

MUỐN VÃNG SANH VỀ XỨ CỰC LẠC CỦA PHẬT A DI ĐÀ CÓ MẤY ĐIỀU KIỆN ?

----- O -----

3/2006 (âl)

Muốn cảm ứng đạo giao với Phật A Di Đà để vãng sanh về xứ Cực lạc cần phải tu cho đúng, nghĩa là niệm Phật phải đạt nhất niệm, muốn được vậy phải có 3 điều kiện:

TÍN # **ĐỊNH** # **THỂ** (thuộc tâm)
HẠNH # **GIỚI** # **TƯỚNG** (thuộc thân)
NGUYỆN # **TUỆ** # **DỤNG** (diệu dụng của tâm)

1/ TÍN là TIN SÂU.

Thế nào gọi là tin sâu?

Muốn có tin sâu thì tối thiểu phải đạt từ nhất niệm của nhị thiên trở lên, đến giai đoạn này, tiếng niệm Phật phát ra từ Vô thức tức là *Tàng thức* còn gọi là *Alaya thức* hay *Thức thứ tám*. Tin sâu có nhiều mức độ, thông qua 4 cấp : **Sự - Lý - Sự lý viên dung - Sự sự vô ngại pháp giới**.

a/ TIN SU: là hiện tượng đối với hiện tượng của phàm phu, căn cứ vào thiên định làm minh chứng. Tu thiên định trải qua 5 giai đoạn, lấy câu “Nam mô A Di Đà Phật” làm đề mục để được nhất niệm. Nếu có phát nguyện sẽ vãng sanh về “Hạ phẩm” ở cảnh Phàm thánh đồng cư Tịnh độ.

***Sơ thiên**: “ly dục sinh hỷ lạc” niệm Phật bằng ý thức trải qua 2 giai đoạn:

.*Tâm* : niệm Phật đếm từ 1-10 cho đến khi không còn tạp niệm xen vào.

.*Sát*: niệm Phật khởi đếm, theo dõi lắng nghe tiếng niệm Phật.

Đạt Sơ thiên nếu có phát nguyện sẽ vãng sanh về “Hạ phẩm Hạ sanh”.

***Nhị thiên**: “định sanh hỷ lạc” niệm Phật tự phát từ vô thức. Khi nghĩ đến là lắng nghe tiếng niệm Phật tự phát từ tàng thức, dẫn đến thân an - tâm hỷ.

***Tam thiên**: “ly hỷ diệu lạc” niệm Phật bằng vô thức. Chìm đắm (sâu) vào tiếng niệm Phật, dẫn đến thân lạc- tâm lạc.

Đạt nhị thiên, tam thiên nếu có phát nguyện sẽ vãng sanh về “Hạ phẩm Trung sanh”.

***Tứ thiên- Tứ không**: ‘bất lạc bất khổ thọ’ (Đại thừa gọi là xả niệm thanh tịnh địa, Tiểu thừa gọi là định bất động hay tịnh định xả). Tâm thức thăng hoa, không dính mắc vào xác thân, thấy tất cả đều là duyên hợp, bấy giờ tiếng niệm Phật tự phát chính là thân-tâm-hoàn cảnh và ngược lại thân-tâm-hoàn cảnh chính là tiếng niệm Phật.

Đạt tứ thiên, tứ không nếu có phát nguyện sẽ vãng sanh về “Hạ phẩm Thượng sanh”.

Khi tin sâu sẽ có 6 điều lợi:

1. Tin sự: có xứ cực lạc ở phương Tây.

2. Tin lý: tin y báo và chánh báo của xứ Cực lạc phát hiện từ Chân tâm, là báo thân của Đức Phật A Di Đà lập ra để cứu độ chúng sanh.
3. Tin tư: tin chắc chính mình tự tu, chính mình sẽ được nhất niệm thông qua chúng đấng các tầng thiên: sơ thiên, nhị thiên, tam thiên, tứ thiên, tứ không. Từ nhất niệm chuyển sang vô niệm chắc chắn vãng sanh.
4. Tin tha: tin chắc Phật A Di Đà dùng tha lực tiếp dẫn thần thức mình về xứ Cực lạc.
5. Tin nhân: gieo nhân niệm Phật được nhất niệm và nguyện lực sẽ nhận được quả vãng sanh.
6. Tin quả: gieo được nhân trên sẽ nhận được quả vãng sanh về xứ Cực lạc.

b/TIN LÝ: từ hiện tượng nhận lại bản thể, từ nhất niệm nhận lại vô niệm, từ vọng tâm nhận lại Chân tâm, từ tướng nhận lại tánh của tứ Thánh. Nếu có phát nguyện sẽ vãng sanh về “Trung phẩm” ở cảnh Phương tiện hữu dư Tịnh độ.

-Thánh *Nhập lưu* về “Trung phẩm Hạ sanh”.

-Thánh *Nhất vãng lai* và Thánh *Bất lai đạo* về “Trung phẩm Trung sanh”.

-Thánh *Bất lai quả* và Thánh *Alahán* về “Trung phẩm Thượng sanh”.

c/TIN SỰ LÝ VIÊN DUNG: từ Bản thể trở ra hiện tượng giới cứu độ chúng sanh của Bồ tát Thánh thực hiện hạnh đại bi. Nếu có hướng tâm sẽ vãng sanh về “Thượng phẩm” ở cảnh Thật báo trang nghiêm Tịnh độ.

-Từ Sơ địa đến Lục địa về “Thượng phẩm Hạ sanh”.

-Từ Thất địa đến Cửu địa về “Thượng phẩm Trung sanh”.

-Từ Thập địa đến Đẳng giác về “Thượng phẩm Thượng sanh”.

d/TIN SỰ SỰ VÔ NGẠI PHÁP GIỚI: hiện tượng chính là Bản thể, Bản thể chính là hiện tượng. Bản thể và hiện tượng tương ưng vô ngại, đây là thể giới Diệu giác của chư Phật có Pháp thân thường trụ, tự tại lực ứng hóa. Nếu hướng tâm cõi Tịnh độ, các Ngài lập tức ứng hiện trong phẩm “Tối thượng” ở cảnh Thường tịch quang Tịnh độ.

2/ **HÀNH** là **HÀNH CHUYÊN**.

Thể nào gọi là hành chuyên ?

Là thực hành phải chuyên cần. Trước hết cần giữ giới kỹ lưỡng, tối thiểu là 5 giới không làm 5 điều ác mà còn phải làm 5 điều lành:

1/Không sát sanh còn phải Phóng sanh.

2/Không trộm cắp còn phải Bố thí.

3/Không tà dâm còn phải Tiết dục.

4/Không nói dối còn phải Nói lời chân thật, dĩa dàng.

5/Không dùng các chất say như: cờ bạc, rượu, ma túy,... phải để Tâm thức tỉnh táo quán vô thường - vô ngã - khổ đau.

Giữ giới kỹ lưỡng sẽ có 4 điều lợi:

- 1- Rành rõ: rành là từng chữ, từng câu rành rọt không lẫn lộn. Rõ là tự mình nhận lấy tiếng niệm Phật rõ ràng.
- 2- Tương ứng: tiếng niệm Phật ở đâu thì tâm đó, tâm ở đâu thì tiếng niệm Phật ở đó, tiếng và tâm hòa hiệp với nhau.
- 3- Chí thiết: nhất tâm tha thiết luôn nhớ, nghĩ, tưởng đến Phật A Di Đà.
- 4- Nhiếp tâm: chú tâm theo dõi tiếng niệm Phật không cho tạp niệm xen vào, nếu xao lãng thân lại tức khắc.

Hành có tinh chuyên thì Tín mới sâu, tin có sâu thì hành chuyên thêm. Vì vậy tin sâu và hành chuyên luôn luôn bổ sung, hỗ trợ cho nhau.

3/NGUYỄN phải NGUYỆN THIẾT.

Nguyện không cần điều kiện, đây là yếu tố quyết định cho vãng sanh. Nguyện thuộc diệu dụng của tâm tức trí huệ.

Như thế nào gọi là nguyện thiết?

Nguyện thiết là trong nguyện phải có tin sâu và hành chuyên. Vì hành có chuyên thì tin sâu làm cho thức trong sáng quán vô thường- vô ngã- khổ đau để hiểu rõ mà phân tích, so sánh cho được sự khác nhau giữa cõi Uế độ với cõi Cực lạc: cõi Uế độ sinh diệt chu kỳ đưa đến 8 khổ đau, còn cõi Cực lạc sinh diệt sát na được 8 cái vui, từ đó yếm ly cõi Uế độ mà hân nguyện cõi Tịnh độ ./.

NHẬN THỨC VỀ TÁI SANH - CHỨNG NGỘ - VÃNG SANH

Vàng Đông.260

Sau khi thành đạo, Đức Phật Thích Ca đã thấu suốt cội nguồn pháp giới trong vũ trụ. Ngài đã nhìn thấy rõ mỗi chúng sanh đều có Phật tánh, nhưng vì mê muội mà chưa nhận được. Với lòng bi mẫn, trong 49 năm, Ngài đã đi khắp nơi giảng đạo nhằm giúp chúng sanh thay đổi nhận thức để thành Phật như Ngài. Và Đức Phật đã truyền lại pho tạng Kinh-Luật cho người đời nương vào đó để mà “văn - tu - tu”. Trong quá trình tu - tu các vị Tổ Sư đã triển khai Kinh - Luật thành Luận. Nay, thông qua “Kinh-Luật-Luận” để tìm hiểu: Như thế nào gọi là Tái sanh? Như thế nào gọi là Chứng ngộ? Như thế nào gọi là Vãng sanh? Và ba cái này giống nhau và khác nhau ra sao?

Tái sanh:

Tái sanh tức là luân hồi đồng nghĩa với không giải thoát. Tái sanh là do nghiệp lực chiêu cảm mà sanh trở lại cõi Ta bà, tức là khi thọ mạng chấm dứt, mộng tâm tác ý muốn hiện hữu do đó tái sanh dưới hình thức một xác thân mới.

Qua “Kinh - Luật - Luận”, hiểu rằng, trong cuộc sống hàng ngày, ngay xác thân ngũ uẩn, tiến trình tâm thức trải dài qua 15 hạng chúng sanh từ địa ngục cho tới Như lai, nhưng vì mê muội khó mà nhận biết. Nếu tâm thức dừng lại rồi tư tưởng phân biệt dính mắc tham đắm vào đâu thì khi thọ mạng chấm dứt sẽ tái sanh mang một xác thân mới ứng hợp với tâm thức cùng cảnh giới đang dính mắc.

Tâm thức lơ đãng dừng ở bề mặt của 5 căn phù trần không có cái biết. Khi thọ mạng dứt, lập tức sa đọa vào cảnh giới *Địa ngục*.

Tâm thức dừng lại ở cảm giác lơ mờ chưa phân biệt của 5 thức đầu, dục vọng phát khởi làm tăng trưởng cảm giác đam mê trau chuốt xác thân, dẫn đến tham lam chiếm hữu ngoại sắc thô tháo. Khi thọ mạng dứt, lập tức sa đọa vào cảnh giới *Nga quý*.

Tâm thức dừng lại ở óc có sự phân biệt lơ mờ dục vọng bản năng, không suy tính trong mọi hành động chiếm hữu ngoại sắc, vì thế thường thất bại nên dễ quạu quọ sân giận. Khi thọ mạng dứt lập tức sa đọa vào cảnh giới *Súc sanh*.

Tâm thức dừng lại ở tư tưởng phân biệt lơ mờ trên phương diện tật đổ, ganh tỵ. Luôn tranh giành chiếm hữu ngũ dục bằng bạo lực qua hành động của thân - khẩu. Khi thọ mạng dứt, lập tức sa đọa vào cảnh giới *Atula*.

Tâm thức dừng lại ở ý chí. Khi đối cảnh, tư tưởng tập trung vào mỗi giác quan để so đo phân biệt theo luân lý, rồi dùng ý chí đè nén dục vọng bản năng cải sửa hành động hướng thiện, bằng lòng với hoàn cảnh sống hiện tại. Khi thọ mạng dứt, nếu không bị nghịch duyên sẽ tái sanh vào cảnh giới *Người*.

Tâm thức dừng lại ở ý chí và kinh nghiệm. Tư tưởng tổng hợp sự hiểu biết

qua 5 giác quan kết hợp với kiến thức qua sách vở làm cho kinh nghiệm ngày càng phong phú, dễ thành công trong mọi lĩnh vực hoạt động, chiếm hữu ngoại sắc thanh cao, vui sống với cảnh an nhàn. Khi thọ mạng dứt, nếu không bị nghịch duyên sẽ tái sinh vào cảnh *trời Dục giới*.

Tâm thức dừng lại ở ý chí mạnh và kinh nghiệm dồi dào dễ dàng nhập định sơ thiên- nhị thiên- tam thiên, chìm đắm chiếm hữu nội sắc để tận hưởng cảm giác hỷ lạc, xem đây là cảnh thiên đường trần gian. Khi thọ mạng dứt lập tức tái sinh vào cảnh *trời Sắc giới*.

Tâm thức dừng lại ở ý chí mạnh mẽ và kinh nghiệm tuyệt vời, tự tại xuất nhập định, an trú trong cảm giác bất lạc bất khổ thọ của tứ thiên - tứ không, tư tưởng say mê tạo dựng cảnh giới mộng lung, vui sống trong “hiện tại lạc trú và tịch tịnh trú”. Khi thọ mạng dứt lập tức tái sinh vào cảnh *trời Vô sắc giới*.

Tóm lại: Sau khi hết thọ mạng, sẽ tái sinh theo nghiệp vào các cõi người - trời không có Phật pháp. Có nhiều hướng tái sinh, nhưng tạm phân có 2: một là *thường nghiệp* lôi kéo sẽ tái sinh cảnh giới người- trời Dục giới; hai là *trọng nghiệp thiện* lập tức tái sinh vào cảnh trời Sắc giới và trời Vô sắc giới, còn nếu là *trọng nghiệp ác* lập tức sa đọa xuống 4 đường ác. Tái sinh là cũng để trả nghiệp cũ, song song đó tạo nghiệp mới bằng thân - khẩu - ý.

Chứng ngộ: Chứng ngộ tức giải thoát. Chứng ngộ có tự độ và độ tha.

1/ **Tự độ:** là tự tu-tự chứng-tự đắc tức là tự mình tu tập, tự chứng ngộ Phật tánh và đắc quả Tứ Sa môn. Trước hết cần “giữ giới (3-5-8-10-250) để đạt định nhất niệm rồi tâm thức sẽ trong sáng”. Và nhờ thức trong sáng, có Thiện tri thức khai ngộ nhận lại Phật tánh, từng bước, tâm lặng lẽ nhìn-thấy-biết rõ tiến trình tâm thức trải dài qua 8 cảnh giới từ Địa ngục tới trời Phi tướng phi phi tướng, trở về “Niết bàn tịch tịnh”, chấm dứt tái sinh.

Thánh đầu tiên nhận lại Phật tánh là Nhập lưu, đây là quả Thánh quan trọng nhất vì “giải thoát đầu tiên cũng là giải thoát cuối cùng”. “Hơn thống lãnh cõi đất. Hơn đượ sanh cõi trời. Hơn chủ trì vũ trụ. Quả Dự lưu tối thắng.”.

Thánh Nhập lưu, tâm lặng lẽ nhìn thấy biết rõ 16 oai nghi của thân sinh lý, tiến trình diễn biến phát sinh tâm tham lam, sân giận, tật đố. Do rõ biết nên vĩnh viễn không dính mắc vào cảnh giới 4 đường ác, nhưng nếu không tiến mà giậm chân một chỗ sẽ tái sinh vào cảnh giới người - trời Dục giới tối đa 7 lần.

Thánh Nhất vắng lai, tâm lặng lẽ nhìn thấy biết rõ tiến trình tư tưởng, ý chí cải sửa dục vọng theo hướng thiện hoặc ác và tư tưởng phân tích tổng hợp đúc kết thành kinh nghiệm như thế nào nhận như thế này. Vì rõ biết nên vĩnh viễn không dính mắc vào cảnh giới người - trời Dục giới. Nếu giậm chân một chỗ sẽ tái sinh vào cảnh trời Sắc giới tối đa 1 lần.

Thánh Bất lai, tâm lặng lẽ thấy biết rõ tư tưởng, ý chí dùng kinh nghiệm dồi dào nhập định kéo dài cảm giác hỷ lạc, vì rõ biết nên vĩnh viễn không dính mắc vào cảnh trời Sắc giới. Nếu giậm chân một chỗ sẽ tái sinh vào cảnh trời Vô

sắc giới tối đa 1 lần.

Thánh Alahán, trở về Chân tâm như thật biết: ý chí mạnh mẽ, kinh nghiệm tuyệt vời tự tại xuất nhập định, tư tưởng tạo dựng cảnh giới mộng lung và tiến trình tâm thức trải dài từ địa ngục đến trời Vô sắc giới, từ Thánh Nhập lưu đến Bất lai ngay xác thân ngũ uẩn của chính mình diễn biến như thể nhận như thể đó. Vì như thật biết nên tự độ đã xong, chấm dứt tái sanh, an trụ Niết bàn tịch tịnh.

2/ Độ tha: Thánh Alahán phát Bồ đề tâm, thực hiện hạnh Bồ tát, từ “Niết bàn tịch tịnh” trở ra hiện tượng giới để cứu độ chúng sanh.

Bích chi, Duyên giác hòa nhập vào cảnh giới chúng sanh cùng cõi để tìm hiểu tâm thức.

Bồ tát Thánh ứng hóa một thân đến nhiều thân chúng sanh hòa nhập vào một cảnh giới đến nhiều cảnh giới để từng bước hiểu rõ nguồn cội tâm thức chúng sanh trong pháp giới.

Như lai lập tức ứng hiện vô lượng thân chúng sanh trong vô biên cảnh giới, từ đó thấu suốt cội nguồn tâm thức chúng sanh trong pháp giới vũ trụ.

Tóm lại: Ba bậc Thánh hữu học chúng ngộ Phật tánh từng phần: 1/4, 2/4, 3/4. Vì còn tư tưởng chi phối, nếu các Ngài không tiến mà giậm chân một chỗ sẽ tái sanh vào cảnh giới người - trời có Phật pháp để tiếp tục tu học và trả nghiệp. Thánh Alahán chúng ngộ Phật tánh 4/4 an trụ Niết bàn tịch tịnh. Ba bậc Tam tôn “tịch chiếu” vào pháp giới, thị hiện ứng hóa nhiều thân chúng sanh trong nhiều cảnh giới, đến khi lập tức ứng hiện vô lượng thân chúng sanh trong vô biên cảnh giới thành tựu Như lai. Và chỉ có Như lai mới thật sự thấu suốt cội nguồn tâm thức tất cả chúng sanh trong toàn thể pháp giới.

Vãng sanh:

Vãng sanh tức giải thoát. Vãng sanh do tự lực cá nhân và tha lực của Phật A-Di-Đà tiếp dẫn về thế giới Cực lạc yểm ly thế giới Ta bà. Tự lực là tự mình hành trì câu niệm Phật đạt nhất niệm rồi phát nguyện cảm ứng đạo giao với Phật lực A-Di-Đà. Tha lực là Đức Phật A-Di-Đà phóng quang tiếp dẫn tâm thức chúng sanh về cõi Cực lạc.

Với tâm đại từ bi, Đức Phật A-Di-Đà phát 48 đại thệ nguyện, dùng Phật lực quán trong 5 a tăng kỳ kiếp lập thành thế giới Cực lạc, sau đó Ngài phát nguyện độ hết tất cả chúng sanh có duyên với Ngài về thế giới Cực lạc, thoát luân hồi sanh tử khổ.

Cực lạc là thế giới: vô lượng quang, vô lượng thọ, vô lượng công đức. *Vô lượng quang* vì toàn thể cảnh giới Cực lạc là do Phật lực của Đức Phật tạo thành, mặc dù mỗi chúng sanh, mỗi sự vật có hình tướng nhưng đều kết bằng hào quang xuyên suốt không chướng ngại. *Vô lượng thọ* vì thế giới Cực lạc chuyển biến sátna, là thế giới phát hiện nên vô lượng vô biên với hằng hà sa số

chúng sanh có tuổi thọ vô cùng tận. *Vô lượng công đức* vì thế giới Cực lạc do công đức Đức Phật thành lập và Ngài là Đại Pháp Vương, vì thế, chúng sanh ở đây đều được thấm đẫm hào quang công đức của Phật và sau khi nghe Đức Phật thuyết một thời pháp đều phát trí tuệ đắc Thánh quả tối thiểu là Nhập lưu, có ngay lực thông được vay mượn từ Phật lực của Ngài, và tiến thẳng một đường thành Như lai. Đặc biệt, những chúng sanh nào còn mang nghiệp mà được vãng sanh, nhờ Phật lực sẽ trả bằng ý nghiệp cho đến chấm dứt nghiệp mà không tạo nghiệp mới.

Nhưng muốn được vãng sanh về Cực lạc cần có 3 điều kiện: *Tín - Hạnh - Nguyên*.

Tín: *Tin sự* là có thể giới Cực lạc ở hướng Tây. *Tin lý* là thế giới Cực lạc phát hiện từ Chân tâm là báo thân của Đức Phật A-Di-Đà. Và tin phải sâu tức là niệm Phật tối thiểu phải đạt nhất niệm.

Hạnh là thực hành chuyên cần niệm-nhớ-nghi-tưởng đến Phật A-Di-Đà trong mọi oai nghi đạt nhất niệm, nhưng muốn đạt nhất niệm đòi hỏi phải trì giới thật kỹ lưỡng. Tin sâu và hành chuyên luôn bổ sung hỗ trợ cho nhau, có tin sâu thì hành mới chuyên và ngược lại.

Nguyên thuộc trí huệ, nghĩa là phải hiểu rõ thế giới Cực lạc và chí thành tha thiết nguyện cầu tha lực của Phật A-Di-Đà phóng quang tiếp dẫn về thế giới Cực lạc. Nguyên là yếu tố quyết định cho sự vãng sanh. Trong nguyện bao hàm cả tin sâu và hành chuyên.

Vậy, nếu niệm Phật tâm đạt nhất niệm trở lên và có phát nguyện cảm ứng với Phật lực mới được A-Di-Đà tiếp dẫn về thế giới Cực lạc.

- Chúng sanh 4 đường ác tâm tán loạn và tạp niệm nên khó thể cảm ứng với Phật lực A-Di-Đà do đó không vãng sanh.

- Chúng sanh người - trời Dục giới tâm được nhất niệm nhưng không liên tục, do đó sắp lâm chung, muốn chắc chắn vãng sanh bắt buộc phải đủ 3 yếu tố: thiện căn, phước đức, nhân duyên. *Thiện căn* là bản thân phải đầy đủ tín-hạnh-nguyện, *Phước đức* là có Ban hộ niệm và người nhắc niệm trợ duyên tích cực nhắc nhở người sắp lâm chung tâm thức luôn tỉnh táo niệm-nhớ-tưởng Phật A-Di-Đà, *nhân duyên* là thân tộc hân hoan cùng một lòng trợ lực với Ban hộ niệm giúp người sắp lâm chung được vãng sanh.

- Chúng sanh trời Sắc giới và trời Vô sắc giới nhờ tâm đạt định nhất niệm cao, sâu, liên tục do đó các vị muốn vãng sanh chỉ cần phát nguyện liền cảm ứng với Phật lực, lập tức được A-Di-Đà phóng quang tiếp dẫn về Cực lạc.

- Ba bậc Thánh hữu học: Nhập lưu, Nhất vãng lai, Bất lai đã nhận Phật tánh tức tâm vô niệm, nhưng vì còn tư tưởng, do đó nếu muốn vãng sanh thì các Ngài hướng tâm phát nguyện, lập tức Phật A-Di-Đà tiếp dẫn ngay về Cực lạc. Thánh Alahán có huệ lực trở về báo thân thường trụ, các Ngài chỉ hướng tâm đúng tần số là phát hiện ra thế giới Cực lạc.

- Ba bậc Tam Tôn tâm vô niệm mà niệm, niệm mà vô niệm, vì vậy chỉ hướng tâm là thế giới Cực lạc hiện tiền.

Tóm lại: Chúng ta biết rằng “cảnh giới treo trên đầu một tâm niệm”. Vì vậy muốn được vãng sanh về thế giới Cực lạc cần tối thiểu đạt tâm nhất niệm và phát nguyện. Người – trời Dục giới sắp lâm chung cần thêm 3 yếu tố: thiện căn – phước đức – nhân duyên mới chắc chắn vãng sanh. Trời Sắc giới và Vô sắc giới tâm định nhất niệm cao khi phát nguyện là “hiện tại” vãng sanh. Ba bậc Thánh hữu học tâm vô niệm khi phát nguyện là “hiện tiền” vãng sanh. Thánh Alahán có huệ lực và ba bậc Tam Tôn thì vô niệm-niệm, niệm-vô niệm, chỉ cần hướng tâm lập tức an trụ ngay thế giới Cực lạc.

Tái sanh - Chứng ngộ - Vãng sanh ***giống nhau ra sao và khác nhau như thế nào?***

1/ **Tái sanh** và **Vãng sanh** khác nhau rất xa.

- *Tái sanh* là luân hồi trong cõi Uế độ do cộng nghiệp của chúng sanh phạm phu trong 3 cõi lập thành, gọi là thế giới “Dân lập”, là thế giới chuyển biến chu kỳ, có không gian và thời gian tương ứng, có điều kiện, có: đi- đến, xa- gần, trước- sau, nhanh- chậm, lớn- nhỏ, có sanh- già- bệnh- chết,...Tái sanh để rồi trả nghiệp cũ đồng thời tạo nghiệp mới bằng thân – khẩu – ý.

- *Vãng sanh* là hoàn toàn giải thoát và an trụ trong cõi Cực lạc do Phật lực của A-Di-Đà lập thành, gọi là thế giới “Phật lập”, thế giới rỗng hào quang, là thế giới phát hiện, thế giới chuyển biến sát na, chỉ có thời gian tuyệt đối, bất sanh bất tử,...Và đặc biệt vãng sanh được đởi nghiệp gọi là “Đởi nghiệp vãng sanh” nghĩa là mang nghiệp cũ về Cực lạc trả bằng ý nghiệp mà không bao giờ tạo nghiệp mới.

2/ **Chứng ngộ** và **Tái sanh** giống nhau là cùng tái sanh vào cõi người- trời, nhưng khác nhau là có Phật pháp hay không Phật pháp.

- *Chứng ngộ*: nếu giậm chân một chỗ thì ba bậc Thánh hữu học còn tái sanh vào cõi người- trời nhưng có Phật pháp.

- *Tái sanh*: theo nghiệp lực của mỗi cá nhân mà tái sanh vào cõi người- trời nhưng không Phật pháp.

3/ **Vãng sanh** và **Chứng ngộ**: vãng sanh tức chứng ngộ, chứng ngộ có phát nguyện tức vãng sanh.

- *Vãng sanh* thù thắng nhất, nhờ Phật lực đương nhiên đắc Thánh bất thối chuyển, từ Nhập lưu tiến thẳng tới Như lai – Có lực thông – Được “Đởi nghiệp vãng sanh”.

- *Chứng ngộ* tự chứng ngộ mà đắc Thánh quả. Nhưng nếu không có Phật tại thế, ba bậc Thánh hữu học dễ bị giậm chân tại chỗ, nên còn phải tái sanh để trả nghiệp.

Vậy, chúng ta thấy rằng, Đức Phật Thích Ca giới thiệu pháp môn Tịnh Độ cho chúng sanh trong thời mạt pháp là rất cần thiết và tối ư quan trọng. Chúng ta cần tin sâu – hành chuyên – nguyện thiết sẽ được vãng sanh về xứ Cực lạc của Đức Phật A-Di-Đà. Đây là thế giới an vui, giải thoát và thù thắng nhất, không có gì sánh bằng.

----- Sư Giác Khang đã duyệt ngày 27/4/2011 (âl)-----

KHỔ ĐỂ VỀ VŨ TRỤ QUAN

----- O -----

Vàng Đông. 260

A. ĐỊNH NGHĨA:

Khổ để là chân lý chắc thật về sự khổ của chúng sanh. Khổ để chia ra hai phương diện: Vũ trụ quan và Nhân sinh quan.

Khổ để về **Vũ trụ quan** là quan niệm về sự khổ của chúng sanh trong toàn thể vũ trụ. Đức Phật tạm chia thành 3 loại khổ:

- **Hành khổ** là sự chuyển biến sátna tức là vô thường tuyệt đối làm nên tăng ánh hiện vô lượng pháp trong toàn thể vũ trụ tạo thành biến pháp giới.

- **Hoại khổ** là sự chuyển biến chu kỳ là vô thường tương đối tương ứng với không gian vô ngã của tất cả vạn vật, chúng sanh và các pháp trong Tam giới.

- **Khổ khổ** vì chúng sanh không hiểu các pháp là hành khổ, hoại khổ, cho “các pháp có mà thật” sanh tâm chiếm hữu nên khổ chồng thêm khổ.

B. PHÂN TÍCH:

Qua giáo lý, chúng ta biết Bản thể vũ trụ vận hành thần tốc trùng trùng duyên khởi vô lượng chúng sanh, gom gọn thành 15 hạng. Và mỗi hạng có cách nhìn về sự khổ khác nhau, tạm chia có 4 cách nhìn: Nghiệp cảm duyên khởi, Alaya duyên khởi, Chân như duyên khởi, Pháp giới duyên khởi.

1/ **Nghiệp cảm duyên khởi**: đây là thế giới chuyển biến chu kỳ của chúng sanh trong Tam giới: cõi Dục giới, cõi trời Sắc giới, cõi trời Vô sắc giới.

a/ **Cõi Dục giới**: có 6 hạng chúng sanh chấp có các pháp, chiếm hữu ngoại sắc vun bồi cho thân căn phù trần.

-*Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh, Atula* (4 đường ác): tâm thức quá si mê, chấp các pháp có mà thật. Khi thân căn phù trần sinh lý khởi dục vọng, lập tức chiếm hữu ngoại sắc theo bản năng nhằm đáp ứng nhu cầu sinh tồn một cách hạ tiện, thô tháo. Nếu chiếm được có cảm giác sung sướng nhưng không giữ được lâu, ngược lại thì bực dọc muốn chấm dứt ngay nhưng không được và trong mọi hoàn cảnh luôn buông xuôi chấp nhận không biết cải sửa vì thế khổ chồng thêm khổ, đó là khổ khổ.

-*Người và trời Dục giới* (2 đường thiện): tâm thức tiên hóa, hiểu được các pháp luôn biến đổi và không cố định nên có mà không thật. Người và trời Dục giới, khi thân căn sinh lý có nhu cầu thì tìm mọi biện pháp tập trung một căn phù trần vào một đối tượng ngoại sắc rồi dùng ý chí, kinh nghiệm chiếm hữu sự vật một cách vi tế. Biết chuyển đổi hoàn cảnh khổ thành lạc, thay đổi cách chiếm hữu để tận hưởng niềm hỷ lạc dài lâu, do đó nhẹ khổ khổ.

Vậy, cõi Dục giới, 4 đường ác tâm thức quá u tối, hành động chiếm hữu theo bản năng, chỉ biết chấp nhận hoàn cảnh nên khổ là chính. Còn 2 đường thiện có ý chí, kinh nghiệm cải sửa cách chiếm hữu tế nhị mang lại nhiều hạnh phúc trong cuộc sống, làm nhẹ khổ khổ.

b/ Cõi trời Sắc giới: đắc Sơ thiên, Nhị thiên, Tam thiên. Tâm thức tiến hóa, biết duyên hợp của các pháp, chiếm hữu nội sắc vun bồi cho thân căn tịnh sắc.

Theo thời gian, trời Dục giới nhằm chán cảnh tranh giành chiếm hữu ngoại sắc để

mưu cầu hạnh phúc, đi tìm cách chiếm hữu thanh cao hơn. Qua Kinh sách chỉ dạy “thiên định” chiếm hữu nội sắc tiếp xúc với thân căn tịnh sắc phát sinh hỷ lạc do mình tự tạo.

-Sơ thiên: chưa đạt định nhất niệm, từng bước buông bỏ ngoại sắc trở về nội tâm để có hỷ lạc do ly ngũ dục (sắc, tài, danh lợi, ăn uống, ngủ nghỉ hoặc sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp). - 1 -

-Nhị thiên: đạt định nhất niệm. Khi đối cảnh, gặp nghịch duyên lập tức nhập định, an trú trong hỷ lạc do “nội tĩnh nhất tâm”.

-Tam thiên: đạt định nhất niệm sâu an trú trong diệu lạc. Hoàn cảnh không làm tâm dao động do “ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác”.

Vậy, Cõi trời Sắc giới, tu tập thiên định từ Sơ thiên thăng hoa dần đến Tam thiên, tập trung an trú trong định, bỏ chiếm hữu bên ngoài do đó không bị ngoại cảnh chi phối, dường như đứt khổ khổ, còn hoại khổ chi phối.

c/ Cõi trời Vô sắc giới: đắc Tứ thiên sắc giới và Tứ không. Tâm thức thăng hoa rất vi tế dường như đứt hoại khổ.

An trú trong tam thiên lâu sanh nhằm chán, dùng định lực “xả niệm thanh tịnh” thăng hoa lên Tứ thiên sống thuần tư tưởng, nương thân căn tịnh sắc vi tế phát sinh niệm nhớ nghĩ, thấy được duyên khởi của các pháp, sống an nhàn trong “hiện tại lạc trú”, không dính mắc vào nội - ngoại pháp, do đó dường như đứt hoại khổ.

Tư tưởng nhằm chán, tập trung định lực tiêu dung thân căn tịnh sắc vi tế và niệm nhớ nghĩ thăng hoa lên Không vô biên xứ có thân - tâm - cảnh đều là không gian chuyển biến chu kỳ, đây chính là hoại khổ. Tư tưởng nhằm chán, tập trung định mạnh, kỹ thấy được hoại khổ của sắc, thọ, tưởng thăng hoa lên Thức vô biên xứ có thân - tâm - cảnh đều chuyển biến sátna, đây chính là hành khổ, dường như chấm dứt hẳn hoại khổ. Tư tưởng tập trung định mạnh, kỹ, lâu thấy được chuyển biến sátna của các pháp, thăng hoa lên Vô sở hữu xứ có thân - tâm - cảnh là Chân không bất biến đứng lặng dường như chấm dứt hành khổ. Lại nhằm chán, tư tưởng tập trung định mạnh, kỹ, lâu, sâu thăng hoa lên Phi tướng phi phi tướng xứ khi bật niệm là Chân không, lúc khởi niệm thì pháp giới hiện bày, tự tại trong pháp giới, tất cả không còn để dính mắc, dường như chấm dứt hoàn toàn hành khổ.

Cõi trời Vô sắc giới thăng hoa thiên định, tâm thức tiến hóa vi tế. Tứ thiên ở “hiện tại lạc trú” và Tứ không ở “tịch tịnh trú” không bị nội – ngoại sắc chi phối, dường như đứt hoại khổ và hành khổ.

2/ Alaya duyên khởi: đây là thế giới chuyển biến sátna của ba bậc Thánh hữu học đã nhận lại Phật tánh. Tùy cấp độ chứng đắc lặng lẽ chiếu kiến thấy rõ

từng phần tiến trình chuyển biến chu kỳ trong cõi Dục giới và cõi trời Sắc giới.

-*Thánh Nhập lưu* nhận lại 1/4 Phật tánh. Lặng lẽ thấy rõ tiến trình sinh khởi dục vọng dẫn đến hành động chiếm hữu ngoại sắc theo bản năng nên khổ khổ. Sống tự tại trong 4 đường ác mà không dính mắc. Chấm dứt khổ khổ của 4 đường ác.

-*Thánh Nhất vãng lai* nhận lại 2/4 Phật tánh. Lặng lẽ thấy rõ tiến trình ý chí, kinh nghiệm của người và trời Dục giới cải sửa hành động chiếm hữu bản năng làm nhẹ khổ khổ. Sống thật sự tự tại trong cõi Dục giới mà không dính mắc vào cảm giác do chiếm hữu ngoại sắc. Chấm dứt khổ khổ cõi Dục giới tức chấm dứt hoại khổ về sắc.

-*Thánh Bất lai* nhận lại 3/4 Phật tánh. Lặng lẽ thấy rõ tiến trình ý chí, kinh nghiệm của người và cõi trời Sắc giới bỏ chiếm hữu ngoại sắc sang chiếm hữu nội sắc, chuyển khổ thọ thành lạc thọ. Sống thật sự tự tại trong cõi trời Sắc giới mà không dính mắc vào cảm giác do chiếm hữu nội sắc. Chấm dứt lạc thọ - khổ thọ của cõi trời Sắc giới tức chấm dứt hoại khổ về thọ.

3/ Chân như duyên khởi: đây là thế giới bất biến đứng lặng của bậc Thánh vô học đã nhận lại trọn vẹn Phật tánh. *Thánh Alahán* nhận lại 4/4 Phật tánh. Như thật biết sự tập khởi, sự đoạn diệt, vị ngọt, sự nguy hiểm, sự xuất ly ra khỏi các cảm thọ và Lặng lẽ thấy rõ dòng chuyển biến sátna làm nền tảng duyên khởi dòng chuyển biến chu kỳ hình thành Tam giới. Chấm dứt vô minh về nhân sinh quan, sống thật sự tự tại trong tam giới mà không dính mắc, tức chấm dứt hoàn toàn hoại khổ.

4/ Pháp giới duyên khởi: đây là thế giới chuyển biến thần tốc mà bất biến đứng lặng, bất biến đứng lặng mà chuyển biến thần tốc. thế giới bất khả tư nghì của chư Đại Bồ tát và chư Như lai.

Từ Chân tâm, *Bích chi - Duyên giác* và *Bồ tát Thánh* nhìn vào pháp giới, thấy chúng sanh ngụp lặn trong biển khổ, với lòng bi mẫn các Ngài thị hiện ứng hóa từ một đến nhiều thân chúng sanh, trong một cõi tới nhiều cõi để từng bước tự tại đi vào pháp giới cứu độ chúng sanh, chấm dứt từng phần hành khổ. Đến khi tự tại lực lập tức ứng hiện vô lượng chúng sanh trong toàn thể pháp giới thành *Như lai* thì hoàn toàn chấm dứt hành khổ.

III. KẾT LUẬN:

- *Nghiệp cảm duyên khởi*: chúng sanh ở 4 đường ác do quá si mê nên bị khổ khổ chi phối. Từ người trở lên biết dùng ý chí tập trung định lực đè nén thăng hoa tư tưởng từ thô đến vi tế, nhưng bản chất tư tưởng là nhằm chán nên xuất định sẽ có hai trường hợp; một là nhập định trở lại tiến hóa lên tầng định cao hơn, hai là khi xuất định gặp hoàn cảnh quá tải bị rơi rớt trở xuống. Vì vậy chúng sanh trong Tam giới luôn quanh quẩn với 3 khổ: khổ khổ, hoại khổ, hành khổ.

- Alaya duyên khởi: ba bậc Thánh hữu học đã nhận lại Phật tánh, với mức độ nhận lại có sai khác mà lặng lẽ trực nhận thấy rõ từng phần chuyển biến chu kỳ nên từng bước chấm dứt khổ khổ, hoại khổ về sắc, về thọ.

- Chân như duyên khởi: Thánh Alahán đã nhận toàn phần Phật tánh, lặng lẽ thấy rõ hai dòng chuyển biến sátna và chuyển biến chu kỳ, nhưng vì chưa tự tại lực đi vào hiện tượng giới hóa độ chúng sanh nên chỉ dứt hẳn hoại khổ.

- Pháp giới duyên khởi: Bích chi - Duyên giác, Bồ tát thực hiện hạnh từ bi ứng hóa thân thị hiện đi vào hiện tượng giới cứu độ chúng sanh, chấm dứt từng phần hành khổ, đến khi tự tại lực lập tức ứng hiện vô lượng thân trong pháp giới thành Như lai hoàn toàn chấm dứt hành khổ.

Vậy chỉ có Như lai mới thật sự không bị các khổ chi phối mà thôi.

----- Sư Giác Khang đã duyệt ngày 09/01/2011 (âl)-----

KHỔ ĐỂ VỀ NHÂN SINH QUAN

----- O -----

(cách 1)

Vàng Đông. 260

I. ĐỊNH NGHĨA:

Khổ để về Nhân sinh quan là quan niệm về sự khổ của chúng sanh loài người.

Chúng sanh có nghĩa là sống chung. Trong vũ trụ có vô lượng chúng sanh sống chung, Đức Phật tạm chia ra 15 hạng, đó là:

3 BÁC TAM TÔN

- 1- Như lai
- 2- Bồ tát
- 3- Bích chi
Duyên giác

4 TIỂU THÁNH

- 1- Alahán
- 2- Bất lai
- 3- Nhất vĩng lai
- 4- Nhập lưu

4 ĐƯỜNG THIÊN

- 1- Trời Vô sắc giới
- 2- Trời Sắc giới
- 3- Trời Dục giới
- 4- Người

4 ĐƯỜNG ÁC

- 1- Atula
- 2- Súc sanh
- 3- Ngạ quỷ
- 4- Địa ngục

Sống chung có nhiều phương diện, gom gọn có ba phương diện: Thân - Tâm - Hoàn cảnh.

-Thân: là xác thân thuộc sinh lý được duyên hợp bởi tứ đại. Thân có 3: *phù trần căn* bao gồm: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, óc, nơi duyên khởi ra dục vọng bản năng; *tịnh sắc căn* là hệ thống thần kinh 5 giác quan gồm có: thị giác, thính giác, khứu giác, vị giác, xúc giác nơi duyên khởi ra cảm giác vui buồn, không vui không buồn; *tịnh sắc căn vi tế* là trung khu thần kinh óc nơi duyên khởi ra tư tưởng phân biệt.

-Tâm: thuộc tâm lý, là sự hiểu biết.

-Hoàn cảnh thuộc vật lý, là môi trường cùng chung sống, là trần cảnh, sự vật.

Trong cuộc sống, con người lệ thuộc vào nhu cầu sinh lý của thân căn nên luôn phan duyên trần cảnh để chiếm hữu, vì tâm lăng xăng so đo phân biệt mãi mà sinh đau khổ. Tạm chia thành 8 khổ ảnh hưởng trực tiếp như sau:

. 4 khổ về thân sinh lý: sinh – già – bệnh – chết.

. 3 khổ về hoàn cảnh vật lý: thương yêu xa lìa, thù oán gặp gỡ, ham muốn không được

. 1 khổ về tâm lý: thủ ngữ uẩn hay còn gọi là ngũ ấm xí thạnh (sắc uẩn chưa có cái biết; thọ uẩn có cái biết nhưng chưa phân biệt; tưởng uẩn có cái biết phân biệt; hành uẩn biết đẩn đo, lựa chọn quyết định hành động tạo nghiệp; thức uẩn là kho chứa kinh nghiệm, kiến thức, ký ức, tội, phước,...). Đây là mấu chốt phát sinh 7 cái khổ trên.

II. PHÂN TÍCH:

Con người vừa mới tiến hóa từ 4 đường ác, do đó vẫn còn mang dấu ấn của động vật ở thân phù trần căn sinh lý (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, óc, tim gan,

tỳ, phê, thận,...), nhưng khác là có” lý trí” tức ý chí, vì thể thân bổ sung tịnh sắc căn (hệ thống thần kinh của 5 giác quan và trung khu thần kinh óc) để hoàn thành chức năng chấp ngã. Dùng ý chí chế ngự dục vọng bản năng, chiếm hữu sự vật có luân lý theo phong tục, tập quán của gia đình, xã hội,... đương thời. Tìm cách khắc phục 8 khổ, nhưng vì chưa có kinh nghiệm nên khi thành công khi thất bại. Do mới tiến hóa, nên ý chí lệ thuộc vào thói quen của tư tưởng và cảm giác, thành ra môi trường sống rất là quan trọng.

* **Nếu sống trong môi trường xấu:** thường xuyên tiếp xúc với người có hành vi xấu ác sẽ tiêm nhiễm dần và sa đọa xuống 4 đường ác.

- Thân người nhưng tâm Atula: Ý chí bị cảm giác, tư tưởng phân biệt hơn thua đồng hóa, nên tranh giành chiếm hữu ngoại sắc đem lại quyền lợi cho thân phù trần căn, thắng thì tự đắc, thua thì nổi nóng, đấu đá. Bản chất tật đố, ganh tỵ, thích chiến đấu.

- Thân người nhưng tâm Súc sanh: Ý chí bị cảm giác, tư tưởng phân biệt lờ mờ theo thói quen đồng hóa, chiếm hữu ngoại sắc theo bản năng sinh tồn, được thì thỏa thuê, không được thì quạu quọ. Bản chất sân giận.

- Thân người nhưng tâm Nga quý: Ý chí bị dục vọng xác thân đồng hóa, chiếm hữu ngoại sắc một cách thô tháo nhằm thỏa mãn nhu cầu sinh lý của thân như: ăn, uống, ngủ, nghỉ,...mà thôi, được thì sống, không được thì chết. Bản chất tham lam.

- Thân người nhưng tâm Địa ngục: Hành động ác sa đọa đến mức không còn cái biết. Thân có đó nhưng tâm điên loạn.

Tóm lại: Khi ý chí bị tư tưởng, cảm giác bản năng đồng hóa dẫn đến si mê tán loạn, chấp thân – tâm – cảnh có mà thật. Thân thuần phù trần căn, hoàn toàn lệ thuộc và chạy theo ngoại cảnh để chiếm hữu theo bản năng sinh tồn. Chấp cứng thuyết định mệnh, do đó đứng trước sự tàn hoại của thân, mọi sự đổi thay của thế sự, của hoàn cảnh đành chịu thế thôi. Tâm quá si mê nên tương ưng với thân cục mịch, thiếu căn và hoàn cảnh thì u tối, bản hàn. Vì không làm chủ được tâm nên khổ vô cùng.

* **Nếu sống trong môi trường tốt:** thường xuyên gặp thầy sáng bạn lành, dần dần tiếp thu những điều tốt đẹp, vui thích làm những điều hay lẽ phải, tiến hóa lên cõi trời.

- Thân người nhưng tâm trời Dục giới: sống có nhân, lễ, nghĩa, trí, tín. Ý chí phối hợp với kinh nghiệm, kiến thức chế ngự dục vọng bản năng, chiếm hữu ngoại sắc thanh cao. Sau mỗi hành động có sự suy tư, quán xét rút kinh nghiệm để cải sửa nghiệp ngày càng tốt hơn. Biết khắc phục khổ: *Về thân:* dùng thực phẩm có chọn lọc, điều trị bệnh hợp lý,... nhằm kéo dài sự sống; *Về hoàn cảnh:* sử dụng phương tiện truyền thông, giao thông khắc phục nhớ nhung, quán nhân duyên hay tìm cách xa lánh để oán thù không chông chát, biết “tri túc thiếu dục” chế ngự lòng ham muốn; *Về tâm:* tập tu thiền định, tâm chánh niệm không rong ruổi chạy theo sự vật bên ngoài để ngũ dục không quá lắm,... mục đích cuộc

sống được thanh thản. Biết thay đổi hoàn cảnh chuyển khổ thành lạc như: cư xử tinh tế, khéo léo, hòa nhã, rộng rãi bố thí, cúng dường,... tìm tòi nghiên cứu phát huy tài năng sáng tạo, phát minh ra nhiều đề tài khoa học tự nhiên cũng như xã hội phục vụ nhân loại đem lại sự nhàn hạ về thể xác lẫn tinh thần nhằm ru ngủ tâm hồn đau khổ,... Bản chất hướng thiện.

- Thân người nhưng tâm trời Sắc giới: (Sơ thiên, Nhị thiên, Tam thiên): có kinh nghiệm dồi dào, nhận biết được nhân duyên của các pháp, biết ngũ dục chỉ đem lại niềm vui giả tạm, bỏ trần cảnh trở về nội tâm. Trong thiên định, sử dụng tịnh sắc căn phan duyên với nội pháp phát sinh cảm giác và phát sinh hỷ- lạc. Khi đổi cảnh, lập tức nhập định chuyển khổ thành hỷ - lạc, dường như 8 khổ không còn chi phối, cuộc sống hạnh phúc.

- Thân người nhưng tâm trời Vô sắc giới: (Tứ thiên, Tứ không): Tứ thiên chánh niệm tỉnh giác trong giây phút hiện tại, nương óc khởi niệm nhớ nghĩ chiêu cảm tứ đại hình thành sự vật, thấy được duyên khởi của các pháp. Dùng định lực mạnh kỹ lâu sâu buông bỏ sắc- thọ chỉ còn thuần tư tưởng, chìm đắm trong “hiện tại lạc trú”. Tứ không có định lực siêu xuất tiêu dung sắc tướng thành hư không, chìm đắm trong “tịch tịnh trú”. Tứ không, với kinh nghiệm tuyệt diệu thấy được định tướng không gian, thời gian, Niết bàn, pháp thân thường trụ của Như lai. Trời Vô sắc giới tự tại xuất nhập định, đè nén không dính mắc vào xác thân, cảm giác vì vậy thấy không có khổ.

Tóm lại: Người và trời Dục giới nương phù trần căn phan duyên chiếm hữu trần cảnh sinh cảm giác hỷ- ưu. Trời Sắc giới nương tịnh sắc căn phan duyên chiếm hữu nội pháp sinh cảm giác hỷ- lạc. Trời Vô sắc giới, nương tịnh sắc căn vi tế khởi niệm nhớ nghĩ chiếm hữu cái mộng lung ở trạng thái bất lạc bất khổ thọ. Các cõi trời tu thiên định làm chủ được tâm quán vô thường – vô ngã – khổ đau, hiểu các pháp không cố định và luôn biến đổi nên có mà không thật. Dùng ý chí cải sửa định mệnh, bỏ ác hướng thiện đi đến thuần thiện, đè nén, chạy trốn được 8 khổ, nhưng nếu quá tải thì khổ vẫn hoàn khổ.

* **Thân người nhưng tâm Tứ Thánh**: Khi tiến hóa lên 4 đường thiện, nếu cơ duyên có Thiện trí thức hướng dẫn nhận lại cái vô sanh, Bất tử, Phật tánh tức cái “Lặng lẽ”.

- Thánh Nhập lưu: Đây là quả Thánh đầu tiên nhưng rất là quan trọng “giải thoát đầu tiên cũng là giải thoát cuối cùng”. Thiện trí thức thường đưa ra nhiều ẩn dụ để đệ tử trở về ngay trong thân căn sanh tử nhận lại cái Bất tử, ngay giây phút hiện tại trực nhận về hiện tiền,...

. Ngay trong thân căn sinh lý, lặng lẽ nhìn biết rõ mọi hoạt động của thân (16 oai nghi): đi, đứng, nằm, ngồi, ăn, mặc, ở, bệnh, nói, làm, ngủ, nghỉ,... như thế nào nhận như thế nấy không cải sửa.

. Lặng lẽ nhìn biết rõ 5 giác quan phù trần tiếp xúc với 5 trần cảnh phát hiện cái nhìn, lắng, ngửi, nếm, xúc chạm thế thôi.

. Lặng lẽ nhìn biết rõ thân căn sinh lý khởi dực vọng, xảy ra tiến trình 5 uẩn phát sinh cảm giác, tư tưởng bản năng của 4 đường ác diễn biến như thế nào nhận như thế nấy không tập trung cải sửa. Lặng lẽ nhìn biết rõ liên tục đắc Thánh quả Nhập lưu, từ đây sống trong 4 đường ác mà không dính mắc, chám dứt khổ của 4 đường ác.

- Thánh Nhất vãng lai: Tiêu dao cảnh thanh tịnh để niềm hỷ lạc khởi lên, trở về chính mình và lặng lẽ thấy rõ tiến trình 5 uẩn sinh khởi hỷ - lạc của người, trời Dục giới như thế nào nhận như thế đó. Vì vậy sống trong cõi Dục giới mà không dính mắc, chám dứt khổ của người, trời Dục giới. Tuy nhiên các Ngài chưa dám dẫn thân độ chúng sanh, vẫn còn thu thúc trong cảnh thanh tịnh để lặng lẽ thấy rõ được liên tục đắc Thánh quả Nhất vãng lai.

- Thánh Bất lai: Tìm nơi an tịnh, hòa mình vào thiên nhiên, nhập định trở về nội tâm, lặng lẽ thấy rõ tiến trình 5 uẩn hình thành cảm giác hỷ - lạc của trời Sắc giới như thế nào nhận y như thế đó. Các Ngài sống trong cõi trời Sắc giới mà không dính mắc, chám dứt cảm giác lạc - khổ thọ của cõi trời Sắc giới. Các Ngài có thể dẫn thân vào cuộc đời đem sự tu học của mình để hướng dẫn chúng sanh.

- Thánh Alahán: Lặng lẽ ngày càng bén nhạy. Lặng lẽ như thật biết alaya làm nền tảng duyên khởi: hành uẩn, tướng uẩn, thọ uẩn, sắc uẩn, chi mạng vô minh của chính mình. Nhận trọn vẹn cái bất tử tức Niết bàn tịch tịnh, sống tự tại trong Tam giới. Các Ngài có thể dẫn thân vào cuộc đời hóa độ chúng sanh mà không bao giờ dính mắc, chám dứt hoàn toàn 8 khổ.

Tóm lại : Ba bậc Thánh đầu đã nhận lại Bất tử, tùy cấp độ mà lặng lẽ chiếu kiến thấy rõ thân – tâm – hoàn cảnh và từng bước chám dứt khổ của 4 đường ác, 3 đường thiện. Riêng Thánh Alahán dù sống trong hoàn cảnh nào cũng luôn trực nhận về Chân không, chám dứt tham – sân – si tức chám dứt 8 khổ.

* Ba bậc Tam Tôn:

- Bích chi, Duyên giác : Các Ngài sống Vô dư y Niết bàn, lặng lẽ thấy rõ tiến trình 12 nhân duyên, hòa nhập cuộc đời, làm quen dần với chúng sanh mà hoàn toàn không dính mắc.

- Bồ tát Thánh: Các Ngài phát tâm đại từ đại bi, huyễn hiện thân căn để độ từ một chúng sanh đến nhiều chúng sanh trong một cõi đến nhiều cõi nhưng tâm không bao giờ dính mắc.

- Như lai: Các Ngài với tâm bình đẳng. Tự tại lập tức ứng hóa vô lượng thân trong vô biên cõi để độ chúng sanh khắp vũ trụ mà tâm như như bất động.

Tóm lại: Ba bậc Tam Tôn với tâm đại từ đại bi cứu độ chúng sanh cùng khắp pháp giới, đến khi thân – tâm – pháp giới nhất như thì thành Như lai, hoàn toàn tự tại, an lạc.

III. KẾT LUẬN:

Con người mang xác thân 5 uẩn là khổ. Thân rong ruổi phan duyên đắm nhiễm ngoại sắc, tâm mãi mê phân biệt, chiếm hữu nhằm thỏa mãn bản ngã,

được thì vui, ngược lại thì buồn. Suốt cuộc đời, do si mê chìm đắm trong tham và sân nên khổ. Muốn dứt khổ, trước hết là thắng hoa tâm thức, buông xả chiếm hữu ngoại sắc, chiếm hữu nội sắc và bỏ luôn cả chiếm hữu cái mộng lung, có cơ duyên gặp Thiện trí thức hướng dẫn nhận lại Bất tử, lặng lẽ biết rõ tiến trình 5 uẩn qua căn – trần – thức – xúc – thọ - ái thì từng bước chấm dứt « dính mắc » cho tới hoàn toàn không còn dính mắc vào Tam giới trở về Niết bàn tịch tịnh đặc quả Alahán. Và từ đây phát tâm đại từ đại bi thị hiện hóa độ vô lượng chúng sanh trong vũ trụ thành Như lai.

----- Sư Giác Khang đã duyệt ngày 09/01/2011 (â)-----

KHỔ ĐỂ VỀ NHÂN SINH QUAN

----- O ----- (cách 2)

Vàng Đông. 260

Khổ về nhân sinh quan là quan điểm về sự khổ của chúng sanh loài người. Tạm chia thành 8 khổ trên 3 phương diện: thân – tâm – hoàn cảnh.

- 4 khổ về thân: Sinh – Già – Bệnh – Chết.

- 3 khổ về hoàn cảnh: Thương yêu xa lìa – Thù oán gặp gỡ – Ham muốn không được.

- 1 khổ về tâm: Thủ ngữ uẩn (sắc uẩn chưa có cái biết; thọ uẩn có cái biết nhưng chưa phân biệt; tưởng uẩn có cái biết phân biệt; hành uẩn biết dẫn đo, lựa chọn quyết định hành động tạo nghiệp; thức uẩn là kho chưa kinh nghiệm, kiến thức, ký ức, tội, phước,...). Đây là mấu chốt phát sinh 7 cái khổ trên.

Khi thân căn sinh lý đủ duyên đối xúc với trần cảnh vật lý thì đương nhiên trải qua tiến trình ngũ uẩn và phát hiện tâm thức trải dài qua 15 hạng chúng sanh. Nhưng tâm thức dừng lại ở đâu thì tương đương với hạng chúng sanh ở đó và sinh khởi cái khổ.

* **Tâm thức dừng ở thế giới chuyển biến xao động:**

- Ở cõi Dục giới:

- Địa ngục, Nga quý, Súc sanh, Atula: Tâm thức quá si mê, khi thân căn đối xúc với trần cảnh có cái nhìn, cái thấy, cái phân biệt mờ mờ và rời cảm giác, tư tưởng xúi giục thân hành động chiếm hữu theo bản năng sinh tồn của thân phù trần. Bất lạc bất khổ thọ (trơ thọ) trước mọi hoàn cảnh nên chẳng màng tới sinh, già, bệnh, chết,...

- Người: Tâm thức có ý chí, biết cải sửa bất lạc bất khổ thọ thành lạc thọ hoặc khổ thọ. Khi thân căn đối xúc với trần cảnh cảm giác vui- buồn- không vui không buồn sinh khởi, dùng ý chí cải sửa hành động theo bản năng hoặc thay đổi môi trường nhằm kéo dài niềm vui và biết tìm cách đè nén, chạy trốn chằm dứt cái khổ. Tuy nhiên vì chưa có kinh nghiệm nên thường thất bại, do đó thấy vui chóng tàn mà khổ thì dai dẳng.

- Trời Dục giới: khi đối cảnh, dùng ý chí và kinh nghiệm đẩy lùi cái khổ, tạo niềm vui bằng cách lao vào công việc qua nhiều hình thức: rộng rãi bố thí, ủy lạo, phóng sanh,... hoặc say sưa nghiên cứu các đề tài khoa học, sáng tạo ra nhiều của cải vật chất,... sáng tác văn, thơ, ca nhạc,... phục vụ nhân loại về thể xác lẫn tinh thần nhằm lưu danh cho đời biết đến mình và tôn vinh mình. Nhờ cuốn hút vào công việc nên dường như 8 khổ không chi phối.

- Ở cõi trời Sắc giới: (Sơ thiên, Nhị thiên, Tam thiên): Tâm thức tiến hóa, có kinh nghiệm, kiến thức,...dồi dào. Thông qua giáo lý, chọn tịnh sắc căn làm thân, trở về nội tâm chỉ còn “ta với ta”. Tu thiên định “ly ngũ dục, nội tĩnh nhất tâm, chánh niệm tỉnh giác” phát sinh hỷ- lạc xóa tan khổ. Khi đối cảnh an trú trong hỷ- lạc, tâm khởi tình thương, cảm thông, an ủi, san sẻ nỗi khổ đau mong đem lại sự an vui cho mọi người.

- Ở cõi trời Vô sắc giới: (Tứ thiên sắc giới và Tứ không: Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Phi tướng phi phi tướng xứ):

Tứ thiên có kinh nghiệm, kiến thức,... tuyệt diệu, chọn tịnh sắc căn vi tế làm thân, định kỹ lâu sâu “xả niệm thanh tịnh” còn thuần tư tưởng, biết được tiến trình ngũ uẩn tập khởi, đoạn diệt vị ngọt,... *Tứ Không* dùng định lực siêu xuất tiêu dung thân căn hòa vào hư không. Tứ thiên an trú trong “hiện tại lạc trú”, Tứ không an trú trong “tịch tịnh trú”, sống an nhiên tự tại trong mọi hoàn cảnh, 8 khổ không còn chi phối.

Cõi Dục giới, cõi trời Sắc giới, cõi trời Vô sắc giới là thế giới của tư tưởng phân biệt chấp thủ nên bị khổ hoành hành. Và trừ khổ bằng cách thanh lọc thăng hoa tư tưởng, từng bước buông xả tình nhiễm xấu ác sang thiện đến khi chỉ còn thuần là tư tưởng, nhưng tư tưởng vốn nhàm chán nên trở lại dính mắc vào tình, do đó lần quản mãi không thoát được khổ.

*** Tâm thức dừng lại ở chuyển biến đứng lặng:**

Ray rức trước cảnh khổ đau, da diết tìm con đường đoạn diệt khổ đau !?! Cơ duyên gặp Phật pháp, y chỉ “Tứ Diệu Đế” hiểu rõ nguyên nhân khổ và cách tu tập chấm dứt khổ.

- Thánh Nhập lưu: Quá trình tu tập, tâm thức sáng suốt, có Thiện trí thứ hướng dẫn “ngay trong sanh tử nhận lại cái vô sanh, Bất tử”, rồi lặng lẽ nhìn thấy rõ biết ngay chính trong xác thân tiến trình ngũ uẩn của Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh, Atula diễn biến như thế nào nhận như thế này không cải sửa, vì rõ biết nên không dính mắc hành động bản năng của 4 đường ác.
- Thánh Nhất vãng lai: Tiếp tục với cái Bất tử, lặng lẽ thấy rõ biết ngay trong xác thân tiến trình ngũ uẩn của người - trời Dục giới diễn biến như thế nào nhận như thế này không đặt vấn đề so đo phân biệt, vì rõ biết nên không dính mắc vào cải sửa hành động của người - trời Dục giới.
- Thánh Bất lai: Tiếp tục với cái Bất tử, lặng lẽ thấy rõ biết ngay trong xác thân tiến trình ngũ uẩn của Sơ thiên, Nhị thiên, Tam thiên diễn biến như thế nào nhận như thế này, vì rõ biết nên không dính mắc vào cảm giác hỷ- lạc của trời Sắc giới.

Ba bậc Thánh trên đã trở về nhận lại cái bất tử, tùy mức độ chứng đắc mà thoát khổ về thân, tâm, hoàn cảnh của bảy hạng chúng sanh trong cõi Dục giới, cõi trời Sắc giới.

*** Tâm thức dừng ở Bản thể Chân tâm:**

Thánh Alahán: Tiếp tục với cái Bất tử, lặng lẽ như thật biết tiến trình ngũ uẩn tập khởi, đoạn diệt, vị ngọt và sự xuất ly ra khỏi cảm thọ của Tứ thiên sắc giới và Tứ Không như thế nào nhận như thế này và tiến trình tu tập trở về của ba bậc Thánh đầu tức biết rõ duyên khởi của các pháp, niệm – niệm sinh diệt của ý chí, chi mạng vô minh của chính mình. Trong mọi hoàn cảnh luôn trực nhận về

Bản thể Chân tâm, bất tử. Vì vậy sống thật sự tự tại trong cuộc đời mà không dính mắc, chấm dứt hoàn toàn khổ về nhân sinh quan tức chấm dứt 8 khổ.

*** Chân tâm hòa vào tâm thức từng chúng sanh:**

- Bích chi, Duyên giác hòa nhập vào cuộc đời , làm quen dần với loài người mà không rời Chân tâm, Bất tử.

- Bồ tát Thánh phát tâm đại từ đại bi, huyễn hiện thân căn, trầm mình trong đau khổ để độ từ một chúng sanh trong một cõi đến nhiều chúng sanh trong nhiều cõi nhưng không rời Chân tâm, Bất tử.

- Như lai; Với tâm bình đẳng. Tự tại lập tức ứng hóa vô lượng thân trong vô biên cõi để độ chúng sanh trong khắp vũ trụ mà tâm như như bất động. Pháp thân Như lai chính là toàn thể thân chúng sanh trong vũ trụ và cũng chính là Chân tâm, Bất tử.

Vậy chỉ có Như lai mới thật sự là Chân lạc = Cực lạc.

Tóm lại:

Xác thân con người là một tiểu vũ trụ. Và ngũ uẩn vận hành theo tiến trình tự nhiên hình thành ra 15 hạng chúng sanh trong vũ trụ, nhưng vì chúng sanh mê muội tự dùng chân chấp thủ ngũ uẩn làm “Ta, của Ta, tự ngã của Ta” mà sinh đau khổ. Thương chúng sanh mê muội luân hồi mãi trong biển khổ, Phật ra ra đời truyền pháp “Tứ Diệu Đế” chỉ dạy chúng sanh hiểu rõ nguyên nhân dẫn đến khổ, Thực hành Thánh Giới – Thánh Định – Thánh Tuệ thoát khổ hưởng Chân lạc.

----- Sư Giác Khang đã duyệt ngày 09/01/2011 (âl)-----

NHẬN THỨC VỀ NHÂN QUẢ & NGHIỆP

Vàng Đông. 260

Đạo Phật là đạo nhân quả (nhân nào quả nấy) trên cơ sở lấy “Tâm” làm gốc và được ứng dụng vào trong cuộc sống. Tâm còn gọi là nhận thức. Nhận thức dẫn đến hành động như thế nào thì sẽ cho kết quả tương ứng như thế đó dựa trên nền tảng luật “Nhân quả” tức là “Hiện tại là quả của quá khứ và làm nhân cho vị lai”. Thế nhưng, có lúc Đức Phật lại nói “kết quả hiện tại là do nghiệp lực dẫn dắt”. Vậy thì Nhân quả là sao? Nghiệp là như thế nào? Nhân quả và Nghiệp giống nhau hay khác nhau ?

Nhân quả có 2 loại:

-*Nhân quả đồng thời* là thế giới chuyển biến sátna của alaya, thế giới biến dịch sinh tử, là sự vận hành tự nhiên trùng trùng duyên khởi vô lượng pháp trong vũ trụ còn gọi là pháp chấp.

-*Nhân quả khác thời* nương vào nhân quả đồng thời mà phát hiện, là thế giới chuyển biến chu kỳ của mạtna, thế giới phần đoạn sinh tử. Nhận thức có: quá khứ - hiện tại - vị lai trải qua ba cõi. Nhân quả khác thời là hành động tự nhiên của thân căn sinh lý còn gọi là ngã chấp.

Nghiệp: trải qua tiến trình 5 uẩn, ý chí cải sửa *nhân quả khác thời* thành nghiệp ác hay thiện. Nghiệp có 3: thân nghiệp, khẩu nghiệp, ý nghiệp. Ý nghiệp là mấu chốt điều khiển thân-khẩu hành động tạo nghiệp.

Vậy, nhân quả đồng thời là căn bản làm nền tảng duyên khởi nhân quả khác thời để tạo ra nghiệp. Như vậy, trong nhân quả chưa có nghiệp, trong nghiệp đã hàm chứa nhân quả. Nhân quả khác thời và nghiệp giống nhau ở hành động của thân căn nhưng khác nhau vì nhân quả hành động tự nhiên còn nghiệp hành động có tác ý.

Đức Phật có nói: “nhân thân nan đắc” tức được thân người là khó. Trên thế giới, hiện nay có khoảng 6 tỷ người, nhưng không ai giống ai về hình dáng lẫn tính tình,..? *Hình dáng* có cao-thấp, mập-ôm, đẹp-xấu, trắng-đen, thân đầy đủ căn hay khuyết tật,...; *Hoàn cảnh* sung sướng thanh nhàn-vất vả lo toan, giàu sang-bần hàn, hạnh phúc-đau khổ,...; *Sự hiểu biết* sâu- cạn, thông minh-tối dạ, có học-thất học,...; *Tính tình* hiền-dữ, thật thà-ranh ma, tế nhị-thô lỗ, ...các tôn giáo khác cho đó là “định mệnh”, nhưng Đạo Phật cho là “nhân-quả” của mỗi người tự tạo: quá khứ làm việc thiện thì hiện tại được hưởng những điều tốt đẹp, làm điều ác thì hiện tại nhận lãnh những điều xấu xa. Do đó “chính mình tự chịu trách nhiệm vận mệnh của mình”. Đức Phật có nói: “được làm người rất quý” vì con người có ý chí biết cải sửa nhân quả thành nghiệp, chuyển nghiệp ác thành thiện cho đến thuần thiện, nếu đủ duyên sẽ dứt nghiệp. Vậy, nếu hiểu rõ nhân quả, cách chuyển nghiệp và sẽ chuyển ngay trong hiện tại: cái quả hiện tại đang nhận chịu, mình có quyền dùng ý chí kinh nghiệm cải sửa “quả xấu thành quả tốt, quả tốt thành quả tốt hơn”, hoặc ngay trong nhân quả và nghiệp lặng lẽ thấy

rõ mọi tiến trình diễn biến của nó thì “bất muội nhân quả và nghiệp mà phi nghiệp”.

Thông qua 15 hạng chúng sanh để phân tích nhân quả, nghiệp và cách chuyển nghiệp như thế nào, nhất là của người và trời Dục giới trong cuộc sống hiện tại.

Trước hết nói về nhân quả đồng thời: là thế giới sinh diệt sátna luôn vận hành tự nhiên trùng trùng duyên khởi ra vô lượng pháp trong vũ trụ, gom gọn là 15 hạng chúng sanh.

Nhân quả khác thời: là thế giới sinh diệt chu kỳ của mạtna, thế giới có thân căn sinh lý và trần cảnh vật lý đều là thức biến nên luôn thu hút giao thoa lẫn nhau để nhận thức phát hiện. Thân căn có ba tương ứng với ba trần cảnh để phát hiện ba thức: cõi Dục có thân căn phù trần giao thoa ngoại pháp phát hiện cái nhìn, cõi Sắc có thân căn tịnh sắc giao thoa nội pháp phát hiện cái thấy tức cảm giác, cõi Vô sắc có thân căn tịnh sắc vi tế giao thoa pháp trần phát hiện cái biết phân biệt. Nhân quả khác thời luôn diễn biến, nhưng chúng sanh trong ba cõi khó nhận biết.

**Cõi Dục giới:* tạm chia có ba trường hợp nhân quả khác thời như sau:

1- Khi thân căn có nhu cầu sinh lý tự nhiên như: đi, đứng, nằm, ngồi,...thường hành

động bộc phát không ý thức, hành động này đôi khi dẫn đến thiệt hại cho chính bản thân (vấp đầu, té ngã,...) hoặc cho đối tượng (đạp chết con vật, đổ bể đồ vật,...).

2- Khi thân căn đối xúc với trần cảnh phát sinh cảm giác dễ chịu hoặc khó chịu.

3- Khi thân căn có nhu cầu bồi dưỡng thì phát khởi dục vọng.

Ba nhân quả khác thời trên sẽ đưa đến những hành động:

Bốn đường ác: có thân căn sinh lý thuần phù trần, tâm si mê đến mức ý chí ảm khuất, chỉ có cảm giác và phân biệt mờ mờ, luôn hành động theo dục vọng bản năng, thuần nhân quả khác thời. (1) Hành động tự nhiên theo nhu cầu, nếu có sự cố vẫn坦然 nhiên như không có chuyện gì xảy ra. (2) Tâm quá ngu si nên vui-buồn xảy ra cứ nhận mờ mờ thế thôi. (3) Khi thân căn sinh lý có nhu cầu thì dục vọng khởi lên, lập tức hành động chiếm hữu ngoại pháp theo bản năng sinh tồn nhằm thỏa mãn thân căn. Tâm 4 đường ác được biểu hiện: *Địa ngục* tâm ù lỳ, *Ngạ quỷ* tâm tham lam, *Súc sanh* tâm sân giận, *Atula* tâm ganh tỵ thích gây sự.

Loài Người: có thân căn gồm phù trần và tịnh sắc, bắt đầu có ý chí, sống theo luân lý. Khi thân căn sinh lý có nhu cầu, dục vọng khởi lên, liền tác ý tập trung vào một giác quan cho căn-trần-thức đắm nhiễm thấy rõ sự vật và cảm giác, rồi tư tưởng phân biệt suy tính lên kế hoạch chiếm hữu, thuộc ý nghiệp; Ý chí sai thân-khẩu hành động chiếm hữu ngũ dục (sắc đẹp, tiền tài, danh lợi, ăn uống, ngủ nghỉ) thuộc thân nghiệp-khẩu nghiệp. Con người do mới tiến hóa nên tâm thức đứng giữa ranh giới ác và thiện, vì vậy môi trường sống rất quan trọng.

Trong môi trường không luân lý: dễ bị dục vọng chi phối mạnh, ý chí đồng hóa với tâm bốn đường ác và hành động tạo nghiệp theo bản năng, đôi lúc đối cảnh tâm thiện khởi lên, nhưng ý chí bị ngũ dục lôi cuốn chuyển thiện thành ác. (1) Do tập niệm nên hành động thường không có ý thức, khi sự cố xảy ra, tập trung tư tưởng phân tích thấy rõ sự thiệt hại và bấy giờ “chỉ thấy lỗi người không thấy lỗi mình”, ý chí bị tâm ác đồng hóa lập tức sai thân khẩu đồ trút mọi lỗi làm cho người khác, thậm chí còn làm gia tăng sự oán thù,...(2) Ý chí xui thân khẩu hành động quá trớn: vui thì nói cười ngật nghễo, buồn thì than khóc ủ ê (thiếu ý thức), hoặc xui thân hành động chiếm hữu ngoại sắc để lạc thú tăng trưởng mạnh như: xì ke, rượu chè, cờ bạc, dâm dục,...(ngạ quý) hoặc bực tức ganh tỵ với thành công của người khác (atula),...(3) “Chỉ nghĩ đến mình”. Sau khi tập trung căn-trần-thức thấy rõ sự vật, ý chí bị đồng hóa với dục vọng bản năng, lập tức xui giục thân khẩu hành động chiếm hữu ngũ dục nhằm thỏa mãn nhu cầu bản thân (ngạ quý, súc sanh, atula). Hiện tại cố ý cải sửa nhân quả chuyển thành nghiệp ác, sẽ nhận lãnh quả ác.

Trong môi trường có luân lý: ý chí chế ngự được dục vọng, thường hành động tạo nghiệp thiện, đôi lúc đối cảnh tâm ác khởi lên liền dùng ý chí chế ngự chuyển ác thành thiện.(1) Sau sự cố xảy ra, giật mình tỉnh thức biết xấu hổ, ăn năn, hối lỗi, suy nghĩ tìm cách khắc phục làm giảm đi những thiệt hại do mình gây ra. (2) Sau khi tư tưởng phân biệt nguyên nhân vui-buồn để rồi ý chí chế ngự “không vui vui quá, không buồn buồn tênh”, vui cùng với niềm vui thành công của người khác hoặc chọn khổ làm niềm vui như xả thân cứu người trong hoàn cảnh nguy nan,...(3) Sau khi tập trung căn-trần-thức thấy rõ sự vật, tư tưởng suy nghĩ phân tích cách chiếm hữu ngũ dục phù hợp luân lý trước khi ý chí quyết định sai thân khẩu hành động mà không gây thiệt hại cho một ai, “nhường cơm xẻ áo” giúp người đồng cảnh ngộ, cơ hàn lỡ vận,...Hiện tại đôi khi đang nhận quả ác, nhưng luôn ý thức cải sửa nhân quả chuyển thành nghiệp thiện thì sẽ giảm nghiệp ác nhận được quả thiện.

Trời Dục giới: ngoài ý chí còn có học vị, kiến thức, kinh nghiệm,...tâm hướng thiện, luôn suy nghĩ chín chắn, phân tích, tổng hợp kỹ lưỡng trước khi ý chí quyết định hành động chiếm hữu ngũ dục cho phù hợp đạo lý, thuộc ý nghiệp. Sống “tri túc thiểu dục”, chọn luân lý làm thước đo trong cuộc sống, thuộc thân nghiệp-khẩu nghiệp. (1) Có ý thức trong hành động, thường ít xảy ra sự cố, nếu có thì nhanh chóng khắc phục tốt. (2) Dùng ý chí, kiến thức, kinh nghiệm,...thay đổi hoàn cảnh duy trì niềm vui thanh cao. (3) Chiếm hữu ngoại sắc đáp ứng nhu cầu thân căn sinh lý thanh cao hơn người, thường chọn món ăn tinh thần làm chính như dùng kiến thức, kinh nghiệm,...của mình cống hiến cho xã hội, cho nhân loại: Nhà bác học phát minh ra nhiều đề tài khoa học, sản xuất ra nhiều của cải vật chất giúp nhân loại tận hưởng sự an nhàn trong cuộc sống; Nhà giáo tận tâm đem hết kiến thức của mình hướng dẫn giảng dạy cho học sinh-sinh viên có một tri thức, đạo đức làm hành trang đi vào cuộc sống; Ngành

y được với lương tâm nghề nghiệp tận lực cứu chữa cho mọi người khỏi bệnh được thân thể khỏe mạnh; Nhà báo tâm trong sáng nhận định chuẩn xác đăng tải các thông tin giúp nhân dân nắm bắt kịp thời tình hình trong và ngoài nước, nêu gương “người tốt việc tốt” cho mọi người học tập góp phần củng cố cộng đồng xã hội đang xuống dốc về đạo đức,...; Nhà hảo tâm với tình thương tràn đầy sẵn sàng “bố thí, giúp đỡ” cho mọi người thoát khỏi cảnh đói nghèo; ...Như vậy quả đã tốt nay cải sửa chuyển thành quả tốt hơn, sẽ tiến hóa lên cao hơn.

Nhưng, trong thời đại ngày nay, vật chất ngút trời, ngũ dục lung lạc ý chí, tư tưởng có sự so sánh rồi đâm ra nhàm chán với “đức hạnh tri túc thiếu dục”. Trước đây, nhà bác học, nhà giáo, nhà báo, bác sĩ, kỹ sư, nhà hảo tâm,...luôn có hoài bão học tốt với tâm huyết cống hiến hết đời mình vì sự nghiệp nhằm mục đích “mình vì mọi người”. Còn nay thì một số chuyên tâm huyết thành mục đích “mọi người vì mình”, mục tiêu phải đạt là “danh lợi-tiền tài” cho rằng “có danh lợi, tiền tài muốn gì cũng được”. Từ đó, kiến thức-kinh nghiệm,...đã bị thương mại hóa, trở thành món hàng trao đổi mua-bán miễn sao đạt lợi nhuận cao!?! Bốn đường ác hành động ác đã đành vì tâm thức quá u tối, còn trời Dục giới sống đạo lý, có phước báo, thông minh nhưng ý chí bị ngũ dục cám dỗ dẫn đến hành động sai lầm mà tự để mình sa lầy vào tội ác. Như vậy, đã có quả tốt nay cải sửa chuyển thành quả xấu ác, sẽ rơi xuống bốn đường ác. Thật đáng tiếc!!!

Cõi Dục, bốn đường ác tâm tán loạn quá si mê không hề biết nhân quả và nghiệp là gì, luôn hành động theo bản năng tức thuận nhân quả khác thời. Người-trời Dục giới dùng ý chí, kinh nghiệm, kiến thức,...cải sửa nhân quả khác thời tạo nghiệp, do tạp niệm nên không làm chủ được tâm tức không làm chủ được nghiệp, nên có lúc thiện có lúc ác và cứ quanh lộn mãi.

**Cõi trời Sắc giới*: Qua thời gian tỉnh ngộ, tư tưởng nhàm chán, người-trời Dục giới quyết tâm bỏ ác hướng thiện, tu thiền định để làm chủ nghiệp, thăng hoa lên cõi Sắc.

Tìm nơi thanh tịnh, ý chí quyết định xui thân hành thiền, tập trung tư tưởng vào một đề mục ngoại pháp đã chọn, đây là ý nghiệp và thân nghiệp. Khi tập trung được liên tục đạt nhất niệm, chuyển nghiệp ác thành thiện, chuyển ngoại pháp thành nội pháp tức “ly dục sinh hỷ lạc”, *đắc Sơ thiền*. Khi nội pháp tiếp xúc thân tịnh sắc căn tạo sự rung động sinh cảm giác hỷ lạc, phát khởi dục vọng, đây là nhân quả khác thời. Tâm mong muốn chiếm hữu nội pháp để tận hưởng cảm giác, thuộc ý nghiệp; ý chí thúc giục thân nhập định, thuộc thân nghiệp. Khi đạt “định sanh hỷ lạc” *đắc Nhị thiền*. Tiếp tục định kỹ lâu đạt “ly hỷ diệu lạc” *đắc Tam thiền*.

Cõi Sắc, tu thiền định tâm nhất niệm, làm chủ được nghiệp, thấy được nhân quả khác thời cõi Dục. Dùng ý chí mạnh, kinh nghiệm, kiến thức dồi dào phối hợp với định cải sửa nhân quả khác thời của thọ chuyển thành nghiệp hoàn toàn thiện bởi nội pháp tự phát khởi từ nội tâm không tổn hại đến ai. Dùng định nhất niệm kéo dài thiện nghiệp.

**Cõi trời Vô sắc giới*: Qua thời gian, Tam thiên nhận biết cách chuyên nghiệp chưa thuần thiện, dùng định lực kỹ lâu sâu thăng hoa lên Tứ thiên sắc giới.

Tứ thiên, trong thiên định, thấy được nhân quả cõi Dục, cõi Sắc. Khi thân căn sinh lý tịnh sắc vi tế tiếp xúc pháp trần có cái biết phân biệt, khởi dục vọng muốn hiện hữu, hình thành nhân quả khác thời. Sau trải nghiệm, biết rằng “an trú trong hiện tại” sẽ không còn dính mắc vào thân và cảm giác, Tâm mong muốn chiếm hữu pháp trần, thuộc ý nghiệp; Ý chí thúc giục thân nhập định kỹ lâu sâu để tận hưởng “hiện tại lạc trú” thuộc thân nghiệp, cải sửa nhân quả khác thời của tướng thành thuần thiện nghiệp. Tiếp tục tập trung định lực hơn nữa thăng hoa lên *Tứ Không* chìm đắm vào “tịch tịnh trú”, dùng định lực “tiêu dung nhân quả khác thời của sắc, thọ”, thấy được: “nhân quả khác thời”, “nhân quả đồng thời”, đỉnh cao “dường như tự tại không dính mắc vào nhân quả và nghiệp”. Ở đây chỉ có thuần ý nghiệp thiện rất vi tế.

Cõi Vô Sắc nhất niệm cao sâu, với ý chí mạnh mẽ, kinh nghiệm, kiến thức,...tuyệt vời tập trung định lực chìm đắm trong “hiện tại lạc trú” và “tịch tịnh trú” 24/24 giờ, thấy duyên khởi của các pháp tức thấy nhân quả, sống tự tại “gió bát phong không động tới” nên nghĩ rằng mình đã hoàn toàn “bất lạc nhân quả và dứt nghiệp”.

Thật ra, nhân quả là dòng chuyển biến sátna không ngừng nghỉ của vũ trụ nói chung và của thế giới chuyển biến chu kỳ nói riêng, như vậy không thể “bất lạc nhân quả” mà là “bất muội nhân quả”. Và chỉ có tâm “vô niệm” mới “bất muội nhân quả và phi nghiệp”. Tâm vô niệm tức là nhận lại Chân Tâm, rồi lặng lẽ như thật biết tiến trình hình thành nhân quả và ý chí tư tưởng chuyển nhân quả thành nghiệp diễn biến như thế nào nhận như thế nấy của bản thân gọi là “hiện tiền lạc trú”, khi tùy thuận thị hiện đến thấu đáo “nhân quả và nghiệp” của toàn thể chúng sanh trong vũ trụ gọi là “hiện pháp lạc trú”.

**Tứ Thánh*:

-*Nhập lưu*: Khi tu tập được thức trong sáng, cơ duyên gặp Thiện tri thức khai ngộ buông xả mọi ý niệm, trở về Chân tâm rồi “lặng lẽ như dòng nước” nhìn thấy rõ ngay trong “sóng xác thân ngũ uẩn” tiến trình nhân quả của bốn đường ác hiện tiền diễn biến như thế nào nhận như thế nấy mà không cải sửa. Vì rõ biết nhân quả nên “bất muội nhân quả của bốn đường ác” và vĩnh viễn không có hành động ác. Còn người và trời Dục giới tưởng mình đắc Nhập lưu, nhưng thật ra hiện tại thoáng thấy đã vội vàng dùng ý chí, kinh nghiệm, kiến thức cải sửa nhân quả khác thời thành nghiệp theo luân lý, vì không rõ biết nên khi gặp trường hợp ngũ dục quá tải, rớt xuống bốn đường ác

-*Nhất vắng lai*: Tiếp tục trở về Chân tâm, lặng lẽ thấy rõ ngay trong xác thân ngũ uẩn tiến trình hình thành nhân quả và ý chí, kinh nghiệm cải sửa nhân quả chuyển thành nghiệp ác hoặc thiện của người-trời Dục giới hiện tiền diễn biến như thế nào nhận như thế nấy. Vì rõ biết nên “bất muội nhân quả về sắc và

phi nghiệp của người-trời Dục giới”. Còn cõi Sắc tưởng mình đắc Nhất vắng lai, nhưng thật ra hiện tại thấy rõ đã vội dùng ý chí, kinh nghiệm, định lực đè nén chạy trốn nhân quả và chuyển nghiệp của người-trời Dục giới thăng hoa lên tầng trời cao hơn. An trú trong thiền định, thời gian nhàm chán, xuất định, nếu không tiến hóa thì thoái hóa hoặc gặp hoàn cảnh quá tải, ngũ dục lôi cuốn rớt xuống cõi Dục.

-*Bát lai*: Tiếp tục trở về Chân tâm, lặng lẽ biết rõ ngay trong xác thân ngũ uẩn tiến trình hình thành nhân quả và ý chí, kinh nghiệm phối hợp định cải sửa nhân quả chuyển thành nghiệp từ thiện sang thiện hơn của cõi Sắc hiện tiền diễn biến như thế nào nhận như thế nấy. Vì rõ biết nên “bất muội nhân quả về thọ và phi nghiệp của cõi Sắc”. Còn Tứ thiền sắc giới tưởng mình đắc Bát lai, nhưng thật ra thấy rõ cõi Sắc cải sửa nhân quả thành nghiệp rồi tập trung ý chí mạnh, kinh nghiệm tuyệt vời phối hợp định lực sâu an trú trong “hiện tại”, nhưng thời gian nhàm chán rồi xuất định, nếu gặp hoàn cảnh quá tải có thể bị rớt xuống cõi Dục.

-*Alahán*: Đã trở về an trú Chân tâm, lặng lẽ như thật biết dòng chuyển biến nhân quả đồng thời duyên khởi nhân quả khác thời nên “bất muội nhân quả”. Nếu còn mang xác thân thì vẫn còn trả nghiệp cũ, nhưng các Ngài lặng lẽ như thật biết tiến trình ý chí, tư tưởng cải sửa nhân quả thành nghiệp diễn biến như thế nào nhận như thế nấy nên “nghiệp mà phi nghiệp”. Nếu các Ngài nhập “diệt thọ tưởng định”, trụ vào Chân không thì “phi nhân quả, phi nghiệp”. Còn Tứ Không tưởng mình đắc Alahán, nhưng thật ra, chú tâm chuyển nghiệp ngày càng thuần thiện, tư tưởng rất vi tế thấy rõ tiến trình duyên khởi Tứ thiền, lại an trú trong “tịch tịnh”. Nhưng rồi thời gian nhàm chán, xuất định, từ đỉnh cao tụt dốc xuống thấp, nếu chướng duyên có thể tụt đến tận cùng bốn đường ác.

Ba bậc Thánh đầu từng bước trở về Chân Tâm, lặng lẽ thấy rõ nên “bất muội nhân quả từng phần và dứt nghiệp từng loại chúng sanh”. Thánh Alahán tự độ đã xong, trở về an trú Chân Không nên “phi nhân quả và phi nghiệp” của chính mình.

**Ba bậc Tam Tôn*

-*Bích chi, Duyên giác*: Tâm bất động, các Ngài hòa mình vào cuộc sống để tìm hiểu hoàn cảnh của chúng sanh mà luôn “bất muội nhân quả, nghiệp mà phi nghiệp”.

-*Bồ tát Thánh*: Phát bồ đề tâm cứu độ chúng sanh. Tâm luôn bất động, từ “phi nhân quả, phi nghiệp” mà từng bước tùy thuận “nhân quả và nghiệp” ứng hóa thân một chúng sanh đến nhiều chúng sanh, thị hiện trong một cõi đến nhiều cõi, để dần dần biết rõ nhân quả đồng thời của vũ trụ.

-*Như lai*: Tâm như như bất động, lập tức ứng hóa “nhân quả và nghiệp” để độ chúng sanh trong toàn thể pháp giới. Và, Như lai thấu suốt “nhân quả và nghiệp” toàn thể chúng sanh trong vũ trụ.

Vậy, ba bậc Tam Tôn với tâm đại từ đại bi, tùy thuận “nhân quả và nghiệp”

ứng hóa nhiều thân chúng sanh, thị hiện trong nhiều cõi. Khi lập tức ứng hiện vô lượng thân trong vô biên cõi thành Như lai thì mới thật sự “bất muội nhân quả của vũ trụ”.

Tóm lại, nhân quả đồng thời là dòng chuyển biến tự nhiên của vũ trụ làm nền tảng duyên khởi nhân quả khác thời. Tùy nhận thức của mỗi chúng sanh trong 3 cõi mà cải sửa nhân quả khác thời thành nghiệp thiện hoặc ác. *Muốn chuyển nghiệp*, mỗi chúng sanh cần thay đổi nhận thức ngay trong hiện tại, bởi “những gì ở quá khứ được cải sửa ngay hiện tại, những gì ở tương lai đều nằm ngay hạt giống hiện tại”. Bốn đường ác tâm tán loạn, chưa có ý chí nên không biết cải sửa. Người-trời Dục giới tâm tạp niệm, cải sửa nhân quả thành nghiệp khi thiện khi ác; Trời Sắc giới tâm nhất niệm, cải sửa nhân quả thành nghiệp thiện; Trời Vô sắc giới tâm nhất niệm sâu, chuyển nghiệp thiện sang thuần thiện. Tuy nhiên, do chưa hiểu rõ nhân quả và nghiệp nên dè nén đối trị chạy trốn để tiến hóa, nếu quá tải vẫn trở lại hành động tạo nghiệp ác. Để “tự cứu lấy mình” thì phải dứt nghiệp. *Muốn dứt được nghiệp* thì phải thấu đáo nhân quả và nghiệp. Khi tâm vô niệm, nhận lại Chân tâm, lặng lẽ thấy rõ tiến trình ngũ uẩn diễn biến như thế nào nhận như thế nấy tức thấy rõ trong nghiệp có nhân quả hoặc ngay trong hiện tại có cái hiện tiền. Ba bậc Thánh đầu, trên đường trở về Chân Tâm, từng bước “bất muội nhân quả và phi nghiệp” từ Địa ngục đến Tam thiên. Thánh Alahán an trụ Chân Tâm, còn xác thân thì “bất muội nhân quả, nghiệp mà phi nghiệp”, bỏ xác thân thì “phi nhân quả, phi nghiệp”. Ba bậc Tam Tôn “phi nhân quả, phi nghiệp” nhưng với lòng bi mẫn tùy thuận vào “hiện pháp” mà thị hiện “nhân quả và nghiệp” dài dài để độ chúng sanh.

Và, chỉ có Như Lai mới rốt ráo thấu suốt “nhân quả và nghiệp” của vô lượng chúng sanh trong toàn thể pháp giới vũ trụ.

Thí dụ nhân quả và nghiệp trên nền tảng là “Tâm”:

Thí dụ 1: Có lúc chân bước mà tâm nghĩ ngợi mông lung, vô ý đạp nhầm con vật gì đó trượt chân, xuýt té đây là hành động nhân quả (nhân là $2 \times 2 = 4$ là quả). Sau khi tập trung nhìn kỹ thấy con rắn môi đã bị đạp chết. Nếu tâm ác sẽ rửa chưởi “tại mày mà tao xuýt té, mày chết đáng đời”, từ nhân quả chuyển thành nghiệp ác, linh hồn nó oán thù, lúc này $2 \times 2 = 50$. Nếu tâm thiện sẽ cảm thấy hối hận, xin lỗi rồi đem chôn xác nó, từ nhân quả chuyển thành nghiệp thiện, lúc này $2 \times 2 = 2$. Còn nếu hiểu đạo tụng chú Vãng sanh và nguyện cầu linh hồn nó được vãng sanh, nó rất cảm ơn, từ nhân quả chuyển thành nghiệp thiện, lúc này $2 \times 2 = 0$ mà có thêm phước báo.

Thí dụ 2: Hàng ngày có một ông lão ăn mày đi ăn xin qua các nhà có ông chủ rất giàu:

Ông 1: Miễn cưỡng bố thí vì sợ mất mặt trước quan khách đang dự tiệc, bố thí mà tiếc của.

Ông 2: Rất thương cảm, sẵn sàng bố thí không chỉ một lần mà thường xuyên

liên tục.

Ông 3: Lặng lẽ bố thí với tâm “không có người cho, không có vật cho, không có người nhận”.

Ông 4: Bố thí vật chất còn bố thí pháp. Giải thích rõ cho ông ăn mày biết do tiền kiếp đã gây nghiệp ác hiện tại nhận quả xấu, rồi hướng dẫn cách tu tập chuyển nghiệp và chấm dứt nghiệp.

Vậy, ông lão ăn mày, hiện tại nhận quả ác từ quá khứ, nhưng không biết chuyển nghiệp. Ông chủ (1)(2) đã tạo nhiều nghiệp thiện, đủ duyên hiện tại hưởng phước báo nên tận hưởng sự giàu sang. Nhưng ông (1) tâm keo kiệt, hiện tại chuyển thiện thành nhân ác; Ông (2) tâm thiện, hiện tại chuyển thiện càng thiện hơn. Ông (3) tâm “Tam luân không tịch”, đây là Thánh Alahán. Ông (4) tâm “đại từ đại bi”, đây là Bồ tát Thánh tùy thuận vào hiện tượng giới để cứu độ chúng sanh.

-----Sur Giác Khang đã duyệt ngày 10/3/2011 (âl)-----

QUÁN VÔ THƯỜNG – VÔ NGÃ ?

Quán Vô thường - Vô ngã là giáo lý căn bản của đạo Phật. Đức Phật Thích Ca là một Y Vương đại tài, Ngài đã bắt mạch và thấu suốt “Tâm bệnh” của từng chúng sanh. Chúng sanh sống trong vô thường mà không rõ biết vô thường nên chấp pháp, chấp ngã. Với tâm bi mẫn, Đức Phật cho bài thuốc quán về “Tam pháp ấn” để phá trừ ngã chấp và pháp chấp. Và tùy tâm bệnh của mỗi loài chúng sanh mà Ngài cho bài thuốc “Tam pháp ấn” có cách quán khác nhau: vô thường -vô ngã -khổ đau, vô thường -vô ngã -Niết Bàn tịch tịnh, vô thường-vô ngã -Niết Bàn tịch chiếu đi đến nhất như là Nhất thực tướng ấn.

Đứng ở góc độ *Vũ trụ quan*, Đức Phật đã thể nhập pháp giới làm một, nên pháp giới chính là “thân-tâm-cảnh” của Đức Phật. Vì vậy, Ngài liễu tri rành rõ lý duy Tâm sở hiện và sự thành lập Pháp giới. Pháp giới bao gồm Chân như tịnh và Chân như động:

Chân như tịnh: là Bản thể vũ trụ, là Chân không, là Chân tâm, là Chân như,...Chân như tịnh chuyển động cực kỳ thần tốc nên phi không gian- phi thời gian, bất biến- đứng lặng, bất sanh- bất diệt, không hình- không tướng, là hào quang uyên nguyên rực rỡ sáng soi cùng khắp vũ trụ, làm nền tảng cho Chân như động biến hiện.

Chân như động: là diệu dụng của Chân Tâm. Do “ba Tâm” từ Thần lực hải của chư Phật, Nguyên lực hải của chư Đại Bồ tát và Nghiệp lực hải của chư chúng sanh cùng “động niệm” mà biến hiện ra pháp giới. Nhưng Thần lực hải và Nguyên lực hải động niệm với Tâm quang minh bình đẳng đại từ bi cứu độ chúng sanh, còn Nghiệp lực hải động niệm với Tâm vô minh từ vô thủy. Vì “động niệm” làm cho Chân như tịnh chuyển biến chậm lại biến hiện ra hai dòng: *dòng chuyển biến năng lực hào quang* vô lượng vô biên dưới hình thái khí thể giới và *dòng chuyển biến tiến trình ngũ uẩn* hình thành thân căn trải dài qua 15 hạng chúng sanh cùng khắp vũ trụ. Thân căn và khí thể giới luôn luôn hồn nhiên dung thông, giao thoa, hòa quyện với nhau trùng trùng ánh hiện vô lượng vạn vật, chúng sanh và các pháp tạo thành biển pháp giới lung linh huyền diệu.

Hay nói cách khác: Nghiệp lực hải nương tựa vào Thần lực hải và Nguyên lực hải để đi ra và trở về Bản thể Chân tâm. Nghiệp lực hải do bất giác động niệm còn gọi là căn bản vô minh mà “Tự tâm trở lại chấp tự tâm, không phải huyền trở thành pháp huyền” tức từ vô thủy vọng tưởng khởi niệm tự chiếu soi, làm cho Chân tâm bắt đầu chuyển động chậm lại biến hiện ra alaya là hào quang rực rỡ sáng soi nhưng hơi mờ. Và, từ alaya biến hiện ra hai dòng chuyển biến:

- *Chuyển biến đứng lặng* là thời gian sinh diệt sátna. Ở đây chỉ có thời gian duy nhất nên gọi là vô thường tuyệt đối. Hằng chuyển biến, chuyển biến và chuyển biến xuống cấp từng sátna biến hiện thành dòng năng lực hào quang trùng trùng ánh hiện vô lượng pháp ở hình thái “khí thể giới”.

- *Chuyển biến xao động* là thời gian sinh diệt chu kỳ. Ở đây có không gian tương ứng với vô thường tương đối gọi là vô ngã. Hằng chuyển biến, chuyển biến và chuyển biến xao động từng chu kỳ biến hiện thành dòng ảnh tượng trùng trùng ánh hiện thân căn trải dài qua 15 hạng chúng sanh.

Như vậy, do “động niệm” từ Chân Tâm duyên khởi ra alaya. Từ alaya biến hiện ra pháp giới. Và toàn thể pháp giới thường nhiên chuyển biến không ngừng gọi là vô thường và chuyển biến theo tiến trình ngũ uẩn hình thành thân căn trải dài qua 15 hạng chúng sanh gọi là vô ngã. Vô thường và vô ngã đều biến hiện từ alaya nên là một. Nhưng vô thường là vô thường còn vô ngã là vô ngã, bởi vô thường thuộc thời gian, còn vô ngã thuộc không gian nên là hai.

Nhân sinh quan:

Qua giáo lý hiểu rằng: “Tam giới duy Tâm, Vạn pháp duy thức”. Do bất giác vô minh từ vô thủy khởi niệm “câu sanh pháp chấp”, làm cho Chân tâm chuyển biến duyên khởi ra alaya thức là hào quang rực rỡ sáng soi nhưng hơi mờ. Tiếp tục với cái đà vô minh tức vọng tưởng kiên cố khởi niệm: *nếu hồn nhiên “chấp pháp”* thì từ tướng phần alaya chuyển biến đứng lặng xuống cấp từng sátna thành dòng năng lực hào quang duyên khởi vô lượng pháp vũ trụ dưới hình thái khí thể giới có hình không tướng cùng khắp vũ trụ gọi là vô thường tuyệt đối; *nếu hữu tâm “chấp ngã”* thì từ kiến phần alaya chuyển biến xao động từng chu kỳ vọng hóa thành không gian mênh mông bao la, duyên khởi thân căn trải dài qua 15 hạng chúng sanh có hình có tướng cùng khắp vũ trụ gọi là vô ngã.

Mạtna thức, khi đứng lặng vốn dĩ là kiến phần alaya thức dưới hình thái năng lực. Nhưng khi động niệm “câu sanh ngã chấp”, từ năng lực alaya thức duyên khởi thành không gian làm nền tảng thành lập Tam giới. Từ đây, mạtna thức quỵện lấy không gian làm thân rồi lại “Dĩ tâm duyên tâm chân đới chất” tức là xao động tác ý quay lại chiếu soi vào alaya thức mà trực giác sai lầm chấp kiến phần alaya làm ngã tâm và ngã tướng, còn tướng phần alaya làm cảnh giới. Tất cả “thân-tâm-cảnh” của mạtna đều là không gian.

Nghiệp lực tiếp tục suy động, kiên cố vọng tưởng khởi niệm “phân biệt ngã chấp”, mạtna vọng hóa duyên khởi tư tưởng để dung thông dòng năng lực khí thể giới, chiêu cảm tứ đại kết tụ thành 3 thân căn sinh lý có hình có tướng từ vi tế vọng hóa dần đến thô tháo, ù lỳ, chướng ngại làm “ngã”. Từ đây, Tam giới được hình thành. Ba thân căn sinh lý là: tịnh sắc căn vi tế (trung khu thần kinh óc), tịnh sắc căn (hệ thống thần kinh 5 giác quan), phù trần căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và óc thô phù) dung thông tương ứng với dòng năng lực khí thể giới cải sửa thành cảnh giới vật lý làm đối tượng để phát hiện nhận thức là: cái biết thuộc “tướng”, cái thấy thuộc “thọ”, cái nhìn thuộc “sắc”. Giai đoạn này tự phân ra làm hai có: nhận thức (tâm lý) là vô thường và sắc trần (vật lý) với thân căn (sinh lý) là vô ngã.

Nói về phương diện vô thường thì thật sự chỉ có một là vô thường tuyệt đối

thuộc thời gian sátna, là dòng sinh-diệt tương tự tương tục “cái này sinh cái kia sinh, cái này diệt cái kia diệt”, luôn chuyển biến liên tục không ngừng làm trục quỹ đạo của vũ trụ, là nhận thức hiện tiền bởi “Tâm” thể nhập và trực giác thâm mật vô lượng vạn vật, chúng sanh và các pháp vũ trụ mà không cần điều kiện. Nhưng, vì xao động chấp ngã, nên từ thời gian chuyển biến sátna cải sửa thành thời gian chuyển biến chu kỳ gọi là vô thường tương đối để tương ứng với không gian vô ngã. Vô hình chung, vô thường tương đối cũng chính là vô ngã. Như vậy, trong vô thường tuyệt đối chưa có vô ngã, nhưng trong vô ngã đã ngầm chứa vô thường tuyệt đối. Vô ngã thuộc không gian, là thế giới nhân duyên, điều kiện “cái này có cái kia có, cái này không cái kia không, cái này sinh cái kia sinh, cái này diệt cái kia diệt”, khi đủ duyên đủ điều kiện hợp thành hình tướng “có sắc”, hết duyên hoặc thiếu điều kiện thì “không sắc”.

. Vô thường tương đối là nhận thức, thuộc thời gian chuyển biến chu kỳ theo quy luật “sanh- trụ- di- diệt”, là một dòng nhận thức chuyển biến nhanh theo tiến trình ngũ uẩn trải qua 3 đời: quá khứ- hiện tại- vị lai, do đó không thể chặn đứng, không thể nắm bắt, không tồn tại, không bền vững,... Và thế giới này đòi hỏi phải có đủ nhân duyên, đủ điều kiện tức là phải có căn thân sinh lý đối xúc trần cảnh vật lý mới phát hiện nhận thức tức tâm lý là: cái nhìn (bản năng), cái thấy (cảm giác), cái biết phân biệt (tư tưởng), ý chí quyết định hành động (matna), nơi tích lũy kinh nghiệm, kiến thức,...(alaya). Nếu không đủ duyên hoặc thiếu điều kiện thì nhận thức không thể phát hiện.

. Vô ngã: là đối tượng nhận thức, đó là các pháp thuộc sinh lý và vật lý, là một dòng chuyển biến chậm theo quy luật “thành- trụ- hoại- không”, thành lập không gian mười phương: Đông, Tây, Nam, Bắc, Đông nam, Đông Bắc, Tây Nam, Tây Bắc, phương Hạ, phương Thượng. Mỗi pháp đều do duyên khởi, duyên sinh, duyên hợp mới có hình tướng hiện bày rõ ràng. Nếu đủ duyên thì tứ đại hợp lại thành “danh sắc một pháp” là thân căn sinh lý hay trần cảnh vật lý, khi hết duyên hoặc thiếu điều kiện thì “danh sắc pháp đó tan rã”. Do đó mỗi pháp không có tự thể, không độc lập, không cố định, không có thật tướng,...

Vậy, vô thường - vô ngã cùng dòng chuyển biến chu kỳ lưu xuất từ alaya thức nên là một, nhưng đặc tính và hoạt dụng khác nhau nên là hai: vô thường thuộc tâm lý, vô ngã thuộc pháp trần vật lý- sinh lý. “*Tâm vô thường*” là dòng nhận thức chuyển biến không ngừng trải qua tiến trình ngũ uẩn tương ứng với 15 hạng chúng sanh, *Pháp vô ngã*” là một dòng duyên khởi, duyên sinh, duyên hợp hình thành thân căn vạn vật, chúng sanh và các pháp gom gọn thành 15 hạng chúng sanh. Đó là quy luật tự nhiên của vũ trụ, không có gì gọi là khổ đau. Nhưng vì tâm thức chúng sanh dừng lại dính mắc chấp ngã vào hạng nào thì có thân căn và cảnh giới tương ứng như thế mà phát sinh đau khổ.

Tâm thức dừng lại dính mắc vào loài người có thân căn là ½ phù trần và ½ tinh sắc và chọn ngoại sắc làm cảnh giới. Loài người sống có luân lý theo gia phong, lễ giáo của gia đình, theo phong tục, tập quán, luật, lệ,... của xã hội, quốc

gia đương thời. Nhờ có ý chí biết so đo phân biệt thiện- ác, vinh- nhục, lợi- hại, thịnh- suy, khen- chê; biết hổ thẹn, hối hận khi hành động sai quấy; biết cải sửa nhân quả,...Tuy nhiên, vì mới tiến hóa và chưa có kinh nghiệm nên việc cải sửa đạt được hay không còn phụ thuộc rất lớn vào hoàn cảnh sống, môi trường ngũ dục.

- Nếu hoàn cảnh gia đình hoặc bản thân gặp biến cố quá sức chịu đựng, làm tâm bản loạn sẽ “đập ngực rơi vào bất tỉnh”. Hoặc trong mọi oai nghi mà không nhận biết mình đang đi, đứng, nằm, ngồi,..., giống như “người máy” không hồn, thì hiện tại tâm người này rơi vào địa ngục hữu gián.

- Thường sống gần gũi, lẫn lộn trong cộng đồng những người đam mê dục vọng xác thân như: thích se sua, trang điểm, chưng diện, cờ bạc, rượu chè, ma túy,...trải qua một thời gian tiêm nhiễm trở thành “ghiền, chìm đắm”, ý chí bị dục vọng xác thân đồng hóa, phát sinh tính tham lam, liền chiếm hữu vợ vệt ngoại sắc, ngũ dục về cho mình để thỏa mãn dục vọng nhằm tăng cường cảm giác xác thân. Tâm thức người này đã hạ xuống hạ quý.

- Mưu sinh vì cuộc sống, phải làm việc trong môi trường lao động cật lực gian khổ, hết sức vất vả nặng nhọc, quần quật suốt từ ngày này qua ngày khác làm cho xác thân sinh lý uể oải, mệt mỏi,... Hoặc luôn bảo thủ ý mình,... nên khi có ai hỏi han hay đóng góp điều gì, không một phút nghĩ suy liền phản ứng nổi sân, cáu gắt ngay. Hành vi này thường xuyên xảy ra thành thói quen, từ đó ý chí bị lu mờ bởi phụ thuộc vào cảm giác xác thân, bây giờ tính sân giận, nóng nảy, quạu quọ,...trở thành bản chất. Tâm thức người này đã hạ xuống súc sanh.

- Nếu sống hay làm việc trong môi trường thường xuyên cạnh tranh, giành giật, hơn thua,...săn sàng đối đầu xâu xé lẫn nhau bằng thân-khẩu để giành phần thắng, nhằm thỏa mãn cảm giác xác thân. Hoặc săn sàng đấu khẩu, dùng võ lực chống lại những ai đóng góp hay can ngăn cái “thân Ta” đang hành động,...Và cách hành xử như thế mãi trở thành thói quen, ý chí bị cảm giác xác thân đồng hóa. Và tính tật đố, ganh tỵ, thích chiến đấu,... trở thành bản chất. Tâm thức người này đã hạ xuống atula.

- Qua thời gian chán ngán cảnh đời đen tối, tìm hoàn cảnh, môi trường tốt để sống. Trong môi trường tốt, ai ai cũng cư xử có nhân- lễ- nghĩa- trí- tín, tương thân tương ái với nhau, thương yêu nhắc nhở chỉ dạy cho nhau sửa chữa những sai lầm để cùng tiến hóa, biết lựa chọn hoàn cảnh tốt để sống và làm việc, luôn hướng thiện. Dùng ý chí kết hợp kinh nghiệm chế ngự mọi cảm dố đê tiện, hèn hạ, xấu ác; dùng kiến thức của mình giúp đỡ mọi người trong nhiều lĩnh vực, nhiều phương diện,...; chọn sự an vui tránh ưu phiền, vì vậy luôn suy nghĩ cân nhắc kỹ lưỡng trước khi hành động hầu mang lại sự an lạc trong cuộc sống. Tâm thức người này thăng hoa lên trời Dục giới.

Xã hội hiện nay, theo đà tiến hóa, khoa học tiến bộ, vật chất dư thừa, con người dùng kinh nghiệm, kiến thức ứng dụng vào cuộc sống ngày càng tinh vi, cho nên thiện thì rất thiện nhưng bên cạnh đó tiềm ẩn ác thì rất ác,...Vì vậy khó

chọn lựa được hoàn cảnh, môi trường tốt, tâm thức luôn ray rứt, dẫn vật giữa thiện và ác, do đó khổ đau khôn nguôi.

Cơ duyên gặp Chân Sư, được nghe giảng dạy giáo lý Phật pháp, trong đó có “Tam pháp ấn”:

1/ Quán Vô thường - Vô ngã - khổ đau: Đây là cách quán của chúng sanh trong Tam giới. Tam giới là thế giới chuyển biến chu kỳ, thế giới chấp ngã, thế giới có điều kiện, thế giới có: vô thường tương đối là nhận thức thuộc tâm lý (thọ, tưởng, hành, thức) như thế nào thì sẽ tương ứng với vô ngã là đối tượng nhận thức thuộc sinh lý, vật lý (thân, cảnh) như thế đó.

a/ Cõi Dục giới chọn phù trần căn sinh lý làm thân tiếp xúc với ngoại sắc vật lý làm đối tượng để phát hiện nhận thức là cái nhìn. Và *thân phù trần sinh lý - ngoại sắc vật lý - cái nhìn tâm lý gom nhóm thành sắc uẩn.*

- *Tâm thức quá si mê, tán loạn rớt xuống 4 đường ác* không còn biết vô thường, vô ngã là gì. Ý chí bị dục vọng xác thân đồng hóa, chấp cảm giác xác thân phù trần là thường, là “Ta”; còn ngũ dục, sự vật là ngã, là “của Ta”. Và cho cảm giác, xác thân, sự vật có mà thật. Khi thân căn sinh lý có nhu cầu, dục vọng khởi lên, chỉ biết hành động, chiếm hữu ngoại sắc, ngũ dục theo bản năng nhằm tăng cường cảm giác sung sướng, khoái lạc của xác thân mà thôi, nhưng chẳng ngờ hành động đó chỉ đem lại khổ đau.

- *Người, trời Dục giới chưa biết đạo*, theo quan niệm đời thường vẫn hiểu: tất cả các pháp sẽ tàn hoại theo thời gian và mỗi pháp đều do nhiều duyên hợp lại mà thành nên có mà không thật, nhưng lại chấp có “chủ thể nhận thức và đối tượng nhận thức” là hai thực thể tách rời nhau. Từ đó, ngay trong cuộc sống, nghĩ rằng nguyên nhân chính làm cho “tôi” vui, buồn, khổ là “tại đối tượng, tại hoàn cảnh, tại ngũ dục,...”: tại xác thân này già, bệnh, chết làm cho khổ; tại sắc đẹp làm tôi đắm mê; tại tiền tài,... làm tôi phát sinh lòng tham; tại danh lợi,... làm tôi nảy sinh tính ganh tỵ; tại thức ăn, vật uống,... gay cho tôi sự thèm thuồng; tại âm thanh hát chầu, tiếng la lối, lời nói góp ý,... làm tôi nổi sân; tại cái va chạm, ánh mắt nhìn,... làm cho tôi đánh, giết người; tại hoàn cảnh nghèo, mồ côi,... làm cho tôi khổ;... Thế rồi chạy trốn, đè nén cái khổ bằng cách đi tìm đối tượng mới, thay đổi hoàn cảnh khác,... Có người thì thay đổi nghề nghiệp; người thì miệt mài vào trang sách vở, nghiên cứu đề tài khoa học,...; người thì đi du lịch, chơi thể thao,...; người thì đi ủy lạo, làm từ thiện,... cảm thấy an vui, hạnh phúc. Nhưng vẫn không tránh khỏi khổ đau !

Theo đạo Phật, sở dĩ có khổ đau là do nhận thức sai lầm, *nguyên nhân chính là do tư tưởng* trải qua tiến trình ngũ uẩn ngay trong thân căn sinh lý của mỗi con người. Tiến trình diễn biến như sau:

Căn phù trần sinh lý hồn nhiên tiếp nhận ngoại sắc vật lý phát hiện ra nhận thức là cái nhìn trực giác tức hiện lượng tánh cảnh, đó là vô thường tuyệt đối. Khi động niệm chấp ngã, mạtna cải sửa vô thường tuyệt đối thành vô thường

tương đối. Bây giờ tách ra làm hai: có cái nhìn sai lầm phổ vào thân căn sinh lý làm chủ thể nhận thức là vô thường và ngoại sắc vật lý làm đối tượng nhận thức là vô ngã. Và mật na tác ý liên tục để căn- trần- thức đủ điều kiện tiếp xúc đắm nhiễm nhau phát sinh niềm vui, nỗi buồn hoặc không vui không buồn, nhưng cảm giác không giải thích được tại sao!...phải chuyển cho tư tưởng phân tích; Tư tưởng nhờ mật na cung cấp chất liệu về sắc trần đã có từ trong alaya để nhớ lại mà phân biệt tại sao vui hay buồn. Và từ đây, tư tưởng bắt đầu chia chẻ, phân tích rồi bày vẽ lên kế hoạch,...tham mưu cho mật na quyết định hành động chiếm hữu ngoại sắc, ngũ dục theo chiều hướng chấp ngã, sau đó huân tập vào alaya làm kinh nghiệm về sắc cho tương lai.

Người biết đạo, qua tiến trình ngũ uẩn *hiểu được nguyên nhân đưa tới sự đau khổ là do chính tư tưởng mình theo dết* làm cho vấn đề càng thêm phức tạp. Thật sự thì thân căn phù trần sinh lý và ngoại sắc vật lý là do tứ đại (đất, nước, lửa, gió) duyên hợp mà thành là vô ngã; cảm giác, tư tưởng là một dòng nhận thức chuyển biến về sắc là vô thường và trải qua tiến trình ngũ uẩn (căn- trần- thức- xúc- thọ- ái) là vô ngã. Do đó thân căn, sắc trần, cảm giác, tư tưởng không có gì gọi là “Ta, của Ta”. Từ đó không còn oán hận người khác, không còn trách móc đối tượng, không còn đối thừa hoàn cảnh,...Tuy hiểu được các pháp do duyên hợp nên có mà không thật, nhưng cách quán này chỉ tạm thời xoa dịu khổ đau, bởi: *một là* vẫn chấp có ngoại sắc, có thân căn, có cảm giác, có tư tưởng qua tiến trình ngũ uẩn; *hai là* quán bằng tư tưởng là tâm phan duyên trần cảnh để phân biệt; *ba là* “tâm viên, ý mã” tức là tâm tạp niệm, hàng phút giây tâm luôn bị ngoại sắc chi phối rồi cuốn hút tư tưởng phân biệt, đặt vấn đề, giải quyết vấn đề, đây là mấu chốt của khổ đau.

Qua thời gian, người - trời Dục giới mong cầu có cuộc sống an vui hơn. Có công tìm thầy, chọn pháp môn tu thiền định. Quyết tâm lánh cảnh xa hoa đô thị, tìm nơi thanh vắng, u nhàn tu thiền định.

b/ Cõi trời Sắc giới: Có Thầy chỉ dạy tu thiền định, có phương pháp đi vào định nhất niệm bằng cách: chuyển ngoại sắc thành pháp trần nội sắc vật lý làm đối tượng tiếp xúc thân căn tịnh sắc sinh lý để phát hiện nhận thức là cái thấy còn gọi là cảm thọ. Và *thân tịnh sắc sinh lý - nội pháp vật lý - cái thấy tâm lý gom nhóm thành thọ uẩn.*

- *Người chưa biết Đạo Phật*, sau thời khóa tu tập, xả thiền, trải nghiệm biết có 3 tầng thiền phát sinh hỷ lạc: Sơ thiền, Nhị thiền và Tam thiền. Qua thiền định tích lũy nhiều kinh nghiệm dồi dào biết rằng cảm thọ có được là do duyên sinh: do duyên tịnh sắc căn, do duyên nội sắc phát sinh cảm giác hỷ lạc. Sơ thiền và Nhị thiền nương vào tịnh sắc căn của mỗi giác quan mà có định, Tam thiền diêu lạc tràn khắp hệ thống tịnh sắc căn của 5 giác quan. An trú trong niềm hỷ lạc thanh cao, dường như làm chủ được cảm giác, *cho cảm giác thật hữu ích vô cùng*, vì khi đối cảnh chỉ cần nhập định là thay đổi hoàn cảnh khổ thành vui: Sơ thiền, Nhị thiền khi đối cảnh bị ngoại sắc của các căn khác chi phối tức khắc

nhập định an trú trong hỷ-lạc, Tam thiên nhờ diệu lạc tạm thời đè nén được phóng dật, do đó dường như không bị ngoại sắc lung lạc. Tâm thức thăng hoa lên trời Sắc giới.

Người hiểu đạo biết cảm thọ có là do trải qua tiến trình ngũ uẩn: thân căn tịnh sắc sinh lý hồn nhiên tiếp nhận nội sắc vật lý phát hiện ra cảm giác là cái thấy trực giác tức hiện lượng tánh cảnh, đó là vô thường tuyệt đối. Khi động niệm chấp ngã, mạtna cải sửa vô thường tuyệt đối thành vô thường tương đối. Và tự tách ra: có cái thấy chấp ngã phổ vào tịnh sắc căn làm nhận thức là vô thường và nội sắc làm đối tượng là vô ngã. Và mạtna tác ý để tịnh sắc căn rung động liên tục thọ nhận nội sắc phát sinh cảm giác hỷ lạc, nhưng cảm giác không trả lời truyền cho tư tưởng phân biệt; Tư tưởng nhờ mạtna cung cấp chất liệu về cảm thọ đã có từ trong alaya để phân biệt. Và từ đây, tư tưởng bắt đầu chia chẻ, phân tích “hỷ- lạc” này là của Sơ thiên do ly ngũ dục, có tâm có tứ; Đây là Nhị thiên do định sanh bởi nội sắc được huân tập tràn đầy trong alaya rồi liên tục tổng ra cho tịnh sắc căn tiếp xúc phát sinh cảm giác “hỷ- lạc” không tâm không tứ nội tĩnh nhất tâm; Cái này là Tam thiên do ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác phát sinh “diệu lạc”,...cuối cùng tư tưởng hoạch định thời khóa,... đưa cho mạtna quyết định xúi thân ngòi thiên để bản ngã thọ nhận cảm giác hỷ- lạc, sau đó huân tập vào alaya làm kinh nghiệm về cảm thọ cho tương lai.

Như vậy, *do tư tưởng mình vẽ vời rồi chìm đắm vào trong cảm giác hỷ- lạc mới khổ đau*. Thật ra tịnh sắc căn và nội pháp là do duyên hợp từ tứ đại là vô ngã; cảm giác, tư tưởng là một dòng nhận thức chuyển biến về thọ là vô thường và trải qua tiến trình ngũ uẩn (căn- trần- thức- xúc- thọ- ái) là vô ngã. Do đó thân căn, nội sắc, cảm giác, tư tưởng không có gì gọi là “Ta, của Ta”. Như vậy, tu thiên định để thức được trong sáng làm phương tiện qua Bát nhã. Cách quán này ở thế đè nén, đối trị, chạy trốn đau khổ, hiểu được ngoại- nội sắc do duyên hợp, cảm thọ là do duyên sinh nên có mà không thật. Tuy tâm đạt nhất niệm, làm chủ được cảm giác, nhưng vẫn không chấm dứt được đau khổ bởi: *một là* vẫn chấp có nội sắc, tịnh sắc căn, cảm giác, tư tưởng qua tiến trình ngũ uẩn; *hai là* tâm luôn phan duyên với một nội sắc; *ba là* tư tưởng trụ một chỗ lâu đâm ra nhàm chán, đây là nguồn gốc khổ đau.

Tam thiên mong cầu cảnh giới siêu tuyệt hơn. Rút sâu vào núi non hoang vắng, biển rộng mênh mong, tâm tập trung cao độ vào thiên định.

c/ Cõi trời Vô sắc giới: Dưới sự hướng dẫn của Thầy, Tứ thiên buông bỏ ngoại sắc, nội sắc, xác thân, cảm giác, chọn thân tịnh sắc căn vi tế sinh lý duyên với pháp trần vật lý phát hiện nhận thức là cái biết. Và *thân tịnh sắc vi tế sinh lý - pháp trần vật lý - cái biết tâm lý gom nhóm thành tướng uẩn*.

Người chưa biết Đạo Phật:

- Tứ thiên, sau khi xuất định, trải nghiệm, biết tư tưởng chỉ đóng vai trò là “cái biết quan sát”, chỉ làm việc với mạtna và alaya. Qua thiên định, biết các pháp đều do duyên khởi: tư tưởng nương óc nhớ nghĩ về một pháp trần (là ảnh

tượng của sắc trần đã từng thấy qua còn gọi là lạc tạ ảnh tử) rồi chuyên chú tập trung định lực mạnh kỹ lâu chiêu cảm tứ đại hội tụ lại thành pháp trần có hình tướng sự vật hiện bày rõ ràng, đây là “định quả sắc”. Có kinh nghiệm siêu xuất, thần thông biến hóa khôn lường, trong khoảnh khắc quyền biến ra hình tướng sự vật hoặc tiêu dung hình tướng không còn vết tích. Dường như làm chủ được tư tưởng, đè nén tạm chấm dứt 5 triền cái, ở trạng thái bất lạc bất khổ thọ và tùy niệm nhớ nghĩ nào thì chỉ an trú trong niệm nhớ nghĩ đó, vì thế không còn bị ngoại sắc, nội sắc, xác thân và cảm giác chi phối gọi là *hiện tại lạc trú*. Do xả lạc xả khổ, diệt hỷ ưu, xả niệm thanh tịnh đắc Tứ thiền.

- Tứ không nhằm chán Tứ thiền, tập trung định lực mạnh kỹ lâu sâu tiêu dung thân căn tịnh sắc vi tế, bất niệm nhớ nghĩ, sống thuần tư tưởng. Tập trung định lực mạnh kỹ lâu sâu thấy cảnh giới không gian của mạtna, nhưng tư tưởng vốn xao động nên cảnh giới mất, tư tưởng tự tạo dựng lại cảnh giới không gian thành *Hư không vô biên* để phan duyên, để an trú gọi là *tịch tịnh trú*. Nhằm chán Hư không vô biên, tập trung định lực mạnh kỹ lâu sâu thăng hoa thấy được cảnh giới của alaya, lại xao động cảnh thật mất, tự tạo dựng thành *Thức vô biên*. Và cứ thế, an trú một thời gian lại nhằm chán, dùng định lực thăng hoa thấy được Bản thể Chân tâm, tự tạo dựng thành *Vô sở hữu*. Rồi lại nhằm chán, rồi lại thăng hoa đến đỉnh cao thấy được Pháp giới vũ trụ, rồi lại tự tạo dựng thành *Phi tướng phi phi tướng*. Và cho đây là đắc Tứ không. Trong giáo lý, Đức Phật khuyên chúng sanh tu thiền định không nên đi vào Tứ không bởi dễ rơi vào “mê hồn trận khó thoát ra”.

Người biết đạo hiểu tư tưởng có là do trải qua tiến trình ngũ uẩn: thân căn tịnh sắc sinh lý vi tế hồn nhiên tiếp nhận pháp trần vật lý phát hiện ra cái biết trực giác tức hiện lượng tánh cảnh, đó là vô thường tuyệt đối. Khi động niệm chấp ngã, mạtna cải sửa vô thường tuyệt đối thành vô thường tương đối. Rồi mạtna phủ cái biết phân biệt là tư tưởng vào tịnh sắc căn vi tế làm chủ thể nhận thức là vô thường và pháp trần làm đối tượng là vô ngã. Và mạtna tác ý liên tục, thúc giục tư tưởng động niệm phân biệt pháp trần. Từ đó, tư tưởng dùng định lực mạnh kỹ lâu để thân căn tịnh sắc vi tế sinh lý dung thông dòng năng lực khí thể giới, kiên cố chiêu cảm tứ đại hội tụ duyên khởi thành pháp trần là sự vật có hình tướng rõ ràng rồi đặt cho một tên gọi, bây giờ pháp trần có “danh- sắc” để phân biệt giữa pháp trần này và pháp trần khác. Và cứ thế, tư tưởng tự tại kết thúc hết niệm này sang niệm khác, cải sửa dòng năng lực khí thể giới biến hóa thành pháp trần hết hình thái này qua hình thái khác để phan duyên. Nhằm thỏa mãn bản ngã, tư tưởng yêu cầu mạtna điều khiển thân căn thực hiện thiền định triệt để. Sau mỗi lần xuất định, huân tập kinh nghiệm về tướng vào alaya với mục đích thần thông biến hóa ngày càng tuyệt diệu.

Vậy, nguyên nhân là do tư tưởng mình phân biệt ngã chấp mới tự tạo dựng danh sắc các sự vật, cảnh giới mộng lung rồi chìm đắm mà khổ đau. Thật sự các pháp có là do dòng năng lực khí thể giới của alaya duyên khởi tứ đại hội tụ hợp

thành dòng tổng tướng ảnh tượng nối kết lại có hình tướng sự vật là vô ngã; tư tưởng là một dòng nhận thức chuyển biến về tướng là vô thường và trải qua tiến trình ngũ uẩn (căn- trần- thức- xúc- thọ- ái) là vô ngã. Do đó thân căn, pháp trần, tư tưởng không có gì gọi là “Ta, của Ta” . Như vậy, tu thiền định càng cao để càng thông minh sáng suốt, làm phương tiện nhận lại Phật tánh dễ dàng chứ không chìm đắm trong hiện tại lạc trú, tịch tịnh trú. Trời Vô sắc giới, cho dù làm chủ được tư tưởng, cho dù tự tại thăng thiên độn thổ, thần thông biến hóa khôn lường, cho dù có dung thông các cảnh giới vũ trụ, nhưng vẫn không chấm dứt được đau khổ bởi: *một là* vẫn chấp có nội sắc, ngoại sắc, xác thân, cảm thọ để đè nén đối trị; *có pháp trần, tịch sắc căn vi tế, tư tưởng qua tiến trình ngũ uẩn; hai là* tư tưởng luôn phan duyên với pháp trần; *ba là* dù an trú trong đỉnh cao tuyệt vời Phi tướng phi phi tướng, qua thời gian tư tưởng cũng nhằm chán rồi xuất định và tụt xuống, đó chính là hình thức của khổ đau.

2/ Quán Vô thường - Vô ngã - Niết bàn tịch tịnh:

Quán Vô thường- Vô ngã muốn đạt Niết bàn tịch tịnh, tâm thức phải từ người trở lên và nhất là phải có Thiện tri thức hoặc Thánh nhân khai ngộ, nhận lại Phật tánh tức là lặng lẽ rời chiếu kiến: nhìn, thấy, biết rõ tiến trình ngũ uẩn diễn biến về sắc, thọ, tưởng, hành, thức ngay trong xác thân sinh lý của chính mình như thế nào nhận như thế này; nhìn, thấy, biết rõ “nhân vô ngã” tức là tất cả vật lý- sinh lý- tâm lý chỉ là dòng chuyển biến không ngừng, như vậy không gian đã hóa giải vào thời gian thì Niết bàn hiện bày.

**Thánh Nhập lưu:* giác ngộ, nhận lại 1/4 Phật tánh. Lặng lẽ chiếu kiến nhìn biết rõ tiến trình ngũ uẩn diễn biến về sắc của 4 đường ác:

1. Nhìn hoạt động của thân sinh lý chuyển biến như thế nào nhận như thế đó, không can dự vào.
2. Thân sinh lý phát sinh nhu cầu bồi dưỡng diễn biến như thế nào nhận như thế này.
3. 6 căn phù trần mở rộng tiếp nhận 6 trần phát khởi cái: nhìn, lắng, ngửi, nếm, xúc chạm, phân biệt lờ mờ mà không phê phán.
4. Khi dục vọng thúc giục, cảm giác xác thân khởi lên dễ chịu khó chịu, không chạy theo mà cứ nhận thế thôi.

Như vậy, cái lặng lẽ chiếu kiến nhìn biết rõ của Thánh Nhập lưu là cái nhận thức hiện tiền, là vô thường tuyệt đối; còn tiến trình ngũ uẩn qua 1,2,3,4 là thân sinh lý- trần vật lý- cảm giác tâm lý đều là một dòng chuyển biến, không có tác nhân là vô ngã. Vì lặng lẽ chiếu kiến biết rõ tiến trình ngũ uẩn diễn biến về sắc uẩn, dù sống trong 4 đường ác nhưng Thánh Nhập lưu không bao giờ tiêm nhiễm, do đó quán vô thường- vô ngã đạt Niết bàn tịch tịnh về sắc uẩn của 4 đường ác.

**Thánh Nhất vắng lai:* nhận lại 2/4 Phật tánh. Lặng lẽ chiếu kiến thấy biết rõ tiến trình ngũ uẩn về sắc của người và trời Dục giới: phù trần căn tiếp xúc

ngoại sắc phát khởi cái nhìn biết lẽ mờ, mạtna sửa đổi cái nhìn bằng cách tập trung vào một sự vật phát sinh cảm giác vui hay buồn hoặc không vui không buồn, tư tưởng tiếp nhận cảm giác rồi phối hợp với ký ức, kinh nghiệm,... để phân biệt nguyên nhân phát sinh cảm giác diễn biến như thế nào nhận như thế này.

Vậy, cái Lặng lẽ chiếu kiến thấy biết rõ của Thánh Nhất vắng lai là nhận thức hiện tiền, là vô thường tuyệt đối; còn thân phù trần, ngoại sắc, cảm giác, tư tưởng là một dòng chuyển biến liên tục theo tiến trình ngũ uẩn là vô ngã. Thánh Nhất vắng lai lặng lẽ biết rõ tiến trình ngũ uẩn diễn biến về sắc uẩn của người-trời Dục giới, dù sống trong cõi Dục giới nhưng không bao giờ dính mắc vào hoàn cảnh, môi trường, ngũ dục,... Vì vậy, quán vô thường- vô ngã đạt Niết bàn tịch tịnh về sắc uẩn của cõi Dục giới.

**Thánh Bất lai*: nhận lại 3/4 Phật tánh. Lặng lẽ chiếu kiến biết rõ tiến trình ngũ uẩn diễn biến về thọ của trời Sắc giới: thân tịnh sắc căn liên tục chuyển động thọ nhận nội sắc phát sinh cảm giác hỷ-lạc, tư tưởng tập trung phối hợp với kinh nghiệm, kiến thức kéo dài cảm giác hỷ-lạc như thế nào nhận như thế này.

Vậy, cái Lặng lẽ chiếu kiến biết rõ của Thánh Bất lai là nhận thức hiện tiền, là vô thường tuyệt đối; còn thân tịnh sắc, nội sắc, cảm thọ, tư tưởng là một dòng chuyển biến liên tục theo tiến trình ngũ uẩn là vô ngã. Vì lặng lẽ biết rõ tiến trình ngũ uẩn diễn biến về thọ uẩn của cõi Sắc giới, nên dù sống trong cõi Dục giới, cõi Sắc giới nhưng Thánh Bất lai không bao giờ chìm đắm. Vì vậy, quán vô thường-vô ngã đạt Niết bàn tịch tịnh về sắc uẩn, thọ uẩn của cõi Dục giới và cõi trời Sắc giới.

**Thánh Alahán*: nhận lại trọn vẹn 4/4 Phật tánh. Lặng lẽ chiếu kiến như thật biết tiến trình ngũ uẩn diễn biến về tướng của trời Vô sắc giới: *Tứ thiên* nương tịnh sắc căn vi tế khởi niệm nhớ nghĩ về một pháp trần, tư tưởng dùng định lực dung thông dòng năng lực khí thể giới kiên cố chiêu cảm tứ đại hội tụ duyên khởi ra danh-sắc có hình tướng một pháp trần rõ ràng. *Tứ không* tập trung định lực mạnh kỹ lâu sâu dung thông cảnh giới mạtna, cảnh giới alaya, bản thể Chân tâm, pháp giới vũ trụ.

Đến đây không gian đã hoàn toàn hóa giải vào thời gian, đứng lặng nhập vào đứng lặng trở về Bản thể Chân tâm. Trụ ở Bản thể Chân tâm nhìn, thấy, biết rõ các pháp đều do duyên khởi bởi chi mạt vô minh kiên cố vọng tưởng khởi niệm “phân biệt pháp chấp và câu sanh ngã chấp”. Vọng tưởng kiên cố khởi niệm “phân biệt pháp chấp” duyên khởi dòng năng lực chuyển biến sátna hội tụ thành các pháp khí thể giới và Vọng tưởng kiên cố khởi niệm “câu sanh ngã chấp” duyên khởi dòng tổng tướng ảnh tượng chuyển biến chu kỳ hình thành thân căn. Hai dòng chuyển biến luôn dung thông tương ưng theo từng cấp, biến hiện thành vô lượng vạn vật, chúng sanh đan xen, hòa quyện với nhau thành lập Tam giới. Đến đây quán vô thường- vô ngã thật sự là “nhân vô ngã”, đạt hoàn toàn Niết bàn tịch tịnh.

Vậy, Lặng lẽ chiếu kiến như thật biết của Thánh Alahán là nhận thức hiện tiền, là vô thường tuyệt đối; toàn thân ngũ uẩn: thân căn, thọ cảm, tư tưởng, ý chí, kiến thức- kinh nghiệm-,...là một dòng chuyển biến liên tục theo tiến trình ngũ uẩn là vô ngã. cho nên dù sống trong Tam giới, nhưng Thánh Alahán luôn lặng lẽ trực nhận trở về Chân không, an trú trong Niết bàn tịch tịnh.

3/ Quán Vô thường - Vô ngã - Niết bàn tịch chiếu:

Khi Thánh Alahán tự độ đã xong, rõ biết “nhân vô ngã”, nay đi tiếp con đường độ tha tức phát Bồ đề tâm ứng hóa thân, thể nhập vào pháp giới cứu độ chúng sanh từ đó mới thấu rõ “pháp vô ngã”.

- *Bích chi, Duyên giác*: ngay cảnh giới loài người, các Ngài vận dụng thực chứng của mình để tìm hiểu tha nhân.

- *Bồ tát Thánh* độ chúng sanh, từ Chân tâm tùy thuận dòng chuyển biến sátna (vô thường tuyệt đối) đi vào vô biên cõi nhưng tâm luôn bất biến, tùy thuận dòng chuyển biến chu kỳ (vô ngã) huyễn hiện vô lượng hình tướng vạn vật, chúng sanh và các pháp nhưng hoàn toàn đứng lặng. Từng bước thấu rõ tính chất vô thường- vô ngã cũng là từng bước liễu tri “pháp vô ngã” của vũ trụ.

- *Như lai*: tự tại lực lập tức biến hiện vô lượng vạn vật, chúng sanh và các pháp, đi vào vô biên cõi. Tức là Như lai thể nhập toàn bộ pháp giới làm một, nhưng hoàn toàn tịch tịnh. Động tức tịnh và tịnh tức động. Vô thường tức vô ngã, vô ngã tức vô thường hay nói cách khác Chân thường tức Chân ngã tức Niết bàn tịch chiếu Đến đây mới thật sự “Chân thường - Chân ngã - Niết bàn tịch chiếu là một” đây là “Nhất thực tướng ấn”. Như lai chính là pháp giới nên liễu tri rành rõ “nhân vô ngã, pháp vô ngã” của vũ trụ.

Tóm lại:

Chân như tịnh là Bản thể vũ trụ chuyển động cực kỳ thần tốc làm nền tảng cho Chân như động diệu dụng biến hiện thành Pháp giới. Pháp giới là một trường biến hiện bởi ba lực bất tư nghì: Thần lực hải - Nguyên lực hải - Nghiệp lực hải. Chúng sanh do Nghiệp lực lôi cuốn từ Bản thể vũ trụ đi ra hiện tượng giới rồi nương Thần lực và Nguyên lực trở về Bản thể vũ trụ. Như vậy vũ trụ là vòng tròn khép kín từ Bản thể ra hiện tượng giới cuối cùng trở về Bản thể. Với tâm đại từ bi, Đức Phật Thích Ca thị hiện vào cõi Ta bà cứu độ chúng sanh, Ngài chỉ dạy pháp quán “Tam pháp ấn”, hướng dẫn từng bước từ thấp tới cao cho đến khi trở thành Nhất thực tướng ấn thành tựu Như lai.

*** Quán vô thường - vô ngã - khổ đau:**

Đức Phật chỉ dạy cho người và trời Dục giới hiểu được duyên hợp của sắc uẩn, trời Sắc giới hiểu được duyên sinh của thọ uẩn, trời Vô sắc giới hiểu được duyên khởi của tưởng uẩn và các pháp. Qua đó người và trời hiểu hình tướng các pháp đều do duyên hợp, duyên sinh, duyên khởi mà có là “vô ngã” và đều chịu tác động bởi quy luật sanh-trụ-dị- diệt là “vô thường”, song song đó hiểu tư tưởng là một dòng nhận thức chuyển biến liên tục là vô thường, tư tưởng được

hình thành trải qua tiến trình ngũ uẩn “sắc- thọ- tưởng- hành- thức” hay nói cách khác là trải qua tiến trình “căn- trần- thức- xúc- thọ- ái” là vô ngã.

Người và trời quán vô thường- vô ngã để hiểu rằng tất cả mọi sự mọi vật “đều qua đi không tồn tại, không cố định,...” do đó không có gì gọi là “Ta, của Ta”. Quán để tư tưởng có tư thế chuẩn bị mà bình tĩnh trước mọi thăng trầm của cuộc đời, bình thản trước tai họa hay hạnh phúc xảy ra, để sống thanh thản. Cách quán này bằng tư tưởng thăng hoa từ thấp đến cao, cho dù thăng hoa đến cõi trời cao nhất là Vô sắc giới, sống tự tại trong mọi hoàn cảnh, nhưng vẫn khổ đau, bởi vì:

- Một là ở thế đối đãi, nhị biên “có chủ thể nhận thức và có đối tượng nhận thức” tức là vẫn chấp có ngã.

- Hai là dù tâm tạp niệm hay nhất niệm cao sâu cũng đều là tư tưởng chính là tâm phan duyên. Mà lấy tâm phan duyên để quán thì không bao giờ chấm dứt được khổ đau. Đức Phật có nói: “nếu lấy tâm phan duyên để tu thì chẳng khác nào lấy cát nấu thành cơm”, nghĩa là không bao giờ thoát khỏi luân hồi sinh tử khổ.

- Ba là bản chất tư tưởng là xao động, nếu trụ lâu một chỗ thì sinh ra nhàm chán, đó là nguồn gốc của khổ đau.

*** Quán vô thường - vô ngã - Niết bàn tịch tịnh :**

Sau khi được khai ngộ, biết được tư tưởng dù có tiến hóa thăng hoa cách mấy cũng chỉ là ảo tưởng mà thôi. Nếu dùng tư tưởng cố công tìm kiếm Niết bàn thì ngày càng xa rời Niết bàn. Chỉ khi nào tư tưởng biết mình bất lực và im bất mọi ý niệm thì Niết bàn hiện ra, Phật tánh xuất hiện. Dùng Phật tánh quán “nhân vô ngã” tức là Lặng lẽ chiếu kiến nhìn, thấy, biết rõ tiến trình ngũ uẩn ngay trong thân căn diễn biến về sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn như thế nào nhận như thế nấy thì Niết bàn hiện bày, đắc Thánh quả.

Ba bậc Thánh hữu học (Nhập lưu, Nhất vĩng lai, Bất lai) nhận lại Phật tánh từng phần, lặng lẽ chiếu kiến nhìn, thấy, biết rõ tiến trình ngũ uẩn diễn biến về sắc uẩn, thọ uẩn ngay trong thân căn sinh lý của chính mình, vì vậy đạt Niết bàn tịch tịnh từng cấp bậc, chưa chấm dứt khổ đau. Thánh Alahán lặng lẽ chiếu kiến như thật biết dòng chuyển biến toàn thân căn ngũ uẩn của mình về sắc, thọ, tưởng, hành và một phần của thức tức quán vô thường- vô ngã rốt ráo “nhân vô ngã”, tất cả là Chân không, đây thật sự là Niết bàn tịch tịnh, luôn an lạc, chấm dứt khổ đau.

*** Quán vô thường - vô ngã - Niết bàn tịch chiếu :**

Đức Phật động viên Thánh Alahán phát bồ đề tâm thực hiện hạnh Bồ tát. Từ Chân tâm, *Bích chi, Duyên giác* và *Bồ tát Thánh* trở ra tùy thuận vào hai dòng chuyển biến vô thường và vô ngã độ chúng sanh, huyễn hiện từ một thân đến nhiều thân chúng sanh, thể nhập trong một cõi tới nhiều cõi để từng bước thấu rõ “pháp vô ngã” của vũ trụ.

Như lai tự tại lực “chuyển động cực kỳ thần tốc”, lập tức thị hiện vô biên

cõi, ứng hóa vô lượng thân nhưng hoàn toàn “bất biến đứng lặng”, động tức tịnh và tịnh tức động, vô thường tức vô ngã và vô ngã tức vô thường. Đến đây mới thật sự “Chân thường- Chân ngã- Niết bàn tịch chiếu là một” là Pháp thân thường trụ, là Đại Bát Niết Bàn, thấu suốt “nhân vô ngã, pháp vô ngã” của vũ trụ.

Vậy, người và trời quán vô thường - vô ngã bằng tư tưởng tạp niệm hoặc nhất niệm nên không chấm dứt được khổ đau. Tứ Thánh quán vô thường - vô ngã với tâm vô niệm chấm dứt khổ đau đạt Niết bàn tịch tịnh. Ba bậc Tam tôn quán vô thường - vô ngã với tâm quang minh bình đẳng đại từ đại bi độ chúng sanh đạt Niết bàn tịch chiếu, đi đến rốt ráo là Nhất thực tướng ẩn thành Như lai.

Chỉ có Như lai mới đạt Chân tâm Diệu minh, Chân không Diệu hữu. Pháp giới chính là Pháp thân thường trụ của Như lai, nên Như lai thấu rõ pháp giới là một tuồng biến hiện vừa Như như vừa Như huyền.

----Đã gửi Sư Giác Khang ngày 12/ 7/ 2011 (â), nhưng Sư bệnh chưa duyệt----