối-tượng parikammanimitta* đó là *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* có nhiều giới bò ra từ *tử-thi*.

- *Đối-tượng uggahanimitta* đó là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* có nhiều giới bò ra từ *tử-thi* phát sinh rõ ở trong tâm.

- *Đối-tượng paṭibhāganimitta* đó là *tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* có nhiều giới bò ra từ *tử-thi* phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì *tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy *tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

*Tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* là *đề-mục thiên-định* có tính chất thô, nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ nhất thiên sắc-giới** mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiên sắc-giới, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiên-định tử-thi bất-*

*tịnh puḷuvaka* này cần đến *chi-thiền vitakka*: Hướng tâm đến đối-tượng.

Muốn chứng đắc *đệ nhị thiền sắc-giới*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới.

## 2.10- Đề-Mục Thiền-Định Tứ-Thi Aṭṭhika

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành-thiền-định với *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh aṭṭhika* chỉ còn *bộ xương mà thôi*.

Hành-giả cần phải tìm *tứ-thi aṭṭhika* làm đối-tượng đề-mục thiền-định.

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định, với *đề-mục thiền-định tứ-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 lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) *dục-giới thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Aṭṭhikaṃ paṭikūlaṃ, ... Aṭṭhikaṃ paṭikūlaṃ, ... Aṭṭhikaṃ paṭikūlaṃ, ... hoặc tứ-thi aṭṭhika* này thật là đáng ghê tởm, ... *tứ-thi aṭṭhika* này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* gọi là *parikammasamādhī*: Sơ-định trong đề-mục thiền-định *tứ-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 *tứ-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 thiền sắc-giới, có upacārasamādhī*: *Cận-định gần bậc thiền 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 thiền sắc-giới 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 thiền-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika* chỉ còn bộ xương mà thôi.

- *Đối-tượng uggahanimitta* đó là *thô-ảnh tương-tự như đề-mục thiền-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 thiền-định* có tính chất thô, nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ nhất thiền sắc-giới** mà thôi, không thể chứng đắc đệ nhị thiền sắc-giới, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiền-định tử-thi*

*bất-tịnh atthika* này cần đến *chi-thiền vitakka*: *Hướng tâm đến đối-tượng.*

Muốn chứng đắc *đệ nhị thiền sắc-giới*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới.

### **Tính-chất của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh**

10 đề-mục thiền-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* mà thôi.

### **Tiền-kiếp chứng đắc thiền sắc-giới**

- Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc *đệ nhất thiền sắc-giới* với *đề-mục thiền-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) dục-giới 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, tiền 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*, có *upacārasamādhī*: *Cận-định gần bậc thiền sắc-giới.*

Hành-giả tiếp tục thực-hành hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh trong-sáng của đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến ***appanābhāvanā***: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới 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 với đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh ấy một cách dễ dàng.

Ngoài ra, đối với các hành-giả khác thực-hành pháp-hành thiền-định khi hướng tâm đến đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh nào thì đối-tượng *uggahanimitta* và đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định từ-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 từ-thi bất-tịnh nào trong một thời gian lâu, mà chưa thấy đối-tượng *uggahanimitta* của đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh ấy phát sinh rõ ở trong tâm, thì hành-giả nên quán xét đề-mục từ-thi bất-tịnh ấy bằng 6 cách như sau:

1- ***Vaññato***: Quán xét màu sắc nên biết rõ từ-thi ấy là người da vàng, da trắng, da đen.

2- ***Liṅgato***: Quán xét 3 thời nên biết rõ từ-thi ấy thuộc thời ấu niên hoặc thời trung niên hoặc thời lão niên.

3- ***Sanṭhānato***: Quán xét bộ phận nên biết rõ mỗi bộ phận của từ-thi ấy: Đầu, cổ, ngực, tay, chân, v.v...

4- ***Disato***: Quán xét về hướng nên biết rõ từ-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, từ-thi nằm phía kia.*”

5- ***Okāsato***: Quán xét nơi chốn nên biết rõ từ-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- **Paricchedito**: *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 thiền-định với đề-mục thiền-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 thiền-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, mồm 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) dục-giới thiện-tâm niệm thầm trong tâm rằng: Uddhumātakam paṭikūlam, ... hoặc Vinīlakam paṭikūlam, ... hoặc Vipubbakam paṭikūlam, 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 giữa cách tử-thi một khoảng, không nên gần hoặc xa tử-thi bất-tịnh ấy.

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”<sup>(1)</sup> và không hiểu biết rõ về *đối-tượng uggahanimitta* thô-ảnh tương-tự như *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* như thế nào,

<sup>1</sup>“Ma” là ám chỉ một loại phi nhân ác hay quấy nhiễu người tầm thường.

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 gần gũi, 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-hành pháp-hành thiền-định *đề-mục thiền-định tử-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 tử-thi bất-tịnh* ấy phát sinh rõ ở trong tâm thì hành-giả nên thưa trình pháp ấy cho vị Thiền sư biết, để được chỉ dạy phương-pháp tiếp tục thực-hành làm cho **đối-tượng uggahanimitta** tiến triển tốt trở nên **đối-tượng paṭibhāganimitta** để chứng đắc *đệ nhất thiền sắc-giới*.

\* Sự khác biệt giữa *đối-tượng parikammanimitta* với *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* như thế nào?

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiên-định đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh để nhằm lẫn giữa đối-tượng parikammanimitta với đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh ấy như sau:

- **Đối-tượng parikammanimitta** là đề-mục thiên-định ban đầu mà hành-giả thực-hành pháp-hành thiên-định với đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh ấy, hành-giả đứng mở mắt nhìn xem xét kỹ lưỡng từng bộ phận của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh ấy, rồi ghi nhớ rõ ràng toàn bộ phận tử-thi bất-tịnh trong tâm, đó chưa phải là **đối-tượng uggahanimitta** của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh ấy, mà chỉ là **tướng tâm-sở** (saññācetasita) ghi nhớ đến đối-tượng quá-khứ của đề-mục thiên-định tử-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 thiên-định tử-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 thiên-định tử-thi bất-tịnh ấy cũng hiện rõ trong tâm mà không phải nhớ tưởng đến đề-mục thiên-định tử-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 thiền-định tử-thi bất-tịnh để 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 thiền-định bất-tịnh uddhumāta.*

- 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 thiền-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 thiền-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 lohītaka, 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 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** 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** rồi, muốn chứng đắc **đệ nhị thiền sắc-giới**, hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ nhị thiền sắc-giới**, v.v...

Nếu hành-giả sau khi chứng đắc **đệ nhất thiền sắc-giới** với đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh này rồi, không muốn thay đổi sang đề-mục thiền-định khác, thì hành-giả xem xét **đề-mục thiền-định tử-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 bậc cao giống như **đề-mục thiền-định nīlakasiṇa** đã trình bày trong phần vaṇṇakasiṇa.

### Đề-mục-tử-thi bất-tịnh có 2 pháp-hành

*Tử-thi bất-tịnh (asubha)* là đối-tượng của 2 pháp-hành: *Pháp-hành thiên-định* và *pháp-hành thiên-tuệ*.

- **Pháp-hành thiên-định:** *Tử-thi bất-tịnh (asubha)* có 10 đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh như đã được trình bày trong phần trước.

- **Pháp-hành thiên-tuệ:** *Tử-thi bất-tịnh (asubha)* có 9 đối-tượng được Đức-Phật thuyết giảng trong phần *thân niệm-xứ* trong bài kinh *Mahāsatipatṭhānasutta* (kinh Đại-tử-niệm-xứ) phần *Kāyānupassanā navasivathikapabba*.

Chín đối-tượng *tử-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* và *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 ba giới bốn loài.

(Xong 10 đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh)

### 3- 10 Đề-Mục Thiên-Định Niệm-Niệm (Anussati)

**Anussati** nghĩa là *niệm-niệm liên-tục* có chi-pháp là *saticetasika*: *Niệm tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* có 10 đề-mục thiên-định niệm-niệm làm đối-tượng.

*Anussati*: Niệm-niệm có 10 đề-mục thiên-định:

- 1- *Buddhānussati*: Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật.
- 2- *Dhammānussati*: Đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp.
- 3- *Samghānussati*: 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 thiên-định niệm-niệm (*anussati*) làm đối-tượng của pháp-hành thiên-định.

### 3.1- *Buddhānussati*: Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật

*Buddhānussati* là đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật.

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiên-định với đề-mục *Buddhānussati*: Đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật, có niệm tâm-sở đồng sinh với dục-giới 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*<sup>(1)</sup> phương pháp niệm 9 ân-Đức-Phật như sau:

“*Itipi so Bhagavā Arahaṃ Sammāsambuddho Vijjā-caraṇasampanno Sugato Lokavidū Anuttaro purisadam-masārathi Satthā devamanussānaṃ Buddho Bhagavā.*”

#### Ý nghĩa 9 ân-Đức-Phật

1- *Arahaṃ*: Đức-Thế-Tôn có ân-đức A-ra-ham là Đức A-ra-hán có thân, khẩu, ý hoàn toàn trong sạch

<sup>1</sup> Bộ Saṃyuttanikāya, Sagāthavagga, kinh Dhajaggasutta.

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 Sam-mā-sam-bud-dho 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 và Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái không còn dư sót, đặc biệt diệt được mọi tiền-khiên-tật, (vāsana) đã 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- **Vijjācaraṇasampanno**: Đức-Thế-Tôn có ân-đức Vij-jā-ca-ra-na-sam-pan-no 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 Su-ga-to 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 Lo-ka-vi-dū là 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 A-nut-ta-ro pu-ri-sa-dam-ma-sā-ra-thi 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 Sat-thā-de-va-ma-nus-sā-nam là Đức-Thiên-Nhân-Sư, Đức Thầy của chư-thiên, chư phạm-thiên, nhân-loại.

8- **Buddho**: Đức-Thế-Tôn có ân-đức Bud-dho là Đức-Phật chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ



dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái 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, 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 và 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 Bha-ga-vā 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-hãm)

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, *Arahạm*: Đức-Thế-Tôn có **ân-đức A-ra-hán**.

### **Arahạm có 5 ý nghĩa:**

- *Arahạm* có nghĩa là xứng đáng thọ nhận sự lễ bái cúng dường.
- *Arahạm* có nghĩa là đã xa lìa vĩnh viễn mọi phiền-não.
- *Arahạm* có nghĩa là đã diệt tận được mọi kẻ thù là phiền-não.
- *Arahạm* có nghĩa là đã phá hủy vòng luân-hồi trong ba giới bốn loài.
- *Arahạm* có nghĩa là không bao giờ làm điều ác ở nơi kín đáo.

### **Giải thích:**

1- *Arahạm* có ý nghĩa bậc xứng đáng thọ nhận sự lễ bái cúng dường như thế nào?

*Đức-Thế-Tôn* là *Bậc-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 *Bậc-Tối-Thượng* nhất trong toàn cõi-giới chúng-sinh, là *Bậc* 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”<sup>(1)</sup>.*

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.

2- *Araham 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.

<sup>1</sup> *Āṅguttaranikāya, phần Ekakanipāta.*

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** (*ditṭhi*) 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: *Hon 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 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-tùng-thời phiền-não (tadaṅgappahāna)* loại thô này.

- **Pariyuṭṭhānakilesa** đó là *phiền-não loại trung* phát sinh ở trong tâm, đó là *nīvaraṇa*:<sup>(1)</sup> *Pháp-chướng-ngại* 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 diệt bằng *pháp-hành thiền-định*.

Khi hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định dẫn đến chứng đắc *đệ nhất thiên sắc-giới*, nhờ có 5 *chi-thiền* có khả năng *diệt bằng cách chế-ngự* được 5 *pháp-chướng-ngại (vikkhambhanappahāna)* *phiền-não loại trung*.

- **Anusayakilesa**<sup>(2)</sup> 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 diệt bằng *pháp-hành thiền-tuệ*.

Khi hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-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.

<sup>1</sup> *Nīvaraṇa*: pháp-chướng-ngại có 5 pháp là tham-dục, sân-hận, buồn-chán - buồn-ngủ, phóng-tâm - hối-hận, hoài-nghi.

<sup>2</sup> *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.

### **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 biết 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.

75 pháp này cũng là đối-tượng của phiền-não ở bên ngoài mình, là kẻ thù bên ngoài.

Đối-tượng của phiền-não bên trong mình có 75 pháp và bên ngoài mình có 75 pháp gồm cả thấy 150 pháp, nhân với 10 loại phiền-não (*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-não.

Thật ra, 10 loại phiền-não trong 12 bất-thiện-tâm mới làm cho tâm bị ô nhiễm, làm cho tâm nóng nảy, khó chịu, khổ tâm, khổ thân.

Phiền-não 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 thiền sắc-giới, thiền vô-sắc-giới, 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 và 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*)<sup>1</sup> do 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 cõi-giới chúng-sinh, gọi là **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác (Sammāsambuddha)**, có danh hiệu là **Đức-Phật Gotama** độc nhất vô nhị.

Cho nên, **Đức-Thế-Tôn** có ân-đức Araham với ý nghĩa xa lìa vĩnh viễn mọi phiền-não, mọi tham-ái và tiền-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 phiền-não có 1.500 loại 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.

---

<sup>1</sup> 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 tích lũy từ vô số kiếp ở quá-khứ.



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**, có danh hiệu **Đức-Phật Gotama** độc nhất vô nhị.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có *Ấn-đức Araham* với ý nghĩa diệt tận được mọi kẻ thù là *phiền-não* không còn dư sót.

4- Arahamb 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-nhị-duyên-sinh” (*paṭiccasamuppāda*) có 12 chi-pháp:

- Do vô-minh làm duyên, nên các hành sinh.
- Do hành làm duyên, nên thức sinh.
- Do 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-nhị-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-nhị-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-nhị-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.
- \* *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-trâm-luân. Như Đức-Phật dạy:

“*Āsavaśamudayā avijjāśamudayo...*”<sup>(1)</sup>

“Do có sự sinh của 4 pháp-trâm-luân, nên có sự sinh của vô-minh ...”

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*.

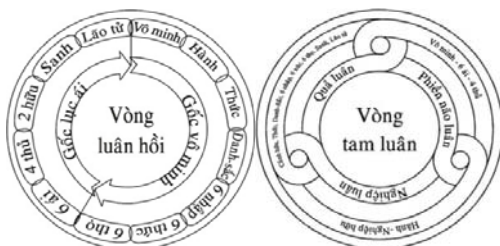
<sup>1</sup> Abhidhammapiṭaka Bộ Vibhaṅgapāli.

2- **Nghiệp-luân** gồm có 2 chi-pháp: *Hành, nghiệp-hữu*<sup>(1)</sup>.

3- **Quả-luân** gồm có 8 chi-pháp: *Cảnh-hữu, thức, danh-sắc, lục-xứ, lục-xúc, lục-thọ, sinh, lão tử ...*

Vòng tử sinh luân-hồi “*thập-nhị-duyên-sinh*” luân chuyển theo 3 luân: **Phiền-não-luân** → **ngiệp-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 tam-luân



### 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.

<sup>1</sup> 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.

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:

- *Nhãn-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 ném 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 được biết đối-tượng pháp không tốt.*

\* Sau khi chúng-sinh ấy chết, nếu **ác-nghiệp** có cơ hội cho quả tái-sinh kiếp sau thì sinh trong 4 cõi ác-giới (*địa-ngục, a-su-ra, nga-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 ném 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 sau thì sinh 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 sau hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 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 sau 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 sau hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 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-tê hơn cho đến hết tuổi thọ trên tầng trời ấy (chết), rồi tái-sinh kiếp sau trong cõi-giới khác tùy theo nghiệp và quả của nghiệp của vị phạm-thiên ấy.

Như vậy, gọi là *ngiệp-luân cho quả-luân* đối với tất cả chúng-sinh tử 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 phiến-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 phiến-não, *vô-minh*, *tham-ái*... khi có cơ hội thì phiến-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 *tứ-sinh luân-hồi* trong ba giới bốn loài.

**Tam-luân** này chuyển biến theo định luật nhân-quả như sau:

*Phiến-não-luân* là **nhân**, *ngiệp-luân* là **quả**; *ngiệp-luân* là **nhân**, *quả-luân* là **quả**; *quả-luân* là **nhân**, *phiến-não-luân* là **quả** cứ tiếp diễn như vậy theo *tam-luân* trong vòng *tứ-sinh luân-hồi thập-nhi-duyên-sinh*.



\* **Đức-Thế-Tôn** đã *diệt tận* được tất cả **1.500 loại phiền-não**, nhờ 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 phàm-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-Phật** 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 và 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-tán, 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 và 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 thiền-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 asesavirāgaṇirodhā 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 và 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**<sup>(1)</sup> 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 siêu-việt hoàn toàn trong sáng, thanh-tịnh đã phát sinh đến với Như-Lai.*

- *Này chư tỳ-khưu! Khi ấy, Như-Lai khẳng 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 thấy.”*

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, trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh, nên Ngài có ân-đức *Sammāsambuddho: Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*.

<sup>1</sup> Saṃyuttanikāya, Mahāvagga, kinh Dhammacakkappavattanasutta.

## Ñeyyadhamma

Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác đặc biệt biết đủ 5 pháp Ñeyyadhamma:

- *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.<sup>(1)</sup>
- *Nibbāna*: Niết-bàn, pháp diệt khổ-Thánh-đế.

Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác có 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 vit-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**.

<sup>1</sup> Sớ dĩ Chư Phật-Độc-Giác không thuyết-pháp tế độ chúng-sinh cùng 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.

### 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 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- **Trầm-luân-tận-minh** (*āsavakkhayañāṇa*) là trí-tuệ thiên-tuệ siêu-tam-giới, đó là 4 *Thánh-đạo-tuệ* diệt tận được 4 *pháp phiền-não trầm-luân* (*āsava*) không còn dư sót, đồng thời Đức-Thế-Tôn tận diệt được tất cả mọi *tiền-khiên-tật* (*vāsana*) do tích lũy từ vô lượng kiếp trong quá-khứ.

### **Bát-minh**

1- *Tiền-kiếp-minh* (*pubbenivāsānussatiñāṇa*).

2- *Thiên-nhãn-minh* (*dibbacakkhuñāṇa*).

3- *Trầm-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 danh-pháp sắc-pháp tam-giới, và trí-tuệ thiền-tuệ siêu-tam-giới chứng đắc 4 Thánh-đạo-tuệ, 4 Thánh-quả-tuệ và 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 thiền định.

Như trường hợp Đức-Phật-Gotama thuyết tạng Vi-Diêu-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** (*dibbasotañāṇa*) 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** (*Iddhividhañāṇa*) 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 lục 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 đàng hoàng, còn 4 - 5 miếng nữa đủ no, biết ngừng lại để dành uống nước, không dùng no quá.

4- **Tinh-tấn tinh-thức:** Ngày, đêm tinh-tấn hành phận sự, nghĩa là suốt ngày không ngủ, ban đêm có 3 canh:

- Canh đầu (khoảng từ 18 đến 22 giờ): *Ngồi hành đạo, đi kinh hành.*

- Canh giữa (khoảng từ 22 đến 2 giờ khuya): *Nằm nghỉ ngủ trong tư thế nằm nghiêng bên phải, có trí nhớ, trí-tuệ trước khi ngủ, sẽ thức dậy lúc cuối canh giữa.*

- Canh chót (khoảng từ 2 giờ đến rạng đông): *Hành đạo, đi kinh hành, ... gọi là tinh-tấn luôn luôn tinh thức.*

5- **Đức-tin:** Có đức-tin không lay chuyển.

6- **Trí nhớ:** Thường có trí nhớ.

7- **Hổ 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-tấn:** Có tâm tinh-tấn không ngừng nghỉ.

11- **Trí-tuệ:** Có trí-tuệ hiểu biết rõ tất cả các pháp.

12- **Đệ nhất thiên:** Có đệ nhất thiên sắc-giới và vô-sắc-giới.

13- **Đệ nhị thiên:** Có đệ nhị thiên sắc-giới và vô-sắc-giới.

14- **Đệ tam thiên:** Có đệ tam thiên sắc-giới và vô-sắc-giới.

15- **Đệ tứ thiên:** Có đệ tứ thiên sắc-giới và vô-sắc-giới.

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 Xú-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, 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 ngụ theo Thánh-đạo như thế nào?

Đức-Thế-Tôn ngụ theo Thánh-đạo hợp đủ 8 chánh là:

\* Chánh-kiến: Trí-tuệ chân-chính là trí-tuệ thiên-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 bậc đầu tiên chứng ngộ Niết-bàn bằng trí-tuệ thiên-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 ngụ 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 ngụ đến *Niết-bàn an-lạc tuyệt đối* mà thôi.

4- *Sugato có ý nghĩa ngụ 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 ngai 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: Bời 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 ngựa-quỷ, 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 *danh-uẩn*) trong tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-tướng-thiên.

*Đức-Thế-Tôn* biết rõ chúng-sinh nào có 5 *pháp-chủ*: *Tin-pháp-chủ, tấn-pháp-chủ, niệm-pháp-chủ, định-pháp-chủ, tuệ-pháp-chủ* già dặn hoặc còn non nớt, phiền-não ngậm ngậm 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- *Cõi nga-quỷ*: Chúng-sinh có tuổi thọ không nhất định.

4- *Cõi 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<sup>(1)</sup>.

- *Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Phạm-Phụ-thiên (Brahmapurohitā)*: Chư phạm-thiên có tuổi thọ 1/2 a-tăng-kỳ kiếp trụ.

<sup>1</sup> Vivattathāyī asankhyeyyakappa: a-tăng-kỳ kiếp trụ của trái đất.

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Đại-Phạm-thiên (*Mahābrahmā*): Chư phạm-thiên có tuổi thọ 1 a-tăng-kỳ kiếp trụ.

**2- Tầng trời đệ nhị 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.<sup>(2)</sup>

- 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-Âm-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 (*Subhakiṇhā*): 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.

---

<sup>2</sup> Đại-kiếp (*mahākappa*): trải qua 4 a-tăng-kỳ thành-trụ-hoại-không là 1 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 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-sở-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 (Nevaśāññānāśāññāyatana)*: 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 đem lại quả.*

- *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-uẩn*.

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-pi xô phá-gá-voa Á-nút-tá-rô pú-ri-xá-đăm-má-xa-rá-thi)

Nghĩa:

- *So Bhagavā*: *Đức-Thế-Tôn*.

- *Itipi*: Bởi 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-Thế-Tôn* 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 và 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 mầu cực kỳ nguy hiểm.

Một hôm, biết *Dạ-xoa Ālavaka* đi vắng, *Đức-Thế-Tôn* ngự đi đến lâu đài của y, ngự trên bảo tọa trong lâu đài của *Dạ-xoa Ālavaka*.

Nghe tin *Đức-Thế-Tôn* ngự trên bảo tọa của y, *Dạ-xoa Ālavaka* nổi cơn giận dữ, vô cùng bức tức, liền trở về ngay, y dùng mọi phép mầu cực kỳ nguy hiểm, để xua đuổi *Đức-Thế-Tôn* xuống khỏi bảo tọa, rời khỏi cung điện của y ngay tức khắc, nhưng y hoàn toàn bất lực, không xua đuổi *Đức-Thế-Tôn* 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-Thế-Tôn* không giải đáp đúng thì phải rời khỏi lâu đài của y ngay.

Thật ra, *Đức-Thế-Tôn* 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-Thế-Tôn* 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, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu*, có đức-tin trong sạch và không lay chuyển trong Tam-bảo.

### **Giáo hóa phạm-thiên tà-kiến trở thành chánh-kiến**

*Phạm-thiên Baka ở cung trời sắc-giới cõi Quang-Âm-thiên phát sinh thường-kiến mê lầm. Đức-Thế-Tôn 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-Thế-Tôn giáo hóa các loài súc-sinh như rông chúa Apalāla, rông chúa Cūlodara, rông chúa Mahodara, ... trở thành rông hiền lành.*

*Đức-Thế-Tôn giáo hóa tế độ voi chúa Nālāgiri rất hung dữ, trong cơn say, chạy đến để hại Đức-Thế-Tôn.*

*Đức-Thế-Tôn rải tâm từ đến voi chúa Nālāgiri, ngay tức khắc voi chúa tỉnh lại, bò đến quỳ mọp xuống hai bàn chân của Đức-Thế-Tôn.*

*Đức-Thế-Tôn giáo hóa tế 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-Thế-Tôn đặt tên là voi chúa Dhanapāla...*

*Đức-Thế-Tôn giáo hóa tế độ chúng-sinh có duyên lành nên tế độ, nghĩa là, những chúng-sinh ấy tiền-kiếp có liên quan với Đức-Thế-Tôn, 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-Thế-Tôn quan tâm đến để giáo hóa tế độ chúng-sinh ấy (nghĩa là không phải Đức-Thế-Tôn gặp chúng-sinh nào cũng đều giáo hóa tế độ chúng-sinh ấy được).*

*Đức-Thế-Tôn* giáo hóa những chúng-sinh mà không có một ai có thể giáo hóa tế độ được, không có một vị nào có thể sánh được với *Đức-Thế-Tôn*.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* 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 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 *vimuttiguṇa*: 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 tế 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 Xất-tha-đê-voá-má-nút-xa-năng)

Nghĩa:

- *So Bhagavā: Đức-Thế-Tôn.*

- *Itipi: Bởi Ngài là Bậc 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<sup>(1)</sup>.

**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<sup>(2)</sup>. 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.

<sup>1</sup> *Anguttaranikāya - Aṭṭhakanipata*, kinh Dīghajānūsutta.

<sup>2</sup> 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.

## 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 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<sup>(1)</sup>, 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.*

---

<sup>1</sup> 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.



Nên nghĩ rằng: *“Phần thu của ta hơn phần chi, hoặc phần chi của ta kém hơn phần thức-uần.”*

Trong cuộc sống, nếu phần thu tiền bạc của cải nhiều hơn mức phần chi thì tiền bạc của cải còn có phần dư 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-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả 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 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 rằng:

“Đức-Phật dạy:

“*Kammassako ’mhi kammadāyādo kammayoni kamma-bandhu kammappaṭisaraṇo, yaṃ kammaṃ karissāmi kalyāṇaṃ vā pāpakaṃ vā, tassa dāyādo bhavissāmi*”<sup>(1)</sup>.

<sup>1</sup>Ang., phần Pañcakanipāta, Abhiṇhapaccavekkhitabathānasutta.

*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 quả khổ của ác-nghiệp ấy.*

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 phạt, 75 điều học, 14 pháp hành, ... trong sạch trọn vẹn.

- Vị tỳ-khưu có tứ thanh-tịnh giới, có tỳ-khưu-giới 227 điều-giới, 14 pháp-hành, tỳ-khưu-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 bần xìn, 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. Còn những phần của cải còn lại không chắc là của mình, mà thuộc về **của chung** đối với mọi người.*

*Nếu ta không biết sử dụng của cải đem ra tạo phước-thiện bố-thí, qua thời gian thì của cải ấy cũng bị hư mất, không tồn tại lâu dài được.*

*Nếu ta biết sử dụng của cải ấy, đem ra tạo phước-thiện bố-thí, thì trở thành đại-thiện-nghiệp bố-thí của mình sẽ cho quả an-lạc trong kiếp hiện-tại và những kiếp vị-lai nữa.*

*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 thiên-tuệ tam-giới thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của sắc-pháp, danh-pháp, 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 dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, và có trí-tuệ thiên-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 giặn 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 và Niết-bàn tùy theo năng lực của các pháp-hạnh ba-la-mật và 5 pháp-chủ như sau:

- Có số chứng đắc Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu.

- Có số chứng đắc đến Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhất-lai.

- Có số chứng đắc đến Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Bất-lai.

- Có số chứng đắc đến A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả và 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, chư-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-pí 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 và 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 và 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, Buddho: 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 và 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 và 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 (*paṭisambhidāñāṇa*).
- 6 trí-tuệ cá-biệt (*asādhāraṇañāṇa*).
- 10 trí-tuệ-lực (*dasabalañāṇa*), ...

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-tí-pí 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 từ 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<sup>(1)</sup> 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 nguyên 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

<sup>1</sup> A-tăng-kỳ dịch âm từ Pāli: Asaṅkheyya nghĩa là vô số.

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<sup>(1)</sup> nữa, Đức-Bồ-tát Đạo-sĩ Sumedha này sẽ trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác có danh hiệu là Đức-Phật Gotama.”

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) bắt 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

---

<sup>1</sup> 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.

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-tấn 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*<sup>(1)</sup> 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 và 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.*

<sup>1</sup> Cây Assattha đó là cây **Đại-Bồ-đề** đồng sinh với Đức-Bồ-tát Siddhattha trong ngày rằm tháng tư, cách nay tròn đúng 35 năm.

### 1- Thế nào gọi Issariya: Tự chủ?

Đức-Thế-Tôn có tâm tự chủ trong các tam-giới pháp và siêu-tam-giới pháp.

- *Tâm tự chủ trong tam-giới pháp*: Đức-Thế-Tôn hóa phép thần thông song hành (yamakapaṭihāriya), có 2 luồng nước và lửa phát xuất từ kim thân của Đức-Phật: Một luồng nước phát ra từ lỗ mũi bên phải, một luồng lửa phát ra từ lỗ mũi bên trái, rồi thay đổi, một 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 siêu-tam-giới pháp*: Đức-Phật thuyết pháp xong, các hàng Thanh-văn đệ-tử đồng thanh nói lên lời hoan hỷ “Sādhu! Sādhu!” trong thời gian khoảnh 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 siêu-tam-giới pháp 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 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-Tương-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, chu-thiên, Phạm-thiên đến hầu đánh 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 cùng 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 khổ 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 cùng 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-Thê-Tôn có sự tinh-tân không ngừng thực-hành *Buddhakkica*<sup>(1)</sup>: 5 phận sự của Đức-Phật:

### 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-khuru 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 bục giảng, Ngài khuyên dạy chư tỳ-khuru rằng:

“*Bhikkhave appamādena sampādettha,  
Dullabho Buddhuppādo lokasmim,  
Dullabho manussattapaṭilābho,  
Dullabhā khaṇasampatti,  
Dullabhā pabbajjā,  
Dullabhaṃ saddhammassavanam.*”

- Nay chư tỳ-khuru! Các con hãy nên cố gắng hoàn thành mọi phận sự từ Thánh-đế, bằng pháp không dễ duôi (thất-niệm), tiến hành Tứ-niệm-xứ.

<sup>1</sup> Bộ Chú-giải *Anguttaranikāya*, phần *Ekanipāta*...

- \* 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-khưu 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-khưu chớ nên dễ dãi (thất-niệm).

Sau khi khuyên dạy xong, Đức-Phật ngự vào cốc Gandhakuṭi, còn chư tỳ-khưu mỗi vị ở một nơi, để thực-hành pháp-hành thiên-định, hoặc thực-hành pháp-hành thiên-tuệ.

*- Phận sự canh đầu đêm như thế nào?*

*Canh đầu:* Đức-Phật giáo huấn chư tỳ-khưu, có số tỳ-khưu hỏi pháp, luật; có số tỳ-khưu xin thọ pháp-hành thiên-định, xin thọ pháp-hành thiên-tuệ; có số tỳ-khưu nghe Đức-Phật thuyết pháp.

Qua hết canh đầu, chư tỳ-khưu 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 Gandhakuti 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 tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và 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, để tế độ chúng-sinh ấy.

Mỗi ngày, mỗi đêm Đức-Thế-Tôn thực-hành đầy đủ 5 phần 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 Arahaṃ, Sammāsambuddho, Vijjācaraṇasampanno, Sugato, Lokavidū, Anuttaro purisadammasārathi, 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 Arahaṃ.*
- 2- *Itipi so Bhagavā Sammāsambuddho.*
- 3- *Itipi so Bhagavā Vijjācaraṇasampanno.*
- 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 ân-Đức-Phật thứ nhất: *Itipi so Bhagavā Araham, ... Itipi so Bhagavā Araham, ...*

Hoặc: Niệm ân-Đức-Phật thứ tám: *Itipi so Bhagavā Buddho, ... Itipi so Bhagavā Buddho, ...*

Hoặc: Niệm ân-Đức-Phật thứ chín: *Itipi so Bhagavā Bhagavā, ... Itipi so Bhagavā Bhagavā, ...*

Hành-giả tâm niệm câu 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 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 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 *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*

*thiền-pháp, sắc-giới thiền-pháp, vô-sắc-giới thiền-pháp cho đến siêu-tam-giới thiền-pháp.*

**Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật** 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-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 thiền sắc-giới nào.

Vì vậy, *tâm cận-định* này vẫn còn là *dục-giới thiền-tâm* có *dục-giới 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.

Tuy nhiên, *tâm cận-định* này 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 và Niết-bàn* được.

Như Đức-Phật dạy:

- *Này chư tỳ-khưu! Có một pháp-hành mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần thực, chắc chắn dẫn đến phát sinh trí-tuệ thiền-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 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 và 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 thực, chắc chắn dẫn đến phát sinh trí-tuệ thiên-tuệ nhằm 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 và Niết-bàn<sup>(1)</sup>.*

Qua lời giáo huấn trên của Đức-Phật, thì *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* thuộc về pháp-hành thiền-định mà có khả năng chuyển sang làm nền tảng, làm đối-tượng thiền-tuệ của *pháp-hành thiền-tuệ* nữa.

### **Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật**

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 thiền-định*, hành-giả thực-hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật 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-Phật* 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** là đối-tượng của *pháp-hành thiền-tuệ* 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*.

<sup>1</sup> *Anguttaranikāya, phần Ekadhammapāli.*

## 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?

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 thiên-tuệ thì cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp** là đối-tượng của pháp-hành thiên-tuệ 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 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 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 thuộc trong phần **tâm niệm-xứ** của pháp-hành tứ-niệm-xứ, và **tâm cận-định** là dục-giới thiện-tâm phân tích theo **danh-pháp, sắc-pháp** như sau:

- **Dục-giới thiện-tâm** thuộc về **danh-pháp**, và dục-giới 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** và **sắc-pháp** liên quan với nhau làm *đối-tượng thiên-tuệ*.

**\* Phân tích theo ngũ-uẩn**

**Tâm cận-định** này là **dục-giới thiện-tâm** có 38 *tâm-sở* đồng sinh với tâm này, phân tích theo *ngũ-uẩn* như sau:

- **Dục-giới thiện-tâm** này thuộc về thức-uẩn.
- *Thọ tâm-sở* đồng sinh với **dục-giới thiện-tâm** này thuộc về thọ-uẩn.
- *Tưởng tâm-sở* đồng sinh với **dục-giới thiện-tâm** này thuộc về tưởng-uẩn.
- *Các tâm-sở còn lại* đồng sinh với **dục-giới 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, sắc-pháp**.

**Thực-hành pháp-hành thiên-tuệ**

Thực-hành **pháp-hành thiên-tuệ** có *đối-tượng thiên-tuệ* **danh-pháp, sắc-pháp** này hoặc **ngũ-uẩn** này 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* (hoặc *sắc-pháp*) 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, mỗi sắc-pháp* như vậy, làm đối-tượng thiền-tuệ cho các **trí-tuệ thiền-tuệ** phát triển thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của *danh-pháp, sắc-pháp*, thấy rõ, biết rõ **3 trạng-thái chung**: *Trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã của danh-pháp, sắc-pháp; trí-tuệ thiền-tuệ* phát triển theo tuần tự dẫn đến *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc *4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và 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 thiền-tuệ để thực-hành pháp-hành thiền-tuệ.

Như Đức-Phật dạy:

- “*Này chư tỳ-khuru! Pháp-hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật, mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần thực, chắc chắn dẫn đến phát sinh trí-tuệ thiền-tuệ nhằm 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 và Niết-bàn.*”

### **Quả-báu đặc biệt 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 thiền-định*, mà có khả năng chuyển sang làm nền tảng, làm đối-tượng thiền-tuệ, hành-giả tiếp tục thực-hành pháp-hành thiền-tuệ với đối-tượng thiền-tuệ ấy dẫn đến *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-*

đạo, 4 Thánh-quả và 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 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 toả ra.
- Miệng có mùi thơm tho toả 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 và Niết-bàn, ...

Đó là những quả-báu đặc biệt của 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 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*<sup>(1)</sup> 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 và Niết-bàn nào, rồi tự thấy, tự biết Thánh-đạo, Thánh-quả và Niết-bàn ấy bằng trí-tuệ thiên-tuệ của mình.

3- *Akāliko dhammo*: Chánh-pháp đó là 4 Thánh-đạo cho quả tương xứng 4 Thánh-quả không có thời gian

<sup>1</sup> Bộ Saṃyuttanikāya, Sagāthavagga, kinh Dhajaggasutta.

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 thăm-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).*

- *Bát-lai Thánh-đạo (Anāgāmimagga).*
- *A-ra-hán Thánh-đạo (Arahattamagga).*

\* 4 Thánh-quả:

- *Nhập-lưu Thánh-quả (Sotāpattiphala).*
- *Nhất-lai Thánh-quả (Sakadāgāmi-phala).*
- *Bát-lai Thánh-quả (Anāgāmi-phala).*
- *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 và 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 thiên-định, thực-hành pháp-hành thiên-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-y 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 thiên-định* và *pháp-hành thiên-tuệ*.

- *Pháp-hành-định*: Hành-giả thực-hành *pháp-hành thiên-định* dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới, 4 bậc thiên vô-sắc-giới.

- *Pháp-hành-tuệ*: Hành-giả thực-hành *pháp-hành thiên-tuệ* làm cho phát sinh *trí-tuệ thiên-tuệ* thấy rõ, biết rõ *sự sinh, sự diệt* của danh-pháp sắc-pháp; 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* và *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 và 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 và 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 và 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 và 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 và 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 (*samucchadappahāna*) 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 tịnh (*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 (nissaraṇappahāna)*.

Theo định luật tự nhiên, sau khi đã chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả và Niết-bàn nào rồi, thì bậc Thánh-nhân có trí-tuệ quán-triệt (*paccavekkhaṇañāna*) 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 được.
- 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, ngạ-quỷ, a-su-*

*ra, súc-sinh*), chỉ còn tái-sinh ở cõi người, 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 ba giới bốn loài.

Vì vậy, *ân-Đức-Pháp* này gọi là ***Sanditṭhiko dhammo***.

### 3.2.3- Ân-Đức-Pháp Akāliko Dhammo

*Akāliko dhammo*.

(Cách đọc: *Á-ca-li-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:

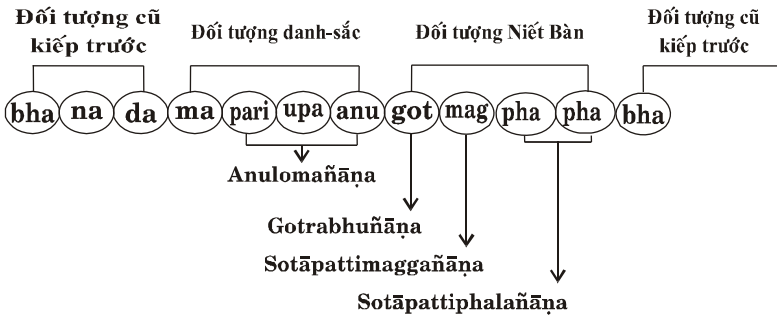
*Thánh-đạo-tâm, Thánh-quả-tâm* cùng trong một *Thánh-đạo lộ-trình-tâm (Maggavīthiccitta)*. Ví dụ:

Trong *Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm (Sotāpatti-maggavīthiccitta)* các tâm sinh diệt theo tuần tự như sau:



*Bhavaṅgacitta, Bhavaṅgacalana, Bhavaṅgupaccheda, Manodvāravajjanacitta, Parikamma, Upacāra, Anuloma, Gotrabhū, Sotāpattimaggacitta, Sotāpattiphacitta (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- *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*: *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- *Gotrabhū*: *Chuyển-dòng từ phàm-nhân lên Thánh-nhân*, (vt. got)
  - 9- *Sotāpattimaggacitta*: *Nhập-lưu Thánh-đạo-tâm, 1 sát-na-tâm* (vt. mag)
  - 10- *Sotāpattiphacitta*: *Nhập-lưu Thánh-quả-tâm, 2-3 sát-na-tâm* (vt. pha)
  - 11- *Bhavaṅgacitta*: *Hộ-kiếp-tâm*, (vt. Bha)
- Chấm 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-giã.

- *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-xí-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 và 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* và *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 thủ 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* và *Niết-bàn*, để mong giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

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 thăm-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

này, chẳng bao giờ được *an-lạc thật sự*. Cho nên, dập tắt lửa phiền-não<sup>(1)</sup> là việc cần kíp, không nên chậm trễ.

Để *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* (*samucchedappahāna*).

- **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-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 ba giới bốn loài.

\* *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 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 ba giới bốn loài.

\* *Bậc Bất-lai Thánh-đạo-tuệ* có khả năng diệt tận được 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-

<sup>1</sup> 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.

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 ba giới bốn loài.

\* *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, ngạ-quỷ, súc-sinh).

Muốn giải thoát khỏi *khổ-tái-sinh*, thì chỉ có chứng đắc 4 *Thánh-đạo, 4 Thánh-quả* và *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* và *Niết-bàn* mà thôi. Dù cho lửa cháy trên đầu cũng không quan tâm, bởi vì, họ suy xét rằng: *“Lửa cháy trên đầu chỉ làm khổ (nóng nảy) một kiếp hiện-tại này, nhưng phiền-não chưa diệt tận được không chỉ làm khổ (nóng nảy) trong kiếp hiện-tại, mà còn khổ 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 và 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 và 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 (*vipañcitaññū*) này có trí-tuệ bậc trung, khi lắng nghe pháp đầu đề xong, lắng nghe tiếp theo lời giảng giải, khai triển, bậc thiện-trí

này thực-hành *pháp-hành thiền-tuệ*, có khả năng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả và Niết-bàn ngay khi ấy.

3- *Bậc thiện-trí có trí-tuệ bậc hạ:*

*Bậc thiện-trí có trí-tuệ bậc hạ (neyya)* này có trí-tuệ bậc hạ, khi lắng nghe pháp đầu đề, lắng nghe tiếp theo lời giảng giải, khai triển xong rồi, bậc thiện trí này còn cần phải gân gỏi, 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 thiền-tuệ* trải qua một thời gian, mới có khả năng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả và 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* đã bị diệt tận được, *phiền-não* chưa diệt tận được.

- Sau *Nhất-lai Thánh-đạo lộ-trình-tâm* có 5 lộ-trình-



tâm phát sinh theo tuần tự làm phạm sự quán triệt *Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, phiền-não* đã bị diệt tận được, *phiền-não* chưa diệt tận được.

- Sau *Bất-lai Thánh-đạo lộ-trình-tâm* có 5 lộ-trình-tâm phát sinh theo tuần tự làm phạm sự quán triệt *Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, phiền-não* đã bị diệt tận được rồi, *phiền-não* chưa diệt tận được.

- Sau *A-ra-hán Thánh-đạo lộ-trình-tâm* có 4 lộ-trình-tâm phát sinh theo tuần tự làm phạm sự quán triệt *A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn, mọi phiền-não* còn lại đã bị diệt tận được 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 thiên siêu-tam-giới có đối-tượng Niết-bàn*, thì bậc Thánh-nhân ấy có khả năng *nhập Thánh-quả-tâm* với bậc thiên 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 ***paccattam veditabbo viññūhi***.

### **Ân-Đức-Pháp-bảo được thực chứng**

Trong bài kinh *Brahmaṇasutta*<sup>(1)</sup>, Đức-Phật thuyết về ân-Đức-Pháp-bảo được thực chứng, tự thấy, tự biết do chính mình, được tóm lược như sau:

Một thưở nọ, một vị Bà-la-môn đến đánh lễ Đức-Thế-Tôn xong, ngồi một nơi hợp lẽ, bèn bạch hỏi Đức-Thế-Tôn rằng:

- *Kính bạch Đức-Thế-Tôn, do nhân nào mà ân-đức-Pháp-bảo gọi là Sandiṭṭhiko, Akāliko, Ehipassiko, Opaneyyiko, Paccattam veditabbo viññūhi?*

Đức-Thế-Tôn truyền dạy rằng:

<sup>1</sup> *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-Thế-Tôn, rồi ông kính xin quy y nơi Đức-Thế-Tôn, xin quy y nơi Đức-Pháp-bảo, xin quy y nơi tỳ-khuru Tăng-bảo.

Ông kính xin Đức-Thế-Tôn công nhận ông là một cận-sự-nam đã quy y Tam-bảo, kể từ đó cho đến trọn đời.

### Niết-bàn là pháp để chứng ngộ

Trong bài kinh *Nibbutasutta*<sup>(1)</sup>, Đức-Thế-Tôn 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-Thế-Tôn xong, ngồi một nơi hợp lẽ, bèn bạch hỏi Đức-Thế-Tôn 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-Thế-Tôn 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 chịu nỗi khổ-tâm, nỗi 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-Thế-Tôn, rồi ông kính xin quy y nơi Đức-Thế-Tôn, xin quy y nơi Đức-Pháp-bảo, xin quy y nơi tỳ-khru-Tăng-bảo.

Ông kính xin Đức-Thế-Tôn công nhận ông là một cận sự nam đã quy y Tam-bảo, kể từ đó cho đến trọn đời.

<sup>1</sup> *Anguttaranikāya*, phần *Tikanipāta*, kinh *Nibbutasutta*.

## 6 ân-Đức-Pháp

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** 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** và **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** và **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 Dhajjaggasutta như sau:

“*Svākkhāto Bhagavatā dhammo, Sandiṭṭhiko, Akāliko, Ehipassiko, Opaneyyiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhi...*”

Hành-giả thực-hành 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 phân tích 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 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 ấy, 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 thiền-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 *dục-giới 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 thiền-định vô cùng vi-tê, 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** (*upacārasamāधि*) mà thôi, không có khả năng chứng đạt đến *an-định* (*appanāsamāधि*), nên không thể chứng đắc bậc thiền sắc-giới nào.

Vì vậy, *tâm cận-định* này vẫn còn là *dục-giới thiện-tâm có dục-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 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 và Niết-bàn được.

Như Đức-Phật dạy:

- *Này chư tỳ-khuru! Có một pháp-hành mà hành-giả*

đã tiến hành, đã hành thuần thực, 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 và 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 6 ân-Đức-Pháp, mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần thực, 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 và Niết-bàn.*<sup>(1)</sup>

Qua lời giáo huấn trên của Đức-Phật, thì đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp thuộc về pháp-hành thiền-định mà có khả năng chuyển sang làm nền tảng, làm đối-tượng thiền-tuệ của pháp-hành thiền-tuệ nữa.

### **Đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp**

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** (*upacārasamāhi*) (Phương pháp đã được trình bày ở phần trước).

<sup>1</sup> *Anguttaranikāya*, phần *Ekaḍhammapāli*.



- **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 thiền-tuệ thì hành-giả cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp** là đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ 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 Thiền-Tuệ**

**Cận-định** của đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp làm nền tảng, làm đối-tượng-thiền-tuệ, để thực-hành pháp-hành thiền-tuệ như thế nào?

Sau khi hành-giả đã thực-hành đề-mục thiền-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 thiền-tuệ thì cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp** là đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ 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 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 thiện-tâm làm phạm 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 thuộc trong phần *tâm niệm-xứ* của pháp-hành tứ-niệm-xứ, và *tâm cận-định* là *dục-giới thiện-tâm* phân tích theo *danh-pháp, sắc-pháp* như sau:

- *Dục-giới thiện-tâm* thuộc về *danh-pháp* và *dục-giới thiện-tâm* này phát sinh do nương nhờ *hadayavattthurūpa*: Sắc-pháp là nơi sinh của ý-thức-tâm thuộc về *sắc-pháp*.

Như vậy, *danh-pháp* và *sắc-pháp* liên quan với nhau làm *đối-tượng thiên-tuệ*.

\* **Phân tích theo ngũ-uẩn**

*Tâm cận-định* này là *dục-giới thiện-tâm* có 38 *tâm-sở* đồng sinh với tâm này, phân tích theo *ngũ-uẩn* như sau:

- *Dục-giới thiện-tâm* này thuộc về *thức-uẩn*.

- *Thọ tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* này thuộc về *thọ-uẩn*.

- *Tưởng tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* này thuộc về *tưởng-uẩn*.

- *Các tâm-sở còn lại* đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* này thuộc về *hành-uẩn*.

- *Hadayavattthurūpa*: 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, sắc-pháp*.

(Phần thực-hành pháp-hành thiên-tuệ về 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 đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp

Do năng lực của *dục-giới 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 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*<sup>(1)</sup> về phương pháp niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng như sau:

“*Suppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Ujuppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Ñāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Sāmicippaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha-purisapuggalā esa Bhagavato sāvakaṣaṃgho Āhuneyyo, Pāhunēyyo, Dakkhineyyo, Añjalīkaraṇīyo, Anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassa.*”

#### Ý nghĩa 9 ân-Đức-Tăng

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.

<sup>1</sup> Bộ Saṃyuttanikāya, Sagāthavagga, kinh Dhajaggasutta.

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 lăm lặc.

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 và Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

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 chứng-sinh tôn kính, lễ bái, cúng dường đến quý Ngài.

*Yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭhapurisapuggalā 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 (*Sakadāgāmimagga*).
- Bất-lai Thánh-đạo (*Anāgāmimagga*).
- A-ra-hán Thánh-đạo (*Arahattamagga*).
- Nhập-lưu Thánh-quả (*Sotāpattiphala*).
- Nhất-lai Thánh-quả (*Sakadāgāmi-phala*).
- Bất-lai Thánh-quả (*Anāgāmi-phala*).
- 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- *Ān-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-tấn, chánh-niệm, chánh-định*), trở thành bậc Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn có 4 đôi thành 8 bậc Thánh.

2- *Ān-Đức-Tăng-Bảo Āhuneyyo, Pāhunēyyo, Dakkhineyyo, Añjalīkaraṇīyo, Anuttaraṃ puññakkhettaṃ 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 và Niết-bàn*, trở thành bậc *Thánh-nhân* mới có đủ 9 ân-Đức-Tăng này. Còn chư tỳ-khưu *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 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* và *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 tảng để thực-hành *pháp-hành thiên-định*, hoặc thực-hành *pháp-hành thiên-tuệ*.

- **Pháp-hành định**: Đó là thực-hành *pháp-hành thiền-định*, chư tỳ-khưu thanh-văn 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*.

Khi nhập bậc thiền, hành-giả hưởng sự an-lạc trong bậc thiền ấy, hoặc để làm nền tảng cho *pháp-hành thiền-tuệ*.

- **Pháp-hành tuệ**: Đó là thực-hành *pháp-hành thiền-tuệ*, chư tỳ-khưu thanh-văn thực-hành *pháp-hành thiền-tuệ* dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả* và *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 *Supaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

### 3.3.2- Ân-Đức-Tăng Ujuppaṭipanno

*Ujuppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

(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 lăm lặc.

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 và 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 Ñāyappaṭipanno

*Ñāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*

(Cách đọc: *Nha-giáp-pá-ti-păn-nô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô*)

**Ñāyappaṭipanno:** 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 ngụt 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 nẩy do 11 thứ lửa: Lửa tham-dục, lửa sân-hận, lửa si-mê, lửa sinh, lửa già, lửa chết, lửa sầu-não, lửa khóc-than, lửa

*khô-thân, lửa khô-tâm, lửa thống-khô 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.*

Pháp-hành dẫn đến chứng ngộ Niết-bàn đó là **pháp-hành bát-chánh-đạo**. 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-Thế-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 và 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*<sup>(1)</sup> 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,*

<sup>1</sup> Bộ Chú-giải Dīghanikāya, Mahāvagga, kinh Mahāsatipatṭhānasutta.

*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 đưa con gái:

*- Nay con gái yêu quý! Buổi trưa, con nấu cháo hạt tằm trộn với rau, để mẹ về ăn nghe!*

Trong khi hai mẹ con bà thí chủ đang nói chuyện với nhau, khi ấy, Ngài Trưởng-lão Ayyamitta đi khất thực đứng nghe được câu chuyện giữa hai mẹ con.

Ngài tự dạy mình rằng:

*- Nay Ayyamitta! Ngươi 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 ngươi.*

*Làm như vậy, không phải bà mong được những thứ của cải gì nơi ngươi, 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, ngươi có thể đáp ứng được hay không?*

*Vì vậy, nếu ngươi 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 apāpuñitvā na nikkhamissāmi.”*

*“Chưa chứng đắc đến A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả và 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 và 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, đứa em gái cung kính dâng phân vật thực vào bát cúng dường đến Ngài Trưởng-lão Ayyamitta.

Đứa 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 khất 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 thâm nghĩ rằng:

*“Vị tỳ-khưu 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 và 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 sāvaka-saṃgho*.

\* *Cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā, esa Bhagavato sāvaka-saṃgho:*

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 (*Sakadāgāmiciphala*).
- Bất-lai Thánh-quả (*Anāgāmiciphala*).
- A-ra-hán Thánh-quả (*Arahattaphala*).

**4 bậc Thánh-nhân**

- Bậc Thánh Nhập-lưu (*Sotāpanna*).
- Bậc Thánh Nhất-lai (*Sakadāgāmi*).
- Bậc Thánh Bất-lai (*Anāgāmi*).
- 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*<sup>(1)</sup> và vị thiên-nam *Añkura* trong cõi Tam-thập-tam-thiên được tóm lược như sau:

\* Tiền-kiếp của vị thiên-nam *Indaka* này sinh trong cõi người trong thời-kỳ Phật-giáo, đã từng tạo phước-thiện bố-thí cung-kính cúng dường đến Ngài Trưởng-lão *Anuruddha* chỉ có **một muông com**, mà sau khi chết, đại-thiện-nghiệp bố-thí ấy cho quả tái-sinh kiếp sau hóa-sinh làm vị thiên-nam *Indaka* trên cõi trời Tam-thập-tam-thiên.

<sup>1</sup> Bộ Dhammapadaṭṭhakathā trong tích Devorohaṇavatthu.



\* Tiên-kiếp của vị *thiên-nam Ankura* này 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 sau hóa-sinh làm vị *thiên-nam Indaka* 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 Ankura* ngồi bên trái của Đức-Phật. Mỗi khi có vị thiên-nam hoặc vị phạm-thiên có nhiều oai lực đến, vị *thiên-nam Ankura* phải lùi ra sau, nhường chỗ cứ như vậy cách xa Đức-Phật 12 do-tuần<sup>(1)</sup>. 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 người thường gấp bội không sao kể được.

\* *Đức-vua trời Sakka*<sup>(2)</sup> 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 sau 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-khưu-Tăng, sau khi chết, đại-thiện-nghiệp ấy

<sup>1</sup> Mỗi do-tuần khoảng 20 cây số.

<sup>2</sup> Dhammapadattakathā trong tích Mahākassapatherapiṇḍapātadinnavatthu.

cho quả tái-sinh kiếp sau 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 phận.

Một hôm, Đức-vua trời Sakka dùng thiên nhãn thấy Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa nhập diệt-thọ-tướng 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-tướng.

Đức-vua trời Sakka truyền gọi bà 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 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 rằng:

- 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 thơm 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 tội phạt nghèo nàn, vì quả báu, oai lực không sánh được với chư vị thiên-nam, vị thiên-nữ, mà tiền-kiếp đã từng tạo phước-thiện bố-thí cúng dường đến Đức-Phật, đến chư tỳ-khưu Đại-Đức-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-Thế-Tôn 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-Thế-Tôn, 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-hú-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 thí 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-khưu Thánh-Tăng, chư tỳ-khưu 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-trụ-hoại-không, mà không có một Đức-Phật nào xuất hiện trên thế gian, thì cũng không có chư tỳ-khưu Thánh-Tăng, chư tỳ-khưu 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-khưu Thánh-Tăng, chư tỳ-khưu 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-khưu Thánh-Tăng, chư tỳ-khưu phàm-Tăng, người thí chủ có đức-tin trong

sạch nơi Tam-bảo, nên tôn kính đón rước, lễ bái cúng dường đến chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phạm-Tăng sẽ được nhiều quả báu cao quý lớn lao vô lượng.

Trong bài kinh *Kulasutta*<sup>(1)</sup> 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 bủn xỉn, ... 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, ...*

<sup>1</sup> *Āṅguttaranikāya, 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 sāvakaṃgho*.

### 3.3.7- Ân-Đức-Tăng Dakkhiṇeyyo

*Dakkhiṇeyyo Bhagavato sāvakaṃgho*

(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. Người 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 mọi 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 hương 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 cháy.

Trong bộ Vimānavatthu, tích *Ācāmadāyikāvimāna*, được tóm lược như sau:

Một bà già nghèo khổ ăn mày, sống nhờ đấng 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 xả diệt-thọ-tướng, 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 phân đống 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 cơm cháy đến, Ngài Đại-Trưởng-lão liền mở nắp bát, bà thành kính cúng dường, đặt miếng cơm 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 chỗ ngồi, rồi kính thỉnh Ngài Đại-Trưởng-lão.

Khi ấy, *Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa* ngồi thọ thực miếng cơm 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 sau 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**<sup>(1)</sup>

Nga-quỷ thân mẫu của Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* được tóm lược như sau:

Nữ nga-quỷ mà tiền-kiếp của bà đã từng là thân mẫu của tiền-kiếp thứ 5 của Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* (kể từ kiếp hiện-tại).

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 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.

<sup>1</sup> Bộ *Petavatthu*, tích *Sāriputtattheramātupeta*.

Kiếp này nữ nga-quỷ nhớ lại tiền-kiếp đã từng là thân mẫu của Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, muốn đến nương nhờ nơi Ngài Đại-Trưởng-lão, vị thiên-nam giữ công 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 thân mẫu 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 khếp nép, Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta nhìn thấy nữ nga-quỷ, với tâm bi, bèn hỏi:

*- Này nữ nga-quỷ! Ngươi có thân trần truồng, hình dáng đáng thương, ốm yếu da bọc xương, đứng run rẩy. Ngươi là ai, lão Tăng tế độ ngươi 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 thân mẫu 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 thân mẫu 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 thân mẫu 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 chỗ ở của chư tỳ-khuru-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-khuru-Tăng từ bốn phương, có Đức-Phật chủ trì, rồi hồi hướng phần phước thiện này đến cho nữ nga-quỷ đã từng là thân mẫu 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 Mahāmogallāna hỏi thiên-nữ rằng:

- *Này thiên nữ! Ngươi có sắc đẹp tuyệt trần, nhiều oai lực đặc biệt, có hào quang sáng chói khắp mọi nơi như vàng trắng sáng, có lâu đài nguy nga tráng lệ.*

*Do nhờ phước-thiện gì mà ngươi có được những quả báu trong cõi trời, đáng hài lòng như vậy?*

Vị thiên-nữ bạch với Ngài Trưởng-lão Mahāmogallāna rằng:

- *Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, trong tiền-kiếp con từng là thân mẫu 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 hỏi 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<sup>(1)</sup>**

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! Người 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 Sāvatti. Bà Visākhā cho người xây cất ngôi chùa Pubbārama, sau đó, bà làm lễ kính dâng ngôi chùa ấy đến chư tỳ-khuru Đại-đức-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

<sup>1</sup> 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-não, nên thân, khẩu, ý của quý Ngài hoàn toàn trong sạch thanh-tịnh, không còn bị ô nhiễm bởi phiền-não. 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-khuru-Tăng trong kinh *Samghavandanāsutta*<sup>(1)</sup>, được tóm lược như sau:

- *Này chư tỳ-khuru! Khi Đức-vua trời Sakka cỡi Tam-*

<sup>1</sup> Samyuttanikāya, Sagāthavagga, kinh Sanghavandanāsutta.

*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 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 lễ nên cung kính Đức-Thiên-Vương. Vì sao Hoàng-Thượng lại đánh lễ chư tỳ-khuru-Tăng ấy.*

*Vậy, kính xin Hoàng-Thượng 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 ngộ.*

*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 Sakka như vậy, Mātali bèn tâu rằng:*

- *Muôn tâu Đức-Thiên-Vương, Hoàng-Thượng 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 ngự 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 phạm-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-Thế-Tôn 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*<sup>(1)</sup>, 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.
- *Sukha*: Thân tâm thường được an-lạc.

<sup>1</sup> Dhammapadagāthā, tích *Āyuvaddhanakūmāravatthu*.

- *Bala*: Có sức mạnh thân tâm.

- *Paṭibhāṇa*: 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-khét-tăng lô-cắt-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 *kammaṣakatā sammādiṭṭhi*: Trí-tuệ chánh-kiến thấy

*đúng nghiệp là của riêng mình* biết gieo giống hợp pháp phước-thiện dù ít dù nhiều nơi chur tý-khuru Thánh-Tăng, hoặc chur tý-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 và Niết-bàn siêu-tam-giới*, hầu mong giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

**\* Tích thiên-nữ Lajādevadhīta<sup>(1)</sup>**

Tích thiên-nữ Lajādevadhīta 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 xa diệt-thọ-tưởng 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 khất 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 tào phước-thiện bố-thí để bát cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão.

Trong khi cô đang phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan hỷ với phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão, trên đường trở lại chỗ ở, cô bị một con rắn độc cắn chết. Do nhờ phước-thiện cúng-dường ấy cho quả tái-sinh kiếp sau làm thiên-nữ có tên là Lajādevadhīta trong cõi trời Tam-thập-tam-thiên.

<sup>1</sup> Bộ Dhammapadatthakathā, tích Lajādevadhīta.

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-Thế-Tôn 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 và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu. Cô vô cùng hoan hỷ đánh lễ Đức-Thế-Tôn, rồi xin phép trở về cõi trời.

### \* Tích ông Puṇṇa

Tích **ông Puṇṇa**<sup>(1)</sup> 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 *Puṇṇa* 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-tướng (sau 7 ngày đêm), đi khát thực để tế độ gia đình ông *Puṇṇa*, nên Ngài *Đại-Trưởng-lão* đi về hướng ông *Puṇṇa* đang cày ruộng.

Nhìn thấy Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* từ xa đến, ông *Puṇṇa* liền bỏ cày, đến hầu đánh lễ Ngài *Đại-Trưởng-lão*, dâng cúng cây tăm xỉa răng và nước dùng, nước uống.

Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* thọ nhận xong, đi theo đường hướng về nhà ông *Puṇṇa*, gặp vợ ông *Puṇṇa*

<sup>1</sup> Chú-giải Dhammapadaṭṭhakathā, trong tích Uttarā upāsikā.

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, cầu 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 xĩa 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.

Sực tỉnh lại, ông muốn biết chắc chắn chính mình nghe đúng sự thật là như vậy hay không, nên ông bảo với vợ rằng:

- Nay 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 bồ-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 bồ-thí cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, phước-thiện bồ-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 bồ-thí cúng dường phần cơm của tiện dân đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta.*

Đức-vua truyền rằng:

- *Này Puṇṇa! Vợ chồng ngươi 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, ngươi 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 ngươi nghĩ như thế nào, khi nhặt lấy những thỏi vàng ấy?*

- *Tâu Bệ hạ, chúng hạ thần nghĩ và nói rằng: “Vàng của Đức-vua.”*

Đức-vua truyền rằng:

- *Này các ngươi! 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 đống 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-khuru-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 và 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 quả 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 và 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 cá 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<sup>(1)</sup>.*

Cho nên, ân-Đức-Tăng này gọi là *Anuttaram puññak-khettaṃ lokassa Bhagavato sāvakaṃgaho*.

<sup>1</sup> 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 Dhajaggasutta như sau:

“*Suppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Ujuppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Nāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Sāmicippaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha-purisapuggalā esa Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Āhuneyyo, Pāhunēyyo, Dakkhineyyo, Añjalīkaraṇīyo, Anuttaraṃ 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: *Nāyappaṭipanno 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 thiền-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 *dục-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 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-Tăng* này chỉ có khả năng chứng đạt đến **cận-định** (*upacārasamāधि*) mà thôi, không có khả năng chứng đạt đến *an-định* (*appanāsamāधि*), nên không thể chứng đắc bậc thiên sắc-giới nào.

Vì vậy, *tâm cận-định* này vẫn còn là *dục-giới thiện-tâm* có *dục-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 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* và *Niết-bàn* được.

Như Đức-Phật dạy:

- *Này chư tỳ-khưu! Có một pháp-hành mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần thực, 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 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 và Niết-bàn.*

*Pháp-hành ấy là pháp gì?*

*Pháp-hành ấy là Samghānussati: 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 thực, 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 thiên-tuệ thấy rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã, để chứng ngộ chân-lý từ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và Niết-bàn.*"<sup>(1)</sup>

Qua lời giáo huấn trên của Đức-Phật, thì *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng* thuộc về pháp-hành thiền-định mà có khả năng chuyển sang làm nền tảng, làm đối-tượng thiền-tuệ của pháp-hành thiền-tuệ nữa.

### **Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng**

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 thiền-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** là đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ hoặc **thân, thọ, tâm, pháp** thuộc về chân-ngheĩa-pháp là đối-tượng của pháp-hành tứ-niệm-xứ: *Thân niệm-xứ, thọ niệm-xứ, tâm niệm-xứ, pháp niệm-xứ.*

<sup>1</sup> *Anguttaranikāya, phần Ekadhammapāli.*

## Pháp-Hành Thiền-Tuệ

**Cận-định** của đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng làm nền tảng, làm đối-tượng-thiền-tuệ, để thực-hành pháp-hành thiền-tuệ như thế nào?

Sau khi hành-giả đã thực-hành đề-mục thiền-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 thiền-tuệ thì cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp** là đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ 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 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 thiện-tâm làm phận 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 thiền-tuệ

**Tâm cận-định** này thuộc trong phần **tâm niệm-xứ** của pháp-hành tứ-niệm-xứ, và **tâm cận-định** là dục-giới thiện-tâm phân tích theo **danh-pháp, sắc-pháp** như sau:

- **Dục-giới thiện-tâm** thuộc về **danh-pháp**, và dục-giới thiện-tâm này phát sinh do nương nhờ *hadaya-vatthurūpa*: **Sắc-pháp** là nơi sinh của ý-thức-tâm thuộc về **sắc-pháp**.

Như vậy, **danh-pháp** và **sắc-pháp** liên quan với nhau làm *đối-tượng thiên-tuệ*.

**\* Phân tích theo ngũ-uẩn**

**Tâm cận-định** này là **dục-giới thiện-tâm** có 38 *tâm-sở* đồng sinh với tâm này, phân tích theo *ngũ-uẩn* như sau:

- **Dục-giới thiện-tâm** này thuộc về *thức-uẩn*.
- *Thọ tâm-sở* đồng sinh với **dục-giới thiện-tâm** này thuộc về *thọ-uẩn*.
- *Tưởng tâm-sở* đồng sinh với **dục-giới thiện-tâm** này thuộc về *tướng-uẩn*.
- *Các tâm-sở còn lại* đồng sinh với **dục-giới 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, sắc-pháp**.

(Phần thực-hành pháp-hành thiên-tuệ về 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 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 Thiên-Định Niệm-Niệm Giới Trong Sạch Của Mình

*Sīlānussati* là đề-mục thiên-định niệm-niệm giới trong sạch của mình. Hành-giả thực-hành pháp-hành thiên-định *đề-mục thiên-định sīlānussati*: *Đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình, không bị đứt, không bị thủng, không bị đốt, không bị đứt lan, giữ gìn giới hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn, có niệm tâm-sở đồng sinh với dục-giới 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 đốt (*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 đốt (*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 phần đầu và phần 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 tấm vải dài 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 đốm (sabalasīla) và giới không bị đốm (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 đốm (sabalasīla)*. Ví như con bò bị đốm 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 đốm (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 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 thiền-định đạt đến cận-định (upacārasamādhī), an-định (appanāsamādhī); giới trong sạch làm nền tảng, làm nhân-duyên hỗ trợ cho pháp-hành thiền-tuệ dần đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả và 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 thiện-tâm niệm rằng:*

“*Aho vata me sīlāni akhaṇḍāni acchiddāni asabalāni akammāsāni bhujissāni viññuppasatthāni aparāmatṭhāni samādhisaṃvattanikānī*”<sup>1</sup>ti.

- *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 thiền-định, để đạt đến **cận-định, an-định**, hoặc làm nền*

<sup>1</sup> Bộ Visuddhimagga, Phần 4- Sīlānussatikāthā.

*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 và 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** (*upacārasamāhi*) mà thôi, không thể đạt đến **an-định** (*appanāsamāhi*), 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 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-nã nhất là tham-ái, ngã-mạn, tà-kiến, có niệm tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới 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 thiện-tâm hoan hỷ niệm rằng:*

*“Lābhā vata me! Suladdham vata me!*

*Yo’ham maccheramalapariyuṭṭhitāya pajāya vigata-maccherena cetasā viharāmi, muttacāgo payatapāṇī vossaggarato yācayogo dānasamvibhāgarato”<sup>(1)</sup>.*

*“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:

<sup>1</sup> Bộ Visuddhimagga, Phần 5- Cāgānussatikathā.

“*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 thời gian, đó là cơ hội tốt hy hữu biết dường 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: “**Kammassako’ 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 ngắn ngủi 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 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** (*upacārasamādhi*) mà thôi, không thể đạt đến *an-định* (*appanāsamādhi*), 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 dục-giới 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 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 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 saṃvijjatī*”<sup>(1)</sup>.

“Chư-thiên sinh 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.

<sup>1</sup> 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 sau 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 sau 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 bổ-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 sau 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 sau 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 thiện-tâm có đối-tượng là **5 pháp chư-thiên**

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 *dục-giới thiện-tâm*, có *dục-giới thiện-nghiệp* cho *quả tái-sinh kiếp sau 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-Tĩnh Niết-Bàn

*Upasamānussati* là *đề-mục thiền-định niệm-niệm thật-tánh tịch-tĩnh Niết-bàn*.

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định *đề-mục upasamānussati: Đề-mục niệm-niệm thật-tánh tịch-tĩnh Niết-bàn*, có *niệm tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* có *thật-tánh Niết-bàn* là đối-tượng bên ngoài.

*Upasama* nghĩa là *tịch-tĩnh* đó là *Niết-bàn* là *pháp tịch-tĩnh* khỏi mọi *phiền-não* và *ngũ-uẩn*.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành pháp-hành thiền-định với *đề mục upasamānussati niệm-niệm thật-tánh tịch-tĩnh 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.”<sup>(1)</sup>*

“- Nay chur tỳ-khuru! Diệt khổ Thánh-đế là chân-lý mà bậc Thánh-nhân đã chứng ngộ, đó là Niết-bàn là pháp-diệt tận mọi dục-vọng do tâm 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 taṇhakkhayo virāgo nirodho nibbānaṃ”ti.<sup>(2)</sup>*

“- Nay chur tỳ-khuru! Những thật-tánh pháp nào là các pháp bị cấu tạo do 4 nhân duyên<sup>(3)</sup> 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 đoạn-tuyệt tham-ái, là pháp-ly-dục, là pháp diệt dục, là pháp Niết-bàn.”

Hành-giả thực-hành đề-mục upasamānussati niệm-

<sup>1</sup> Bộ Samyuttanikāya, Mahāvagga, kinh Dhammacakkappavattanasutta.

<sup>2</sup> Bộ Visuddhimagga, phần 7- Upasamānussatikathā.

<sup>3</sup> 4 nhân duyên là nghiệp, tâm, thời tiết, vật thực.

*niệm thật-tánh tịch-tĩnh Niết-bàn*, nên tìm hiểu rõ 29 đức tính đặc biệt của Niết-Bàn như sau:

- 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- *Ālayasamuggḥāto*: Niết-bàn là pháp diệt bỏ tâm luyến ái trong ngũ dục.
- 4- *Vatṭupacchedo*: Niết-bàn là pháp cắt đứt tử sinh luân-hồi trong tam-giới.
- 5- *Taṇhakkhayo*: Niết-bàn là pháp đoạn tuyệt 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- *Suddasam*: Niết-bàn là pháp mà người thiếu trí khó chứng ngộ được.
- 14- *Sivam*: Niết-bàn là pháp yên ổn, mát mẻ.
- 15- *Amatam*: Niết-bàn là pháp bất tử.
- 16- *Khemam*: Niết-bàn là pháp an tịnh tuyệt đối.
- 17- *Abbhutam*: Niết-bàn là pháp thật phi thường.
- 18- *Anītikam*: Niết-bàn là pháp vô hại.
- 19- *Tānam*: Niết-bàn là pháp hộ trì chúng-sinh không rơi vào cảnh khổ tử sinh luân-hồi.
- 20- *Leṇam*: Niết-bàn là pháp ẩn náu an toàn tuyệt đối.
- 21- *Dīpam*: Niết-bàn là hòn đảo an toàn trong biển khổ luân-hồi trong tam-giới.

- 22- *Visuddhi*: Niết-bàn là pháp thanh-tĩnh khỏi mọi phiền-não.
- 23- *Varam*: Niết-bàn là pháp mà chư bậc thiện-trí mong mỏi.
- 24- *Nipuṇaṃ*: Niết-bàn là pháp vô cùng vi-tế.
- 25- *Asaṅkhātaṃ*: Niết-bàn là pháp không bị cấu tạo do 4 nhân duyên: nghiệp, tâm, thời tiết, vật thực.
- 26- *Mokkhaṃ*: Niết-bàn là pháp thoát khỏi mọi phiền-não.
- 27- *Setṭhaṃ*: 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- *Asesavirāgaṇirodho*: 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-não.
- 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- *Apavattaṃ*: Niết-bàn là pháp diệt sắc-pháp, danh-pháp
- 13- *Animittaṃ*: Niết-bàn là pháp không có hiện tượng của các pháp-hữu-vi.
- 14- *Appaṇihitaṃ*: Niết-bàn là pháp không còn tham-ái.
- 15- *Suññataṃ*: Niết-bàn là pháp không phải ta và của ta.
- 16- *Appaṭisaṇḍhi*: 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- *Ajātam*: Niết-bàn là pháp không sinh.  
 20- *Ajaram*: 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- *Amatam*: Niết-bàn là pháp bất tử.  
 24- *Asokam*: Niết-bàn là pháp vô ưu.  
 25- *Aparidevam*: Niết-bàn là pháp không than khóc.  
 26- *Anupāyāso*: Niết-bàn là pháp không khổ tâm.  
 27- *Asaṅkiliṭṭham*: Niết-bàn là pháp không ô nhiễm.  
 28- *Asaṅkhātam*: Niết-bàn là pháp không do nhân  
 duyên cấu tạo.  
 29- *Nivānam*: 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 thiền-định upasamānussati niệm-niệm thật-tánh tịch-tĩnh Niết-bàn*, nên tìm một nơi thanh vắng, để thực-hành *đề-mục niệm-niệm thật-tánh tịch-tĩnh Niết-bàn* với *parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu* với *dục-giới thiện-tâm niệm-niệm thật-tánh Niết-bàn* rằng:

“*Yāvatā bhikkhave dhammā saṅkhatā vā asaṅkhatā vā virāgo tesam dhammānam aggamakkhāyati, yadidaṃ madanimmadano pipāsavinayo ālayasamugghāto vaṭṭu-pacchedo taṇhakkhayo virāgo nirodho nibbānan*”<sup>(1)</sup>.

“- *Này chư tỳ-khưu! Những thật-tánh pháp nào là các pháp bị cấu tạo do 4 nhân duyên*<sup>(2)</sup> gọi là pháp-hữu-vi, và pháp

<sup>1</sup> Bộ Visuddhimagga, phần 7- Upasamānussatikathā.

<sup>2</sup> 4 nhân duyên là nghiệp, tâm, thời tiết, vật thực.



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 đoạn-tuyệt 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 ...”<sup>(1)</sup>

“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-vatṭadukkhābhāvato).

Cho nên, Niết-bàn là pháp-an-lạc tuyệt-đối.

“Natthi santiparaṃ sukhaṃ.”

Pháp-an-lạc cao thượng hơn Niết-bàn không có.

<sup>1</sup> Bộ M.M.Kinh Māgaṇḍiyasuttavaṇṇanā, Dhammapadagāthā thứ 203-204.

“*Nibbānaṃ paramaṃ vadanti Buddhā.*”

*Chư Phật-Chánh-Đấng-Giác thuyết dạy rằng: Niết-bàn là pháp cao thượng bậc nhất.*

*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 trong tam-giới nào 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 **dục-giới thiện-tâm**, có **dục-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.

(*Xong đề-mục thiền-định upasamānussati.*)

### 3.8- Maraṇānussati: Đề-Mục Niệm-Niệm Sự Chết

**Maraṇānussati:** Đề-mục thiên-định niệm-niệm 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 (*satīcetasika*) đồng sinh với đại-thiện-tâm có đối-tượng *jīvitindriyupacchedamarāṇa*, sự chết do bị cắt đứt sắc-mạng-chủ.

*Marāṇa:* 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 ba giới bốn loài.

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 do bị cắt đứt sắc-mạng-chủ, danh-mạng-chủ của mỗi kiếp chúng-sinh.

Trong 4 loại *marāṇa* này, **marāṇa** sử dụng làm đối-tượng đề-mục *maraṇānussati* chỉ có *jīvitindriyupacchedamarāṇa* mà thôi. Còn *samucchedamarāṇa* chỉ dành riêng cho chư bậc Thánh A-ra-hán mà thôi, không thể 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, và *sammutimarāṇa* là sự chết không thể làm cho hành-giả phát sinh động tâm. Vì vậy, 3 loại *marāṇa* này không thể làm đối-tượng đề-mục thiên-định *maraṇānussati* được.

*Jīvitindriyupacchedamarāṇa* là *marāṇa* liên quan đến tất cả mọi người, *marāṇa* này có 2 loại:

- *Kālamaraṇa*: Chết đúng thời.
- *Akālamaraṇa*: Chết không đúng thời.

\* **Kālamaraṇa**: Chết đúng thời có 3 trường hợp:

- *Āyukkhammaraṇa*: Chết vì hết tuổi thọ.
- *Kammakkhammaraṇa*: Chết vì tận nghiệp hỗ trợ.
- *Ubhayakkhammaraṇa*: Chết vì hết tuổi thọ và tận nghiệp hỗ trợ.

\* **Akālamaraṇa**: Chết không đúng thời có 1 trường hợp:

- *Upacchedakamaraṇa*: 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 nghiệp hỗ trợ chưa tận cùng, ví như ngọn đèn bị tắt vì hết tim, nhưng dầu chưa cạn.

- Có người chết vì tận 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 tận thiện-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 thiện-nghiệp hỗ trợ chưa tận cùng, 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 thiện-tâm niệm-niệm thầm rằng:

**“*Maraṇaṃ me bhavissati, jīvitindriyaṃ upacchijjissati.*”**

“*Sự chết sẽ xảy đến với ta, sắc-mạng-căn, danh-mạng-căn sẽ bị tách rời nhau.*”

Hoặc **“*Maraṇaṃ me dhavaṃ, jīvitaṃ me adhuvaṃ.*”**

“*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 *yonisomasikāra*: *Trí-tuệ hiểu biết trong tâm đúng theo sự thật về sự chết* như vậy, để phát sinh động tâm (*saṃvega*), mà không dảm dể duôi (thất-niệm), sao lãng mọi thiện-pháp.

Hành-giả thực-hành *đề-mục thiên-định maraṇānussati* niệm-niệm sự chết, nếu không có *yonisomasikāra* 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 nặng.*

- *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 thản nhiên.*

- Nếu nghĩ đến sự chết của mình thì phát sinh tâm sợ hãi, không dám thực-hành *đề-mục thiên-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 thiên-định maraṇā-nussati niệm-niệm sự chết*, cần phải có *yonisomasikāra*: *Tri-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- *Byādhī*: 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- *Gatī*: 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 sau.

Kiếp sau 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 sau, 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 phạm 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 sau**, 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: Chuyển-kiếp-tâm*) 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 sau* mới *sinh ra*.

Nếu cứ tiếp tục diễn tiến không ngừng như vậy thì gọi là **kiếp tử sinh luân-hồi**<sup>(1)</sup> 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 sau* kia cùng trong **cận-tử lộ-trình-tâm**.

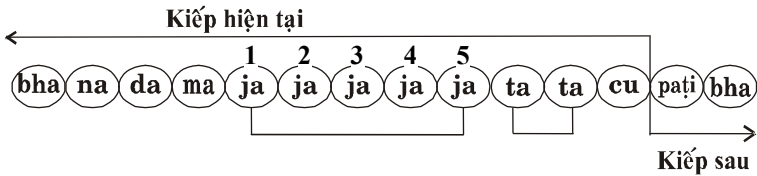
Ví dụ: Ý-môn **cận-tử lộ-trình-tâm** (*manodvāramarañā-sannavāthiccitta*) là *lộ-trình-tâm* giây phút lâm chung phát sinh trong ý-môn, sinh rồi diệt theo tuần tự liên tục từ **cuticitta** (*tử-tâm*) *quả-tâm* cuối cùng của *kiếp hiện-tại* này **diệt** 1 sát-na-tâm sang **paṭisandhicitta** (*tái-sinh-tâm*) *quả-tâm* bắt đầu của *kiếp sau* **sinh** 1 sát-na-tâm trong ý-môn **cận-tử lộ-trình-tâm** như sau:

<sup>1</sup> Để hiểu rõ “tử sinh luân-hồi” nên tìm hiểu quyển “Tìm Hiểu Pháp-Hành Thiên-Tuệ” cùng soạn giả, trong phần tử sinh luân-hồi.



“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgalana, 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 quá-khứ, theo hộ trì, giữ gìn kiếp hiện-tại này, sinh rồi diệt (viết tắt bha), làm duyên cho tâm tiếp theo.

2- *Bhavaṅgalana*: 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 quá-khứ, phát sinh 1 sát-na-tâm rồi diệt, (viết tắt na), làm duyên cho tâm tiếp theo.

3- *Bhavaṅgupaccheda*: Hộ-kiếp-tâm bị ngưng đối-tượng cũ quá-khứ, 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 *chuyên 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 *maraṇāsannavīthi*: *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 phạm sự *chuyên kiếp tử (chết) diệt*, liền tiếp theo sau *paṭisandhicitta*: *Tái-sinh-tâm* đó là *quả-tâm nào* bắt đầu làm phạm sự *tái-sinh* kiếp sau chỉ có 1 *sát-na-*

tâm sinh rồi diệt, liền tiếp theo sau chính **quả-tâm ấy** biến chuyển thành **bhavaṅgacitta**: Hộ-kiếp-tâm làm phạm sự hộ kiếp, bảo hộ giữ gìn kiếp chúng-sinh ấy cho đến khi mãn kiếp, rồi cũng chính **quả-tâm ấy** biến chuyển thành **cuticitta**: Tử-tâm làm phạm 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 sau sinh** chỉ có cách nhau *1 sát-na-tâm* sinh rồi diệt mà thôi, thì hành-giả thực-hành *đề-mục thiền-định niệm-niệm sự chết (maraṇānussati)* sẽ không sợ chết, mà lại phát sinh động-tâm (saṃvega), nên không dám dễ duôi quên mình sao lãng trong mọi thiện-pháp, cố gắng tinh-tấn trong mọi thiện-pháp theo khả năng của mình.

*Đề-mục thiền-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 thiền-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 thiền sắc-giới nào.

**Tâm cận-định** trong *đề-mục thiền-định maraṇānussati niệm-niệm sự chết* này vẫn còn là dục-giới thiện-tâm, có dục-giới thiện-nghiệp có tầm quan trọng đặc biệt đối với hành-giả là người không dám dễ duôi, có trí-tuệ biết mình, cố gắng tinh-tấn trong mọi thiện pháp.

(Xong *đề-mục thiền-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 sati-cetasika: Niệm tâm-sở đồng sinh với 8 dục-giới thiện-tâm có đối-tượng là 32 thể trọc.*

*Đề-mục thiền-định kāyagatāsati này đặc biệt được chư 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 và 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- Maṃsaṃ: Thịt dính với xương.
- 7- Nahāru: Gân có toàn thân.
- 8- Aṭṭhi: Xương các bộ phận.
- 9- Aṭṭhimiñjaṃ: Tủy trong ống xương.
- 10- Vakkam: Thận.
- 11- Hadayaṃ: Trái tim.

- 12- *Yakanam*: Gan.  
 13- *Kilomakam*: Màng phổi.  
 14- *Pihakam*: Bao tử.  
 15- *Papphasam*: Bồng phổi.  
 16- *Antam*: Ruột già.  
 17- *Antagunam*: Ruột non.  
 18- *Udariyam*: Vật thực mới.  
 19- *Karīsam*: Phấn.  
 20- *Mattaluṅgam*: Óc (nãu).  
 21- *Pittam*: Mật.  
 22- *Semham*: Đàm.  
 23- *Pubbo*: Mủ.  
 24- *Lohitam*: 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 nhót trong các khớp xương.  
 32- *Muttam*: Nước tiểu.

32 thể trọc này gồm có 2 loại dhātu:

- ***Pathavīdhātu***: Địa-đại có 20 thể trọc, kể từ *kesā* cho đến *mattaluṅgam*.

- ***Āpodhātu***: Thủy-đại có 12 thể trọc, kể từ *pittam* cho đến *muttam*.

### Phương pháp thực-hành đề-mục Kāyagātāsati

Hành-giả có ý nguyện muốn thực-hành *đề-mục thiên-định kāyagātāsati*, trước hết, hành-giả cần phải thực-hành 2 phận sự đầu tiên là:

- *Uggahakosalla*: Tinh thông trong 7 điều học.

- *Manasikāraḥkosalla*: 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.
- *Vañṇato*: Suy xét màu sắc (màu đen, trắng, đỏ).
- *Sañṇhānato*: 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.

**\* Manasikāraḥkosalla: Tinh thông trong 10 điều suy xét thực-hành**

- 1- *Anupubbato*: Suy xét theo tuần tự mỗi thể trọc.
- 2- *Nāṭisīghato*: Suy xét không nhanh quá.
- 3- *Nāṭisanikato*: Suy xét không chậm quá.
- 4- *Vikkhepappaṭibāhanato*: Định-tâm suy xét mỗi thể trọc theo tuần tự, không để phóng-tâm đến đối-tượng khác.
- 5- *Paṇṇattisamatikkamato*: Suy xét thoát khỏi pháp-chế-định.
- 6- *Anupubbamuñcanato*: Suy xét bỏ thể trọc không hiện rõ màu sắc, hình dáng, nơi sinh, nơi chốn.
- 7- *Appanāto*: Suy xét một thể trọc 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 trọc.

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, papphāsam; antam, antaḡuṇam udariram, karīsam, mattuṅgam<sup>(1)</sup>; pittam, semham, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo; assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttam.<sup>(2)</sup>”*

### 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 lỏng, nước miếng, nước mũi, nước nhớt, 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*.

<sup>1</sup> *Mattuṅgam* không có riêng, vì được ghép chung với *aṭṭhimiñjaṃ*. Về sau tách *mattuṅgam* ra đặt sau *karīsam* cho đủ 32 thể trợ.

<sup>2</sup> Bộ Dī, Mahāvaggapāli, Mahāsatipatthānasutta, Paṭikūlamānasikārapabba.

3- *Papphāsaṇṇaka* có 5 thể trợ là *hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam*.

4- *Mattaluṅgapaṇṇaka* có 5 thể trợ là *antam, anta-guṇam, udariram, karīsam, mattaluṅgam*.

5- *Medachakka* có 6 thể trợ là *pittam, semham, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo*.

6- *Muttachakka* có 6 thể trợ là *assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttam*.

Phương pháp thực-hành *đề-mục thiên-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- **Tacapaṇṇaka** 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- **Vakkapaṇṇaka** có 5 thể trợ theo 3 cách thức:



- Theo chiều thuận (anuloma): *Mamsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Vakkam, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, mamsaṃ*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Mamsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam - vakkam, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, mamsaṃ*, 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; mamsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Vakkam, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, mamsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; mamsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam - vakkam, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, mamsaṃ; 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 udariram, karīsam, mattaluṅgaṃ*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Mattaluṅgaṃ, karīsam, udariram, antaṅgaṃ, antam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Antam, antaṅgaṃ, udariram, karīsam, mattaluṅgaṃ-mattaluṅgaṃ, karīsam, udariram, 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, udariram, karīsam, mattaluṅgaṃ*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *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 - 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.

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, antagaṇaṃ, 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, 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; 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, yakanāṃ, hadayaṃ; vakkāṃ, aṭṭhimiñjaṃ, 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* trở 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* trở theo *parikammabhāvanā: Tâm-hành ban đầu với dục-giới thiện-tâm* niệm 32 thể trở 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<sup>(1)</sup>.

Trong 32 thể trợ ấy, nếu có thể trợ nào phát sinh hiện rõ trong tâm thì khi ấy, hành-giả không còn tưởng *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 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*, 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 tưởng *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.

<sup>1</sup> Trình bày theo Bộ *Sammohavinodanī aṭṭhakathāpāli*, phần *Satipatṭhāna-vibhaṅga*.

Phương pháp thực-hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati*: *Niệm 32 thể* trở bằng ngôn ngữ Pāli như thế nào, khi chuyển sang thực-hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati*: *Niệm 32 thể* trở bằng ngôn ngữ nghĩa tiếng Việt cũng như thế ấy, mọi cách thức hoàn toàn không thay đổi. Ví dụ:

**\* Tacapañcaka** có 5 thể trở 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* trở:

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: Tín-pháp-chủ, tấn-pháp-chủ, niệm-pháp-chủ, định-pháp-chủ, tuệ-pháp-chủ, khi nghe vị Thiền-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 và 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 bậc trung, có ba-la-mật đầy đủ, có đủ 5 pháp-chủ: 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 và 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 bậc thường, có ba-la-mật bậc thường, có 5 pháp-chủ: Tín-pháp-chủ, tấn-pháp-chủ, niệm-pháp-chủ, định-pháp-chủ, tuệ-pháp-chủ bậc thường, 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, trải qua 5 tháng và 15 ngày, một hoặc hai lần như vậy mới có khả năng dần



đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả* và *Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh-nhân*.

Như vậy, hành-giả thuộc về hạng người *mandapuggala* trở thành *bậc Thánh-nhân* theo thời gian quy định quá 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-sư** chỉ 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.

Khi vị Thiên-sư dạy *đề-mục thiên-định kāyagatāsati*: *Niệm 32 thể trọc*, chỉ dẫn hành-giả thực-hành hướng tâm đến *vaṇṇanimitta*: *Màu sắc của mỗi thể trọc*.

Nếu 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 sư đã dạy.*”

Bởi vậy cho nên, vị Thiên 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 *vaṇṇakammaṭṭhāna* là *đề-mục thích hợp* đối với hành-giả.

Vậy, hành-giả nên tiếp tục thực-hành *đề-mục thiền-định vaṇṇakammaṭṭhāna* 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 paṭikūlamānasikāra*, nên *paṭikūlanimitta* phát sinh, thì *paṭikūla-kammaṭṭhāna* là *đề-mục thiền-định thích hợp* đối với hành-giả.

Vậy, hành-giả nên tiếp tục thực-hành *đề-mục paṭikūla-kammaṭṭhāna* 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 thiền-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 thiền-định dhātukammaṭṭhāna* ấy đạt đến *cận-định*, chưa chứng đắc bậc thiền 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 thiền-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 thiền-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 *tướng* nhớ 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 *mattaluṅgaṃ*; 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 thiện-tâm.

Hành-giả sử dụng *appanāsamādhī*: An-định trong bậc thiền sắc-giới hoặc *upacārasamādhī*: Cận-định trong dục-giới thiện-tâm làm nền tảng và sử dụng sắc-giới thiện-tâm hoặc dục-giới thiện-tâm (có cận-định ấy) thuộc **danh-pháp** và bậc thiền sắc-giới-tâm hoặc tâm cận-định thuộc dục-giới thiện-tâm nương nhờ nơi *hadayavatthurūpa*: 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- *Sanṭhānato: Suy xét hình dáng.*

5- *Disāto: Suy xét nơi sinh, (phần trên, giữa, dưới).*

6- *Okāsato: Suy xét chỗ ở trong thân.*

7- *Paricchato: 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 thiền-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 thiền-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- *Sanṭhānato*: 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**

\* *Vaṇṇato*: 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: Góc 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 *muttam*. Suy xét đúng theo sự thật, thì 32 thể trọc này là *paṭikūlanimitta* có tính chất thật đáng ghê tởm.

### Sự lợi ích của 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-thiện-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 và 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 đại-đức thiện-trí 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 kiếp vị-lai, sẽ chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, sẽ chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả và 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 kāyagatāsati, niệ̃m 32 thể̃ trọc* này, dù đã hành đúng theo phậ̃n sự thứ nhất *uggahakosalla, trong 7 điều học tinh thông* mà vẫn chưa chứng ngộ chân-lý *tứ Thánh-đế̃, chưa chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả* nào, thì hành-giả nên tiếp tục hành theo phậ̃n 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 thể̃ trọc.*

Sau khi đã thực-hành 7 *điều học tinh thông uggahakosalla* xong rồi, hành-giả không cần niệ̃m bằng lời (*vacasā*) 32 thể̃ trọc ấy nữa, mà nên suy xét 32 thể̃ trọc ấy theo tuần tự mỗi thể̃ trọc 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- *Nāṭisīghato: Suy xét không nhanh quá.*

Khi đang suy xét 32 thể̃ trọc ấy theo tuần tự mỗi thể̃ trọc bằng tâm ấy, hành-giả không nên suy xét nhanh quá, nếu suy xét nhanh quá thì *Vaṇṇato, Sanṭhānato, Disāto, Okāsato, Paricchedato* của thể̃ trọc ấy sẽ không hiện rõ.

3- *Nāṭisaṇikato: Suy xét không chậm quá.*

Khi đang suy xét 32 thể̃ trọc ấy theo tuần tự mỗi thể̃ trọc bằng tâm ấy, hành-giả không nên suy xét chậm quá, nếu suy xét chậm quá thì *vaṇṇato, sanṭhānato, disāto, okāsato, paricchedato* của thể̃ trọc ấy sẽ thấy xinh đẹp, làm cho *đề-mục thiền-định* không tiến triển, không dẫn



đến chứng đắc bậc thiên sắc-giới và Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn.

4- *Vikkhepappaṭibāhanato*: 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 *nāmapaṇṇatti*: Danh từ chế-định và *saṅghānapaṇṇatti*: Hình dáng chế-định, cốt yếu cho *paṭikūlanimitta* phát sinh. Khi *paṭikūlanimitta* đã phát sinh lên rồi, hành-giả không cần suy xét đến *nāmapaṇṇatti*: Danh từ chế-định rằng: *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco, ...* và *saṅghānapaṇṇatti*: 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 *muttaṃ*; theo chiều nghịch từ *Muttaṃ, lasikā, singhāṇikā, khelo, vasā, assu, ...* cho đến *Kesā*, hành-giả có trí-tuệ sáng suốt quan sát, nếu thấy **thể trợ nào hoặc đoạn nào** không hiện rõ *vaṇṇato, saṅghānato, disāto, okāsato, paricchedato* 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 trọc hoặc đoạn* hiện không rõ. Và tiếp tục như vậy, cho đến khi chỉ còn lại **2 thể trọc** 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**, mà không cần suy xét các thể trọc khác nữa.

### Sự lợi ích niệ**m** bằng lời 32 thể trọc

Ban đầu thực-hành *đề-mục kāyagatāsati*, niệ**m** 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 niệ**m** 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** 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**.

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.

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*: Tính 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-tấn tiếp tục thực-hành thiền-định.

- *Khuyến khích tâm trong lúc nên khuyến khích* nghĩa là khi tâm không hoan hỷ trong pháp-hành thiền-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- *Bojjhaṅgakosallasutta: Suy xét theo bài kinh Bojjhaṅgakosallasutta.*

Thực-hành theo bài kinh *Bojjhaṅgakosallasutta*, 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 *dhammavicayasambojjhaṅga, 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 *passsadhisambojjhaṅga, samādhisambojjhaṅga, upekkhāsambojjhaṅga*, cả 3 pháp *sambojjhaṅga* này cần tăng thêm năng lực.

### **Tính chất đặc biệt đề-mục Kāyagatāsati**

Trong 40 đề-mục thiền-định, *đề-mục kāyagatāsati: Niệm 32 thể trọ trong thân* được chia ra làm 6 đoạn riêng và 5 đoạn chung gom đoạn trước và đoạn sau, gồm có 11 đoạn cả thảy, 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 thiền-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 aṭṭhakathāpāḷi 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 paṭipattiṃ paṭipajjati so bhikkhu nāma hoti, paṭipannaṃ hi devo vā manusso vā bhikkhūti saṅkhayaṃ gacchatiyeva.”*<sup>(1)</sup>

*Chư tỳ-khuru, chư tỳ-khuru ni, các cận-sự-nam, các cận-sự-nữ đã thực-hành đề-mục thiền-định kāyagatāsati này dẫn đến trở thành bậc Thánh A-ra-hán nhiều không sao kể được.*

*Hành-giả nào thực-hành đề-mục thiền-định kāyagatāsati này, hành-giả ấy 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 thiền-định* trong nghi lễ cạo tóc để xuất gia sa-di.

\* *Tích Ngài Trưởng-lão Sīvali*<sup>(2)</sup> được tóm lược như sau:

Trước khi *hoàng-tử Sīvali* ra đời, Ngài đã ở trong lòng bà *hoàng-hậu Suppavāsā* dòng vua Koliya suốt thời

<sup>1</sup> Sammohavinodanī aṭṭhakathā, Satipaṭṭhānavibhaṅga, Suttantabhājanīya.

<sup>2</sup> Tóm lược tích Sīvalittheravatthu, trong *Ang. aṭṭhakathā, Ekanipātāṭṭhakathā.*

gian 7 năm tròn và 7 ngày<sup>(1)</sup>. Gần tới ngày sinh, bà hoàng-hậu chịu bao nỗi đau đớn tưởng chừng không qua khỏi, nên bà tâu với Đức-vua phu quân rằng:

- Tâu Hoàng-thượng, trước khi chết thần thiếp muốn tạo phước-thiện bố-thí cúng dường đến Đức-Thế-Tôn.

Kính xin Hoàng-thượng ngự đến hầu Đức-Thế-Tôn mà 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 Hoàng-thượng ghi nhớ, rồi truyền lại cho thần thiếp rõ.”

Theo lời tâu của hoàng-hậu Suppavāsā, Đức-vua ngự đến hầu Đức-Thế-Tôn, bạch theo lời của bà.

Đức-Thế-Tôn truyền dạy rằng:

“Suppavāsā Koliyadhītā, sukhinī arogā, arogaṃ puttam vijāyatu.”

(Công-chúa Suppavāsā dòng Koliya được an-lạc, không bệnh hoạn, sinh hoàng-tử an toàn, không bệnh hoạn.)

Khi ấy, Đức-Thế-Tôn truyền dạy như vậy, tại cung điện hoàng-hậu Suppavāsā sinh hoàng-tử một cách dễ dàng như nước chảy ra khỏi bình, giữa số đông người trong hoàng tộc hơn hở vui mừng.

Đức-vua ngự trở về vô cùng vui mừng nghĩ rằng:

“Lời truyền dạy của Đức-Thế-Tôn đúng quá!”

Đức-vua ngự đến thăm hoàng-hậu, truyền lại lời dạy của Đức-Thế-Tôn cho hoàng-hậu nghe.

Hoàng-hậu tâu rằng:

- Tâu Hoàng-thượng, kính xin Hoàng-thượng ngự đến

<sup>1</sup> Dhammapadaṭṭhakathā, tích Khadiravaniyarevatattheravatthu, Hoàng-tử Sīvali ở trong lòng hoàng hậu Supavāsā suốt thời gian 7 năm 7 tháng 7 ngày.

hầu Đức-Thế-Tôn, kính thỉnh Ngài ngự đến cung điện cùng với chư Đại-đức tỳ-khuru-Tăng, để thần thiếp tạo phước-thiện bố-thí cúng dường suốt 7 ngày.

Đức-Thế-Tôn ngự đến cung điện cùng với chư Đại-đức tỳ-khuru-Tăng thọ thực suốt 7 ngày.

Đến ngày thứ 7, Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta hỏi hoàng-tử Sīvali rằng:

- Nay hoàng-tử! Con đã chịu đựng nỗi khổ ở trong lòng mẫu hậu lâu như vậy, nay con muốn xuất gia để giải thoát khổ hay không?

Hoàng-tử Sīvali bạch rằng:

- Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, con muốn xuất gia, nếu con được mẫu hậu và phụ vương cho phép.

Thấy hoàng-tử bạch chuyện với Ngài Đại-Trưởng-lão, bà hoàng-hậu Suppavāsā muốn biết, nên đến bạch hỏi Ngài rằng:

- Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, hoàng-tử của con bạch điều gì với Ngài vậy?

- Nay hoàng-hậu! Hoàng-tử của bà bạch về nỗi khổ nằm trong lòng mẫu hậu suốt thời gian lâu dài như vậy, nên bạch rằng: “Con muốn xuất gia, nếu mẫu hậu và phụ vương cho phép.”

Nghe Ngài Đại-Trưởng-lão nói như vậy, bà hoàng-hậu Suppavāsā vô cùng hoan hỷ đồng ý cho phép hoàng-tử đi xuất gia, bà bạch rằng:

- Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, kính xin Ngài từ bi tế độ hoàng-tử của con được xuất gia.

### **Hoàng-tử Sīvali xuất gia**

Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta dẫn hoàng-tử trở về chùa. Khi làm lễ cạo tóc, Ngài Đại-Trưởng-lão truyền

dạy hoàng-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.

Hoàng-tử *Sīvali* thực-hành đề-mục thiền-định nhóm *tacapañcaka* ấy, trong khi đang làm *lẽ cạo tóc* như sau:

- Khi cạo những sợi tóc đầu tiên rơi xuống, hoàng-tử *Sīvali* chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế chứng đắc Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu.

- Tiếp theo những sợi tóc thứ hai rơi xuống, hoàng-tử chứng đắc Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhất-lai.

- Tiếp theo những sợi tóc thứ ba rơi xuống, hoàng-tử chứng đắc Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Bất-lai.

- Tiếp theo những sợi tóc cuối cùng rơi xuống, hoàng-tử chứng đắc A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, và Niết-bàn trở thành bậc Thánh A-ra-hán, cùng một lúc với *lẽ cạo tóc* không sau không trước.

Khi ấy, Hoàng-tử *Sīvali* trở thành **bậc Thánh A-ra-hán** kể từ khi tái-sinh đầu thai vào bụng hoàng-hậu 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*<sup>(1)</sup> 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.

<sup>1</sup> Tóm lược tích *Dabbattheravattu*, trong *Ang. aṭṭhakathā, Ekakanipātaṭṭhakathā*.



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***.

*Công-tử Dabba* lên được 7 tuổi, khi ấy Đức-Thế-Tôn ngự đến nước Malla, cùng với số đông chư Đại-đức tỳ-khuru-Tăng, trú tại vườn xoài gần kinh thành Anupiya.

Nhìn thấy Đức-Thế-Tôn, *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 đảnh lễ Đức-Thế-Tôn, rồi bạch rằng:

- *Kính bạch Đức-Thế-Tôn, kính xin Ngài từ bi tế độ cháu của con, cho phép nó xuất gia nơi Ngài.*

Chấp thuận cho *công-tử Dabba* xuất gia, Đức-Thế-Tôn truyền bảo vị tỳ-khuru làm ***lễ cạo tóc*** cho công tử Dabba.

Vâng lời dạy của Đức-Thế-Tôn, vị tỳ-khuru truyền dạy *Công-tử Dabba* 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 Dabba* thực-hành ***đề-mục thiên-định nhóm tacapañcaka*** ấy, trong khi đang làm ***lễ cạo tóc***, công-tử Dabba chứng đắc thành 4 bậc Thánh-nhân theo tuần tự:

- Khi cạo những sợi tóc đầu tiên rơi xuống, công-tử Dabba chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế chứng đắc Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu.

- Tiếp theo những sợi tóc thứ hai rơi xuống, công-tử Dabba chứng đắc Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhất-lai.

- Tiếp theo những sợi tóc thứ ba rơi xuống, công-tử Dabba chứng đắc Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Bất-lai.

- Tiếp theo những sợi tóc cuối cùng rơi xuống, công-tử Dabba chứng đắc A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, và Niết-bàn trở thành bậc Thánh A-ra-hán, cùng một lúc với lễ cạo tóc không sau không trước.

**Công-tử Dabba** trở thành bậc Thánh A-ra-hán lúc lên 7 tuổi.

\* **Tích Saṃkiccāsāmaṇeravathu**<sup>(1)</sup> được tóm lược như sau:

**Saṃkiccāsāmaṇera:** Sa-di Saṃkicca lên 7 tuổi là đệ-tử của Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta.

Khi Ngài tái-sinh đầu thai vào lòng mẹ (con của gia đình khá giả) trong kinh-thành Sāvattthī. 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 đống lửa than hồng, rồi trở về nhà. Thai nhi như thổi

<sup>1</sup> Bộ Dhammapadattakathā, Tích Saṃkiccāsāmaṇeravathu.

vàng (savaṇṇabimbasadiso) 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 **Samkiccakumāra**: *Công-tử Samkicca*.

Khi *Công-tử Samkicca* 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 *Samkicca* 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 Samkicca* đến đánh lễ Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta*, xin Ngài có tâm từ tế độ cho phép công tử *Samkicca* xuất gia với Ngài.

Ngài *Đại-Trưởng-lão* truyền dạy công tử *Samkicca* 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 Samkicca* thực-hành *đề-mục thiên-định nhóm Tacapañcaka* ấy, trong khi đang làm *lễ cạo tóc* cho đến khi

ạo tóc xong, **công-tử Saṃkicca** chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và 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.

Vì vậy, nhóm **tacapañcaka** này là đề-mục thiền-định căn bản gốc theo tuyên thống trong nghi lễạo tóc để xuất gia sa-di từ xưa 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:

“- Ekaḍhammo bhikkhave, bhāvito bahulīkato paññā-paṭilābhāya saṃvattati, paññāvuddhiyā saṃvattati, paññā-vepullāya saṃvattati, mahāpaññāya saṃvattati, puthu-paññatāya saṃvattati, vipulapaññatāya saṃvattati, gambhīrapaññatāya saṃvattati, asāmantapaññatāya saṃvattati, bhūripaññatāya saṃvattati, paññābāhullāya saṃvattati, sīghapaññatāya saṃvattati, lahupaññatāya saṃvattati, hāsapaññatāya saṃvattati, javanapaññatāya saṃvattati, tikkhapaññatāya saṃvattati, nibbedhika-paññatāya saṃvattati.

Katamo ekaḍhammo? 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, paññābhūllāya saṃvattati, sīghapaññatāya saṃvattati, lahupaññatāya saṃvattati, hāsapaññatāya saṃvattati, javanapaññatāya saṃvattati, tikkhapaññatāya saṃvattati, nibbedhika-paññatāya saṃvattati.*”<sup>(1)</sup>

- *Này chư tỳ-khuru! Có một pháp-hành mà hành-giả đã thực-hành rồi, đã thường thực-hành trở nên thuần thực, 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 thiên-định Kāyagatāsati)*

<sup>1</sup> *Anguttaranikāya, Ekakanipāta, Kāyagatāsativagga.*

### 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 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.

\* Trong Chú-giải Suttantapīṭakapāli 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 Vinayapīṭakapāli 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 Thiền-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 Thiền-sư ấy, để học hỏi hiểu biết rõ 5 *pháp cơ bản*<sup>(1)</sup> 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- *Upatthāna*: 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*.

<sup>1</sup> Bộ Visuddhimagga, phần Ānāpānassatikathā.

### Phân pháp-học của đề-mục thiền-định *Ānāpānassati*

Đề 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 *Mahāsatipaṭṭhānasutta*: Kinh Đại-niệm-xứ, Đức-Phật thuyết dạy *phân thân niệm-xứ, đối-tượng Ānāpānabba* có đoạn rằng:

“*Idha bhikkhave, bhikkhu arañṇagato vā rukkhamaḷagato vā suññāgārāgato vā nisīdati pallaṅkaṃ ābhujitvā ujuṃ kāyaṃ pañidhāya 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 kāyasankhāraṃ assasissāmī'ti sikkhati, Passambhayaṃ kāyasankhāraṃ passasissāmī'ti sikkhati.*<sup>(1)</sup>

- *Này chư tỳ-khưu!* Trong Phật-giáo này, tỳ-khưu đến khu rừng vắng, hoặc đến góc cây, hoặc đến nơi thanh vắng, ngồi xếp bằng đặt thân hình ngay thẳng, có tâm niệm thẳng *đề-mục thiền-định* hơi thở vào, hơi thở ra.

1- *Tỳ-khưu hành-giả ấy chỉ có tâm niệm hơi thở vào mà thôi; chỉ có tâm niệm hơi thở ra mà thôi.*

<sup>1</sup> Bộ *Dīghanikāya*, *Mahāvagga*, kinh *Mahāsatipaṭṭhānasutta*.



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.”*

*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*.

***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 sau* 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.  
Vivaṭṭanā pārisuddhi, tesaṅca paṭipassanā*<sup>(1)</sup>.

*Cách thực-hành gaṇanā, anubandhanā, phusanā, thāpanā, sallakkhanā, vivaṭṭanā, pārisuddhi, tesaṅca paṭipassanā.*

### **Giải giảng:**

\* **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.*

<sup>1</sup> Bộ Visuddhimagga, Anussatikammatthānaniddesa, Ānāpānassatikathā.

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- *Ṭhāpanā*: 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- *Sallakkhaṇā*: Trí-tuệ thiền-tuệ thấy rõ, biết rõ 3 trạng-thái chung.

2- *Vivaṭṭanā*: 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 patipassanā*: Trí-tuệ quán triệt Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn, phiền-não đã bị diệt tận, và chưa bị diệt tận.

**Bốn cách thực-hành thuộc về pháp-hành thiền-định**

1- *Gaṇanāyaya*: 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 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<sup>(1)</sup>, 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 *Mahāsati-paṭṭhānasutta*.

### 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**: *Gaṇanānaya*: 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.

<sup>1</sup> Nữ hành-giả không nên ngồi bắt chéo 2 chân, nên ngồi để 2 chân sang một bên.

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 dhaññamāpakagaṇanāya: Cách hành niệm đếm chậm chậm hơi thở vào, hơi thở ra từng nhóm, có 6 nhóm: Bắt đầu hơi thở 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 thiền-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 *dhaññamāmakagaṇanānaya* 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 chỉ làm mẫu mực mà thôi.

### **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 thực, 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*, và



- **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 assasāmi'ti pajānati,*  
*Dīghaṃ vā passanto dīghaṃ passasāmi'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 rassasāmi'ti pajānati,*  
*Rassaṃ vā passanto rassaṃ passasāmi'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 dời 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 kāyasankhāraṃ assasissāmī'ti sikkhati,*

*Passambhayaṃ kāyasāṅkhāraṃ passasissāmi'ti  
Sikkhati.*

- Hành-giả nên thực tập rằng: “Làm hơi thở vào, hơi thở ra thô trở nên thanh-tĩnh vi-tế, rồi ta sẽ thở vào.”

- Hành-giả nên thực tập rằng: “Làm hơi thở vào, hơi thở ra thô trở nên thanh-tĩnh 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 khả năng, 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-tưởng.*

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 *gaṇanāyaya* 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-tĩnh 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 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**.

### **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 gần 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 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 thiện-tâm* gọi là **parikammamādhi**: **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 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 thiện-tâm* gọi là **upacārasamādhi**: **Cận-định** trong *đề-mục thiền-định* ấy, đạt đến gần *bậc thiền sắc-giới (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 *anubandhanānaya* và cách hành *phusanānaya*), hành-giả tiếp tục thực-hành theo cách hành *anubandhanānaya* và cách hành *phusanānaya* tiến triển đến cách hành ***thapanānaya*** 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 *gaṇanānaya* 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 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 anubandhanāyaya*.

4- Tiếp theo *cách thực-hành ṭhapanāyaya*, đặt tâm vững chắc trong *đối-tượng paṭibhāganimitta* thay thế niệm hơi thở vào, hơi thở ra theo *cách hành anubandhannaya* và *cách hành phusanāyaya*, 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- *Vivaṭṭanā*: *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-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, sắc-pháp** như sau:

- 5 **chi-thiền của bậc thiền sắc-giới thiện-tâm** có 2 loại **thọ**: **Thọ lạc (sukha), thọ xả (upekkhā)**, thuộc về phần **niệm thọ** của pháp-hành tứ-niệm-xứ, hoặc **thọ tâm-sở** thuộc về **danh-pháp** là đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ.

- 5 **bậc thiền sắc-giới thiện-tâm** thuộc về trong phần **niệm tâm** của pháp-hành tứ-niệm-xứ, hoặc 5 **sắc-giới thiện-tâm** thuộc về **danh-pháp** 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 **danh-pháp, sắc-pháp, trí-tuệ thiền-tuệ** phát sinh tuần tự trải qua 16 loại trí-tuệ thiền-tuệ<sup>(1)</sup> 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:

<sup>1</sup> Nên tìm hiểu rõ trong quyển X: Pháp-Hành Thiền-Tuệ của bộ Nền-Tảng-Phật-Giáo, cùng soạn giả.

- *Trí-tuệ thứ nhất* gọi là *nāmarūpaparicchedañāna* phát sinh thấy rõ, biết rõ phân biệt rõ thật-tánh của mỗi danh-pháp, mỗi sắc-pháp, ... đến:

- *Trí-tuệ thiền-tuệ thứ 4* gọi là *udayabbayānupasanāñāna* phát sinh thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của mỗi danh-pháp mỗi sắc-pháp, 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 danh-pháp, sắc-pháp hiện-tại.

*Trí-tuệ thiền-tuệ tam-giới* phát sinh theo tuần tự đến *trí-tuệ thiền-tuệ siêu-tam-giới* là:

**2- Vivattañā:** *Trí-tuệ thiền-tuệ siêu-tam-giới thứ 14* gọi là **Maggañāna:** *Thánh-đạo-tuệ* trong *Thánh-đạo-lộ-trình-tâm* (*Maggavīthicitta*).

*Thánh-đạo-tuệ* có 4 bậc:

- *Nhập-lưu Thánh-đạo-tuệ* (*Sotāpattimaggañāna*).
- *Nhất-lai Thánh-đạo-tuệ* (*Sakadāgāmiccamañāna*).
- *Bất-lai Thánh-đạo-tuệ* (*Anāgāmiccamañāna*).
- *A-ra-hán Thánh-đạo-tuệ* (*Arahattamañāna*).

Mỗi *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 là:

**3- Pārisuddhi:** *Trí-tuệ thiền-tuệ siêu-tam-giới thứ 15* gọi là **Phalañāna:** *Thánh-quả-tuệ* trong cùng *Thánh-đạo-lộ-trình-tâm*.

*Thánh-quả-tuệ* có 4 bậc:

- *Nhập-lưu Thánh-quả-tuệ* (*Sotāpattiphalañāna*).
- *Nhất-lai Thánh-quả-tuệ* (*Sakadāgāmiccaphalañāna*).

- *Bát-lai Thánh-quả-tuệ (Anāgāmi-phalañāṇa).*
- *A-ra-hán Thánh-quả-tuệ (Arahattaphalañāṇa).*

Mỗi *Thánh-đạo-lộ-trình-tâm* chấm dứt, theo định luật tự nhiên liền theo sau *trí-tuệ thứ 16* gọi là *paccavekkhaṇañāṇa* phát sinh trong *lộ-trình-tâm paccavekkhaṇavīthi-citta* là:

**4- *Tesañca paṭipassanā*:** *Trí-tuệ thứ 16* gọi là *paccavekkhaṇañāṇa* trong *lộ-trình-tâm paccavekkhaṇavīthi-citta*, 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, 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* và *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 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 sau trên tầng trời sắc-giới *Phạm-thiên* ấy.

(Xong *đề-mục niệm hơi thở vào - hơi thở ra.*)

#### 4- Đề-Mục Thiền-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*) là pháp-hành thiền-định.

Định nghĩa: **Appamaññā**

*Appamānesu 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 thiền-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.

**Đề-mục tứ vô-lượng-tâm**, khi bắt đầu thực-hành, 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 chứng đắc từ đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ tứ thiên sắc-giới thiện-tâm xong, rồi tiếp theo thực-hành đề-mục niệm rải **tâm-xả** đến chúng-sinh vô-lượng, để chứng đắc đệ ngũ thiên 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 thiền-định tứ vô-lượng-tâm**, không thể chứng đắc các **bậc thiền sắc-giới**, 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.

Kiếp vị-lai, sau khi hành-giả chết, **dục-giới thiện-nghiệp** ấy sẽ cho quả tái-sinh kiếp sau trong cõi thiện-dục-giới là cõi người hoặc 6 cõi trời dục-giới, hưởng mọi sự an-lạc cao quý.

**Appamaññā**: Đề-mục thiền-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 thiền-định vô-lượng-tâm (appamaññā)**

**4.1- Đề-mục thiền-định niệm rải tâm-từ (mettā)**

**Đề-mục thiền-định niệm rải tâm-từ** 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-từ cần có chi-thiền lạc (*sukha*), nên không có 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 đề-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** (*upacārahāvanā*), 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 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- **Tañhāpema**: *Tham-ái yêu thương* 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 (lobhacetasika)*.

**Tañhāpema**: *Tham-ái yêu thương* dù là *tâm-từ giả* vẫn có năng lực bảo vệ sinh-mạng khỏi mọi điều nguy hiểm.

Như 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 khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài, nếu có *tañhāpema* 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* và *Niết-bàn*, không thể giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Như trường hợp Ngài *Trưởng-lão Channa* có *tanhāpema*, yêu thương tha thiết nơi Đức-Thế-Tôn. Khi Đức-Thế-Tôn 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-Thế-Tôn tịch diệt Niết-bàn rồi, Ngài Trưởng-lão không còn có *tanhāpema* nơi Đức-Thế-Tôn 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 và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh *A-ra-hán*.

Sau đó, Ngài Trưởng-lão Channa tịch diệt Niết-bàn, chấm dứt khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Như vậy, người có *tanhāpema* làm cản trở chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả và Niết-bàn.

### **Thận trọng đến 6 hạng người**

Hành-giả thực-hành *đề-mục thiên-định niệম rải tâm-từ*, cần phải thận trọng trong 6 hạng người:

**A- Không nên niệম 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 *niệম 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 hạng 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 chứng đắc từ đệ nhất thiền sắc-giới cho đến đệ tứ thiền sắc-giới, 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*<sup>(1)</sup>.

*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: Xin cho tôi không có oan trái với tất cả chúng-sinh.*

2- *Ahaṃ abyāpajjo homi: Xin cho tôi không có khổ tâm sâu nào.*

3- *Ahaṃ anīgho homi: Xin cho tôi không có khổ thân.*

4- *Ahaṃ sukhī attānaṃ pariharāmi: Xin cho tôi giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.*

Sau khi tâm-từ phát sinh, tiên triễn 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.*

*Evamaṃ piyo puthu attā pasesaṃ,*

*Tasmā na hiṃse paramattakāmo.*”<sup>(1)</sup>

<sup>1</sup> 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 Chúng-sinh**

- 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: Xin cho người ấy không có oan trái với tất cả chúng-sinh.*
- 2- *So abyāpajjo hotu: Xin cho người ấy không có khổ tâm sâu nặng.*
- 3- *So anīgho hotu: Xin cho người ấy không có khổ thân.*
- 4- *So sukhī attānaṃ pariharatu: Xin 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: Xin cho những người ấy không có oan trái với tất cả chúng-sinh.*
- 2- *Te abyāpajjā hontu: Xin cho những người ấy không có khổ tâm sâu nặng.*
- 3- *Te anīghā hontu: Xin cho những người ấy không có khổ thân.*

<sup>1</sup> Sam. Bộ Sagāthāvaggapāli, Kosalasaṃyutta, Mallikāsutta.

4- *Te sukhī attānaṃ pariharantu: Xin 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:

- 1- *Piyapuggala: Hạng người thương yêu.*
- 2- *Atipiyapuggala: Hạng người thương yêu nhiều.*
- 3- *Majjhappuggala: Hạng người không thương không ghét.*
- 4- *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, ...*

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, ...* 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 thực, tâm-từ phát triển có nhiều năng lực.

## 3- Majjhappuggala: 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 thực, 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, 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 Kālayakkhinīvatthu<sup>(1)</sup> Đức-Phật dạy:*

*“Na hi verena verāni, sammatī’ 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 sau trong cõi địa ngục.”

Suy xét như vậy, nên hành-giả phát sinh đại-thiện-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:

- *Này 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 sau trong cõi ác-giới: Địa-ngục, a-su-ra, ngạ-quỷ, súc sinh.*

<sup>1</sup> Bộ Dhammapadattakathā, tích Kālayakkhinīvatthu, 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 tinh táo lúc lâm chung.
- 5- Sau khi chết, đại-thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp sau trong cõi thiện giới: Cõi người, cõi trời dục-giới.

- Suy xét một cách khác theo Samyuttanikāyapāḷi, 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-giá 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, veripuggala: 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 té thần lửa.

Gặp trường hợp như vậy, nếu hành-giả còn có tâm thiên vị chỉ cho bọn cướp bắt *veripuggala* 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 tế thần 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 ...*”<sup>(1)</sup>

- 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 thuần thực 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 chu-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.

<sup>1</sup> Bộ *Visuddhimagga*, phần *Mettābhāvanākathā*.

- Khi nào tâm-từ phát sinh rộng rãi đến *piyapuggala*, *majjhatappuggala* 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*, *majjhatappuggala*, *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: Xin cho tất cả chúng-sinh không có oan trái lẫn nhau.*

2- *Sabbe sattā abyāpajjā hontu: Xin cho tất cả chúng-sinh không có khổ tâm sâu não.*

3- *Sabbe sattā anīghā hontu: Xin cho tất cả chúng-sinh không có khổ thân.*

4- *Sabbe sattā sukhī attānaṃ pariharantu: Xin 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 attabhāvaparīyāpannā: 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- *Pacchimāya disāya: Hướng Tây.*
- 3- *Dakkhināya disāya: Hướng Nam.*
- 4- *Uttarāya disāya: Hướng Bắc.*
- 5- *Puratthimāya anudisāya: Hướng Đông Nam.*
- 6- *Dakkhināya anudisāya: Hướng Tây Nam.*
- 7- *Pacchimāya anudisāya: Hướng Tây 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- *Pacchimāya disāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

*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.*

2.2-12- *Pacchimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā 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- *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.

4.2-12- 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.

5.1- Puratthimāya anudisāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ parihantu.

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.

5.2-12- 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.

6.1- 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.

6.2-12- Dakkhināya anudisāya, sabbe paṇā,... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.

7,1- *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.

7.2-12- *Pacchimāya 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.*

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 khổ 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 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-từ có 3 loại nimitta, 3 loại bhāvanā, 3 loại samādhi.*

### 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, *veripuggala*: 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, veripuggala*, 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, veripuggala*, 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 đề-mục niệm rải tâm-từ 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-từ cho chính mình (*atta*) với dục-giới 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 *đục-giới thiện-tâm* ấy gọi là **parikammasamādhī**.

- Khi hành-giả tiếp tục thực-hành niệm rải tâm-từ với *đục-giới thiện-tâm* có *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, chưa đạt đến *sīmāsambheda*: Xóa bỏ ranh giới tâm-từ, vẫn còn *đục-giới thiện-tâm*, nên gọi là **upacārabhāvanā**: Tâm-hành cận đến bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm*, và **định-tâm** đồng sinh với *đục-giới 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 *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 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 vippasīdati*: gương mặt tươi sáng.

10- *Asammulho kālaṃ karoti*: Lúc lâm chung không mê muội, đại-thiện-tâm tỉnh táo sáng suốt.

11- *Uttarimappaṭivijjhanto brahmalokupago hoti*: Đề-mục niệm rải tâm-từ có khả năng dẫn đến chứng đắc từ đệ nhất thiên sắc-giới cho đến đệ tứ thiên sắc-giới (trừ đệ ngũ thiên sắc-giới), nếu chưa trở thành bậc Thánh A-ra-hán thì sau khi hành-giả chết, sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp sau 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 thiên sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ tứ thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm.

*Karunā*: Tâm-bi thương xót chúng-sinh.

Định nghĩa: “*Paradukkhe sati sādhuṇaṃ hadaya-kampanaṃ karotī’ti karunā.*”

Khi thấy chúng-sinh khác đang bị đau khổ, đại-thiện-tâm nào của bậc thiên-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 thiện-tâm có đối-tượng *dukkhitasattapaññatti*:  
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 rải 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 quyến như cha, mẹ chết, vợ, chồng chết, con cái chết, v.v...
- *Bhogabyasana*: Sự thiệt hại của cải tài sản do bị thiêu 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 lầm, 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 rải tâm-bi, nếu không gặp đối-tượng dukkhitapuggala, người bị đau khổ nhóm thứ nhất thì thực-hành niệm rải 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 đề-mục niệm rải tâm-bi**

Hành-giả thực-hành đề-mục thiên-định niệm rải 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 hài 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 thiên sắc-giới-tâm cho đến đệ tứ thiên sắc-giới-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:

1- *Dukkhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *majjhatappuggala*.

2- *Dukkhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *piyapuggala*.

3- *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 thực, 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 thực, 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*, *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-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: *Majjhattapuggala*, *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- *Pacchimāya disāya*: Hướng Tây.
- 3- *Dakkhināya disāya*: Hướng Nam.
- 4- *Uttarāya disāya*: Hướng Bắc.
- 5- *Puratthimāya anudisāya*: Hướng Đông Nam.
- 6- *Dakkhināya anudisāya*: Hướng Tây Nam.
- 7- *Pacchimāya anudisāya*: Hướng Tây Bắc.
- 8- *Uttarāya anudisāya*: Hướng Đông Bắc.
- 9- *Heṭṭhimāya disāya*: Hướng dưới.
- 10- *Uparimāya disāya*: Hướng trên.

### Phương pháp thực-hành đề-mục 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- *Pacchimāya disāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

2.2-12- *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.*

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- Uttarāya disāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

*Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Bắc, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.*

*4.2-12- 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.*

*5.1- Puratthimāya anudisāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

*Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Nam, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.*

*5.2-12- 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.*

*6.1- Dakkhināya anudisāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

*Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Nam, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.*

*6.2-12- 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.*

*7.1- Pacchimāya anudisāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

*Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Bắc, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.*

*7.2-12- Pacchimāya 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.*

*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:

\* *Puggalavāraṇāmettā có 12 phương pháp niệm rải tâm-bi với 1 pháp-bi đến 12 loại chúng-sinh.*

\* *Disāpharaṇāmettā 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-từ  $12 + 120 = 132$  pharaṇāmettā 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 *majjhataṭṭapuggala: Hạng người không thương không ghét*, *piyapuggala: Hạng người thương yêu*, *verīpuggala: 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, majjhataṭṭapuggala, piyapuggala, verīpuggala*, nhưng chưa đạt đến *sīmāsambheda: Xóa bỏ ranh giới tâm-bi*, gọi là đối-tượng **uggahanimitta**.

- Khi hành-giả thực-hành *niệm rải tâm-bi* đến 4 hạng người: *Atta, majjhattapuggala, 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 rải 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 rải tâm-bi* cho chính mình (*atta*) với *dục-giới thiện-tâm* niệm rải tâm-bi rằng:

“*Ahaṃ dukkhā muccāmi.*”

- Niệm rải tâm-bi theo tuần tự đến hạng người *majjhattapuggala*, 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 thiện-tâm* ấy gọi là *parikammasamādhi*.

- Khi hành-giả tiếp tục thực-hành *niệm rải tâm-bi* với *dục-giới thiện-tâm* có *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, chưa đạt đến *sīmāsambheda*: Xóa bỏ ranh giới tâm-bi, vẫn còn *dục-giới thiện-tâm*, nên gọi là *upacārabhāvanā*: Tâm-hành cận đến bậc thiện sắc-giới, và *định-tâm* đồng sinh với *dục-giới 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- *Padatṭhāna*: 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 có 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 đề-mục 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, atipiyapuggala, piyapuggala, majjhattapuggala*, 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**

- Nếu hành-giả thực-hành đề-mục thiền-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:

1- *Sukhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *atipiyapuggala*.

2- *Sukhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *piyapuggala*.

3- *Sukhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *majjhappuggala*.



4- *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 thực, 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 thực, tâm-hỷ phát triển có nhiều năng lực.

**3- *Majjhappuggala*:** 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 thực, 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 thực, 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: *Atiṭṭhapuggala*: hạng người thương yêu nhiều; *piya-puggala*: Hạng người thương yêu; *majjhappuggala*: 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 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-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 ngựa-quỷ, a-su-ra.

## 10 phương hướng

Niệm rải tâm-hỷ đến chúng-sinh trong 10 phương:

- 1- *Puratthimāya disāya*: Hướng Đông.
- 2- *Pacchimāya disāya*: Hướng Tây.
- 3- *Dakkhināya disāya*: Hướng Nam.
- 4- *Uttarāya disāya*: Hướng Bắc.
- 5- *Puratthimāya anudisāya*: Hướng Đông Nam.
- 6- *Dakkhināya anudisāya*: Hướng Tây Nam.
- 7- *Pacchimāya anudisāya*: Hướng Tây Bắc.
- 8- *Uttarāya anudisāya*: Hướng Đông Bắc.
- 9- *Heṭṭhimāya disāya*: Hướng dưới.
- 10- *Uparimāya disāya*: Hướng trên.

## Phương pháp thực-hành đề-mục 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- *Pacchimāya disāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

*Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.*

2.2-12- *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.*

3.1- *Dakkhināya disāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito 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- *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.*

4.2-12- *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.*

5.1- *Puratthimāya anudisāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Nam, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

5.2-12- *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.*

6.1- *Dakkhināya anudisāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Nam, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

6.2-12- *Dakkhināya 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- *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.

7..2-12- *Pacchimāya 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.*

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:

\* *Puggalavārāpharaṇāmettā có 12 phương pháp niệm rải tâm-hỷ với 1 pháp đến 12 loại chúng-sinh.*

\* *Disāpharaṇāmettā* 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  $12 + 120 = 132$  *pharaṇāmettā* 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: Từ đệ nhất thiền sắc-giới cho đến đệ tứ thiền sắc-giới (trừ đệ ngũ thiền sắc-giới), 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, *majjhataṭṭapuggala*: Hạng người không thương không ghét, *verīpuggala*: Hạng người là kẻ thù của mình gồm có 4 hạng người gọi là đối-tượng ***parīkammanimitta***.

- Khi tâm-hỷ của hành-giả phát triển tốt, có năng lực, trong 5 hạng người: *Atta*, *atīpiyapuggala*, *piyapuggala*, *majjhataṭṭapuggala*, *verīpuggala*, nhưng chưa đạt đến *sīmāsambheda*: Xóa bỏ ranh giới tâm-hỷ, gọi là đối-tượng ***uggaḥanimitta***.

- Khi hành-giả thực-hành niệm rải tâm-hỷ đến 4 hạng người: *Atta*, *atīpiyapuggala*, *piyapuggala*, *majjhataṭṭapuggala*, *verīpuggala*, đã đạt đến *sīmāsambheda*: 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 *uggaḥanimitta* và đối-tượng *paṭibhāganimitta* là đối-tượng *nimitta* gián tiếp, bởi vì đề-mục niệm rải tâm-hỷ này là



đề-mục thiên-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 thiện-tâm niệm rải tâm-hỷ* rằng:

“*Ahaṃ yathā laddhasampattito mā vigacchāmi.*”

- Niệm rải tâm-hỷ theo tuần tự đến *hạng người majjhata-puggala*, *hạng người piyapuggala*, *hạng người verī-puggala* 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 thiện-tâm* ấy gọi là ***parikammasamādhi***.

- Khi hành-giả tiếp tục thực-hành *niệm rải tâm-hỷ* với *dục-giới thiện-tâm* có *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, chưa đạt đến *sīmāsambheda*: *Xóa bỏ ranh giới tâm-hỷ*, vẫn còn *dục-giới thiện-tâm*, nên gọi là ***upacārabhāvanā***: *Tâm-hành cận đến bậc thiên sắc-giới*, và ***định-tâm*** đồng sinh với *dục-giới 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 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 ***appanāsamādhi***.

\* Phương pháp thực-hành đề 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 niệm rải tâm-hỷ**

Hành-giả thực-hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ, nên biết 8 điều về đề-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- *Paccupatthāna*: Sự hiện hữu của tâm-hỷ làm tiêu diệt tâm ganh ghét.

4- *Padatthāna*: 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- *Dūrāpaccatthika*: 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 đề-mục niệm rải tâm-hỷ**

Hành-giả thực-hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ có 11 quả báu tương tự như 11 quả báu của đề-mục niệm rải tâm-từ.

(Xong đề-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 upekkhātī’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 ***tattaramajjhata-tā-cetasika***: *Trung-dung tâm-sở* đồng sinh với *thiện-tâm* có *đối-tượng* là ***majjhattasattapaññatti***: *Chúng-sinh trung-dung không thương không ghét.*

**Majjhattapuggala** 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 majjhattapuggala**: 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 *kasina*, 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 *majjhattasattapaññatti*, *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*. Đệ-mục thiền-định tứ 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 đệ-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa* có đối-tượng *kaṣiṇapaññatti*, hoặc đệ-mục thiền-định *ānāpānassati*, có đối-tượng *ānāpānapaññatti* thì không thể tiếp tục thực-hành **đệ-mục niệm rải tâm-xả**, để chứng đắc đệ ngũ thiền sắc-giới được, bởi vì đối-tượng *kaṣiṇapaññatti*, đối-tượng *ānāpānapaññatti* của đệ tứ thiền sắc-giới hoàn toàn khác với đối-tượng ***majjhattasatta-paññatti*** của đệ-mục niệm rải tâm-xả.

Vì vậy, đệ-mục niệm rải tâm-xả bị hạn chế hành-giả và bị hạn chế đối-tượng thiền-định.

### Phận sự trước khi hành đệ-mục niệm rải tâm-xả

Trước khi thực-hành đệ-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 đệ-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 đệ-mục niệm rải tâm-xả rằng:

“Đệ tứ thiền sắc-giới thiện-tâm của đệ-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 **đệ-mục niệm rải tâm-xả** có chi-thiền ***upekkhā rất vi-tế***, có tâm trung-đụng 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 đệ-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 thiền 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 làm 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 đề-mục 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 piyappuggala.*
- 4- *Hạng người atipiyappuggala.*
- 5- *Hạng người veripuggala.*

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.

Để *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 *từ 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 nên 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 ta, 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 nên 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:

*1- Hạng người majjhataṭṭapuggala: Người không thương không ghét.*

2- Hạng người *piyapuggala*: Người thương yêu.

3- Hạng người *atipiyapuggala*: Người thương yêu nhiều.

4- Hạng người *verīpuggala*: Người là kẻ thù của mình.

**1- Majjhappuggala:** Hạng người không thương không ghét.

- Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực-hành *niệm rai tâm-xả* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người không thương, không ghét (*majjhappuggala*) như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần thực, tâm-xả phát triển có nhiều năng lực.

**2- Piyapuggala:** Hạng người thương yêu.

- Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực-hành *niệm rai 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 thực, tâm-xả phát triển có nhiều năng lực.

**3- Atipiyapuggala:** Hạng người thương yêu nhiều.

- Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực-hành *niệm rai 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 thực, 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 rai 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 thực, tâm-xả phát triển có nhiều năng lực.

Hành-giả thực-hành *niệm rai 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 rai*

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, 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-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: *Majjhattapuggala, piyapuggala, atipiyapuggala, verīpuggala*: Hạng người là kẻ thù cho đến khi đạt đến *sīmāsambheda*: Xóa bỏ ranh giới tâm-xả: Khi có *tâm-xả* đồng đều đối với 5 hạng người (chính mình và 4 hạng người theo tuần tự).

### Niệm rải tâm-xả theo paṭisambhidāmagga

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

*Kammassakā.*

*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 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-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 ngã-quý, a-su-ra.

### 10 phương hướng

Niệm rải tâm-xả đến chúng-sinh trong 10 phương:

- 1- *Puratthimāya disāya*: Hướng Đông.
- 2- *Pacchimāya disāya*: Hướng Tây.
- 3- *Dakkhināya disāya*: Hướng Nam.
- 4- *Uttarāya disāya*: Hướng Bắc.
- 5- *Puratthimāya anudisāya*: Hướng Đông Nam.
- 6- *Dakkhināya anudisāya*: Hướng Tây Nam.
- 7- *Pacchimāya anudisāya*: Hướng Tây 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 kammaṣṣakā.*
- 2- *Sabbe paṇā kammaṣṣakā.*
- 3- *Sabbe bhūtā kammaṣṣakā.*
- 4- *Sabbe puṅgalā kammaṣṣakā.*
- 5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā kammaṣṣakā.*

### **7 loại chúng-sinh (odhisapuggala)**

Hành-giả thực-hành niệm rải tâm-xả đến mỗi loại chúng-sinh như sau:

- 1- *Sabbā itthiyo kammaṣṣakā.*
- 2- *Sabbe purisā kammaṣṣakā.*
- 3- *Sabbe ariyā kammaṣṣakā.*
- 4- *Sabbe anariyā kammaṣṣakā.*
- 5- *Sabbe devā kammaṣṣakā.*
- 6- *Sabbe manussā kammaṣṣakā.*
- 7- *Sabbe vinipātikā kammaṣṣakā.*

### **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 kammaṣṣakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Đông, có nghiệp là của riêng họ.

1.2-12- *Puratthimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puṅgalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammaṣṣakā.*

2.1- *Pacchimāya disāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Tây, có nghiệp là của riêng họ.

2.2-12- *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.*

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- *Uttarāya disāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Bắc, có nghiệp là của riêng họ.

4.2-12- *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.*

5.1- *Puratthimāya anudisāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Nam, có nghiệp là của riêng họ.

5.2-12- *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.*

6.1- *Dakkhināya anudisāya, sabbe sattā kammassakā*

*Tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Nam, có nghiệp là của riêng họ.*

6.2-12- *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 kammassakā.*

7.1- *Pacchimāya anudisāya, sabbe sattā kammassakā.*

*Tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Bắc, có nghiệp là của riêng họ.*

7.2-12- *Pacchimāya anudisāya, 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:

\* *Puggalavārapharaṇāmettā có 12 phương-pháp niệm rải tâm-xả với 1 pháp đến 12 loại chúng-sinh.*

\* *Disāpharaṇāmettā 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  $12 + 120 = 132$  pharaṇāmettā 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 chứng 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 majjhappuggala: 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 rải 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 rải tâm-xả* này là *đề-mục thiên-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-xả* cho chính mình với *dục-giới thiện-tâm* niệm rải tâm-xả rằng:

*Ahaṃ kammaṣako.*

- Niệm rải tâm-xả theo tuần tự đến *hạng người majjhappuggala, hạng người piyapuggala, 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 thiện-tâm** ấy gọi là **parikammasamādhī**.

Khi hành-giả tiếp tục thực-hành **niệm rải tâm-xả** với **dục-giới thiện-tâm** có **đối-tượng uggahanimitta** và **đối-tượng paṭibhāganimitta**, chưa đạt đến **sīmāsambheda**: Xóa bỏ ranh giới tâm-xả, vẫn còn **dục-giới thiện-tâm**, nên gọi là **upacārabhāvanā**: Tâm-hành cận đến bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, và **định-tâm** đồng sinh với **dục-giới 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 phạm 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*: Trí-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 khổ 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 gán 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 thiền-định tứ vô-lượng-tâm**

*Tứ vô-lượng-tâm* là 4 đề-mục thiền-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 majjhata-puggala: 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 bị 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 loại 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, heṭṭhimāya 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 muccantu; 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 nga-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; họ có nghiệp là của riêng họ.

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 góm trong vật thực.*

*Āhārepaṭikkūlasaññā là một đề-mục thiền-định có chi-pháp là tưởng tâm-sở (saññācetasika) đồng sinh với dục-giới 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 tởm nhờm góm 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 chỗ vật thực nương 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 góm do đi đến nơi có vật thực:*

- Hành-giả là tỳ-khưu, 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 vắt 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 vắt 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 mủ, 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 hôi thối. Người sống bao nhiêu năm tháng, thì vật thực cũng chứa đựng bấy nhiêu, 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, hiệu quả của vật thực có lợi và cũng có hại, thật đáng nhòm góm.

9- *Nissandato*: Suy tưởng về vật thực đáng nhờm gớm do thải trừ các chất cận 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 cận 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, mủ 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 cận bã ra qua các môn (cửa) đều là những chất ô trọc, hôi thối, thật đáng nhờm gớm.

10- *Sammakkhanato*: Suy tưởng về vật thực đáng nhờm gớm do vật thực dính bần:

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 cận 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 ghé tởm vật thực, sau khi hành-giả suy tưởng về vật thực đáng nhòm góm bằng 10 cách như đã trình bày.

### **Ba 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 *parikammanimitta*: *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*.

### **Ba loại bhāvanā, ba 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* 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, mà 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* và *đối-tượng* này tâm vẫn còn là *dục-giới thiện-tâm, có dục-giới 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 āhārepaṭik-kūlasaññā* 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 tū-thi*, trí-tuệ thấy rõ, biết rõ tū-thi thật đáng ghê tởm như vậy.

Hành-giả thực-hành *đề-mục thiền-định āhārepaṭik-kūlasaññā* này, nếu chưa chứng đắc thành *bậc Thánh A-ra-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 (paramattha-dhamma), không phải người, không phải người nam, 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 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 (trược) là:

*Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam; hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsaṃ; antaṃ, antagaṇaṃ udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ.*

*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.<sup>(1)</sup>

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 sấp, chất chì, chất đồng, khi gặp nhiệt độ cao thì chất sấp, 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 nhót, 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.

<sup>1</sup> *Āpodhātuyā sukhumabhāvena asakkuṇeyyattam vuttam ...*

Cho nên, *đôi-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 phận 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.
- *Āṅgaṅgānusārīvāyo*: 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 ayaṃ kāyo acetano abyākato suñño nissatto nijjīvo dhātusamūhoyeva, ...*”

*Thân này không có tâm thức, không phải pháp thiện, ác<sup>(1)</sup>, 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 *đề-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 trọc (trọc).
- *Āpodhātu*: Thủy-đại có 12 thể trọc (trọc).
- *Tejodhātu*: Hỏa-đại có 4 pháp.
- *Vāyodhātu*: Phong-đại có 6 pháp.

<sup>1</sup> 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; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam; hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam; antam, antagunaṃ, udariraṃ, karīsam, mattaluṅgam.*

*Tóc, lông, móng, răng, da; thịt, gân, xương, tủy, thân; 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, mũi, máu, mồ hôi, mỡ đặc; nước mắt, mỡ lỏng, nước miếng, nước mũi, nước nhớt, nước tiểu.)*

**3- Tejodhātu: Hỏa-đại** có 4 pháp là:

1- *Santappanatejo: Hỏa-đại hơi nóng làm tăng nhiệt độ trong thân thể.*

2- *Dahanatejo: Hỏa-đại hơi nóng làm tăng cao nhiệt độ trong thân thể.*

3- *Jīraṇatejo: Hỏa-đại hơi nóng làm cho thân thể trở nên già yếu dần.*

4- *Pācakatejo: Hỏa-đại hơi nóng làm phân sự tiêu hóa vật thực.*

**4- Vāyodhātu: Phong-đại** có 6 pháp là:

1- *Uddhaṅgamavāyo: Phong-đại bốc lên phía trên.*

2- *Adhogamavāyo: Phong-đại đẩy xuống phía dưới.*

3- *Kucchiṭṭhavāyo: Phong-đại ở trong bụng.*

4- *Koṭṭhāsavāyo: Phong-đại ở trong ruột già.*

5- *Āṅgamaṅgānusārīvāyo: Phong-đại ở khắp thân thể.*

6- *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, không biết mình mọc trên da đầu, và da đầu cũng không biết có tóc mọc trên mình.

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 phận 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, thế 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- *Vacanatthato*: 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 nếu thật sự phân tích ra thành tế bào nhỏ thì *pathavīdhātu*: Địa-đại được bao nhiêu cân, nhưng sự thật tứ-đại không thể phân tích ra được, sở dĩ thân này hiện hữu là nhờ *āpodhātu*: Thủy-đại có phận sự làm kết dính tất cả địa-đại lại với nhau, nhờ *tejodhātu*: Hỏa-đại có phận sự nuôi dưỡng, nhờ *vāyodhātu*: Phong-đại có phận sự giữ gìn, bảo vệ thân này.

**4- *Lakkhaṇādīto***: *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 hoặc thời tiết.
- Một số sắc-pháp phát sinh do tâm.
- Một số sắc-pháp phát sinh do thời tiết.

**6- *Nānatekattato***: *Trạng-thái-riêng, trạng-thái-chung*:

Mỗi đại của sắc tứ-đại này 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 khô, trạng-thái vô-ngã*.

**7- Vinibbhogāvinibbhogato:** *Phân tích được, phân tích không được:*

Sắc tứ-đại này 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 thiên-định *catudhātuvavatthāna* này có đối-tượng *sắc-pháp tứ-đại* thuộc về *chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*.

### Ba loại nimitta

Đề-mục thiền-định *catudhātuvavatthāna* có đối-tượng sắc-pháp tứ-đại thuộc về chân-nghĩa-pháp (*paramattha-dhamma*), 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*.

### Ba loại bhāvanā, ba loại samādhi

Đề-mục thiền-định *catudhātuvavatthāna* chỉ có 2 loại *bhāvanā* là ***parikammabhāvanā***: Tâm-hành ban đầu với dục-giới 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 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 và 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-thiền-tuệ**, nên có được **9 quả báu<sup>(1)</sup>** đặc biệt như sau:

1- *Suññataṃ avagāhati*: Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ **trạng-thái vô-ngã của sắc-pháp, danh-pháp**.

2- *Sattasaññaṃ samugghātetī*: Diệt được tâm tưởng sai, chấp lầm rằng: “**Chúng-sinh, ta, người, người nam, người nữ, v.v...**”

3- *Sattasaññāya samūhatattā*: Diệt được tưởng sai lầm cho là **chúng-sinh, ...**

4- *Vāḷamigayakkharakkhasādivikappaṃ anāpajjamāno*, ... không xảy đến 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 thiền-tuệ**.

6- *Itthāniṭṭhesu ugghātanigghātaṃ na pāpuṇāti*: Không coi trọng **đối-tượng tốt**, cũng không coi khinh **đối-tượng xấu**.

7- *Mahāpañño ca hoti*: Có **đại trí-tuệ**.

<sup>1</sup> 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 sau 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 ākāsañāṇcāyatanakusalacitta: Không-vô-biên-xứ thiện-tâm mà thôi.*

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 viññāṇañcāyatana-kusalacitta: Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm mà thôi.*

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 mà thôi.*

4- *Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ tư gọi là tatiyārūppaviññāṇa chỉ có thể dẫn đến chứng đắc đệ tứ thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là nevaśaññānāsaññāyatanakusalacitta: Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiện-tâm mà thôi.*



### Phương pháp thực-hành 4 đề-mục thiên-định vô-sắc

Sau khi đã chứng đắc **đệ ngũ thiên sắc-giới thiện-tâm** xong, hành-giả có ý nguyện muốn tiếp tục chứng đắc **4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm**.

Ví dụ: Hành-giả đã chứng đắc **đệ ngũ thiên 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 thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm** với **đề-mục thiên-định hình tròn đất “*pathavī-kasiṇa*”** 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 nhằm chán sắc-thân này, chỉ mong muốn được tái-sinh kiếp sau 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 nhằm chán đối-tượng ***pathavī-ṇaṭṭhānimitta***: Quang-ảnh trong-sáng đề-mục thiên-định hình tròn đất của **đệ ngũ thiên sắc-giới thiện-tâm**, hành-giả cố gắng tinh-tân 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-tướng (nirodhasamāpatti) được.*”

Do suy xét như vậy, nên hành-giả tiếp tục cố gắng tinh-tấn thực-hành 4 *đề-mục thiền-định vô-sắc, để chứng đắc 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.*

### 7.1- Thiền vô-sắc-giới không-vô-biên-xú thiện-tâm

Để chứng đắc *đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta*: *Không-vô-biên-xú thiện-tâm*, hành-giả cả 2 nhóm đều bắt đầu thực-hành 5 *pháp thuần-thực (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 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 *dục-giới 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 *dục-giới thiện-tâm* gọi là ***parikammāsamādhī***: Sơ-định ban đầu thực-hành pháp-hành *thiền-định* còn cách xa bậc *thiền 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 nhàm 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 *thiền vô sắc-giới thiện-tâm*, đạt đến ***upacārasamādhī***: Cận-định gần bậc *thiền 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-*

tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* của đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm mất dần đi, đề-mục hư-không chế-định *ākāsa-paññatti* 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 *ākāsa-paññatti* 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 *ākāsa-paññatti* 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-xí thiện-tâm đầu tiên phát sinh, có *appanāsamādhī*: 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, ākāsānañcāyatanakusalacitta* (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*. Châm dứt vô-sắc-giới lộ-trình đệ nhất thiền thiện-tâm đầu tiên<sup>(1)</sup>.”

Đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là ***ākāsānañcāyatanakusalacitta*** có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

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

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán-triệt* (*paccavekkhaṇa-vīthicitta*) 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***: *Thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*, bởi vì *vô-sắc-giới thiện-tâm* này không có sắc, do đó gọi là ***arūpajjhānacitta***.

- ***Ākāsānañcāyatanakusalacitta***: *Không-vô-biên-xứ thiện-tâm* bởi vì, bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này rất vững chắc, không lay chuyển phát sinh do *đề-mục ākāsa-paññatti* không có bắt đầu *sự sinh*, và cũng không có cuối cùng *sự diệt*, do đó gọi là ***ākāsānañcāyatanakusalacitta***.

- ***Paṭhamārūpajjhāna***: *Đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*, bởi vì, bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này có *đề-mục ākāsa-paññatti*: *Hư-không chế-định* là bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm phát sinh trước tiên trong 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, do đó gọi là ***paṭhamārūpajjhānacitta***: *Đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

## 7.2- Thiền vô-sắc-giới thức-vô-biên-xứ-thiền

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 ***viññāṇañcāyatanakusalacitta***: *Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

Trước tiên, hành-giả thực-hành 5 *pháp thuận-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: Ākāśānañcāyatanakusalacitta* rằng:

*Đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Ākāśānañcāyatanakusalacitta* 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 viññāṇañcāyatanakusalacitta: Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

Sau khi suy xét thấy nhược điểm của *đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Ākāśānañcāyatanakusalacitta* như vậy, nên hành-giả thực-hành làm cho *đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Ākāśānañcāyatanakusalacitta* này mất đi khỏi tâm của mình, bằng cách cố gắng buông bỏ *đề-mục ākāśapaññatti: Hư-không chế-định* ấy đi, rồi trở lại cố gắng hướng tâm đến *đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Ākāśānañcāyatanakusalacitta* làm *đề-mục* thay thế *đề-mục ākāśapaññatti: Hư-không chế-định*, đồng thời ***parikammabhāvanā***: *Tâm-hành ban đầu với dục-giới thiện-tâm* niệm tưởng rằng:

“*Viññāṇaṃ anantaṃ, ... Viññāṇaṃ anantaṃ, ... Viññāṇaṃ anantaṃ, ... Thức-vô-biên, Thức-vô-biên, Thức-vô-biên, ...*”

- *Viññāṇaṃ* đó là *đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Ākāśānañcāyatanakusalacitta*.

- *Anantaṃ* là *vô-biên*.

**Định-tâm** đồng sinh với *dục-giới thiện-tâm* gọi là ***parikammāsādhī***: *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 “*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 ākāsañcāyatanakusalacitta* không còn muốn trong *đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Ākāsañcāyatanakusalacitta* ấy nữa. Khi ấy, tâm-hành của hành-giả tiến triển đến ***upacārabhāvanā***: Tâm-hành cận với *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Viññānañcāyatana-kusalacitta: Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm, đạt đến upacāra-samādhi*: Cận-định gần bậc 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 ākāsañcāyatanakusalacitta: Hư-không chế-định* mất dần đi, rồi mất hẳn trong tâm khi nào, khi ấy, *đề-mục ākāsañcāyatanakusalacitta* hiện rõ thay thế *đề-mục ākāsañcāyatanakusalacitta* ngay tức thì tiến triển đến ***appanābhāvanā***: Tâm-hành chứng đắc *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññānañcāyatanakusalacitta: Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm đầu tiên phát sinh, có appanāsamādhi: An-định vững chắc* trong *vô-sắc-giới lộ-trình đệ nhị thiền thiện-tâm đầu tiên*, các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma*<sup>(1)</sup>, *upacāra, anuloma, gotrabhū, viññānañcāyatana-kusalacitta* (1 sát-na tâm), *bhavaṅgacitta*. Chấm dứt *vô-sắc-giới lộ-trình đệ nhị thiền thiện-tâm đầu tiên*.”

*Đệ nhị 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-vīthicitta)* mỗi chi-thiền là *upekkhā, ekaggatā*.

<sup>1</sup> Nếu là *lakkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự.

Như vậy, hành-giả đã chứng đắc *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là **viññānañcāyatanakusalacitta**: *Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

**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: Kāsānañcāyatanakusalacitta* làm *đề-mục thiền-định của đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, viññānañcāyatanakusalacitta*?

**Đáp:** Bởi vì, để chứng đắc *đệ nhị 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 nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Viññānañcāyatanakusalacitta*.

### 7.3- Thiền vô-sắc-giới vô-sở-hữu-xứ-thiền

Sau khi đã chứng đắc *đệ nhị 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 **ākiñcaññāyatanakusalacitta**: *Vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*.

Trước tiên, hành-giả thực-hành 5 *pháp thuần-thục (vasībhāva)* liên quan đến *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Viññānañcāyatanakusalacitta* có đầy đủ năng lực, cho đến giai đoạn chót, *nhập đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ra, suy xét thấy nhược điểm của đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Viññānañcāyatanakusalacitta* rằng:



*Đệ nhị 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 *ākāsānañcāyatanakusalacitta*. Nếu không thường nhập đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này thì bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này dễ bị mất, trở xuống đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: *Ākāsānañcāyatanakusalacitta* như trước.

Hơn nữa định-tâm của đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này là còn thô so với định-tâm của đệ tam thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: *Ākiñcaññāyatanakusalacitta: Vô-sở-hữu-xú thiện-tâm.*”

Sau khi suy xét thấy nhược điểm của đệ nhị thiền 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 thiền-tâm ấy cũng không còn sót lại.

Hành-giả cố gắng tinh-tân hướng tâm ra khỏi đề-mục *ākāsānañcāyatanakusalacitta* ấy, rồi cố gắng tinh-tân hướng tâm đến đề-mục *natthibhāvapaññatti* xuất hiện thay thế đề-mục *ākāsānañcāyatanakusalacitta* ấy, đồng thời *parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu với dục-giới thiện-tâm niệm tưởng 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, *thīti-khaṇa*: 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 thiện-tâm gọi là **parikammamādhī**: 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 “*natthi kiñci*” (không còn gì cả) như vậy, cho đến khi nào tâm của hành-giả nhằm chán *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm viññānañcāyatanakusalacitta*, không còn muốn trong *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *Viññānañcāyatanakusalacitta* ấy nữa, khi ấy, tâm của hành-giả tiến triển đến **upacārabhāvanā**: Tâm-hành cận với *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *Ākiñcaññāyatanakusalacitta*: Vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm đạt đến **upacārasamādhī**: Cận-định gần bậc 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 ākāśānañcāyatanakusalacitta* mất dần đi, rồi mất hẳn trong tâm khi nào, khi ấy, *đề-mục natthibhāvapaññatti* hiện rõ thay thế *đề-mục ākāśānañcāyatanakusalacitta* ngay tức thì tiến triển đến **appanābhāvanā**: Tâm-hành chứng đắc *đệ 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 *đệ tam thiền thiện-tâm đầu tiên*, các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma*<sup>(1)</sup>, *upacāra, anuloma, gotrabhū, ākiñcaññāyatanakusalacitta* (1 sát-na tâm), *bhavaṅgacitta*. Chấm dứt vô-sắc-giới lộ-trình *đệ nhị thiền thiện-tâm đầu tiên*.”

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

*Đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-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*.

Như vậy, hành-giả đã chứng đắc *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* gọi là **ākiñcaññāyatanakusalacitta**: *Vô-sở-hữu-xứ thiền-tâm*.

#### 7.4- Thiền vô-sắc-giới phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiền

Sau khi đã chứng đắc *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* gọi là *ākiñcaññāyatanakusalacitta*: *Vô-sở-hữu-xứ thiền-tâm* rồi, hành-giả muốn tiếp tục thực-hành để chứng đắc *đệ tứ thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* gọi là **nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta**: *Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiền tâm*.

Trước tiên, hành-giả thực-hành 5 *pháp thuần-thục* (*vasībhāva*) liên quan đến *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-tâm*: *Ākiñcaññāyatanakusalacitta* có đầy đủ năng lực, cho đến giai đoạn chót, *nhập đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-tâm*, rồi xả *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* ra, suy xét thấy nhược điểm rằng:

“*Đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-tâm ākiñcaññāyatanakusalacitta* này là *bậc thiền vô-sắc-giới thiền-tâm gần với đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiền-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 thiền-tâm*: *Viññānañcāyatanakusalacitta* như trước.

Hơn nữa *định-tâm của đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* này là không thanh-tịnh, không vi-tế như *định-tâm của đệ tứ thiền vô-sắc-giới thiền-tâm*: *Nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*: *Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiền-tâm*.

Xét về **saññā**: Tưởng, v.v... trong bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: *Nevasaññānāsanñāyanakusalacitta* 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.”

Khi suy xét thấy nhược điểm của đệ tam thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: *Ākiñcaññāyanakusalacitta* như vậy, để phát sinh tâm nhằm chán *ākiñcaññāyanakusalacitta*. 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: *Ākiñcaññāyanakusalacitta* có khả năng nhận biết được đề-mục *natthibhāvapaññatti*.

Khi suy xét như vậy, hành-giả tưởng đến *ākiñcaññāyanakusalacitta* đã diệt rồi không còn trong tâm của mình, bằng cách buông bỏ đề-mục *natthibhāvapaññatti* ấy, cố gắng tinh-tân hướng tâm trở lại *ākiñcaññāyanakusalacitta* hiện rõ thay thế đề-mục *natthibhāvapaññatti* ấy, đồng thời **parikammabhāvanā**: Tâm-hành ban đầu với dục-giới thiện-tâm niệm tưởng 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 *ākiñcaññāyanakusalacitta* có định-tâm vô cùng thanh-tịnh.

- *Pañītametam*: *Ākiñcaññāyanakusalacitta* có định-tâm vô cùng vi-tế.

**Định-tâm** đồng sinh với dục-giới thiện-tâm gọi là **parikammamādhī**: 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 pañītametam*” “*bậc thiền ấy vô cùng thanh-tịnh, vô cùng vi-tế, ...*” như vậy, cho đến khi nào tâm của hành-giả nhằm chán *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *Ākiñcaññāyatanakusalacitta*, không còn tham muốn trong *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *Ākiñcaññāyatanakusalacitta* ấy nữa, khi ấy, tâm của hành-giả tiến triển đến ***upacārabhāvanā***: Tâm-hành cận với *đệ tứ thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*: Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiện-tâm, đạt đến ***upacārasamādhī***: Cận-định gần bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực-hành với tâm-hành niệm tưởng “*santametam pañītametam*” “*bậc thiền ấy vô cùng thanh-tịnh, 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 *đệ 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 *đệ tứ thiền thiện-tâm* đầu tiên, các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma*<sup>(1)</sup>, *upacāra, anuloma, gotrabhū, nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*. Chấm dứt vô-sắc-giới lộ-trình *đệ tứ thiền thiện-tâm* đầu tiên.

*Đệ tứ thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là ***nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*** có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

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

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán-triệt* (*paccavekkhaṇa-vīthicitta*) 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-tướng-phi-phi-tướng-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 ākiñcaññāyatanakusalacitta*, 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 ākiñcaññāyatanakusalacitta*, 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-tướng-phi-phi-tướng-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 bậc 4 thiên vô sắc-giới**

\* **5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm** có thể trong cùng một *đề-mục thiền-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*.

\* **4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm** mỗi bậc thiên có mỗi đối-tượng thiền-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, tùy theo mỗi đề-mục thiền-định.

Trong bộ Visuddhimagga, bậc Tiền-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 (buddhicarita)*.
- 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 đâu!

*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 thiền-định nào cho phù hợp, thì chỉ có những bậc Thiền-sư có *phép-tha-tâm-thông* (*cetopariyāñāṇa*) 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-bồ 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, bhojnā dassanādito.  
Dhammappavattito ceva, cariyāyo vibhāvaye<sup>(1)</sup>.*

*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- *Bhojana các món ăn uống.*
- 4- *Dassanādi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc giác, v.v...*
- 5- *Dhammappavatti các pháp thường ngày.*

<sup>1</sup> Visuddhimagga, Kammatṭhānaggahaṇanidesa, Cariyāvannaṇā.

### 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 đạp 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, v.v...*

## 2- Người có tính-tín (Saddhācarita)

*Người có tính-tín (saddhācarita)* là người dễ phát sinh *đức-tin* hơn các tính khác, thường hay phát sinh *đức-tin* trở thành thói quen, nên gọi là 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-tin 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, dõ 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 đồi, no bụng là đủ. Món ăn 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 (buddhacarita)

*Người có tính-giác (buddhacarita)* 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, ngửi, nếm, xúc giác, ... Người có tính-giác* gần giống như *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 khỏi 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, dờ 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 ngáp ngủ, ...

Các *oai nghi phụ khác* cử động chậm chạp.

2- *Các công việc*: *Người có tính-si* khi làm công việc nào dù *tâm* 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- *ác 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 Pāliyaṃ na Aṭṭhakathāyaṃ āgataṃ), 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 thiền-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 thiền-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 thiên-tuệ (vipassanāñāṇa) thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của danh-pháp, sắc-pháp, thấy rõ, biết rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã của danh-pháp, sắc-pháp, ...

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 thấy rõ, biết rõ nghiệp là của riêng mình, trí-tuệ thiền-tuệ thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của danh-pháp, sắc-pháp; thấy rõ, biết rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khô, 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 điểm phúc vô cùng hy hữu.

Vậy, chúng ta không nên bỏ lỡ cơ hội tốt, nên cố gắng tinh-tân tạo mọi thiện-pháp nhất là *pháp-hành thiền-tuệ*, cố gắng tinh-tân tạo các *pháp-hạnh ba-la-mật* cho sớm được đầy đủ, để mong giải thoát khổ 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*, 4 loại tính này 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.

2- *Tính-tín, tính-giác*, 2 loại tính này 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.

\* **Tính-tham** (rāgacarita):

- 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 *kasiṇa* (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*.

- 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):

- 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*.

- 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 *kasīṇa* (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)**

- 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 si* 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*.

- 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 Ân-Đức-Phật.*
- 2- *Đề-mục thiền-định niệm-niệm 6 Ân-Đức-Pháp.*
- 3- *Đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 Ân-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 kasīṇa đất, nước, lửa, gió.*

- *Đề-mục thiền-định hư-không ākāśakaṣīṇa.*



- *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-chướng-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 an trú trong *đề-mục thiền-định hình tròn đất* được dễ dàng.

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 thiền-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 thiền-định chế ngự được *tính xấu ấy của mình*, để cho pháp-hành thiền-định được dễ dàng phát triển.

Nếu hành-giả có *tính tốt* nào thì nên sử dụng đề-mục thiền-định *phù hợp với tính tốt ấy của mình*, để cho pháp-hành thiền-định được dễ dàng tăng trưởng.

Thật ra, trong 40 *đề-mục thiền-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 thiền-định được phát triển và thêm tăng trưởng.

### **Phân loại 40 đề-mục thiền-định theo cõi-giới (bhūmi)**

40 đề-mục thiền-định phân loại theo các cõi-giới:

\* Trong cõi người, có đủ 40 đề-mục thiền-định.

\* Trong 6 cõi trời dục-giới, có 28 đề-mục thiền-định (*trừ 12 đề-mục thiền-định là 10 đề-mục thiền-định asubha + 1 đề-mục thiền-định kāyagatāsati + 1 đề-mục thiền-định āhārepaṭikūlasaññā*), bởi vì, chư-thiên chết rồi, 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 thiền-định* này không có trong cõi trời dục-giới.

Tuy nhiên, một số chư-thiên trong cõi trời *tứ-Đại-thiên-vương* bậc thấp (*bhūmadevatā*) sống cùng chung

trong cõi người, hạng chư-thiên này sau khi chết cũng để 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 *anāpānassati*), 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 *anāpānassati*, 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 *natthihāva-paññatti* và đề-mục thiên-vô-sắc *tatīyāruppaviññāna*.

- Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên thứ tư chỉ có 1 đề-mục thiền-vô-sắc *tatīyāruppaviññāṇa* mà thôi.

#### 40 Đề-mục thiền-định phân loại theo *paññattidhamma* và *paramatthadhamma*

40 đề-mục thiền-định này phân loại theo *chế-định-pháp* (*paññattidhamma*) và *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*) như sau:

\* **Paññattidhamma** (chế-định-pháp) có 28 đề-mục:

- 10 đề-mục *kaṣiṇa*.
- 10 đề-mục *asubha*.
- 1 đề-mục *koṭṭhāsapaññatti* là đối-tượng của đề-mục *kāyagātāsati*.
- 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 *ākāsānañcāyatanakusalacitta*.
- 1 đề-mục *natthibhāvapaññatti* là đối-tượng của đệ tam thiền vô-sắc-giới *ākiñcaññāyatanakusalacitta*.

\* **Paramatthadhamma** có 12 đề-mục:

- 8 đề-mục *anussati* (trừ đề-mục *kāyagātāsati* + đề-mục *ānāpānassati*).
- 1 đề-mục *āhārepaṭikūlasaññā*.
- 1 đề-mục *catudhātuvavatthāna*.
- 1 đề-mục *paṭhamāruppaviññāṇa* là đối-tượng của đệ nhị thiền vô-sắc-giới *viññānañcāyatanakusalacitta*.
- 1 Đề-mục thiền-vô-sắc *tatīyāruppaviññāṇa* là đối-tượng của đệ tứ thiền vô-sắc-giới *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*.

**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 *kaṣiṇa*.
- 4 đề-mục thiền-định màu sắc *vaṇṇakaṣiṇa*.
- 1 đề-mục thiền-định *ākāsaṣiṇa*.
- 1 đề-mục thiền-định *ālokaṣiṇa*.
- 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 *upasaṃhānussati*.
- 1 đề-mục thiền-định *marāṇānussati*.
- 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 thiện-tâm có đối-tượng parikammanimitta, có **parikammasamādhi**: Tâm sơ-định trong dục-giới thiện-tâm ấy.

2- *Upacārabhāvanā*: Tâm cận-hành giai đoạn giữa với dục-giới thiện-tâm có đối-tượng uggahanimitta gần bậc thiền, đạt đến **upacārasamādhi**: Tâm cận-định trong dục-giới 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 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 thiện-tâm có 10 đối-tượng uggahanimitta gián tiếp, đạt đến **upacārasamādhi**: Tâm cận-định, có 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 (*Samghānussati*).
- 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 (*Marañānussati*).
- 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 mênh mông 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 thiện-tâm, đạt đến upcārasamādhī: 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 tử-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*) gồm có 30 đề-mục thiền-định này 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.

*Chứng 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**

Trong 30 đề-mục thiền-định này là 10 đề-mục thiền-định hình tròn (*kaṣiṇa*), 10 đề-mục thiền-định tử-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*) mà mỗi đề-mục thiền-định 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 thiền-định tử-thi (*asubha*), 1 đề-mục thiền-định niệm 32 thể



*trọc trong thân (kāyagatāsati)* chỉ có khả năng chứng đắc *đệ nhất thiên 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 thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm* được. Còn từ *đệ nhị thiên 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 thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ tứ thiên 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 đề-mục thiền-định vô-lượng-tâm ấy chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc từ *đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ tứ thiên sắc-giới thiện-tâm* mà thôi, không thể chứng đắc đến *đệ ngũ thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm* cần phải có *chi-thiền xả (upekkhā)* thay thế cho *chi-thiền lạc*.

Cho nên, muốn chứng đắc *đệ ngũ thiên 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 (sattapaññatti)* 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 *tứ 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 ākāsaṇṇatti* chỉ dẫn đến chứng đắc *đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta*: *Không-vô-biên-xứ thiện-tâm* mà thôi.

2- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ nhì gọi là *đề-mục paṭhamāruppaviññāṇa* đó là *ākāsānañcāyatanakusalacitta* chỉ dẫn đến chứng đắc *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññāṇañcāyatanakusalacitta*: *Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm* mà thôi.

3- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ ba là *đề-mục natthibhāvapaññatti* chỉ dẫn đến chứng đắc *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākiñcaññāyatanakusalacitta*: *Vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm* mà thôi.

4- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ tư là *đề-mục tatiyāruppavinññāṇa* đó là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* chỉ dẫn đến chứng đắc *đệ tứ thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*: *Phi-tưởng-phi-phi-tưởng xứ thiện-tâm* mà thôi.

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 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* (*appanā-samādi*) 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 *ché-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 kasiṇa* 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 kasiṇa:** *Định-tâm* trong *đệ ngũ thiền sắc-giới-tâm* của 10 *đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa* 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 kasiṇa**

#### **1.1- Năng lực của đề-mục thiền-định pathavīkasiṇa**

- Một người hóa ra trở thành hằng trăm, hằng ngàn người hành động khác nhau.
- Chính mình hóa ra trở thành long vương, điều vua.
- Làm cho hư không, sông, biển trở thành mặt đất, để 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.*
- *Làm 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 thiền-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-nhân-thông, v.v...*

**1.4- Năng lực của đề-mục thiền-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 thiền-định nilakasiṇa**

- *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 thiền-định pītakaṣiṇa

- 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 chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn được thuận lợi, v.v...

### 1.7- Năng lực của đề-mục thiền-định lohitaṣiṇa

- 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 chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn được thuận lợi, v.v...

### 1.8- Năng lực của đề-mục thiền-định odātaṣiṇa

- 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 ālokaṣiṇa

- 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 lợi.
- 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 kasiṇa là tejokasiṇa, odātakasiṇa, ālokakasiṇa có khả năng làm cho ánh sáng phát sinh, để thấy rõ mọi vật bằng thiên-nhãn-thông, thì đề-mục thiền-định ālokakasiṇa là đề-mục đặc biệt hơn cả 2 đề-mục thiền-định kia.”*

### **1.10- Năng lực của đề-mục thiền-định ākāsakasiṇa**

- *Làm hiện rõ vật bị che giấu kín đáo được thấy rõ.*
- *Làm đường hầm ngầm dưới mặt đất, xuyên qua núi, băng qua trong 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 khoáng trống không, v.v...*

Những năng lực đặc biệt của riêng mỗi đề-mục-thiền-định kasiṇa như vậy, còn năng lực phát sinh từ 10 đề-mục-thiền-định kasiṇa 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 gân trở thành con đường xa.*
- *Làm con đường xa trở thành một đoạn đường gân.*
- *Biến hóa theo ý của mình, v.v...*

## **2- Cứu 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 tiền-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 thiền, chứng đắc phép abhiññā

Hành-giả dù không chứng đắc đủ 9 bậc thiền, 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-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 kasiṇa 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 kasiṇa 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- *Heṭṭhimamaggasiddhi 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 Kuṇārajātaka 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 Cūḷapanthaka, ...

### 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 hướng tâm đến 8 đề-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa* (trừ đề-mục thiền-định *ākāśakaṣiṇa* 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 tưởng đề-mục thiền-định vượt qua theo tuần tự, nhập bậc thiền vượt qua theo tuần tự nhiều lần.

10- *Āngasaṅkantito*: Niệm tưởng 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 tưởng 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 tưởng đề-mục thiền-định không trùng nhau, nhập bậc thiền thiện-tâm không theo tuần tự nhiều lần.

13- *Āṅgavavatṭhāpanato*: Quán triệt chi-thiền theo tuần tự của 9 bậc thiền nhiều lần.

14- *Ārammaṇavavaṭṭhāpanato*: Suy xét biết rõ đề-mục thiền-định của mỗi bậc thiền trong 9 bậc thiền nhiều lần.

**Giảng giải:**

\* **Điều 1:** Hành-giả niệm tưởng *đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa*, rồi nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; xả bậc thiền ấy ra, niệm tưởng *đề-mục thiền-định āpokasiṇa*, rồi nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; xả bậc thiền ấy ra, niệm tưởng *đề-mục thiền-định tejokasiṇa*, 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 odātakasiṇa*, ...

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm theo chiều thuận tuần tự của các đề-mục thiền-định *kaṣiṇa*.

\* **Điều 2:** Hành-giả niệm tưởng *đề-mục thiền-định odātakasiṇa*, rồi nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; xả bậc thiền ấy ra, niệm tưởng *đề-mục thiền-định lohitaṣiṇa*, rồi nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; xả bậc thiền ấy ra, niệm tưởng *đề-mục thiền-định pītaṣiṇa*, 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 pathavīkaṣiṇa*, ...

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm theo chiều nghịch tuần tự của các đề-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa*.

\* **Điều 3:** Hành-giả niệm tưởng *đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa* theo chiều thuận tuần tự cho đến *đề-mục thiền-định odātakasiṇa*, như điều 1; và niệm tưởng *đề-mục thiền-định odātakasiṇa* theo chiều nghịch tuần tự cho đến *đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa*, 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 kasina 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 tướng *đề-mục thiền-định kasina*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả thiền ấy; niệm tướng *đề-mục thiền-định kasina*, nhập *đệ tam thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả thiền ấy; niệm tướng *đề-mục thiền-định kasina*, nhập *đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả thiền ấy; niệm tướng *ākāśapaññatti* 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 tướng

*natthibhāvapaññatti* nhập đệ tam thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là vô-sở-hữu-xứ thiền-tâm, rồi xả vô-sở-hữu-xứ thiền-tâm; ...

Cách nhập thiền và xả thiền với đề-mục thiền-định còn lại cũng tương tự như trên.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách nhập thiền theo tuần tự.

\* **Điều 8:** Hành-giả niệm tưởng đề-mục thiền-định *pathavīkaṣiṇa*, nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm; niệm tưởng đề-mục thiền-định *tejokaṣiṇa*, nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm; niệm tưởng đề-mục thiền-định *nīlakaṣiṇa*, nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm; niệm tưởng đề mục-thiền-định *lohitakaṣiṇa*, nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm.

Niệm tưởng 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 *kaṣiṇa* vượt qua theo tuần tự.

\* **Điều 9:** Hành-giả niệm tưởng đề-mục thiền-định *pathavīkaṣiṇa*, nhập đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng đề-mục thiền-định *tejokaṣiṇa*, nhập đệ tam thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng đề-mục thiền-định *nīlakaṣiṇa*, nhập đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm, xả đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm; niệm tưởng *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 tưởng *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 tưởng đề-mục thiền-định vượt qua theo tuần tự, nhập bậc thiền vượt qua theo tuần tự.

\* **Điều 10:** Hành-giả niệm tưởng *đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa*, 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 tưởng 7 *đề-mục kasina* 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 tưởng *đề-mục thiền-định kasina*, nhập 5 bậc thiền *sắc-giới tâm* vượt qua chi-thiền theo tuần tự.

\* **Điều 11:** Hành-giả niệm tưởng *đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định āpokasiṇa*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định tejo-kasiṇa*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định vāyokasiṇa*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định nīlakasiṇa*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định pītakasiṇa*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định lohita-kasiṇa*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định odātakasiṇa*, nhập *đệ nhất thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra, ...

Trong 8 *đề-mục thiền-định kasina*, khi thay đổi mỗi *đề-mục thiền-định kasina*, chỉ nhập mỗi bậc thiền *sắc-*

giới thiện-tâm ấy mà thôi. Từ *đệ nhị thiên sắc-giới thiện-tâm*, cho đến *đệ ngũ thiên sắc-giới thiện-tâm* tương tự như trên.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách niệm tưởng 8 *đề-mục thiền-định kasīna*, mỗi *đề-mục thiền-định kasīna* nhập *đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ ngũ thiên sắc-giới thiện-tâm* tương tự như trên.

\* **Điều 12:** Hành-giả niệm tưởng *đề-mục thiền-định pathavīkasīna*, nhập *đệ nhất thiên sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiên ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định āpokasīna*, nhập *đệ nhị thiên sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiên ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định tejokasīna*, nhập *đệ tam thiên sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiên ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định vāyokasīna*, nhập *đệ tứ thiên sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiên ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định nīlakaśīna*, nhập *đệ ngũ thiên sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiên ấy ra; niệm tưởng *đề-mục thiền-định pītakaśīna*, bỏ *pītapatibhāganimitta* ra, chỉ có *ākāśapaññatti*, niệm tưởng *ākāśapaññatti*, nhập *đệ nhất thiên vô-sắc-giới* gọi là *không-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

Khi xả bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm này, niệm tưởng *đề-mục thiền-định lohitaśīna*, bỏ *lohītapatibhāganimitta* ra, chỉ có *ākāśapaññatti*, nhưng không thích *đề-mục thiền-định ākāśapaññatti*, mà trở lại hải lòng nơi *không-vô-biên-xứ thiện-tâm* đã từng phát sinh trong tâm, với tâm hành niệm tưởng rằng: “*Viññāṇaṃ anantaṃ*”, nhập *thức-vô-biên-xứ thiện-tâm*; khi xả bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm này, niệm tưởng *đề-mục thiền-định odātaśīna*, bỏ *odātapatibhāganimitta* ra, chỉ có *ākāśapaññatti*, nhưng không thích *đề-mục thiền-định ākāśapaññatti*, mà trở lại hải lòng nơi *đề-mục natthibhāva-*



*paññatti* với tâm-hành niệm tưởng rằng: “*Natthi kinci, ...*”, nhập *vô-sở-hữu-xứ thiền-tâm*; khi xả bậc thiền vô-sắc-giới thiền-tâm này, niệm tưởng *đề-mục thiền-định ālokakasiṇa*, bỏ *ālokakapaṭibhāganimitta* 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 thiền-tâm* đã từng phát sinh trong tâm, với tâm-hành niệm tưởng rằng: “*Santaṃ paṇītaṃ*” nhập *phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiền-tâm*.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách niệm tưởng *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 thiền-tâm* có 5 chi-thiền: *Vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*.

- Nhập *đệ nhị thiền sắc-giới thiền-tâm* có 4 chi-thiền: *Vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*;

- Nhập *đệ tam thiền sắc-giới thiền-tâm* có 3 chi-thiền: *Pīti, sukha, ekaggatā*;

- Nhập *đệ tứ thiền sắc-giới thiền-tâm* có 2 chi-thiền: *Sukha, ekaggatā*;

- Nhập *đệ ngũ thiền sắc-giới thiền-tâm* có 2 chi-thiền: *Upekkhā và ekaggatā*;

- Nhập *đệ nhất thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* gọi là *không-vô-biên-xứ thiền-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; nhập *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* gọi là *thức-vô-biên-xứ thiền-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; nhập *đệ tam thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* gọi là *vô-sở-hữu-xứ thiền-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; nhập *đệ tứ thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* gọi là *phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiền-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra, mỗi bậc thiền vô-sắc-giới thiền-tâm chỉ có 2 chi-thiền: *Upekkhā và ekaggatā*.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách quán triết 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-xú thiện-tâm* phát sinh, hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định ākāsaṇṇatti* là đối-tượng của không-vô-biên-xú thiện-tâm”.

Khi *thức-vô-biên-xú thiện-tâm* phát sinh, hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định ākāsaṇṇācāyatanakusalacitta* là đối-tượng của thức-vô-biên-xú thiện-tâm”.

Khi *vô-sở-hữu-xú thiện-tâm* phát sinh, hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định natthibhāvapaṇṇatti* là đối-tượng của vô-sở-hữu-xú thiện-tâm”.

Khi *phi-tướng-phi-phi-tướng-xú thiện-tâm* phát sinh, hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định ākiṅcaṇṇāyatanakusalacitta* là đối-tượng của phi-tướng-phi-phi-tướng-xú 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 thực niệm tướng các đề-mục thiền-định nhất là *đề-mục thiền-định kasīṇa*, thuần thực nhập trong 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.*

Tam-giới thần-thông 5 loại 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 tâm-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 thích:**

### 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 phát nguyện trở thành nhiều phép thần-thông như sau:

- Một người phát nguyện trở thành hằng trăm người, hằng ngàn người, ...
- Hằng trăm người, hằng ngàn người phát 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 ngang qua tường thành, như đi chỗ trống.
- Đi xuyên ngang qua núi đá, như đi chỗ trống.
- Làm cho mặt đất trở thành mặt biển, rồi lặn xuống.
- Làm 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 phát nguyện 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 thần-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*<sup>(1)</sup> được tóm lược như sau:

Ngài *Trưởng-lão Tissa* có được một tâm y, phát sinh tâm hài lòng hoan hỷ tâm y ấy, Ngài nghĩ rằng: “*Sve dāni nam pārupissāmi*” Ngày mai ta sẽ mặc tâm y ấy.

Trong đêm hôm ấy, Ngài *Trưởng-lão Tissa* có tâm hài lòng tâm y ấy, nên sau khi Ngài *Trưởng-lão Tissa* chết, ác-nghiệp ấy cho quả tái-sinh kiếp sau làm **con rắn** nằm trong tâm y ấy (*tasmim yeva cīvare ūkā hutvā nibbatti*).

Chư tỳ-khuru làm lễ hoả 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 đụng đến tâm y ấy, **con rắn** ở trong tâm y bò qua bò lại khóc than rằng: “*Ime mama santakam vilumpanti*” “*Những vị tỳ-khuru này chiếm đoạt của tôi*”.

Khi ấy, Đứơc-Thế-Tôn đang ngự ngôi chùa *Jetavana* nghe tiếng khóc than của **con rắn** 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 rắn** ấy chết, đại-thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp sau làm thiên nam trên cõi trời *Tusita: Đâu-suất-đà-thiên*.

<sup>1</sup> Bộ *Dhammapadattakathā*, tích *Tissattheravatthu*.

**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:

“*Paresaṃ cittaṃ vijānāti’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.

Cách luyện tập phép **tha-tâm-thông** (*paracittavijānana abhiññā*), nếu hành-giả chưa có sự thuần thực trong phép **tha-tâm-thông** này thì nên thực tập phép **thiên-nhĩ-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,...

Khi hành-giả có phép **thiên-nhĩ-thông** thấy màu máu của người ấy mà suy đoán tâm của họ.

Về sau, đã thuần thực cách luyện tập phép **tha-tâm-thông**, hành-giả chỉ cần phát 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-vīthicitta* 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-nhân-thông* (*dibbacakkhu abhiññā*) trước nữa, mà chỉ luyện tập phép *tha-tâm-thông* mà thôi.

#### 4- Pubbenivasānussati abhiññā: Tiên-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).*

*Nhãn-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 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, thể mà chư-thiên, phạm-thiên đều có khả năng nhìn thấy rõ được.

*Thiên-nhân-thông ((Dibbacakkhu abhiññā) 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-nhân-thông** (dibbacakkhu abhiññā).*

**Thiên-nhân-thông** (*Dibbacakkhu abhiññā*) này còn có 2 loại:

5.1- *Yathākammūpaga abhiññā*: *Phép thân-thông này có khả năng thấy rõ, biết rõ chúng-sinh sinh trong cõi-giới ấy theo nghiệp của họ.*

Hành-giả có *phép thân-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- *Anāgataṃsa abhiññā*: *Phép thân-thông này có khả năng thấy rõ, biết rõ kiếp vị-lai:*

Hành-giả có *phép thân-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 sau 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-nhân-thông* này có 2 loại trí-tuệ đặc biệt là:

1- *Cutūpapātañāṇa*: *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- *Anāgataṃsañāṇa*: *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 tuần tự năng lực 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 phần II, Pháp-hành thiền-tuệ)

#### Phương pháp thực-hành mỗi phép thần-thông

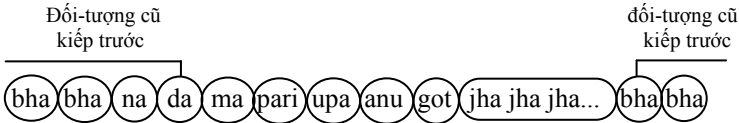
Muốn phép thần-thông (*abhiññā*) nào được phát sinh, hành-giả cần phải biết thực-hành để cho phép thần-thông ấy phát sinh theo như ý của hành-giả.

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 phát nguyện theo sự mong muốn của hành-giả.
- Sau khi phát 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, bhavaṅgalana, bhavaṅgupaccheda, manodvārāvajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma, gotrabhū, 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- *Bhavaṅgalana*: Hộ-kiếp-tâm rung động, vt (na)
- 3- *Bhavaṅgupaccheda*: Hộ-kiếp-tâm bị cắt đứt, vt (na)
- 4- *Manodvārāvajjanacitta*: 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 (jha)
- 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 *jhānasamāpattivīthiccita* 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 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*.

- *Upacāra*: Tâm cận đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* sinh rồi diệt, làm duyên cho sát-na-tâm.

- *Anuloma*: Tâm thuận theo đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng *paṭibhāganimitta* sinh rồi diệt.

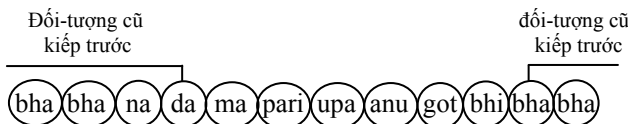
- *Gotrabhu*: Tâm chuyển từ dục-giới thiện-tâm lên sắc-giới thiện-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng *paṭibhāganimitta* sinh rồi diệt.

- *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, bhavaṅgalana, bhavaṅgupaccheda, manodvāravajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma,*

gotrabhū, **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 phát nguyện*:

Hành-giả chỉ hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāga-nimitta* của *đề-mục thiền-định kasina* 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 *phát 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-ngheĩa-pháp hoặc chế-định-pháp* đúng như điều đã phát nguyện phát sinh theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, manodvārāvajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma,*

gotrabhū, **abhiññācitta** (Isát-na-tâm), (vt.bhi), bhavaṅga-citta, ... chắm dứt thần-thông-lộ-trình-tâm.

*Adhiṭṭhānā iddhi*: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực phát 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 thiền-định *kaṣiṇa* có khả năng phát sinh phép-đa-dạng-thông loại ấy. Ví dụ:

- Nếu muốn độn thổ, chui xuống dưới đất, rồi trồi lên mặt đất, như lặn xuống dưới nước, rồi trồi lên mặt nước thì hành-giả cần phải hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định *āpokasiṇa*, nhập đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả phát nguyện rằng:

“Mặt đất này hãy trở thành nước.”

- Nếu muốn đi kinh hành ngang qua giữa núi, ngang 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 phát 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 phát 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 vāyokasiṇa*, nhập *đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm* ra, hành-giả phát 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 ākāśakasiṇa*, 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 phát 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 phát nguyện rằng:

“Xin cõi trời dục-giới hiện rõ cho nhìn thấy được,…”

*Adhiṭṭhānā iddhi*: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực phát nguyện trở thành nhiều phép khác nhau.

Muốn *phép đa-dạng-thông* phép nào, hành-giả cần phải hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định kasiṇa* có khả năng phát sinh phép đa-dạng-thông phép ấy, hợp với điều phát nguyện của hành-giả.

Cho nên, hành-giả nên xem năng lực đặc biệt của mỗi *đề-mục thiền-định kasiṇa* 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 đứa bé thì thân của hành-giả trở thành đứa 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...

*Vikubbanā iddhi*: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực biến hóa này, phương-pháp thực-hành để phát sinh đa-dạng-thông lộ-trình-tâm (*abhiññāvīthicitta*), theo tuần tự giống như *adhittānā 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 *Cūlapaṇḍaka*.

Để thành tựu *manomayā iddhi* này, hành-giả cần phải thực-hành 2 lần phát 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 phát 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 đê-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa, nhập đê ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đê ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả phát nguyện rằng:*

“*Xin cho tôi có hằng trăm, hằng ngàn người.*”

Tiếp theo nhập trở lại *đê ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm lần này. Khi xả đê ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm ra, thì đa-dạng-thông lộ-trình-tâm (abhiññāvīthicitta) thành tựu như ý nguyện, có 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 đê ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đê ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả phát nguyện rằng:*

“*Phép-đa-dạng-thông này hãy biến mất.*”

Tiếp theo nhập trở lại *đê ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm lần thứ nhì. Khi xả đê 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 (Isát-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 paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định vāyokasīna* hoặc *đề-mục thiền-định ākāsakasīna*, *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: Sơ-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 thiền-định vāyokasīna* hoặc *đề-mục thiền-định ākāsakasīna*, 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 đủ 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 phát 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 ālokakasīna*, *nhập đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi *xả đệ ngũ thiền sắc-giới-thiện-tâm ra*, hành-giả phát 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*** (*abhiññāvīthiccita*) 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-năng, 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 thiên-định tejokasiṇa*, hoặc *đề-mục thiên-định odāta-kasiṇa* hoặc *đề-mục thiên-định ālokakasiṇa*.

*Nhập đệ ngũ thiên sắc-giới thiện-tâm*, để cho định-tâm vững chắc, sau đó *xả đệ ngũ thiên 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 *parikammassamādhī*: *Sơ-định giai đoạn đầu đồng sinh với đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ*.

Nếu hồi tưởng ghi nhớ lại tiên-kiếp như vậy không được thì hành-giả cần phải *nhập trở lại đệ ngũ thiên sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ ngũ thiên 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 tiên-kiếp-thông* (*pubbenivasānussati abhiññā*) tiếp theo:

Muốn luyện tập *phép tiên-kiếp-thông* (*pubbenivasā-*

*nussati abhiññā*), hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của 1 trong 3 đề-mục: *Đề-mục thiền-định tejokasiṇa* hoặc *đề-mục thiền-định odātakasiṇa* hoặc *đề-mục thiền-định ālokakasiṇa*, 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 phát nguyện rằng:

“*Xin cho nhớ những tiền-kiếp của tôi 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*** (*abhiññāvīthicitta*) 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 thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi *xả đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-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 phát 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*** (*abhiññāvīthi-citta*) 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 Đức-Phật 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 Đức-Phật trong khoảng thời gian 2 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại-kiếp trái đất.

\* Đối với 2 vị *Thánh Tối-thượng-Thanh-văn-giác* nhớ lại tiền-kiếp của 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 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 Ngài trong khoảng thời gian từ 100 cho đến 1000 đại-kiếp trái đất.

Hai hạng Thánh thanh-văn-giác trên nhớ lại tiền-kiếp của Ngài, cần phải nhớ tuần tự từng mỗi kiếp, bắt đầu (tái-sinh) và cuối cùng (chết) của mỗi kiếp của Ngài.

\* Đối với 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 *jātissarañña*: *Trí-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 *tướng tâm-sở* (*saññācetasika*) đặc biệt phát sinh do năng lực phát nguyện trong tiền-kiếp của họ.

Tiền-kiếp của họ, sau khi đã tạo phước-thiện nào xong, rồi họ phát nguyện rằng:

“Do nhờ năng lực của phước-thiện này, xin cho kiếp sau của tôi có trí-tuệ *jātissarañña* nhớ rõ lại tiền-kiếp của tôi.”

Như trường hợp *tỳ-khưu ni trẻ* trong tích *Chaddanta-jātaka*<sup>(1)</sup>, *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

<sup>1</sup> Tìm hiểu trong bộ *Nền-Tảng-Phật-Giáo*, Quyển VI, VII, VIII, Pháp-Hạnh Ba-La-Mật, cùng soạn giả.



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-nhãn-thông

Trước khi luyện tập *phép thiên-nhãn-thông (dibbacakkhu abhiññā)* này, hành-giả hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* 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 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*, *so-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 tejo-kasiṇa* hoặc *đề-mục thiên-định odātakasiṇa* hoặc *đề-mục thiên-định ālokakasiṇa*, 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 phát 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*** (*abhiññāvithicitta*) 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-nhãn-thông lộ-trình-tâm*** phát sinh, thành tựu sự thấy rõ vật ấy như ý nguyện.

Luyện tập 2 phép thần-thông: ***Yathākammapaga abhiññā*** và ***anāgatamsa abhiññā***, phương pháp thực-hành giống như *phép thiên-nhãn-thông* (*dibbacakkhu abhiññā*), hành-giả hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của 1 trong 3 đề-mục: *Đề-mục thiên-định tejo-kasīṇa* hoặc *đề-mục thiên-định odātakasīṇa* hoặc *đề-mục thiên-định ālokkasīṇa*, *nhập đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi *xả đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả phát 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*).

### **Đôi-tượng của các phép thần-thông**

1- *Iddhividha abhiññā* có 3 loại *abhiññā* phát sinh trong 7 đôi-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 đôi-tượng: *Cõi dục-giới, hiện-tại, bên trong mình, bên ngoài mình.*

3- *Paracittavijānana abhiññā* phát sinh trong 8 đôi-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 đôi-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 đôi-tượng: *Cõi dục-giới, hiện-tại, bên trong mình, bên ngoài mình.*

6- *Yathākammūpaga abhiññā* phát sinh trong 5 đôi-tượng: *Cõi dục-giới, cõi sắc-giới, quá-khứ, bên trong mình, bên ngoài mình.*

7- *Anāgatamsa abhiññā* phát sinh trong 7 đôi-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 phát 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- *Nānavipphārā 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 thiền-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-tựu phát sinh do năng lực phát nguyện:

*Adhiṭṭhānā iddhi* này thành tựu do phát nguyện.

Ví dụ: Một người phát nguyện trở thành hằng trăm người, hằng ngàn người; hoặc hằng trăm người, hằng ngàn người phát nguyện trở 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 phát nguyện có nhiều loại theo ý nguyện của mình.

2- *Vikuppanā iddhi*: Pháp thành-tựu phát sinh do phép thần-thông biến hóa.

*Vikuppanā iddhi* này biến hóa thân hình trở thành thể nào, hành-giả là thể ấy.

Ví dụ: Ngài *Trưởng-lão Mahāmogallāna* 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 đẽ bát cúng dường 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* này, hành-giả hóa ra nhiều người như mình, còn hành-giả vẫn tự nhiên không có gì thay đổi.

Ví dụ: Ngài *Trưởng-lão Cūlapanthaka* 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- *Ñāṇavipphārā iddhi*: *Sự thành-tựu phát sinh do năng lực A-ra-hán Thánh-đạo chắc chắn sẽ chứng đắc trong 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*<sup>(1)</sup>, 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

<sup>1</sup>Bộ Chú-giải *Anguttaranikāya*, phần *Etadagavagga*, tích *Bākulatheravatthu*.

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 *phụ 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!*” liền báo cho ông *phụ hộ* hay tin mừng này.

Gia đình ông bà *phụ hộ Kosambī* nghe tin như vậy, nên bà *phụ hộ* liền đi xe cùng với đoàn tùy tùng lên đường đến *kinh-thành Bāraṇasī*, tìm đến ngôi nhà ông bà *phụ hộ Bāraṇasī* không con, xin đón nhận lại đứa con của mình, nhưng gia đình *phụ 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 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 đình, nên đặt tên là “*Bākula*” có nghĩa là *con của hai gia đình phụ hộ*.

*Công tử Bākula* được hai gia đình *phụ 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-khưu 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 và 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 ba giới bốn loài.

\* *Tóm lược tích Ngài Trưởng-lão Saṃkicca*<sup>(1)</sup>, kiếp chót Ngài đầu thai trong bụng người mẹ thuộc gia đình giàu có trong kinh-thành Sāvattī.

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 Ngài trở về giao cho người thân trong gia đình. Họ vô cùng hoan hỷ đón nhận Ngài, 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 Ngài không muốn sống tại gia mà Ngài muốn xin đi xuất gia.

Nghe Ngài xin đi xuất gia, toàn thể gia đình bà con đều hoan hỷ cho phép Ngài 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 *lễ cạo tóc*, *Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta* truyền dạy *giới tử Saṃkicca pháp-hành thiền-định căn bản gốc (mūlakammaṭṭhāna)* đó là “*Tacapañcakakammaṭṭhāna*”

<sup>1</sup> Bộ Dhammapadaṭṭhakathā, Sahassavagga, tích Saṃkiccāsāmaṇeravatthu.

*pháp-hành niệm tưởng 5 thể trọc (trọc)* 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 *Samkicca* đang niệm tưởng 5 thể trọc theo chiều thuận và chiều nghịch, giới tử *Samkicca* chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán cùng với tứ 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***<sup>(1)</sup> 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 gây tai hại nào cả.

Chuyện như vậy: *Cận sự nữ Uttarā* là con của ông phú hộ *Punna*; 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 Đại-Đức-Tăng và nghe chánh-pháp, *cận-sự-nữ Uttarā* thuê mượn kỹ nữ *Sirimā* đến

<sup>1</sup> Bộ *Dhamapadaṭṭhakathā*, *Kodhavagga*, tích *Uttarā upāsikāvattu*.



phục vụ chồng của cô, giá một ngày đêm với số tiền 1.000 kahāpana trong suốt 15 ngày đêm, tổng số tiền là 15.000 kahāpana; *kỹ nữ Sirimā* liền chấp thuận ngay.

Khi ăn ở phục vụ chồng của *cận-sự-nữ Uttarā*, suốt 14 ngày đêm qua 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 Đại-Đức-Tăng và nghe chánh-pháp như thế này.*

*Vậy, công ơn của cô đối với ta thật là vô lượng. Nếu 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 của cận-sự-nữ Uttarā* thật sự, nên 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-Thế-Tôn. Ngày mai, Đức Từ-Phụ sẽ ngự đến đây cùng chư Đại-Đức-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-Thế-Tôn cùng chư Đại-Đức-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 đến Đức-Thế-Tôn cùng chư Đại-Đức-Tăng.

Sau khi Đức-Thế-Tôn thọ thực xong, *cận-sự-nữ Uttarā* dẫn *cô kỹ nữ Sirimā* đến trình diện Đức-Thế-Tôn.

*Cô kỹ nữ Sirimā* thành kính đánh lễ Đức-Phật, xin sám hối tội lỗi của mình, kính xin Đức-Phật tha thứ.

Đức-Thế-Tôn truyền hỏi rằng:

- *Này Sirimā con! Con có lỗi gì vậy?*

*Cô kỹ nữ Sirimā* bạch với Đức-Thế-Tôn rõ về tội lỗi của mình đã xúc phạm đến *chị Uttarā*, người chủ thuê mướn cô.

Đức-Thế-Tôn 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 kadariyam dānena, saccena nāli kavādinam.*”<sup>(1)</sup>

- *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-Thế-Tôn 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-đạo, Nhập-lưu-Thánh-quả và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu.

\* *Chuyện Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvati*<sup>(2)</sup> 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 như vậy: Đức-vua *Udena* đất nước *Kosambī*

<sup>1</sup> Dhammapadagāthā số 233, tích *Uttarā upāsikāvatthu*.

<sup>2</sup> Bộ *Dhammapadatthakathā*, *Appamādavagga*, tích *Sāmāvativatthu*.

có 3 Chánh-cung Hoàng-hậu là bà Sāmāvatī, bà Suladattā, bà Māgaṇḍiyā.

Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī 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 Sāmāvatī, 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.

Thuở 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 Sāmāvatī.

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 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 tâu 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* tâu 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 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 người đã làm tội ác tày trời! Trước đây Trẫm không tin lời của Chánh-cung Hoàng-hậu Māgaṇḍiyā tâu rằng các người đã có hành vi bất tuân theo lệnh của Trẫm. Hôm nay, các người 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:

- *Này 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 lắp 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 dường 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 ngòai sát đôi chân của Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī, chấp đôi tay đọc lên bài kệ rằng:*

*“Trẫm hôn mê làm lạc,  
Trẫm mê muội hoàn toàn.  
Đối với Trẫm các hướng,  
Đều mờ mịt tối tăm,  
Ái khanh Sāmāvatī!  
Xin hãy che chở Trẫm,  
Là nơi Trẫm nương nhờ.”*

Nghe Đức-vua truyền bảo như vậy, Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvātī 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 chớ 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-Thế-Tôn, xin quy y nương nhờ nơi Đức-Phật-Bảo, Đức-Pháp-Bảo, Đức-Tăng-Bảo.

Kính thỉnh Đức-Phật cùng 500 chư Đại-đức-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-Thế-Tôn, xin Ngài cho phép 500 chư Đại-Đức-Tăng hằng ngày

vào cung điện, để chúng thân thiếp có được cơ hội tạo phước-thiện bố-thí cúng dường và nghe chánh-pháp.

Đức-vua chuẩn tấu, ban 3 ân huệ ấy cho Chánh-cung Hoàng-hậu *Sāmāvātī*, rồi Đức-vua ngự đến hầu đánh lễ Đức-Thế-Tôn, xin quy y nương nhờ nơi Tam-bảo: Đức-Phật-Bảo, Đức-Pháp-Bảo, Đức-Tăng-Bảo, kính xin Đức-Thế-Tôn công nhận Đức-vua là *cận-sự-nam* đã quy y Tam Bảo trọn kiếp.

Đức-vua kính thỉnh Đức-Thế-Tôn ngự vào cung điện cùng 500 chư Đại-Đức-Tăng, để cho Chánh-cung Hoàng-hậu *Sāmāvātī* có cơ hội tạo phước-thiện bố-thí cúng dường suốt 7 ngày.

Và hằng ngày, kính xin Đức-Thế-Tôn cho phép Ngài Trưởng-lão *Ānanda* dẫn 500 chư Đại-đức-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 Đại-Đức-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.

*Ariyā iddhi* này phát sinh do năng lực của bậc Thánh A-ra-hán.

Đối với 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, hoả-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.

*Kammavipākajā iddhi* này 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 (pavatti-kāla) 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.

*Puññavato iddhi* này phát sinh do năng lực của quả 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 mañi xuất hiện lên từ dưới đất; v.v...

9- **Vijjāmayā iddhi**: Sự thành tựu phát sinh do năng lực của phép thuật.

*Vijjāmayā iddhi* này phát sinh do năng lực luyện tập 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 thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ, v.v...

### Quả của pháp-hành thiền-định

Hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định:

- Nếu hành-giả nào mới đạt đến *sơ-định* (*parikamma-samāधि*) định-tâm ở giai đoạn đầu và đạt đến *cận-định* (*upacārasamāधि*) định-tâm ở giai đoạn giữa, 2 loại định-tâm này còn thuộc về dục-giới thiện-tâm, thì đại-thiện-nghiệp trong dục-giới 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 sau* (*paṭi-sandhikāla*) có **đại-quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: *Tái-sinh-tâm* làm phận sự tái-sinh kiếp sau 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 tuổi thọ.

- Nếu hành-giả là hạng **người tam-nhân** (*tīhetukapuggala*) có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm và tiếp theo chứng đắc 4 bậc thiền 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 thiên đã chứng đắc để hưởng sự an-lạc trong kiếp hiện-tại.

- Chứng đắc đủ 9 bậc thiên, có khả năng luyện tập phép thần-thông (abhiññā).

- Sử dụng bậc thiên làm nền tảng để thực-hành pháp-hành thiên-tuệ.

- Bậc thiên hỗ trợ bậc Thánh nhập Thánh-quả-tâm.

- Chứng đắc đủ 9 bậc thiên hỗ trợ bậc Thánh Bất-lai, bậc Thánh A-ra-hán nhập diệt-thọ-tương.

6- Sắc-giới thiện-nghiệp trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp sau 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 sau hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.

### **Giải giải**

1- Nhập thiên đã chứng đắc để hưởng sự an-lạc trong kiếp hiện-tại.

Khi hành-giả đã chứng đắc bậc thiên nào rồi, muốn nhập thiên (*jhānasamāpatti*) ấy, để hưởng sự an-lạc trong bậc thiên ấy, hành-giả cần phải luyện tập 5 pháp-thuần-thục (*vasībhāva*) như sau:

### **Vasībhāva có 5 pháp-thuần-thục**

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 thiên ấy.

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

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

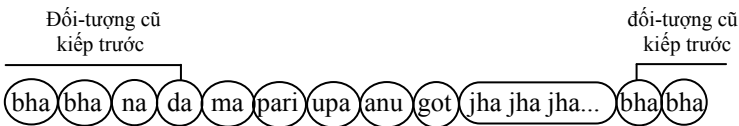
5- *Paccavekkhana vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuận thực quán triệt chi-thiền với tác-hành-tâm.

Hành-giả có 5 pháp thuận thực 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 (jhānasamāpattivīthiccitta)* các tâm sinh diệt tuần tự như sau:

### Đồ biểu nhập thiền lộ-trình-tâm



#### Giải thích:

Hành-giả trước tiên *nhập đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm* theo lộ-trình-tâm *jhānasamāpattivīthiccitta* như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, manodvārāvajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma, gotrabhū, 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- *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 nhị thiền, vt (pari)
- 6- *Upacāra*: Tâm cận đệ nhị thiền, vt (upa)
- 7- *Anuloma*: Tâm thuận theo đệ nhị thiền vt (upa)
- 8- *Gotrabhu*: Tâm chuyển cõi-giới, vt (got)
- 9- *Jhānacitta*: Đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm sinh rồi diệt liên tục không ngừng suốt thời gian nhập đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm ấy, vt (jha)
- 10- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm sau. vt (bha)

Chấm dứt nhập đệ nhị thiền sắc-giới lộ-trình-tâm.

Hành-giả đã nhập đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm thì đệ nhị thiền sắc-giới thiện-tâm sinh rồi diệt liên tục không ngừng trong suốt thời gian mà hành-giả đã phát nguyện 1 giờ hoặc 2-3 giờ theo ý nguyện của hành-giả.

Trong khi nhập thiền, chỉ có các đệ nhị 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 ngửi, không nếm, không cảm giác được các đối-tượng khác, cho đến khi mãn thời gian phát nguyện, đệ nhị 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* ngửi đối-tượng hương; *thiệt-thức-tâm* nếm đối-tượng vị; *thân-thức-tâm* cảm 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 và 4 bậc thiền vô-sắc-giới 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-xứ*, 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-xứ*, thuộc về *danh-pháp* (*nāmadhamma*)...

- *Hadayavatthu*: *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 ***danh-pháp, sắc-pháp*** của bậc thiền ấy làm đối-tượng thiền-tuệ.

Khi hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-tuệ có đối-tượng thiền-tuệ là ***danh-pháp*** hoặc ***sắc-pháp***, trí-tuệ phát sinh thấy rõ, biết rõ *thật-tánh* của *danh-pháp, sắc-pháp* thuộc về *chân-nghiã-pháp* là *pháp-vô-ngã*.

Tiếp tục *tri-tuệ thiên-tuệ* thấy rõ, biết rõ ***sự sinh, sự diệt của sắc-pháp, danh-pháp***, thấy rõ, biết rõ **3 trạng-thái-chung**: *Trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã của sắc-pháp, danh-pháp* dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và 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*** (*phalasamāpatti*) 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 thiên hỗ trợ bậc Thánh-Bát-lai, bậc Thánh A-ra-hán nhập diệt thọ tướng.

Hành-giả là *bậc Thánh Bất-lai (Anāgāmi)* hoặc *bậc Thánh A-ra-hán (Arahanta)* có ý nguyện muốn **nhập diệt-thọ-tướng (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)* có thể *nhập diệt-thọ-tướng (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-tướng (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-tướng sẽ giảng giải rộng trong Quyển X, Pháp-Hành Thiền-Tuệ, phần Quả của thiền-tuệ.*)

## 6- Bậc thiền cho quả tái-sinh kiếp sau

- **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** (*tihetuka-puggala*) 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, chắc chắn **sắc-giới thiện-nghiệp** trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp 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-su-thiên.
- *Mahābrahnā*: 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.
- *Appamānābhā*: 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.
- *Subhakinhā*: 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-cu-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,
- Akaniṭṭhā: Tầng trời Sắc-cứu-cánh-thiên.

**Sắc-giới thiện-nghiệp** cho quả 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 sau (*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 kiếp sau bằng *rūpapaṭisandhi* đó là *jīvita-navakakalāpa*: Nhóm sắc-pháp có sắc-mạng-chủ thứ 9).

### Thiền sắc-giới có 5 bậc thiên

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

4- *Đệ tứ thiên 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 (*tihetukapuggala*) 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 sau (*paṭisandhikāla*) có đệ nhất 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 nhất thiền sắc-giới quả-tâm có 3 tầng trời sắc-giới phạm-thiên theo đệ nhất thiền sắc-giới quả-tâm có 3 bậc: Bậc hạ, bậc trung, bậc thượng như sau:

- Đệ nhất thiền sắc-giới quả-tâm bậc hạ làm phạm 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<sup>(1)</sup> 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-sư-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 phạm-thiên là những bậc cao cả trong tầng trời này, có tuổi thọ 1 a-tăng-kỳ trụ của kiếp trái đất.

## 2- Quả của đệ nhị thiên sắc-giới thiện-tâm và đệ tam thiên sắc-giới thiện-tâm

\* Hành-giả nào đã chứng đắc *đệ nhị thiên sắc-giới thiện-tâm* và *đệ tam thiên 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 nhị thiên sắc-giới thiện-tâm* và *đệ tam thiên sắc-giới thiện-tâm*, cho quả chung trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (*paṭisandhikāla*) có *đệ nhị thiên sắc-giới quả-tâm* gọi là *paṭisandhicitta: Sắc-giới tái-sinh-tâm* làm phận sự tái-

<sup>1</sup> 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.

sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên **tầng trời đệ nhị thiên sắc-giới quả-tâm** có 3 tầng trời sắc-giới phạm-thiên theo *đệ nhị thiên sắc-giới quả-tâm* có 3 bậc: *Bậc hạ, bậc trung, bậc thượng* như sau:

- *Đệ nhị 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 *Parittābhā: Thiếu-quang-thiên*. Chư phạm-thiên trong tầng trời này có hào quang kém thua chư Phạm-thiên bậc cao, có tuổi 2 đại kiếp trái đất.

- *Đệ nhị 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 *Appamānābhā: Vô-lượng-thiên*. Chư phạm-thiên trong tầng trời này có hào quang vô lượng, có tuổi 4 đại-kiếp trái đất.

- *Đệ nhị 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 *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 8 đại-kiếp trái đất.

### 3- Quả của đệ tứ thiên sắc-giới thiện-tâm

\* Hành-giả nào đã chứng đắc *đệ tứ thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm*, cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (*paṭisandhikāla*) có **đệ tam 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 **tầng trời đệ tam thiên sắc-giới quả-tâm** có 3 tầng trời sắc-giới phạm-thiên theo *đệ tam thiên sắc-giới quả-tâm* có 3 bậc: *Bậc hạ, bậc trung, bậc thượng* như sau:

- *Đệ tam 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 *Parittasubhā: Thiểu-tịnh-thiên*. Chư Phạm-thiên trong tầng trời này có hào quang xinh đẹp tuyệt vời vẫn còn kém thua Phạm-thiên bậc cao, có tuổi 16 đại-kiếp trái đất.

- *Đệ tam 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 *Appamāṇasubhā: Vô-lượng-tịnh-thiên*. Chư phạm thiên trong tầng trời này có hào quang xinh đẹp tuyệt vời vô lượng, có tuổi 32 đại-kiếp trái đất.

- *Đệ tam 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 *Subhakinhā: Biến-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 64 đại-kiếp trái đất.

#### 4- Quả của đệ ngũ thiên sắc-giới-thiện-tâm

\* Hành-giả nào đã chứng đắc *đệ ngũ thiên 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 thiên sắc-giới thiện-tâm*, cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (*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 *tầng trời đệ tứ thiên sắc-giới quả-tâm* có 7 tầng trời sắc-giới phạm-thiên theo *đệ tứ thiên sắc-giới quả-tâm* như sau:

### - 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 sau* (*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 đệ nhị thiền 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 đệ nhất thiền sắc-giới quả-tâm, 3 tầng trời đệ nhị thiền sắc-giới quả-tâm và 3 tầng trời đệ tam thiền sắc-giới quả-tâm 3 cõi của tầng trời đệ nhất thiền sắc-giới 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.

### - Asaññasattābhūmi: Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-trưởng-thiên

\* Hành-giả nào là hạng *phàm-nhân* đã chứng đắc *đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm* này, vốn có tâm nhàm 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 *đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm* cho quả trong *thời-kỳ tái-sinh kiếp sau* (*paṭisandhikāla*) có **jīvitānavakakalāpa**: Nhóm sắc-pháp có sắc-mạng-chủ thứ 9 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.

- **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* (*Anāgāmī*) đã chứng đắc *đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Sau khi *Thánh Bất-lai* chết, **sắc-giới thiện-nghiệp** trong *đệ ngũ thiền sắc-giới thiện-tâm* cho quả trong *thời-kỳ tái-sinh kiếp sau* (*paṭisandhikāla*) có **đệ tứ 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 **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 thiền sắc-giới quả-tâm** làm phạm 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 **tán-pháp-chủ** nhiều năng lực hơn 4 pháp-chủ còn lại, thì **đệ tứ thiền sắc-giới quả-tâm** làm phạm 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 thiền sắc-giới quả-tâm** làm phạm 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 thiền sắc-giới quả-tâm** làm phạm 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 thiền sắc-giới quả-tâm** làm phạm 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 khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.<sup>(1)</sup>

---

<sup>1</sup> Tìm hiểu rõ bậc Thánh trong bộ *Nền-Tảng-Phật-Giáo* quyển X: *Pháp-Hành Thiên-Tuệ*, cùng soạn giả.

## **Cõi vô-sắc-giới có 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên**

1- *Ākāsañcāyatanabhūmi*: Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên Không-vô-biên-xứ-thiên.

2- *Viññāṇañcāyatanabhūmi*: 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- *Nevaśaññānāsaññāyatanabhūmi*: Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên.

Vô-sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp sau 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 sau (*paṭisandhikāla*) có 4 bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm gọi là *paṭisandhi-citta*: Vô-sắc-giới tái-sinh-tâm làm 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 thiên 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 thiền thiện-tâm có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Sau khi hành-giả ấy chết, **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong không-vô-biên-xứ-thiền thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (*paṭisandhikāla*) có **không-vô-biên-xứ-thiền 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 **Không-vô-biên-xứ-thiền**. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này chỉ có *tâm* không có *thân*, có tuổi thọ 20 000 đại-kiếp trái đất.

2- Hành-giả nào thực-hành pháp-hành thiền-định với *đối-tượng thiền-định vô-sắc* gọi là *pathamārappa-viññāṇa* đó là *ākāsānañcāyatanakusalacitta* dẫn đến chứng đắc *đệ nhị thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññāṇañcāyatanakusalacitta*: **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 sau (*paṭisandhikāla*) có **thức-vô-biên-xứ-thiền 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 **Thức-vô-biên-xứ-thiền**. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này chỉ có *tâm* 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 *ākīñcaññāyatanakusalacitta*: **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-thiên thiện-tâm** cho quả trong **thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (paṭisandhi-kāla)** có **vô-sở-hữu-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 **Vô-sở-hữu-xứ-thiên**. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này chỉ có **tâm** không có **thân**, có tuổi thọ 60 000 đại-kiếp trái đất.

4- Hành-giả nào thực-hành pháp-hành thiên-định với **đối-tượng thiên-định vô-sắc** gọi là *tatīyārūppaviññāna* đó là *ākīñcaññāyatanakusalacitta* dẫn đến chứng đắc **đệ tứ thiên vô-sắc-giới thiện-tâm** gọi là *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*: **Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiên thiện-tâm** có 2 chi-thiên là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Sau khi hành-giả ấy chết, **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong **phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiên thiện-tâm** cho quả trong **thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (paṭisandhikāla)** có **phi-tưởng-phi-phi-tưởng-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-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiên**. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này chỉ có **tâm** không có **thân**, có tuổi thọ 84000 đại-kiếp trái đất.<sup>(1)</sup>

Như vậy, **chư phạm-thiên** trong 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên chỉ có **4 danh-uẩn** là **thọ-uẩn, tưởng-uẩn, hành-uẩn, thức-uẩn** mà thôi gọi là **chư phạm-thiên có tứ-uẩn**.

<sup>1</sup> Tìm hiểu phương pháp thực-hành 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm trong phần trước.

## Chư phạm-thiên tử sinh luân-hồi

Chư phạm-thiên còn là *hạng phạm-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 (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 trong *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*** (*paṭisandhicitta*) 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** (*paṭisandhicitta*) làm phạm 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*, hoặc *vô-sắc-giới thiện-nghiệp* trong *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm* cho quả là *bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm* ấy gọi là **tái-sinh-tâm** (*paṭisandhicitta*) làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tương xứng với bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm ấy.

- Nếu vị phạm-thiên nào không chứng đắc *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* nào, thì sau khi vị phạm-thiên ấy chết, *dục-giới thiện-nghiệp* trong *đại-thiện-tâm* của kiếp trước cho quả tái-sinh kiếp sau xuống cõi thiện dục-giới là cõi người hoặc 1 trong 6 cõi trời dục-giới.

\* Trong *tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-tướng-thiên*, đến khi vị phạm-thiên hết tuổi thọ 500 đại-kiếp trái đất, sau khi vị phạm-thiên ấy chết, thì *dục-giới thiện-nghiệp* trong *đại-thiện-tâm* kể từ kiếp thứ 3 trở lui về trước sẽ cho quả tái-sinh kiếp sau trong cõi thiện-dục-giới, sinh làm người hoặc sinh làm chư-thiên trong cõi trời-dục-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 thiên-định, thì chỉ có thể dẫn đến chứng đắc *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm ngang bằng* với *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm cũ*, hoặc

*chứng đắc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cao hơn bậc thiền cũ mà thôi, nhưng mà 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 phận 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 thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cao hơn 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 bậc cao hơn bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cũ* ấy cho quả là *bậc thiền 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 tốt đĩnh*, vị phạm-thiên ấy chỉ có thể chứng đắc *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ngang bằng với bậc thiền cũ* là *bậc thiền phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm mà thôi*, không thể chứng đắc *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm bậc thấp*, bởi vì không có đề-mục thiền-định.



Sau khi vị phạm-thiên ấy hết tuổi thọ lâu dài nhất suốt **84.000** đại-kiếp trái đất chết, 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 thiện-nghiệp trong đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ của kiếp trước cho quả tái-sinh kiếp sau 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 luẩn quẩn 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-xứ-thiên* hưởng quả an-lạc trong suốt thời gian 84.000 đại-kiếp trái đất, cũng đến lúc hết tuổi thọ, rồi cũng phải tái-sinh kiếp sau xuống cõi dục-giới.

Cho nên, đối với chúng-sinh còn là **hạng phàm-nhân** chưa phải là bậc *Thánh-nhân* vẫn còn luẩn quẩn trong vòng tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Cho nên, trong tam-giới gồm có 31 cõi-giới chỉ là **nhai-tạm-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 sau 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 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 thiền thiện-tâm bậc cao* có quyền ưu tiên cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (*paṭisandhikāla*) có *bậc thiền quả-tâm bậc cao* ấy gọi là *paṭisandhicitta*: *Tái-sinh-tâm* làm phận sự tái-sinh kiếp sau hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời tương xứng với *bậc thiền 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 ấy chết, chắc chắn *sắc-giới thiện-nghiệp* (hoặc *vô-sắc-giới thiện-nghiệp*) trong *bậc thiền thiện-tâm bậc cao* cho quả có *bậc thiền quả-tâm bậc cao* gọi là *paṭisandhicitta*: *Tái-sinh-tâm* làm phận sự tái-sinh kiếp sau hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời tương xứng với *bậc thiền 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 thiền thiện-tâm bậc cao* cho quả có *bậc thiền quả-tâm bậc cao* gọi là *paṭisandhicitta*: *Tái-sinh-tâm* làm phận 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 khỏi 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 thiền-định.*
- 3- *Pháp-hành thiền-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 thiền-định và pháp-hành thiền-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 thiền-định và pháp-hành thiền-tuệ* được phát triển.

Nếu các điều-giới của mình không trong sạch và trọn vẹn thì pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-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.<sup>(1)</sup>

## 2- Pháp-Hành Thiền-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 thiền-định*.

*Pháp-hành thiền-định* có trong Phật-giáo và ngoài Phật-giáo, hành-giả thực-hành pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc 5 *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm* và chứng đắc 4 *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

- Sắc-giới thiện-nghiệp trong 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp làm vị phạm-

---

<sup>1</sup> Tìm hiểu rõ trong bộ *Nền-Tảng-Phật-Giáo*, quyển III: *Pháp-Hành Giới*, cùng soạn giả.

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 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 *patisandhicitta*: *Tái-sinh-tâm* làm phận sự tái-sinh kiếp sau 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 quần trong vòng tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

### 3- Pháp-Hành Thiên-Tuệ

Hành-giả nào thuộc hạng *người tam-nhân* (*tihetukapuggala*) 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 tứ Thánh-đế y theo Đức-Phật*, chứng đắc như sau:

- Chứng đắc **Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận được 2 loại phiền-não là tà-kiến và hoai-nghi** không còn dư sót, trở thành **bậc Thánh Nhập-lưu**.

- Chứng đắc đến **Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả và Niết-bàn, diệt tận được 1 loại phiền-não sân loại thô** không còn dư sót, trở thành **bậc Thánh Nhất-lai**.

- Chứng đắc đến **Bát-lai Thánh-đạo, Bát-lai Thánh-quả và Niết-bàn, diệt tận được 1 loại phiền-não sân loại vi-tế** không còn dư sót, trở thành **bậc Thánh Bát-lai**.

- Chứng đắc đến **A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả và 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* tiếp theo, cùng soạn giả.)

(Xong phần pháp-hành thiên-định.)

## Nghi 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-khưu 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-sự-nam*, *cận-sự-nữ* nên làm *lễ thọ phép quy-y Tam-bảo và thọ-trì chánh-mạng-đệ-bát-giới (ājīvaṭṭhamakasīla)* có điều-giới thứ 8 là điều-giới chánh-mạng từ Ngài Thiên-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 Thiên-sư chứng minh, để tránh mọi sự trở ngại trong khi thực-hành pháp-hành thiền-định như sau:

### 1- Nghi 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-sur 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-Tri Chánh-Mạng-Đệ-Bát-Giới**

Hành-giả đánh lễ Ngài Trưởng-lão Thiên-sur 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 doṣo, Buddhō khamatu taṃ mama.*

*Con hết lòng thành kính cúi đầu đánh lễ.*

*Bụi trần dưới bàn chân cao thượng của 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 varam.*  
*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.*  
*Samghe 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 puññakammaṇa, sabbe bhayā vinassantu.*  
*Nibbānaṃ adhiḡantumaṃ hi, sabbadukkhā pamuccāmi.*

*Do nhờ năng lực thiện-tâm sám hối này.*  
*Cầu xin mọi tai họa hãy đều tiêu diệt.*  
*Mong chúng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn.*  
*Cầu mong giải thoát mọi cảnh khổ tái-sinh.*

**\* Lễ thọ phép quy-y Tam-bảo  
và thọ-trì ājīvaṭṭhamakasīla**

Nếu một hành-giả (số ít) thì đọc như sau:

*Ahaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājīvaṭṭhamakasīlaṃ*  
*dhammaṃ yācāmi anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha me Bhante.*

*Dutiyampi, ahaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājīvaṭṭhamaka-*  
*sīlaṃ dhammaṃ yācāmi anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha*  
*me Bhante.*

*Tatiyampi, 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.*

*Dutiyaṃpi, mayaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājivaṭṭhamakasīlaṃ dhammaṃ yācāma anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha no Bhante.*

*Tatiyaṃpi, 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 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 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 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-sur hướng dẫn như sau:

Ths: *Yamaṃ vadāmi, taṃ vadehi. (vadetha)*  
*(Su 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 paripunnam.*  
*(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- Pisuṇavācā 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 sādhukaṃ katvā, appamādena sampādetha.

(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,  
 Vậy, 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 *ājīvaṭṭhamakasīla* 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,  
 Cầu 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,  
 Cầu 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,  
Cầu 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*.<sup>(1)</sup> 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.

<sup>1</sup> Bộ Viuddhimagga, phần Sīlaniddesa.

Như vậy, *ājīvaṭṭhamakasīla*: Chánh-mạng đệ-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-tư-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 *chế-ngự tâm-sở* thuộc về *niyata ekatocetasika*: 3 *chế-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 *ājīvatthamakāsīla*: *Chánh-mạng đệ-bát-giới* hoặc *ādi-brahmacariyakāsīla*: *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.”*<sup>(1)</sup> (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, ...”*<sup>(2)</sup>

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

<sup>1</sup> Bộ Visuddhimagga, phần Kammatthānaggahana niddesa.

<sup>2</sup> Dhammapadaṭṭhakatthā, tích Sambahulabhikkhuvatthu.

mọi sắc-pháp, mọi danh-pháp thuộc về chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma), để thực-hành pháp-hành-tuệ.

Cho nên, hành-giả nên làm lễ hiến dâng sinh-mạng của mình đến Ngài *Trưởng-lão Thiền-sư*.

Trong bộ Visuddhimagga: Thanh-Tịnh-Đạo, hướng dẫn đọc lời hiến dâng sinh-mạng đến vị *Thiền-sư* rằng:

*“Imā’ham Bhante, attabhāvaṃ tumhākaṃ pariccajāmi.”*<sup>(1)</sup> (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 Thiền-sư* rồi, hành-giả là người đệ-tử để dạy, biết vâng lời dạy dỗ của Ngài *Trưởng-lão Thiền-sư* ấy<sup>(2)</sup>, trong suốt thời gian thực-hành.

### \* Lễ Thọ Pháp-Hành Thiền-Định, Pháp-Hành Thiền-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 thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ*.

- *Pháp-thành Phật-giáo* đó là 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả* và *Niết-bàn*.

Để tỏ lòng tôn kính Pháp-bảo, hành-giả cần phải làm “*lễ cầu pháp-hành*” với Ngài *Trưởng-lão Thiền-sư*, nên đọc câu:

<sup>1</sup> Bộ Visuddhimagga, phần Kammatthānaggahana niddesa.

<sup>2</sup> Nếu hành-giả xét thấy pháp-hành của mình không phát triển thì có thể thay đổi Ngài Trưởng-lão Thiền-sư khác, đó là việc bình thường.

*“Nibbānassa me Bhante, sacchikaraṇatthāya samathavipassanākammatthānam detha.”* (3 lần, đánh 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 Phát 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 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  
Buddham 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 Phát 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 khỏi 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** (tīhetuka-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 sau (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) tột đỉnh trong 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 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 thiện-tâm mới có quyền ưu tiên cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp sau (paṭisandhikāla) có phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ quả-tâm gọi là vô-sắc-giới tái-sinh-tâm

(*paṭisandhicitta*) làm phận 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 (*ahosiṅkamma*), không còn có cơ hội cho quả của thiện-nghiệp ấy được nữa.

Sau khi vị vô-sắc-giới phạm-thiên ấy hết tuổi thọ 84.000 đại-kiếp trái đất chết, dục-giới 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 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 thiên-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 thiên sắc-giới thiện-tâm** và **4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm** vẫn còn luẩn quẩn trong vòng tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài không có tận cùng.

Bậc Tiên-bối 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 sinh vào trong 4 cõi ác-giới: Địa ngục, a-su-ra, nga-quỷ, súc-sinh.

Nếu chúng-sinh nào đã sinh trong 4 cõi ác-giới (địa-ngục, a-su-ra, nga-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-tấn thực-hành **pháp-hành thiên-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 để sớm được đầy đủ, để mong chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả và Niết-bàn trong thời vị-lai.





## Patthanā

*Iminā puññakammena, sukhī bhavāma sabbadā.  
Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo, loka sattā sumaṅgalā.  
Vietnam-raṭṭhikā sabbe ca, janā pappontu sāsane.  
Vuddhiṃ viruḥhivepullaṃ, patthayāmi nirantaraṃ.*

### Lời cầu nguyện

*Do nhờ phước-thiện thanh cao này,  
Cho chúng con thường được an-lạc.  
Cầu mong 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 cầu nguyện với tâm thành,  
Hằng mong được thành tựu như nguyện.*

*Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo lokasmim  
Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo Vietnamraṭṭhasmim.  
Cầu nguyện chánh-pháp được trường tồn trên thế gian,  
Cầu nguyện chánh-pháp được trường tồn trên Tổ-Quốc  
Việt-Nam thân yêu.*

*PL. 2562 / DL. 2018  
Rừng Núi Viên-Không  
Xã Tóc Tiên, Huyện Tân Thành  
Tỉnh Bà Rịa-Vũng Tàu.*

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

## SÁCH THAM KHẢO VÀ TRÍCH DẪN

- *Vinayapiṭakapāli* và *Vinayaṭṭhakathāpāli*.
- *Suttantapiṭakapāli* và *Suttantaṭṭhakathāpāli*.
- *Abhidhammapiṭakapāli* và *Abhidhammaṭṭhakathāpāli*.
- *Bộ Visuddhimagga* và *Bộ Visisuddhimaggamahāṭīkā*
- *Bộ Abhidhammatthasaṅgaha* của Ngài Đại-Trưởng-Lão Bhaddanta Anuruddha.
- *Toàn bộ Mahābuddhavaṃsa* của Ngài Đại-Trưởng-Lão Bhaddanta Vicittasārābhivāṃsa (*Visiṭṭhatipiṭakadhara, Mahātipiṭakakoviḍa, Tipiṭakadharadhammabhaṇḍāgārika*).
- *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 Thiềnsư Pa Auk Tawya Sayadaw, nước Myanmar, v.v...

## ***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 Thiền-Định làm nền tảng cho quyển X: Pháp-Hành Thiền-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](http://trungtamhotong.org)”. Nếu quý độc-giả nào có nhu cầu tìm hiểu thì vào trang web “[trungtamhotong.org](http://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.

Cho nên, xin hân hạnh **thông báo tin vui** này đến quý vị độc-giả, rất mong được quý độc-giả quan tâm, chân thành biết ơn quý độc-giả.

## CÙNG MỘT SOẠN GIẢ

### *Đã xuất bản:*

- TÌM HIỂU PHÁP-HÀNH THIÊN-TUỆ (Tái Bản)
- 8 SỰ TÍCH PHẬT LỰC
- Hạnh Phúc An Lành: THIỆN ÁC
- GƯƠNG BẠC XUẤT-GIA
- TÌM HIỂU PHƯỚC BỐ-THÍ (Tái Bản)
- Hạnh Phúc An Lành: HIỂU 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 TỬ OAI-NHĨ
- CON ĐƯỜNG GIẢI THOÁT KHỔ
- Ý NGHĨA ĐÊM RẪM THÁNG TƯ
- BÀI KINH CHO NGƯỜI BỆNH
- LỄ DÂNG Y KATHINA
- ĐỨC-PHẬT VỚI CÂY ĐẠI-BỒ-ĐỀ
- NGÔI BẢO THÁP GOTAMACETIYA
- Nền-Tầng-Phật-Giáo: 10 PHÁP-HẠNH BA-LA-MẬT BẠC THƯỢNG
- Nền-Tầng-Phật-Giáo: TRÍ -TUỆ SIÊU-VIỆT
- Nền-Tầng-Phật-Giáo: CẨM NANG QUY-Y TAM-BẢO
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển I: TAM-BẢO (Tái Bản)
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển II: QUY-Y TAM- BẢO (Tái Bản)
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển III: PHÁP-HÀNH-GIỚI (Tái Bản)
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển IV: NGHIỆP VÀ QUẢ CỦA NGHIỆP
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển V: PHƯỚC-THIỆN
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển VI: PHÁP-HẠNH BA-LA-MẬT 1
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển VII: PHÁP-HẠNH BA-LA-MẬT 2
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển VIII: PHÁP-HẠNH BA-LA-MẬT 3
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển IX: PHÁP-HÀNH THIÊN-ĐỊNH
- Nền-Tầng-Phật-Giáo Quyển X: PHÁP-HÀNH THIÊN-TUỆ
- VI-DIỆU-PHÁP HIỆN THỰC TRONG CUỘC SỐNG
- NGŨ-GIỚI LÀ THƯỜNG GIỚI CỦA MỌI NGƯỜI
- KINH CHUYỀN-PHÁP-LUÂN

**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](mailto:nhaxuatbantongiao@gmail.com)

**Chịu trách nhiệm xuất bản**

**Giám đốc - Tổng biên tập**

**TS. BÙI THANH HÀ**

**Biên tập**

**NGUYỄN THỊ HUỆ**

**Sửa bản in**

**TỶ-KHUU HỘ-PHÁP**

**Trình bày & Vi tính**

**DHAMMANANDĀ Upāsikā**

Địa chỉ liên lạc và phát hành

**CHÙA TỎ BỬU LONG**

81/1, Đường Nguyễn Xiển, Long Bình, Quận 9, TP. Hồ Chí Minh

ĐT: +84 - 28 3889 7653 / DĐ: +84 (0) 778608925

E-mail: [tkhophap@yahoo.com](mailto:tkhophap@yahoo.com)

---

*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: 3201 – 2018/CXBIPH/05 – 167/TG*

*Mã ISBN: 978-604-61-5825-7*

*QĐXB: 443/QĐ-NXBTG Ngày 21 tháng 11 năm 2018*

*In xong và nộp lưu chiểu quý I năm 2019.*

Giá: 90.000Đ

**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, thiên-nghiệp trong thiên thiện-tâm bậc cao nào có quyền ưu tiên cho quả tái-sinh kiếp sau trên tầng 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 và Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán, sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

ISBN 978-604-61-5825-7



9 786046 158257