Trung Bo giang giai - Kinh so 10

Kinh Trung Bộ (Majjhima Nikāya)

Trung Bo giang giai - Kinh so 10

Vietnamese, with Unicode Times font

Trung Bộ Kinh - Bài Kinh số 10

Kinh Niệm Xứ

(Satipatthàna Sutta)

Hòa thượng Thích Chơn Thiện

I. GIẢI THÍCH TỪ NGỮ

- Niệm xứ: Satipatthàna (way of mindfulness).

- Quán: Anupassati (Contemplates; observes; looks at).

- Tỉnh giác: Sampanyàno (comprehending; clearlyconscious): nhận biết rõ ràng; ý thức rõ ràng.

- Chánh niệm: Satimà (Mindful).

- Quán thân trên nội thân: Quán các thành phần bên trong của thân.

- Quán thân trên ngoại thân: Quán các phần bên ngoài của thân.

II. NỘI DUNG KINH NIỆM XỨ

1. Pháp môn Tứ niệm xứ là "con đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho chúng sinh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu Chánh trí, chứng ngộ Niết bàn".

Tứ niệm xứ là pháp môn căn bản để thành tựu viên mãn 37 phẩm trợ đạo. Tất cả các pháp môn giải thoát đều được thực hiện trên cơ sở thành tựu của Niệm lực và Định lực mà phần căn bản sự thực hành của Tứ niệm xứ đem lại. Tứ như ý túc, Ngũ căn, Ngũ lực, Thất giác chi và Bát Thánh đạo đều bao gồm công phu của Tứ niệm xứ (xem 37 phẩm trợ đạo ở Tương Ưng Bộ kinh V). Tứ vô lượng tâm cũng thế, chỉ có thể thực hành có kết quả trên sự thành tựu của Định lực (Tứ sắc định). Nói khác đi, Tứ niệm xứ mở ra con đường độc nhất đoạn tận khổ đau.

2. Đối tượng giác sát, theo dõi của Tứ niệm xứ là:

- Thân niệm xứ, hay thân hành là Sắc uẩn;

- Thọ niệm xứ hay các cảm thọ, là Thọ uẩn;

- Tâm niệm xứ, hay các tâm hành, là Hành uẩn;

- Pháp niệm xứ (Ngũ uẩn...).

Thực sự ở bất cứ đối tượng quan sát nào cũng có mặt đủ các quá trình vận hành của tâm lý và vật lý (hay 5 uẩn). Quan sát một đối tượng là quan sát sự vận hành của 5 uẩn

hay 12 nhân duyên. Do vậy mà Đức Thế Tôn dạy: "Tứ niệm xứ là con đường độc nhất"...

3. Trong phần "Quán pháp trên pháp" gồm có các đối tượng quán như:

- Ngũ cái; Ngũ uẩn; Thập nhị xứ.

- Thất giác chi; Tứ Thánh đế.

Mỗi đối tượng quán có công năng đưa đến thành tựu khác nhau.

a) Đối tượng ngũ cái: Công năng của pháp quán "Ngũ cái" nhằm để loại trừ "ngũ cái", các ác bất thiện tâm (tâm cấu uế) hầu để chuẩn bị cho công phu đi vào Hiện tại lạc trú (hay Tứ sắc định) và Tịch tịnh trú (hay Tứ không định) để phát khởi đại tuệ cắt đứt hết thảy kiết sử, đoạn tận lậu hoặc.

b) Đối tượng quán "Ngũ thủ uẩn": Đây là pháp quán sát sự thật của "Ngũ thủ uẩn", sự vận hành của 12 chi phần Duyên khởi để giác tỉnh sự thật vô ngã, vô thường của các uẩn hầu xả ly tham ái, chấp thủ đối với 5 uẩn.

c) Đối tượng quán "Thập nhị xứ": Tương tự như pháp quán "Ngũ thủ uẩn" .

d) Đối tượng quán "Thất giác chi": Pháp quán này có thể thực hành từ bước tu tập đầu tiên, khi còn vướng mắc "Ngũ cái". Nhưng, tốt nhất và thuận lợi nhất là thực hành sau khi hành giả hành Tứ niệm xứ vào được đại hành tâm (Đệ nhất sắc định). Bấy giờ là khởi đầu cho Niệm giác chi hiện hành. Hành giả tiếp tục, liên tục không gián đoạn, hành "Như lý tác ý" để tiếp tục thành tựu các giác chi còn lại (xem Thất giác chi, Tương Ưng V).

Từ "Trạch pháp giác chi", tuệ vô ngã (hay Pháp nhãn) sinh khởi và tiếp tục phát huy cho đến sau khi thành tựu "Xả giác chi", cắt đứt sạch 10 kiết sử, tận trừ hết thảy lậu hoặc.

Pháp quán này là thuần thiền quán (Vipassana), liên tục an trú "tỉnh giác".

e) Đối tượng quán "Tứ Thánh đế": Tương tự pháp quán Duyên khởi hay "Ngũ thủ uẩn" (bởi khổ là chi phần của Duyên khởi).

4. Phần quán "Tứ đế" đến điểm như thật tuệ tri "Khổ", "Tập", "Diệt", "Đạo" là thời điểm để chứng đắc quả vị giác ngộ vô thượng, như lời dạy của Đức Thế Tôn trong thời pháp "Sơ chuyển pháp luân".

Phần quán 12 chi phần Duyên khởi đến điểm như thật tuệ tri chúng là nội dung chứng đắc Tam minh mà Đức Thế Tôn đã chứng đắc dưới cội bồ đề vào đêm cuối cùng giác ngộ.

Như thế, thật chính xác nói rằng "Tứ niệm xứ là con đường độc nhất dẫn đến chứng ngộ Niết bàn" , bởi tất cả con đường dẫn đến giải thoát đều được bao hàm trong đó.

-ooOoo- (Nguyệt san Giác Ngộ, số 75, tháng 06-2002)

[Trích giảng Trung Bộ][Trở về trang Thư Mục]

last updated: 10-03-2005

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.