# Tập 1 — Kinh Chuyển Pháp Luân

*Một Cuộc Đời, Một Vầng Nhật Nguyệt (Minh Đức Triều Tâm Ảnh)*

(Dhammacakkappa-Vattana Sutta)

Để cho năm vị đạo sĩ thay đổi oai nghi, lựa thế ngồi cho thoải mái, đức Phật cất giọng phạm âm với tám tuyệt hảo, bắt đầu thời pháp đầu tiên: - Này các vị! Có hai cực đoan (antā) mà người cần cầu xuất ly vô thượng (pabbajitana) cần phải xa lánh, không nên hành trì. Đấy là hai cực đoan gì? Một là đắm mình vào dục lạc thế gian, sống đời lợi dưỡng, ái luyến, mê si nhục dục ngũ trần (kāmasukha-llinuyoga) Nó là cái thấp hèn, hạ liệt (anariya), thô lậu, phàm tục; không xứng với phẩm hạnh của bậc thánh nhân. Hai là kiên trì, nỗ lực tu tập khổ hạnh ép xác (attakilamathānuyoga); đấy là sự hành trì vô ích, vô bổ, chỉ chuốc lấy đau khổ, chỉ mang lại sự chết mà không đem đến giải thoát, chấm dứt phiền não được. Này các vị! Như Lai đã tránh xa hai cực đoan lợi dưỡng và khổ hạnh ấy; vì lợi dưỡng làm cho thân trơ lì, tâm si độn; nó chính là lực kéo, là vật cản sự tiến bộ và thăng hoa tinh thần; còn khổ hạnh thì tự bào mòn sự sống, làm cho tinh thần và trí lực đều giảm suy! Từ bỏ hai cực đoan sai lầm ấy, Như Lai đã tìm ra con đường giữa, trung đạo (majjhimā paṭipāda). Đây mới chính là con đường xứng đáng của bậc thánh nhân; nó phát sanh tuệ nhãn (cakkhukaraṇī), phát sanh tuệ trí (ñāṇakaraṇī), dẫn đến sự an tịnh phiền não (upasamāya), dẫn đến thắng trí (abhiññāya), dẫn đến Niết-

Minh Đức Triều Tâm Ảnh 339

bàn. Này các vị! Có một con đường không đi theo sự khích động của dục vọng thân xác (lợi dưỡng), không đi theo sự triệt tiêu những nhu cầu bình thường, tự nhiên, cần yếu của thân xác (khổ hạnh); đấy là trung đạo. Còn được gọi là bát chánh đạo, con đường có tám nhánh: Chánh kiến (sammādiṭṭhi), chánh tư duy (sammāsaṅkappa), chánh ngữ (sammāvācā), chánh nghiệp (sammākammanta), chánh mạng (sammā-ājīva), chánh tinh tấn (sammāvāyāma), chánh niệm (sammāsati), chánh định (sammā samādhi). Lộ trình trung đạo này sẽ vén mở cho ta thấu triệt Bốn Sự Thật vĩnh cửu của đời sống, là Tứ Diệu Đế, Tứ Thánh đế dẫn đến Bốn Thánh đạo, Bốn Thánh quả, chứng ngộ mục đích rốt ráo, tối hậu của sa-môn hạnh là giải thoát, Niết-bàn. Đức Phật vừa mới nhập đề bằng giọng nói trầm ấm vi diệu, bằng lời, tiếng, câu cú trong sáng, chuẩn xác, bằng những ý tưởng và danh từ hoàn toàn mới lạ; cả năm vị đạo sĩ vốn có căn cơ sắc bén, thông tuệ nên biết rõ đây đúng là ngôn ngữ của bậc đạt ngộ, của người đã tìm ra sự thật; chúng chưa hề có trong bất kỳ một hệ thống tư tưởng triết học, tôn giáo nào xưa cũng như nay! Thấy cả năm đạo sĩ đều chăm chú, nhất tâm vào thời pháp, đức Phật đi vào nội dung trọng yếu: - Nầy các vị! Tứ Thánh đế, Tứ Diệu Đế, Bốn Sự Thật vi diệu ấy là gì mà chúng ta cần phải thấu triệt? Thấu triệt chính là thấy rõ, liễu thông, giác hiểu cái chân lý rốt ráo, cái sự thật tột cùng, cái chân đế cao diệu (ariya-sacca) mà nếu hành trì nghiêm túc, đúng đắn sẽ thành tựu được mục đích xuất trần ly cấu, vô cùng xứng đáng với phẩm hạnh cao cả của những thiện gia nam tử ở trên đời này. Nầy các vị! Thứ nhất là chân lý cao diệu về sự khổ (dukkha-ariya-sacca, Khổ thánh đế). Khái quát là có

tám cái khổ phủ trùm lên toàn thể thế gian, chi phối toàn bộ đời sống 340 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

của chúng hữu tình; đấy là: Khổ sanh, khổ già, khổ bệnh, khổ chết, khổ vì bất toại nguyện, khổ vì sống chung với những người mình ghét hoặc không ưa thích, khổ vì phải sống xa lìa những người mình yêu thương; và cuối cùng là khổ bởi vì chấp ngã, thủ trước, mê đắm cái thân tâm ngũ uẩn này! Nầy các vị! Thứ hai là chân lý cao diệu về nguyên nhân, nguồn gốc của sự khổ (dukkha-samudaya-ariya-sacca, Khổ Tập thánh đế). Như Lai đã tìm ra gốc nguồn của vô vàn khổ đau sai khác ấy chính là ái (taṅhā); do ái chủ mưu, do ái chủ động, do ái dẫn dắt, do ái sai sử, do ái kết buộc, do ái điều hành. Ái là nguyên nhân dẫn dắt tái sanh (ponobbhavika). Ái kết hợp với tâm tham muốn, khao khát, bám víu, thỏa thích, say đắm hoan lạc nơi các đối tượng chiếm hữu hoặc thỏa mãn các mục đích hư tiếu, phù phiếm trong đời sống. Nói rộng hơn, khi ái đeo níu, tham đắm dục lạc vật chất trong sáu cảnh trần thì được gọi là dục ái (kāma-taṅhā). Khi ái cảm thấy dục lạc lục trần ấy cũng chưa đủ, muốn nó thường còn mãi với mình, đi đôi với thường kiến hoặc tham đắm thiền hữu sắc, trời sắc giới thì được gọi là hữu ái (bhava- taṅhā). Khi ái thỏa mãn lục trần với tâm lý muốn hưởng mau, hưởng vội, sợ chết là hết, đi đôi với đoạn kiến, hoặc tham đắm thiền vô sắc, cõi trời vô sắc thì được gọi là phi hữu ái (vibhava-taṅhā). Nầy các vị! Thứ ba là chân lý cao diệu về sự diệt khổ (dukkha-nirodha-ariya-sacca, Khổ Diệt thánh đế). Là nơi làm cho yên lặng, chấm dứt, tận diệt các ái, tận diệt mọi nguyên nhân sanh khổ, đoạn tuyệt các khổ; nơi mà mọi ái tham, ái luyến, ái chấp phát sanh chìm đắm, trói buộc, trầm luân không còn dư tàn; nơi mà ngôi nhà ngũ uẩn đã được tháo rời; ngã ái, ngã kiến, ngã chấp, ngã thủ không còn bản ngã kiên cố để sở y; nơi không còn gì để luyến ái, dính mắc nữa; và đó chính là giải thoát, Niết-bàn: Mục tiêu tối hậu của Minh Đức Triều Tâm Ảnh 341

sa-môn hạnh. Nầy các vị! Pháp hành dẫn đến giải thoát, dẫn đến sự chứng ngộ Niết-bàn; chân lý cao diệu về con đường dẫn đến sự diệt khổ (dukkha-nirodha-gāminī-paṭipadā-ariya-sacca, khổ diệt đạo thánh đế) này chính là thánh đạo hợp đủ tám chi phần: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Bát thánh đạo ấy là sự thật vi diệu mà chư vị thánh nhân đã chứng ngộ, còn được gọi là Đạo thánh đế, hôm nay, Như Lai sẽ tuyên thuyết cho các vị nghe! Nầy các vị! Tuệ nhãn (paññā-cakkhu) thấy rõ khổ thánh đế đã phát sanh trong Như Lai; tuệ trí (ñāṇa) thấy rõ thực tánh Khổ Thánh đế đã phát sanh trong Như Lai; tuệ giác (paññā) thấy rõ tất cả khổ đã phát sanh trong Như Lai; tuệ minh (vijjā) thấy rõ, thấu suốt toàn bộ khổ thánh đế đã phát sanh trong Như Lai; ánh sáng trí tuệ (āloka) xua vẹt bóng tối của màn vô minh che ám khổ thánh đế đã phát sanh trong Như Lai. Tất cả pháp thuộc Khổ Thánh đế ấy, trước đây, khi chưa thành Phật, Như Lai chưa từng được biết, chưa từng được nghe; hiện nay, chúng đã phát sanh trong Như Lai rồi. Nhờ vậy, Như Lai như chân, như thật tuyên bố rằng: Tất cả các pháp ở trong tam giới, cái được cấu tạo, kết hợp, hữu vi dầu sắc pháp hay danh pháp, ngoại trừ tham ái; chúng đều là Khổ Thánh đế. Và Khổ Thánh đế ấy cần phải hiểu biết, cần phải nhận thức, cần phải liễu tri một cách rốt ráo. Nầy các vị! Tuệ nhãn thấy rõ ái là nhân sanh khổ là Khổ Tập thánh đế đã khởi sanh trong Như Lai; tuệ trí

thấy rõ thực tánh ba loại ái đã khởi sanh trong Như Lai; tuệ giác thấy rõ một trăm lẻ tám loại ái đã khởi sanh trong Như Lai; tuệ minh thấu suốt mọi nhân sanh khổ thánh đế đã khởi sanh trong Như lai; ánh sáng trí tuệ xua vẹt bóng tối của màn vô minh che ám Khổ Tập thánh đế đã khởi sanh trong Như Lai. Tất cả các loại ái thuộc Khổ Tập thánh đế ấy, trước đây, khi 342 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

chưa thành Phật, Như Lai chưa từng được biết, chưa từng được nghe; hiện nay, chúng đã khởi sanh trong Như Lai rồi. Nhờ vậy, Như Lai như chân như thật tuyên bố rằng: Tất cả các loại ái trong tam giới đều là nhân sanh khổ, là Khổ Tập thánh đế. Và Khổ Tập thánh đế ấy cần phải chiêm nghiệm, cần phải thấy rõ, cần phải hiện quán, cần phải minh sát. Nầy các vị! Tuệ nhãn thấy rõ Niết-bàn là nơi diệt tận tất cả các khổ, là Khổ Diệt thánh đế đã khởi sanh trong Như Lai; tuệ trí thấy rõ Niết-bàn là nơi an vui, tịnh lạc vượt ngoài tương đối, tương đãi, nhị nguyên; tuệ giác thấy rõ hữu dư Niết-bàn, vô dư Niết-bàn đã khởi sanh trong Như Lai; tuệ minh thấu suốt Niết-bàn là nơi Khổ Diệt thánh đế đã khởi sanh đến Như Lai; ánh sáng trí tuệ xua vẹt bóng tối của màn vô minh che ám Khổ diệt thánh đế đã khởi sanh trong Như Lai. Tất cả đức tánh, đặc tánh, thực tánh của Niết-bàn ấy, trước đây, khi chưa thành Phật, Như Lai chưa từng được biết, chưa từng được nghe; hiện nay, chúng đã khởi sanh trong Như Lai rồi. Nhờ vậy, Như Lai như chân, như thật tuyên bố rằng: Khổ Diệt thánh đế là Niết-bàn, là an vui tuyệt đối, là thực tại như thực, ở ngoài thời gian... Và Khổ Diệt thánh đế ấy cần phải có trực giác liễu tri, chứng nghiệm, chứng đạt không qua ngữ ngôn, khái niệm và lý trí suy luận. Nầy các vị! Tuệ nhãn thấy rõ Bát thánh đạo là pháp hành, là pháp tu tập dẫn đến sự chứng ngộ Niết-bàn, là Khổ Diệt Đạo thánh đế đã khởi sanh trong Như Lai; tuệ trí thấy rõ thực tánh Bát thánh đạo đã khởi sanh trong Như Lai; tuệ giác thấy rõ mỗi chi pháp trong bát thánh đạo một cách chi li, mạch lạc đã khởi sanh trong Như Lai; tuệ minh thấu suốt Bát thánh đạo một cách tỏ tường, minh nhiên đã khởi sanh trong Như Lai; ánh sáng trí tuệ xua vẹt bóng tối của màn vô minh che ám Khổ Diệt Đạo thánh đế đã khởi sanh trong Như Lai. Tất cả tám chi phần, tám nhánh của con đường dẫn đến sự chứng ngộ Niết-bàn ấy là Trung đạo, là Bát chánh đạo, Minh Đức Triều Tâm Ảnh 343

trước đây, khi chưa thành Phật, Như Lai chưa từng được biết, chưa từng được nghe; hiện nay, chúng đã khởi sanh trong Như Lai rồi. Nhờ vậy, Như Lai như chân, như thật tuyên bố rằng: Khổ Diệt Đạo thánh đế chính là Bát thánh đạo, là con đường Trung đạo có tám nhánh; là lộ trình dẫn đến sự chấm dứt tái sanh, luân hồi, đoạn tận tất cả khổ đau trong ba cõi, sáu đường. Và Khổ Diệt Đạo thánh đế không phải để mà trang điểm kiến thức, không phải để mà tích lũy hiểu biết, không phải để mà huyên thuyên giảng nói; nó phải được liễu tri để tu tập, miên mật hành trì, tinh cần, công phu, tỉnh niệm, giác niệm trong từng oai nghi, trong mỗi hơi thở. Nầy các vị! Như Lai đã thấy rõ tất cả chúng, đã thấu suốt tất cả chúng, đã tu tập, đã thực hành để liễu triệt tất cả pháp cần phải liễu triệt, đã chứng đắc tất cả pháp cần phải chứng đắc. Như Lai như thực liễu tri rằng, khi nào trí tuệ thấy rõ, biết rõ thực tánh, chân thật tánh của các pháp một cách hoàn toàn trong sáng, thanh tịnh, vô nhiễm theo ba cấp bậc, ba giác độ tuệ luân, có nghĩa là tuệ học, tuệ hành và tuệ thành trong Tứ thánh đế thành mười hai thể loại trí tuệ, hợp thành một thấy biết toàn diện và chơn chánh, chưa khởi sanh trong Như Lai,

thì cho đến lúc ấy, Như Lai chưa dám xác nhận, chưa dám tuyên bố rằng là Như Lai đã chứng đắc Vô Thượng Chánh Đẳng Giác (anuttaro-sammāsambuddho) trước các hàng sa-môn, bà-la-môn, nhân loại, chư thiên, ma vương và phạm thiên trong thế gian, thế giới này! Thấy cả năm vị đạo sĩ chú tâm cao độ nghe pháp, nghe từng lời pháp như sợ rơi mất những giọt cam lồ tịnh thủy, đức Phật biết vậy nên ngài đã kết luận thời pháp bằng giọng nói trầm hùng, mạnh mẽ, khí và lực tuôn chảy dạt dào như hải triều âm va đập giữa ghềnh đá: - Nầy các vị! Nhưng nay thì tuệ nhãn, tuệ trí, tuệ giác, tuệ minh, ánh sáng trí tuệ thấy rõ, biết rõ thực tánh các pháp một cách hoàn toàn trong sáng, vô nhiễm, thanh tịnh bởi tri 344 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

kiến tuyệt đối như thực theo ba bậc tuệ luân trong Tứ Thánh đế thành mười hai thể loại trí tuệ đã khởi sanh trong Như Lai rồi, Như Lai mới mạnh dạn xác nhận và tuyên bố rằng: Như Lai đã chứng đắc Vô Thượng Chánh Đẳng Giác trước các hàng sa-môn, bà-la-môn, nhân loại, chư thiên, ma vương, phạm thiên trong thế gian, thế giới này! Và như thế là do trí tuệ hiện quán, minh sát, thấy rõ, biết rõ A-la-hán thánh đạo quả đã phát sanh đến Như Lai; tâm của Như Lai đã hoàn toàn giải thoát tất cả mọi phiền não một cách vững chắc, bất động, chẳng có gì lay chuyển được, chẳng có gì có thể làm cho hư mất. Và đây là kiếp chót, là kiếp cuối cùng của Như Lai, không còn tái sanh luân hồi nữa. Đức Phật thuyết xong bài pháp Chuyển pháp luân (dhammacakkappavattana, vận chuyển bánh xe chân lý) này xong, năm vị đạo sĩ khổ hạnh vô cùng hoan hỷ một loại giáo pháp chưa từng được nghe. Riêng đạo sĩ Koṇḍañña chứng được Pháp nhãn (dhammacakkhu) xuất trần ly cấu, tức là đã đoạn lìa được một số bụi bặm phiền não, an trú quả vị Tu- đà-hoàn, ông đã thấy chánh chơn, như chân như thật rằng: Pháp hành nào có sanh thì pháp hành ấy có diệt (yaṃkiñcisamudaya dhammaṃsabbaṃtaṃniroddhadhammaṃ). Chư thiên trên địa cầu nghe được thời pháp vô thượng, đồng thanh tán dương ca ngợi rằng: Hôm nay, trong Vườn Nai, tại Isipatana, gần thành Bārāṇasī, đức Thế Tôn đã gióng trống chuyển một bài pháp vô cùng vi diệu; chưa từng có một sa-môn, bà-la-môn, thiên thần, ma vương, phạm thiên hay bất kỳ ai trên thế gian này có thể tuyên giảng được. Nghe như vậy, chư thiên cõi Tứ đại thiên vương, Đao-lợi, Dạ-ma, Đẩu-xuất, Hóa Lạc cũng đồng tán dương, ca ngợi không hết lời. Chư vị phạm thiên ở các cảnh trời sắc giới cùng một lòng xưng tán như vậy. Ngay lúc ấy, ngay sát-na ấy, lời tán dương ca tụng xuyên thấu cõi Sắc cứu cánh thiên; Minh Đức Triều Tâm Ảnh 345

mười ngàn thế giới đều rung chuyển, rung động. Ánh hào quang của đức Chánh Đẳng Giác thù thắng và oai lực hơn hào quang của chư thiên, phạm thiên cộng lại, tỏa rộng vô biên, chiếu diệu, sáng soi ngời ngời cùng khắp thế gian, thế giới. Đạo sĩ Koṇḍañña đã thấu suốt, thấy rõ, biết rõ căn bản Tứ Thánh đế, diệt tận mọi hoài nghi, chỉ còn tin Phật, tin Pháp chứ không còn tin tưởng vào nơi nào khác nữa. Vô cùng tri ân và vô cùng xúc động, đạo sĩ Koṇḍañña quỳ năm vóc sát đất: - Xin đức Thế Tôn cho đệ tử được thọ giới tỳ-khưu và cho đệ tử được nương tựa. Đức Phật mỉm nụ cười chánh pháp: - Hãy lại đây, này tỳ-khưu! Như Lai xác nhận là ông đã trở thành tỳ-khưu! Giáo pháp mà Như Lai đã khéo tuyên giảng, ông hãy cố gắng thọ trì, tinh tấn thực hành, hãy sống đời phạm hạnh thanh tịnh để đoạn tận khổ đau, chấm dứt sinh tử luân hồi (Ehi bhikkhu! Svākkhāto

dhammo cara brāhmacariyaṃ sammā dukkhassa antaki riyāya). Thế là đạo sĩ Koṇḍañña từ đây được gọi là Aññāsi Koṇḍañña (A-nhã Kiều-trần-như, Kiều-trần-như đã chứng ngộ), là vị tỳ-khưu đầu tiên trong giáo hội của đức Tôn Sư. Hôm đó là đúng vào chiều tối rằm tháng sáu, năm Dậu, được hai tháng kể từ sau khi đức Phật thành đạo dưới cội bồ-đề. Đêm ấy, trăng sáng vằng vặc, không khí mát lành, đức Phật ngồi trên một tảng đá giữa Vườn Nai, trú định Diệt thọ tưởng để nghỉ ngơi sau nhiều ngày bộ hành lao nhọc và suốt cả buổi chiều tổn hơi, tổn khí giảng pháp cho năm ông đạo sĩ. Khuya, đức Phật trở lại cận định, khởi tầm và tứ, suy nghĩ như sau: "- Chúng sanh ít bụi cát có thể thấu hiểu được giáo pháp này. Ông Koṇḍañña đã thấy pháp, dòng tâm sẽ từ từ, thuận thứ mà đi vào đạo lộ nhờ ông là kẻ có trí, chỉ cần cái đại 346 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

cương, khái quát là ông có thể nắm bắt được. Nhưng các vị kia thì cần phải giảng giải nhiều lần, với nhiều ví dụ cụ thể họ mới lần tìm được ngữ nghĩa sâu rộng, hiểu pháp và thấy pháp được". Hôm kia, sau khi Koṇḍañña, Mahānāma và Assaji đi khất thực để cung cấp thực phẩm cho mọi người, đức Phật cặn kẽ giảng giải rộng rãi thời pháp cho Vappa và Bhaddiya. Cuối buổi giảng, cả hai vị đạo sĩ đắc Pháp nhãn, Nhập lưu, được đức Phật xác nhận họ đã là tỳ-khưu. Hôm sau nữa, lúc Koṇḍañña, Vappa và Bhaddiya đi khất thực thì đức Phật lại giảng sâu rộng cho Mahānāma và Assaji nghe. Xế trưa thì cả hai đạo sĩ đều đắc quả Tu-đà-hoàn, đức Phật lại chứng nhận thụ giới thêm cho hai vị tỳ-khưu nữa. Thế đến ngày hai mươi tháng Āsāḷha, cả năm vị tỳ-khưu đã mặc y áo tươm tất, tóc râu sạch sẽ bởi họ đã từ bỏ sự hành trì khổ hạnh và cả hình thức khổ hạnh. Họ đều đã có đức tin bất thối, và đang lần hồi bước những bước vững chắc trên đạo lộ bất tử. Từ ngày hai mươi cho đến cuối tháng, thời tiết bắt đầu chuyển mưa, vì bây giờ đã là mùa Vassāna, họ bận rộn làm cho mình những cốc lá và đặc biệt làm cho đức Thế Tôn một cốc lá tương đối tốt, tươm tất và ấm cúng. Những khi trời quang mây tạnh, trước đầy đủ năm vị tỳ-khưu đầu tiên, là những hạt giống bất hoại để gieo trồng chánh pháp trên toàn cõi Diêm-phù-đề, đức Phật lại dùng tuệ phân tích, triển khai rộng rãi và chi li một số tư tưởng giáo pháp dường như đang còn quá mới mẻ đối với họ. Ngài đã chịu khó đi lại từ khổ đế, sự thật, chân lý về khổ, tuy nó đơn giản chỉ có bát khổ là sanh, già, bệnh, chết, sầu bi khổ ưu não, cầu bất đắc, ái biệt ly, oán tăng hội, thủ ngũ uẩn nhưng đâu phải ai cũng dễ dàng thông suốt. Sự thật về khổ này không phải chỉ hiểu qua danh từ, ngữ nghĩa mà còn cần phải thấy rõ cụ thể ở chính nơi thân tâm mình, sự sống của mình trong tương quan xúc Minh Đức Triều Tâm Ảnh 347

đối và trải nghiệm. Sanh, cái khổ sanh (jāti-dukkha), đầu tiên là chỉ cái khổ trong thai bào, khổ từ lúc tượng hình, khổ phải chịu đựng tối tăm, dơ uế; khổ vì cay, vì nồng, vì nóng, vì lạnh, vì nhầy nhụa, vì hôi hám, vì các cử động, vì sự biến đổi thất thường của tâm lý người mẹ. Khổ sanh, ngay chỉ niệm tái sanh, tìm kiếm cảnh giới, tìm cách đầu thai vào cái quen thuộc, vào cái mà mình ái luyến, mình thích, mình say đắm đã là khổ rồi! Chính khởi từ cái sanh niệm này mà nó dẫn dắt chúng sanh trôi lăn khắp ba cõi, sáu đường rồi chịu đựng vô lượng hoạn nạn, nghịch cảnh, máu, nước mắt, tai ương và thống khổ!.. - Xin đức Thế Tôn, vì lòng bi mẫn – Koṇḍañña thưa bạch - giảng nói rộng rãi và chi tiết về khổ sanh cho chúng đệ tử được hiểu một cách thấu đáo, tận tường mọi

ngõ ngách chi ly của nó? - Nầy chư tỳ-khưu, hãy nghe đây, Như Lai sẽ giảng theo yêu cầu ấy. Sanh, ở đây chỉ giới hạn kể từ khi các sắc chất được sinh ra từ sát-na kiết sanh thức (danh) kết hợp với tinh cha huyết mẹ (sắc). Nó là cái hạt mầm, cái chủng tử trong bất kỳ cảnh giới hữu tình nào. Cái thực thể chúng sanh đầu tiên ấy ở trong thai bào không phải đẹp đẽ như ở trong hoa sen xanh, hoa sen đỏ, hoa sen trắng mà phải được hiểu như con dòi sinh ra trong xác cá ươn, trong đống phân thối. Thực thể ấy nó nằm ở phía dưới chỗ chứa đồ ăn (bao tử), phía trên chỗ sẽ xuất chất thải (hậu môn), nằm kẹt giữa bụng và cột sống, rất chật chội, tối tăm, bẩn thỉu; phải chịu đựng các luồng gió hôi hám đủ thứ mùi đáng tởm. Suốt chín tháng mười ngày, cái thực thể chúng sanh ấy phải trải qua vô lượng thống khổ, bị sức nóng như lửa đốt bởi chất hỏa trong bụng mẹ mà không co duỗi, nhúc nhích được. Ngoài ra, khi bà mẹ di chuyển tới lui, nằm ngồi đi đứng, nhất là lúc bị vấp té thì nó chịu đựng vô cùng đau đớn như bị kéo giật, tung ngược tung xuôi, đảo qua đảo lại như con rắn ở trong tay 348 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

người xiếc rắn. Khi bà mẹ uống nước lạnh, nó cảm thấy tê buốt như ở trong địa ngục băng giá. Khi bà mẹ ăn uống vật nóng, nó như bị chìm ngập trong trận mưa than lửa. Khi bà mẹ ăn uống chất mặn, chất chua thì nó như bị ngâm chìm trong nước muối dấm! Đấy là những nỗi khổ cùng cực khi trú trong thai bào mà chúng thai sinh nào cũng phải bị gánh chịu. Nầy chư tỳ-khưu! Khổ trong thai bào là vậy. Khi ra khỏi thai bào, nó phải chịu cái khổ chúc đầu ngược xuống bởi sức mạnh của gió nghiệp; bị tống ra khỏi cái hang tối tăm chật hẹp, thật là kinh khiếp như phải chui qua cái lỗ nhỏ rồi bị nghiền nghiến giữa hai ngách đá, đau đớn tột cùng. Thế rồi, hài nhi vừa ra khỏi bụng mẹ, cái thân thể của nó mỏng manh, nhạy cảm nên khi được bồng ẵm, được tắm rửa lau chùi, nó cảm thấy đau đớn như bị kim đâm, dao cắt... Một vị tỳ-khưu bất giác thốt lên: “Ồ, sự thật này thật là kinh khiếp” Đức Thế Tôn kết luận: -Ừ, khổ sanh là vậy, nầy chư tỳ-khưu! Từ khổ sanh ấy nó đi suốt quá trình cái được gọi là sự sống. Rồi vô lượng nỗi khổ trên cuộc đời cũng từ cái khổ sanh ấy mà ra. Nó là căn để của mọi nỗi khổ nên Như Lai khi tuyên giảng về Khổ đế, Như Lai đặt khổ sanh lên đầu tiên như là điều kiện quyết định duyên sanh các khổ. Rồi khổ già (jarā-dukkha)? Đức Thế Tôn tiếp tục - Già, hàm chỉ làn da nhăn nheo, co rúm lại như quả mướp đắng phơi khô; mái tóc xanh mơn thuở nào bây giờ như tro than lấm tấm hoặc bạc phếch; đôi mắt biếc thắm thời trai trẻ chỉ còn là cái hố ghèn, lờ mờ đục trắng không thấy gì. Rồi còn hàm răng chỉ còn như tro xỉ, đau nhức, sâu đục mà rơi rụng lần lần. Tai thì bắt đầu điếc lãng, nghễnh ngãng. Chiếc lưng bây giờ cong gập như cái đòn giàn xay. Chân tay lập cập, run rẩy, đau cốt, nhức xương, ăn ngủ không được, lú lẫn, nói Minh Đức Triều Tâm Ảnh 349

trước quên sau. Nói cách khác già lão là đặc tính của hữu vi, nó chỉ cho các căn bị suy yếu, hư hoại, sức lực giảm mòn, tuổi trẻ biến tan, trí nhớ bị phá sản, trí tuệ sút kém. Khái quát, nó là toàn bộ sự lụi tàn, hủy hoại, già úa của từng phân tử, nguyên tử, tế bào; vô thường, lão suy từng sắc chất, huyết tố, từng năng lực, khí lực của chúng hữu tình. Khi cái thân già, kéo theo cái tâm già; đôi khi không chỉ khổ ở nơi thân mà còn duyên sanh khổ ở nơi tâm là sầu, bi, ưu, não nữa. Về bệnh, về khổ bệnh (byādhi-dukkha) chúng là cả hằng trăm loại bệnh, hằng ngàn loại bệnh khi mang thân

xác hữu vi. Chúng có từ ngũ cốc, hoa quả, rau trái, các loài động vật trong vườn nhà, trong rừng, trên trời, dưới sông biển ao hồ; chúng đến từ trong nước, trong không khí; chúng đồng sanh, duyên khởi với các cư dân, cộng đồng tại các thị tứ đang phát triển; chúng còn do ăn nhiều, ngủ nhiều, làm việc nhiều, suy nghĩ nhiều; chúng còn do thời tiết nắng mưa, nóng lạnh thất thường; và cuối cùng, chỉ cần khí huyết đảo lộn, tứ đại bất hòa cũng đủ cho ta thấy rõ cái khổ bệnh của thân. Trong tứ đại, chỉ cần một đại thịnh, hay một đại suy đã sinh bệnh rồi. Bệnh có từ mắt, tai, mũi, lưỡi, thân. Ở nơi thân thì có bệnh ở nơi da, nơi răng, nơi thịt, nơi gân, nơi xương, nơi tủy, nơi thận, nơi tim, nơi gan, nơi hoành cách mô, nơi lá lách, nơi phổi, nơi ruột non, ruột già, bao tử. Cũng có bệnh do não, do mật, do đàm, do nước tiểu, do máu, do mỡ, trong khớp xương, trong tủy sống. Có bệnh chữa được, có bệnh không thể chữa được. Và dường như cứ mỗi mười năm, mỗi trăm năm, con người phải đối diện với những căn bệnh mới; nó tăng trưởng theo sự sinh hoạt vật chất thịnh mãn của con người. Nói tóm lại, có thân là bị chi phối bởi các định luật của vũ trụ; đó là phải chịu ảnh hưởng của ngày đêm, nắng mưa, nóng lạnh, mặt trời, mặt trăng, các lực, các khí, các nghiệp tương tác trong vạn hữu. Có thân là 350 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

có bệnh, và bệnh nào cũng khó chịu, đau đớn, thống khổ cả. Còn chết, về khổ chết (maraṇa-dukkha) cũng tương tự vậy, trăm cái chết, ngàn cách chết sẽ chờ đợi để tước đi sanh mạng của chúng sinh. Chết do đói quá, chết do no quá, chết do nước, do lửa, do lũ, do bão, do tai nạn, do ốm đau, do vũ khí, do độc chất; chết do thiếu máu, do dư máu, do mật, do đàm, do khí, do tim, do gan, do thận. Tóm lại là chết do hết tuổi thọ, chết do nghiệp, chết do bởi hằng trăm loại nghiệp, chết do hết phước báo hoặc do hằng trăm lý do khác nhau. Chúng đến từ bên ngoài hay tự bên trong thân thể, và sớm trưa chiều tối, ngày đêm lúc nào bóng dáng của tử thần cũng lãng vãng với lưỡi hái trên tay. Nói cách khác, chết là đặc tính tự nhiên của pháp hữu vi. Nó cắt đứt mạng căn. Nó biểu hiện sự vắng mặt trong các sanh thú. Nó làm rơi rụng khỏi kiếp sống; ung thối, rữa nát mọi sinh mệnh. Tất cả khổ chết ấy, quả thật là đáng sợ, nhưng chúng chỉ là cái khổ thô tháo, khổ thuộc về vật chất; chúng hữu tình từ giai đoạn sanh đến tử còn bị chi phối bởi những nỗi khổ thuộc về tinh thần nữa, đó sầu, bi, ưu, não. Rồi đức Thế Tôn còn chịu khó, cặn kẽ nói về sầu, về khổ sầu (soka-dukkha), đặc tính của sầu, tác dụng của sầu lên toàn bộ thân tâm. Sầu được hiện ra bên ngoài là cái buồn bã, là cái rầu rĩ, là cái sầu muộn, là cái héo úa, xanh tái của làn da mặt; nhưng bên trong là sự mệt mỏi, chán chường của các tâm sở. Nó còn là sự đốt cháy âm ỉ, liên lỉ; tuy không bốc thành lửa ngọn nhưng làm cho con tim héo úa, gan ruột như bị xào nấu trong chảo với lửa riu riu ở bên dưới. Bi, khổ bi (parideva-dukkha) được biểu lộ bên ngoài là khóc than, rên rỉ, kể lể... Là cái khổ cao hơn sầu một bậc. Lửa bị nung đốt bên trong cũng mạnh hơn nên nó làm cho tim gan khô cháy, làm cho môi khô, cổ rát, lưỡi đắng. Ưu, khổ ưu (domanassa-dukkha), là cái khổ đã len sâu, thấm đẫm ở trong tâm hồn. Là sự bức bách, thống khổ đã Minh Đức Triều Tâm Ảnh 351

cao hơn bi một bậc. Nó làm cho sự lo buồn, lo nghĩ cứ như là thốn đau, nhức nhối tận tâm can. Ai bị nanh vuốt của ưu tóm lấy do bị lửa nung đốt bên trong thì kẻ đó than khóc, bứt tóc bứt tai, đấm ngực, lăn qua lộn lại, vật vã, đớn đau ê chề không kiểm soát

mình được nữa. Não, khổ não (upāyāsa-dukkha), đây là sự khổ đã đến chỗ cao độ, đã đến chỗ thất vọng, tuyệt vọng hoàn toàn. Tuy không còn biểu hiện lộ liễu ở bên ngoài như ưu, bi nhưng nó tương tự như sau khi xào nấu, tim gan ruột đã teo tóp, khô quắp lại. Nếu sầu, bi, ưu, não đi chung với nhau, kết hợp với nhau hoặc đồng sanh thì dễ dẫn đến uống thuốc độc, treo cổ, cắt mạch máu hoặc tự sát với con dao! Sầu bi ưu não ở trên đôi khi còn do kết hợp với cầu bất đắc khổ (yampicchaṃ na labhati tampi dukhaṃ), tức là mong muốn, mong cầu (icchaṃ), ước nguyện cái gì đó mà không được, không thành (na labhati) nên sinh ra khổ. Càng sống, càng lớn khôn, càng trải nghiệm cho đến khi kề bên nấm mồ, con người mới thấm thía rằng: Cuộc đời là cái gì chung thân bất nghịch ý, bất như ý, bất toại nguyện! Không có một nhu cầu thỏa mãn nào, qua mắt, tai, mũi, lưỡi, thân có thể làm cho con người vừa lòng, toại nguyện; chúng luôn luôn cảm thấy thiếu thốn, không được vừa ý; do vậy thúc hối chúng đi tìm để thỏa mãn nữa. Nhục dục ngũ trần thì càng uống, càng khát và rồi càng tầm cầu thỏa mãn càng đối diện với hư vô, bị hư vô nuốt chửng hay bị hư vô thiêu cháy! Ngay chính các mục tiêu, ước mơ, lý tưởng khởi từ tình yêu, sự nghiệp, tiền bạc, danh vọng, địa vị... chúng chỉ là cái rỗng không, bất toàn; ngay cả khi có nó, lúc thành tựu được, lúc nắm bắt được thì chúng không phải thế, chúng là cái khác, chúng còn ở trước mặt, còn ở trước tầm tay với! Điều này là sự thực, là chân lý nên bất toại nguyện khổ chi phối toàn bộ nhân loại, chư thiên, phạm thiên không chừa một ai! Ái biệt ly khổ (piye hi vippayogo dukkho), tức là người và vật mà 352 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

mình thương yêu, vừa lòng (piya) thì phải bị chia biệt, lìa xa (vippayoga), sinh ra loại khổ này. Thế là biết bao nhiêu yêu thương, trìu mến, luyến ái bị chặn bít, bị cắt đứt, bị ngại duyên làm cho ta bị tổn thương, sầu muộn, đau khổ. Nó còn có nghĩa là bị tách rời, đoạn tuyệt cái gì đáng thích, đáng ưa. Nó làm ta mất liên lạc với thế giới và môi trường thương yêu quen thuộc. Nó còn là sự mất cha, mất mẹ, mất vợ, mất chồng, mất con, mất cháu, mất thầy, mất bạn, mất tài sản, mất sự nghiệp. Oán tăng hội khổ (appiyehi sampayogo dukkho), tức là người mà mình thù oán, mình ghét, mình không ưa, không vừa lòng (appiya) thì phải thường gần gũi, tiếp xúc, thân cận (sampayoga) mà sinh ra khổ này. Thế là biết bao nhiêu là bực bội, khó chịu, oán ghét có thể đưa đến hận thù cứ đốt lửa âm ỉ trong lòng. Nói tóm lại, thủ ngũ uẩn khổ (pañcupādānak khandhā-dukkhā) là khi có sắc thân này, có cảm thọ, tri giác, tâm hành và nhận thức; và nhất là bám víu vào nó, chấp thủ nó, ái luyến nó, nhận nó là ta, là của ta thì vô lượng thống khổ sẽ duyên sinh, khởi sinh đến trùng trùng, bất khả hủy diệt. Toàn bộ ấy là sự thật về khổ, là Khổ đế, chi phối các chúng hữu tình. Như vị lương y siêu việt, sau khi xem bệnh chứng, muốn chẩn trị có hiệu quả phải tìm cho ra căn do, nguyên nhân, nguồn gốc của bệnh; cũng vậy, đức Phật lại cặn kẽ trình bày về gốc nguồn phát sanh Khổ đế chính là ái! Đức Phật dạy: - Nầy chư tỳ-khưu! Ái chính là Khổ Tập đế! Ở đâu, lúc nào, phạm vị nào, hoạt dụng nào cũng có ái. Nó có từ mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Nó có từ sắc thanh, hương, vị, xúc, pháp. Nó có từ quá khứ, hiện tại, vị lai. Nó có từ cõi dục, cõi sắc, cõi vô sắc. Nó có cái thô, có cái tế, có cái thanh, có cái trược, có cái gần, có cái xa, có cái thấy được, có cái không Minh Đức Triều Tâm Ảnh 353

thấy được. Ở đâu, lúc nào, phạm vi nào, hoạt dụng nào mà có phát sanh vừa lòng, ưa thích, thích thú, yêu mến, yêu thương, thích khoái rồi đưa đến mê say, chìm đắm, mong được thỏa mãn, hỷ đắc thì nơi ấy có ái! Lại còn có ái ít người thấy là mong mình trẻ mãi, xuân mãi, sức khỏe mãi; những sở hữu cả vật chất và tinh thần của mình đều được thường tồn, kiên cố, bất hoại; rồi còn mong linh hồn của mình được trường cửu! Đôi khi cảm thấy hạnh phúc trần gian phù du, bọt bèo quá, họ muốn tu hành để sống đời trường xuân, bất lão ở các cõi trời có dục vật chất được phóng đại tột cùng! Có trường hợp ngược lại, là sợ mình chết là hết nên tìm cách hưởng mau, hưởng vội, tìm đủ mọi cách để thỏa mãn tận cùng không kể đến lẽ phải, đạo đức, tình người và tình sanh loại! Ôi, ái tràn ngập ba cõi, bốn loài! Ái là đầu mối, là cộng sinh với tham lam, sân hận, si mê. Ái được thì tham; ái không được thì sân rồi từ đó phát sanh cả một rừng tâm lý hỗn mang, sâm si gai chông lùm bụi của tật của đố, của bất mãn, của phản bội, vô ơn, bạc bẽo, chán chường, kiêu ngạo, hống hách, máu lửa, chiến tranh, hận thù phủ trùm lên hoàn vũ, lên sinh mệnh các giống hữu tình. Và rồi nầy chư tỳ-khưu! Ái diệt là Niết-bàn. Niết-bàn là Khổ Diệt đế! Ái diệt là nguội tắt tham sân. Ái diệt là sự chấp thủ ngũ uẩn không còn nữa. Ái diệt là căn nhà bản ngã được công phu xây dựng từ vô lượng kiếp bị phá tan; bao nhiêu cột, kèo, rui, mèn, đòn tay, đòn dông, tường vách, mái lợp... bị trí tuệ giải thoát đốt cháy không còn dư tàn. Thế rồi, niềm vui siêu thế hiện ra. Vô lượng bệnh khổ không còn nữa. Sinh tử trầm luân trong ba cõi, sáu đường không còn nữa. Tuy nhiên, Niết-bàn không nằm trong lý trí, tư duy, suy luận, ngữ ngôn, khái niệm; nó phải được thực chứng; nó phải được thấy ngay, thấy thẳng bởi tuệ giác vô vi, vô nhiễm. Đây là chân lý tối hậu, là sự thực tối hậu không còn bị chi 354 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

phối bởi thế giới hữu vi hạn cuộc, không còn bị quy định bởi thời gian và các phạm trù ước lệ nữa. Nó siêu xuất ba cõi. Tạm gọi nó là cái phúc lạc thâm sâu, tuyệt đối, không thể nghĩ bàn! Thời pháp giảng đến ngang đây thì hôm đó trời đã quá khuya, năm vị tân tỳ-khưu thưa thỉnh đức Phật nghỉ ngơi. Thời pháp đã được đức Thế Tôn phân tích chi ly, cặn kẽ như thế nhưng cứ vẫn tồn đọng trong tâm trí các vị tân tỳ-khưu nhiều câu hỏi, nhất là Niết-bàn. Đêm đó dường như cả năm vị không ngủ nghỉ, cứ mải lầm thầm trò chuyện. Và đây là những câu hỏi tồn nghi: - Niết-bàn không nghĩ suy được, không lý giải được thì nó có phải là phi hữu như lông rùa, sừng thỏ? - Niết-bàn vắng mặt ngũ uẩn, như vậy thì nó còn gì, hư vô chăng? - Đặc tính của Niết-bàn là sự hủy diệt chăng? Nó hủy diệt cấu uế, hủy diệt tham sân si, hủy diệt các sanh thú vì nó không còn tái sanh? - Niết-bàn không phải hữu vi nên nó là phi sở tạo? - Niết-bàn không do tạo tác, không có già chết, vậy nó thường trụ chăng? Koṇḍañña nói nhỏ với các bạn: - Những câu hỏi ấy hay lắm, nhưng bài pháp đức Thế Tôn chưa giảng xong, chúng ta đừng làm phiền đến ngài. Hãy kham nhẫn chờ đợi! Những ngày sau đó, lúc thì ngoài trời, lúc thì trong am cốc, đức Phật lại tiếp tục triển khai rộng rãi bài pháp Tứ Thánh đế: - Niết-bàn như đã trình bày, chắc chắn là còn điểm chưa được sáng tỏ. Chưa được sáng tỏ nên có sự nghi ngờ, nghi hoặc là lẽ dĩ nhiên. Chỗ đến là như vậy, mục đích của samôn hạnh là như vậy; nhưng còn lộ trình đi đến đó nữa, con đường hành trì tức là đạo lộ dẫn đến Niết-bàn. Minh Đức Triều Tâm Ảnh 355

Sau đó, đức Phật đưa ra bản đồ tâm linh, lộ trình trung đạo như đã khái quát dẫn lược, là Đạo đế! Lại một lần nữa, đức Phật chi ly trình bày ngữ nghĩa từng danh từ một. Con đường Bát chánh khởi đầu bằng chánh kiến, cái thấy chơn chánh, cái thấy viên dung, tròn trặn, trong suốt, như chân, như thực: Cái thấy Tứ Thánh đế. Nói cách khác, chánh kiến là cái thấy chưa bị méo mó, sai lệch hay bị khúc xạ bởi lý trí, tư duy, các trạng thái tâm lý hay tình cảm chủ quan: cái thấy đúng như thực tướng! Chánh kiến ấy là chánh kiến siêu thế, vô lậu và không có sanh y dành cho bậc vô học. Cũng có một loại chánh kiến khác nữa. Đấy là thấy rõ thiện, bất thiện, khổ báo, phước báo, nhân quả, kiếp này, kiếp kia, luân hồi tử sanh... Nó thuộc tại thế, hữu lậu, còn sanh y dành cho bậc hữu học. Cả hai loại chánh kiến trên đều loại trừ tà kiến, loại trừ thường kiến, đoạn kiến; loại trừ kiến kiết phược, kiến trù lâm, kiến hoang vu, kiến điên đảo của tất thảy sáu mươi hai tà kiến trên thế gian! Khi có được cái chánh kiến ấy rồi mới có được chánh tư duy tức là suy nghĩ đúng, suy nghĩ chơn chánh! Đây là do nhờ cái thấy đúng dẫn đến suy nghĩ đúng chứ không phải có một cái chánh để suy nghĩ! Và, nếu có một cái chánh để hành trì thì cái chánh ấy cũng trở thành cái bị chấp thủ, trở thành cái bóng của ái, của ngã, của kiến. Chánh tư duy phải cần được hiểu là nó thuộc phạm trù đức lý, đạo hạnh. Muốn biết cái chánh ấy là gì thì chỉ cần xa lìa dục tư duy, sân tư duy, hại tư duy. Xa lìa dục tư duy có nghĩa là đừng suy nghĩ về sắc thanh hương vị xúc, phải hướng đến sự khước từ, xa lánh, xuất ly chúng (nekkhamma-saṅkappa); nhờ vậy, vị ngã, tham dục, tham ái không có cơ hội nẩy mầm! Xa lìa sân tư duy cũng có nghĩa tương tự, là đừng có suy nghĩ đến chuyện nóng nảy, ganh ghét, bực tức; khi mà các thuộc tính của sân này được làm cho dịu, cho mát đi thì ta có được trạng thái tâm vô sân (avyāpada-saṅkappa, tư duy vô sân) rất gần gũi với tâm từ. 356 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

Cái tư duy thứ ba, xa lìa hại tư duy tức là đừng có nghĩ đến chuyện ác ý hại người hoặc nuôi dưỡng niệm hung bạo. Nói cách khác, khi ấy là ta đã có được vô hại tư duy (avihimsā- saṅkappa), hỗ trợ thêm cho vô sân ở trên để có được một đầu óc minh mẫn, sáng suốt, một cái tâm trong trẻo, mát lành. Từ cái tâm ấy, cái trí ấy mà tư duy thì tư duy nào cũng thiện, cũng lành, cũng tốt, cũng đẹp, cũng thanh lương, cũng cao thượng, cũng ưu thắng cả! Chánh tư duy dẫn đến chánh ngữ, lời nói chơn chánh, lời nói đúng với sự thực, như thực! Chánh ngữ còn nội hàm: lời nói ấy phải y cứ trên cái thật, cái sự thật (chân); lời nói ấy phải lành, tốt, thiện ích (thiện); lời nói ấy phải dễ nghe, dễ hoan hỷ cái lỗ tai (mỹ). Ba yếu tố ấy mà thiếu một thì xem như chánh ngữ còn bất toàn, chưa trọn vẹn. Với nội dung tốt đẹp, tuyệt bích của chánh ngữ, như vậy thì lời nói nào cũng đem đến lợi ích cho mình và cho người. Nói lời đầy đủ như vậy thì vô hình trung, đã loại trừ lời nói dối, nói sai sự thật, nói vu oan, vu cáo, nói lời độc ác, hung dữ, phỉ báng, nhiếc móc, nhục mạ; cũng tránh nói lời hai lưỡi, đâm thọc, dệt gấm thêu hoa, nói trơn như mỡ, nói ngọt như đường hoặc thêm mắm, thêm muối, thêm gia vị cho bùi tai; phải tránh nói lời cộc cằn, thô lỗ, nói lời đâm bị thóc, thọc bị gạo; cần tránh nói lời tục tĩu vô duyên, nói lời phù phiếm, rỗng tuếch làm kẻ trí nhàm tai. Tóm tắt là cấm dối vọng, ác khẩu, ỷ ngữ, phù phiếm. Chánh ngữ dẫn đến chánh nghiệp, tức là nghiệp hành chơn chánh, thân chơn chánh. Thân chơn chánh hoặc thiện thân hành tức là thân không làm điều tà vạy, bất chánh, điều ác, điều mà thế gian chê trách; tức là cấm sát, đạo và dâm.

Thứ nhất là không sát sanh hại người, hại vật, biết tôn trọng sự sống của các loài hữu tình, ngay cả vô tình như cây cỏ cũng không nên chặt phá, đốt bỏ một cách bừa bãi. Thứ hai là chẳng nên trộm cắp, khoét tường, nạy tủ lấy tài sản, của cải, vật có giá trị hay không có giá trị thuộc sở hữu của người khác. Thứ ba là Minh Đức Triều Tâm Ảnh 357

cấm tuyệt tà dâm, tà hạnh, rủ rê, dụ dỗ chung chạ với vợ con người; riêng bậc xuất gia thì phải sống đời phạm hạnh thanh tịnh. Còn nữa, chánh nghiệp dẫn đến chánh mạng, nuôi mạng chơn chánh, tức là tránh xa cách nuôi sống tà mạng do thân và khẩu. Có cái thân là phải nuôi dưỡng nó; cho nó ăn cơm, mặc áo, cho nó uống thuốc khi bệnh, cho nó cái chỗ để nó ngủ nghỉ, tránh nắng mưa, nóng lạnh, rắn rít, muỗi mòng… Đời sống các tộc người thuộc các bộ lạc sơ khai, nhu cầu ít nên các phương tiện vật chất để sinh sống khá đơn giản. Khi các thôn ấp, làng xóm được thành lập thì những đòi hỏi về tiện ích, tiện nghi cứ tăng lên mãi; và đời sống với những nhu cầu về ăn, mặc, ở, thuốc men càng phức tạp, càng rối rắm. Con người do những tầm cầu, săn tìm vật chất, của cải đã bắt đầu nhúng tay vào cái ác, nhu cầu ngày càng nhiều thì cái ác càng tăng. Cái ác càng tăng thì những thói hư, tật xấu, gian tham, ích kỷ, lường gạt, xảo quyệt, sân độc, hung bạo... cứ thế mà tự do mọc rễ, đâm chồi. Tại các thành phố, thị tứ phát triển thì vấn đề nuôi mạng đã trở nên đa dạng, phong phú, nhiều chiều. Nhu cầu vật chất, phương tiện ăn ở, sinh hoạt càng đòi hỏi đáp ứng thì các nghề nghiệp bất chánh thi nhau mọc lên như nấm. Do vậy, những bậc thiện trí, những kẻ hiền đức xưa và nay, trước hiện trạng xã hội và con người sa lầy, mê đắm dục vật chất như thế đã biết tự ngăn giữ mình, khuyến hóa mình phải tránh xa các nghề nghiệp được xem là tà mạng như sau: nghề sát sanh hại vật, nghề buôn bán vũ khí, nghề dao thớt, bán mua các loài động vật, nghề bán mua các loại độc dược, nghề chưng cất, bán mua rượu men, rượu nấu... Nuôi dưỡng cái thân, cưng chiều cái thân, ái luyến cái thân càng nhiều thì ác nghiệp càng lớn. Một thiện gia nam tử sống giữa cuộc đời thật khó giữ cho bàn tay mình thanh sạch; ít nhiều phải bị dính bùn, nhuốm bụi. Riêng bậc xuất gia do nhu cầu đơn giản, chỉ có chiếc mỏ (bình bát), đôi cánh (tam y), mà thong dong biển rộng 358 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

sông dài. Họ ăn vừa đủ, mặc vừa đủ, ngủ đâu cũng được, thuốc men thì có nước tiểu, phân bò, rễ củ đó đây. Tứ sự càng dị giản thì đời sa-môn hạnh càng thanh nhàn, vô sự. Nghề nghiệp nuôi mạng chơn chánh của sa-môn là ăn vật thực người ta cho, người ta cúng dường; mặc y áo do vải lượm, do người ta quăng bỏ ở nghĩa địa, giữa rừng, góc chợ, ven đường. Thuốc men hoặc chỗ ngủ nghỉ cũng tương tợ vậy, cái gì người ta chưa cho, chưa trao tận tay với thành ý mà mình tự ý lấy dùng, sử dụng, chiếm hữu hoặc nói ướm, nói lời gợi ý thì đấy chính là tà mạng! Khi mà đã có kiến, tư duy như ngọn đèn thắp sáng tâm và trí rồi thì ngữ, nghiệp, mạng là giai đoạn hoàn thiện thân, khẩu, hoàn thiện đức hạnh bản thân. Khi bản thân đã chính đính, nghiêm túc, mẫu mực rồi, ta còn cần phải cố gắng, tích cực nuôi dưỡng tâm ý thiện lương, lánh xa ác niệm, và đấy là chánh tinh tấn, nỗ lực chơn chánh. Trong tâm ta có cái mầm ác và có cái mầm thiện. Mầm ác thì đừng cho nó nhú lên, nếu đã nhú lên rồi thì quyết tâm cắt bỏ, đào bứng nó đi. Mầm thiện thì chăm chăm, khéo léo, cố gắng làm cho nó nhú ra, nếu đã nhú ra rồi

thì nâng niu, săn sóc, tích cực thêm phân thêm nước cho nó mau phát triển tỏa thành cây xanh, bóng mát! Nói cách khác, chánh tinh tấn là một công phu quyết liệt để loại trừ những trạng thái tâm lý xấu, ác; và nuôi dưỡng, trưởng dưỡng những trạng thái tâm lý lành, tốt! Đơn giản chỉ có vậy nhưng mà nhiêu khê, vất vả vô cùng nên đi trước nó đã có kiến, tư duy, ngữ nghiệp, mạng hỗ trợ, thêm sức mạnh, tạo môi trường thuận lợi. Và, có lẽ, như vậy cũng chưa đủ nên sau chánh tinh tấn là chánh niệm, chú tâm chơn chánh, chú tâm theo dõi bốn chỗ thường duyên sanh các pháp bên trong lẫn bên ngoài: Ấy là niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp, tức là Tứ niệm xứ! Phiền não, khổ đau cũng ở đấy, mà an tịnh, Niết-bàn cũng ở đấy! Công phu thanh lọc mọi bụi bặm, mọi ô nhiễm thân tâm, thấy rõ thực Minh Đức Triều Tâm Ảnh 359

tướng các pháp phải được bắt đầu từ đây, chánh niệm, tức là chú tâm theo dõi, ghi nhận mọi động tịnh, mọi tác động đến từ sắc thân, các cảm thọ, các trạng thái tâm cùng với đối tượng danh pháp, sắc pháp. Chánh niệm giúp ta không lơ là, không quên, không thất niệm, làm cho tâm được an lập, kiên trú để hỗ trợ cho chánh định... Đức Phật giảng đến đây, lúc đang nghỉ hơi, tỳ-khưu Bhaddiya hỏi: - Bạch đức Thế Tôn! Niệm thân chính là niệm cái sắc thân này, từ hơi thở vô ra, các oai nghi đi đứng nằm ngồi và cả ba mươi hai thể trược hay còn gì khác nữa? - Đúng vậy, này Bhaddiya, nhưng còn nữa - Đức Phật nói - kể cả tứ đại cấu thành, kể cả khi quán tưởng các hình dạng tử thi tan rã dần dần nơi nghĩa địa. Tỳ-khưu Assaji hỏi: - Xin đức Thế Tôn giảng rõ thêm về niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp cho chúng đệ tử dễ lãnh hội? - Niệm thọ tức là tất cả mọi cảm thọ khổ lạc xả hỷ ưu đều phải chú tâm ghi nhận một cách trung thực. Một cảm giác nẩy sinh, nó sẽ tác động toàn bộ tâm sinh lý, cảm giác ấy nó khó chịu (khổ), dễ chịu (lạc), trung tính (xả), hân hoan (hỷ) hay bực bội (ưu) đều được ghi nhận một cách như thực, đừng giảm trừ nó, đừng khống chế nó mà cũng đừng thỏa hiệp. Nó đến như thế nào, nó an trú như thế nào, nó ra đi như thế nào đúng với định luật sinh diệt, đừng bị xác lập hay bị quy định bởi các tâm lý chủ quan! Phải lấy như chân như thực, như thực tánh mà quán niệm! Niệm tâm thì chú tâm ghi nhận tất cả mọi trạng thái tâm lý xảy ra nơi tâm: tham, sân, si hay vô tham, vô sân, vô si; kể cả tâm dục giới, sắc giới, vô sắc giới; kể cả tâm có giải thoát phiền não hay tâm chưa được giải thoát phiền não. Niệm pháp thì phức tạp hơn, vì nội hàm pháp rất lớn rộng. Tuy nhiên, ta chỉ khu biệt, giới hạn những pháp thuộc đối tượng của tâm trên lộ trình tu tập. 360 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

Khi tu tập, ta sẽ thấy rõ những pháp che lấp, chướng ngại như sự mệt mỏi, bải hoải của các tâm sở (thīna, hôn trầm), sự dã dượi, buồn ngủ của thân (middha, thụy miên), nghi nan, ngờ vực về thiện pháp, pháp hành (nghi, vicikicchā); nóng nảy, bực bội, khó chịu (sân, vyāpada), lay động, phóng dật (trạo cử, uddhacca) hoặc ăn năn hối hận (hối quá, kukkucca); và tham muốn nhục dục (dục lạc, kāmachanda). Lúc tu thiền định thì năm pháp che lấp, chướng ngại ấy sẽ được đối trị, làm cho yên lặng do nhờ sự xuất hiện của năm thiền chi; ấy là tầm (vitakka), tứ (vicāra), phỉ (pīti), lạc (sukha) và nhất tâm (ekaggatā). Đấy là những pháp cần được ghi nhận. Ngoài ra, năm uẩn, mười hai nhân duyên, bảy giác chi... đều là pháp phải quán niệm, ghi nhận một cách trung thực. - Bạch đức Thế Tôn! Vậy là trong niệm có định? Mahānāma hỏi. - Niệm hỗ trợ cho định,

niệm dẫn đến định, trong niệm có định; và niệm như thực tánh còn dẫn đến tuệ nữa - Đức Phật lại ân cần giải thích – Tuy nhiên, điều ấy Như Lai lại để dành một dịp khác. Còn rất nhiều pháp ẩn tiềm trong bài giảng cô đọng ở trên, muốn hiểu cho tận tường, thấu đáo, thông tỏ, Như Lai phải liễu giải nhiều ngày, nhiều tháng, nhiều năm, thậm chí cả trăm năm, ngại rằng cũng không nói hết! Nghe vậy cả năm vị tân tỳ-khưu lặng lẽ đưa mắt nhìn nhau. Họ thấy rằng, đức Phật dường như có cả một kho tàng; càng giảng càng thấy rộng và sâu, càng giảng, họ càng nghe những điều mới lạ; và quan trọng nhất là tâm họ càng an tịnh, trí họ càng sáng tỏ. Đúng là pháp mầu vi diệu, đúng là pháp mầu bất tử. Họ nghe mà như uống từng chữ, từng lời: ngọt, thanh, thù thắng, mênh mông và sâu nhiệm! - Nầy chư tỳ-khưu! Còn chánh định nữa! Định thì các vị đã từng tu tập, từng chứng đắc, dù thấp hay cao theo tôn Minh Đức Triều Tâm Ảnh 361

giáo truyền thống, các vị đã biết rõ rồi. Định tối thượng nhất trong tam giới là định vô sở hữu và định phi phi tưởng từ hai bậc đạo sư Ālāra Kālāmagotta và Uddaka Rāmaputta thì Như Lai cũng đã từng chứng đắc, nhưng tại sao Như Lai lại bỏ đi? Như Lai bỏ đi vì chúng không đưa đến tuệ nhãn, tuệ trí, tuệ giác, tuệ minh, giác ngộ, giải thoát. Các định ấy còn ở trong sinh tử. Cả hai vị đạo sư còn dính mắc, không chịu lìa bỏ, còn chấp thủ, còn sở hữu xả và nhất tâm, còn an trú trạng thái phúc lạc thâm sâu của xả và nhất tâm ấy nên Như Lai bảo đấy không phải là chánh định. Còn kiến chấp và ngã chấp, còn thỏa hiệp với sinh tử thì không phải chánh định. Trước các vị là những vị tỳ-khưu đầu tiên trong giáo pháp bất tử này, Như Lai tuyên bố rằng: Chỉ có định xuất thế, chỉ có định của các vị đắc tứ thánh, tứ quả có đối tượng là Niết- bàn thì định ấy mới là định chơn chánh, là chánh định! Cả năm vị tỳ-khưu đều ớn lạnh, rùng mình, nổi gai ốc! Hóa ra các định mà họ an trú bấy lâu nay không phải là chánh định, vậy là tà định chăng? Một sự đảo lộn tri kiến như thế đã làm cho họ bàng hoàng, run sợ! Chợt Koṇḍañña hỏi một câu rất xác đáng: - Bạch đức Thế Tôn! Vậy thì có một định khác, định giải thoát mà ngài đã an trú từng đêm? Đức Phật mỉm nụ tiếu sanh tâm, đáp rằng: - Không có cái gọi là định giải thoát ấy, này Koṇḍañña! Thấy cả năm vị đều rơi vào sự bối rối, ngơ ngác, đức Phật bèn mở nút – Khi tâm giải thoát, khi tuệ giải thoát trú vào định nào thì định ấy đều được gọi là định giải thoát, các vị cứ như thế mà lập tri! Cả năm vị đồng thở phào, nhẹ nhõm. Họ quá tâm đắc vào thời pháp, quá tri ân về sự giảng giải tận tình của đức Thế Tôn nên họ đồng sụp quỳ xuống lạy tạ và rơm rớm nước mắt. Tối hôm kia, tỳ-khưu Koṇḍañña có lẽ do nhiều suy nghĩ 362 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

bởi thời pháp nên đã đặt câu hỏi: - Trong khi giảng về Tứ thánh đế, đức Thế Tôn nhấn mạnh tuệ nhãn, tuệ trí, tuệ giác, tuệ minh; nhưng đạo lộ dẫn đến Niết-bàn, là Bát thánh đạo, Bát chánh đạo, con đường Trung đạo để tu tập, không thấy nói đến chánh tuệ, không thấy một tuệ nào được đề cập? Chỉ có niệm đưa đến định? Đức Phật vừa lòng với câu hỏi vô cùng: - Koṇḍañña, ông là bậc trí, đặt câu hỏi như ngón trỏ chỉ thẳng vào cái cơ yếu, cái căn để. Đúng vậy, câu hỏi của ông chính là những vấn đề mà Như Lai định tuyên thuyết hôm nay. Nầy chư tỳ-khưu! Sau khi trình bày về khổ, Như Lai nói nguyên nhân của khổ, sự diệt khổ và con đường dẫn đến sự diệt khổ. Con đường ấy, lộ trình Bát chánh, Như Lai cũng đã giảng giải khái quát và chi tiết, nhưng không có chánh tuệ!

Các thời pháp hôm trước, Như Lai đề cập chánh kiến như là yếu tố đầu tiên rồi cuối cùng mới dẫn đến chánh định. Thứ tự ấy là đúng, vì thấy đúng thì tất cả đều đúng, nếu thấy sai thì tất cả đều sai! Tuy nhiên, đấy chỉ là phương pháp giả lập. Nếu có người hỏi rằng, làm sao, mới nghe giáo pháp, mới tu tập mà có được chánh kiến cao cả, vô thượng, trong sáng và vô nhiễm ấy? Câu hỏi rất hay, rất xác đáng. Muốn có chánh kiến ấy thì phải có chánh định, định tâm chân chánh, giải thoát! Muốn có định tâm chơn chánh, giải thoát thì phải có chánh niệm, ghi nhận các pháp đúng như thực tướng. Muốn có chánh niệm như thực ấy thì phải có ngữ, nghiệp, mạng thanh tịnh. Và muốn có ngữ, nghiệp, mạng chơn chánh như thế thì phải cần có kiến và tư duy chơn chánh dẫn dắt. Hóa ra là nó đi vòng tròn. Vòng tròn cũng không chính xác, phải nói là tương quan, tương tác. Tương quan, tương tác cũng không chính xác mà nó đồng sinh. Nếu có tuệ minh sát nhìn ngắm thì ngay trong sát-na của đạo lộ thì tâm tuệ viên dung, có chánh kiến soi chiếu, tuệ tâm sở thì tất cả mọi chánh kia Minh Đức Triều Tâm Ảnh 363

đều có mặt. Nhưng khi sử dụng ngôn ngữ tại thế thì tạm thời có giả lập thứ tự trước sau. Nầy chư tỳ-khưu! Vì giả lập nên nói có tám nhánh, tám đạo chi. Vì khi nói kiến và tư duy là để mà tu tập trí - tuệ. Nói ngữ, nghiệp, mạng là để mà tu tập thân, khẩu - giới. Nói niệm, định là để mà tu tập tâm - định. Còn chánh tinh tấn thì tùy lúc, tùy khi nó hỗ trợ cho kiến, tư duy, hỗ trợ cho ngữ, nghiệp, mạng, hỗ trợ cho niệm, định. Thân, tâm, trí có giới, định, tuệ an lập và đều cần sự nỗ lực chơn chánh của tấn. Nhưng thân, tâm, trí là vận hành tương tác, bất ly; giới, định, tuệ cũng như thế. Có cái này tất có cái kia, nó duyên khởi. Gọi Bát thánh đạo là chỉ cái viên dung, tròn đầy trong tâm của bậc thánh. Gọi Bát chánh đạo là chỉ cho những sa-môn đang trên đường, đang trong từng giây khắc hoàn thiện bản thân, đang tu tập giới, tu tập định, tu tập tuệ. Nầy chư tỳ-khưu! Như Lai từng nói là niệm dẫn đến định mà niệm cũng dẫn đến tuệ vì Tứ niệm xứ vừa thành tựu các định sắc giới vừa có khả năng dẫn đến tuệ giải thoát. Tứ niệm xứ viên mãn, chánh niệm viên mãn thì cần định có định, cần tuệ có tuệ. Khi ấy, chánh định lại dẫn đến chánh kiến, chánh kiến chính là chánh tuệ vậy. Và chánh tuệ nầy, tùy lúc, tùy khi, tùy công năng, cấp độ, tùy hoạt dụng còn được gọi là trạch pháp giác chi, tuệ như ý túc, tuệ căn, tuệ lực, tuệ tâm sở. Chánh tư duy chính là tầm tâm sở trong thiền chi; khi còn thuộc thế gian thì nó gồm ba loại tầm viễn ly là tầm ly dục, tầm ly sân, tầm ly hại sẽ thành tựu được ba tâm riêng biệt là vô tham, từ và bi; nhưng ở trong đạo lộ xuất thế, chúng chỉ là một do đoạn tận dục tham, sân và hại. Chánh ngữ bao gồm bốn thiện ngữ nghiệp là đủ rồi. Chánh nghiệp bao gồm ba thiện thân hành là đủ rồi. Chánh mạng được hiển lộ một đời sống thiểu dục, tri túc là đủ rồi. Ngữ, nghiệp, mạng còn được gọi là ba tiết chế tâm sở là giới hạnh được bậc trí ưa thích, tán dương, nó thường được củng cố 364 Một Cuộc Đời Một Vầng Nhật Nguyệt

nhờ tín căn và tín lực. Chánh tinh tấn hỗ trợ cho bất cứ đâu cần đến, như đã nói, nó gồm tứ chánh cần, tấn tâm sở, tấn căn, tấn lực và tinh tấn giác chi. Chánh niệm bao gồm tứ niệm xứ, niệm tâm sở, niệm căn, niệm lực và niệm giác chi. Chánh định bao gồm các định có tầm, có tứ vì còn sử dụng để quán, nhất tâm tâm sở, định căn, định lực, còn kể chung luôn hỷ, an, định, xả của giác chi. Và nầy chư tỳ-khưu! Nếu Bát chánh đạo, Bát đạo chi không được hiểu rõ, không được thấy rõ, không được hành trì đúng

như Như Lai đã giảng giải thì có thể bị rơi vào bát tà đạo: tà kiến, tà tư duy, tà ngữ, tà nghiệp, tà mạng, tà tinh tấn, tà niệm, tà định; rồi chúng sẽ đưa đến tà tuệ và tà giải thoát! Đến ngang đây, các vị tỳ-khưu dường như đồng thanh nói: - Chúng đệ tử rợn ngợp về giáo pháp này. Kể về chi tiết, mạch lạc thì chúng riêng lẻ như từng cái cá biệt; nhưng chúng lại lẫn trong nhau, tan hòa trong nhau khó phân ra biên giới một cách rạch ròi! Bạch đức Thế Tôn, như vậy là đủ rồi, như vậy là quá dư thừa để cho chúng đệ tử có thể có thời gian lãnh hội thấu đáo. Chúng đệ tử còn cần phải suy gẫm, chiêm nghiệm từ trong mỗi động thái, cử chỉ, oai nghi, từng hơi thở, từng khởi sanh của tâm niệm. Giáo pháp này, quả thật, không phải tìm sự hợp lý trong suy luận mà phải hiện quán để chứng thực, chứng nghiệm, bạch đức Thế Tôn! - Lành thay, các ông đã hiểu, đã thấy một phần nào. Như Lai hy vọng rằng, chỉ ít hôm nữa thôi, các ông không những thông tỏ toàn vẹn đạo lộ xuất thế, mà còn chấm dứt tất thảy mọi nghi nan về chuyện Niết-bàn là phi hữu, hư vô, thường trụ hay phi sở tạo! Cả năm vị tỳ-khưu đồng giật mình, lông tóc dựng ngược: Đúng là sự thấy biết bất khả tư nghì của bậc Chánh Đẳng Giác!

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