Giảng giải Kinh Chuyển Pháp Luân (Mahasi Sayadaw; TK Pháp Thông dịch)

Nikaya — bài lẻ & đối chiếu

GIẢNG GIẢI

KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa (Thành kính đảnh lễ Đức Thế Tôn, bậc A-la-hán, đấng Chánh Biến Tri.)

Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Thiền Sư Mahāsi Sayādaw

TK Pháp Thông dịch

Đại Kinh Chuyển Pháp Luân PHẦN I

Lời Tựa Bắt đầu từ hôm nay chúng tôi sẽ giảng giải bài Pháp Đầu Tiên của Đức Thế Tôn, đó là kinh Dhamma Cakkappavattana, hay Kinh Chuyển Pháp Luân. Là bài Pháp Đầu Tiên do Đức Thế Tôn thuyết, Kinh Chuyển Pháp Luân được xem là cổ xưa nhất và dễ hiểu nhất trong số những Lời Dạy của Đức Phật. Hiếm người nào, trong số những người tại gia cư sĩ của xứ sở Phật Giáo Myanmar (Miến Điện) này, không từng nghe về bài kinh Chuyển Pháp Luân. Có rất nhiều người còn nhớ nằm lòng bài Kinh này. Hầu như ở khắp mọi nơi, từ thành thị đến thôn quê, người ta lập thành những nhóm Phật tử dưới danh nghĩa "Hội Tụng Đọc Kinh Chuyển Pháp Luân", để chuyên trì tụng và lắng nghe bài Kinh ấy. Nói chung, những người theo Phật Giáo rất xem trọng bài kinh này vì nó là Giáo Pháp Đầu Tiên của Đức Thế Tôn vậy. Hiện nay có rất nhiều Nissaya hay các hình thức dịch, giảng giải, và giải thích khác nhau về Kinh Điển Pāḷi ở Miến Điện. Nhưng chắc chắn là không có bất kỳ tác phẩm nào chỉ rõ những phương pháp thực hành cụ thể từ Kinh Điển và làm thế nào để những người hành thiền nhiệt tâm và chân thành

mong muốn chứng đắc Đạo Quả có thể ứng dụng được những phương pháp ấy. Kinh này đã được chúng tôi giảng giải chi tiết trong nhiều dịp, nhấn mạnh đến sự áp dụng thực tiễn của nó vào thiền học. Chúng tôi đã chính thức khai mạc Trung Tâm Thiền Yangon này bằng một bài thuyết trình về Kinh Chuyển Pháp Luân và cũng ở nơi đây chúng tôi đã thuyết giảng bài Kinh này nhiều lần. Ở các nơi khác cũng vậy, bất cứ khi nào có một Trung Tâm Thiền mới mở, chúng tôi luôn luôn dùng bài kinh này như một bài giảng khai mạc. Kinh Điển của Đạo Phật có ba phần chính gọi là Tam Tạng hay Ti Piṭaka trong Pāḷi: 1. Tạng Kinh (Sutta Piṭaka); 2. Tạng Luật (Vinaya Piṭaka); (3) Tạng Diệu Pháp (Abhidhamma Piṭaka). Kinh Chuyển Pháp Luân được gồm trong Tạng Kinh mà Tạng này lại được tạo thành từ năm Nikāya (thường dịch là 'Bộ'), đó là, Trường Bộ (Dīgha Nikāya), Trung Bộ (Majjhima Nikāya), Tương Ưng Bộ (Saṃyutta Nikāya); Tăng

Chi Bộ (Aṅguttara Nikāya) và Tiểu Bộ (Khuddaka Nikāya). Tương Ưng Bộ được chia làm năm phẩm (vagga): (a) Sagāthāvagga (Phẩm Có Kệ) (b) Nidānavagga (Phẩm Nhân Duyên) (c) Khandhavagga (Phẩm Uẩn) (d) Salāyatanavagga (Phẩm Sáu Xứ) (e) Mahāvagga (Đại Phẩm). Mahāvagga (Đại Phẩm) lại được chia thành mười hai tiểu phẩm như Maggasaṃyutta (Tương Ưng Đạo), Bojjhaṅgasaṃyutta (Tương Ưng Giác Chi), Satipaṭṭhānasaṃyutta (Tương Ưng Niệm Xứ) v.v..., tương ưng cuối cùng trong đó là Tương Ưng Sự Thật (Saccāsaṃyutta).

2 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Kinh Chuyển Pháp Luân xuất hiện như bài pháp đầu tiên trong phẩm thứ hai của tiểu phẩm Tương Ưng Sự Thật và nó đã được trùng tuyên chính xác như vậy trong nghi thức của Đại Hội (Kết Tập Kinh Điển) Lần Thứ Sáu. Trong lần biên tập Tam Tạng của Đại Hội Kết Tập Lần Thứ Sáu này, nó đã được ghi chép trên các trang 388-371 trong quyển ba của Tương Ưng Bộ (Saṃyutta Piṭaka). Trong đó phần giới thiệu bài Kinh: "Evaṃ me suttaṃ, ekaṃ samayaṃ...Như vầy tôi nghe: một thời..." do ngài Ānandā xướng lên khi được Tôn-giả Ca- Diếp (Mahākassapa) vấn tại Đại Hội Kết Tập tổ chức chỉ hơn ba tháng sau sự diệt độ của Đức Thế Tôn. Tôn-giả Ca-diếp đã hỏi Tôn-giả Ānandā: "Này Hiền- giả Ānandā, Kinh Chuyển Pháp Luân này được thuyết ở đâu? Do ai thuyết, vì lợi ích của ai và được thuyết như thế nào? Tôn-giả Ānandā trả lời, "Bạch Ngài đại Trưởng-lão Ca- diếp. Tôi được nghe như vầy. Một thời Đức Thế Tôn đang trú tại nơi Vãng Lai của các Bậc Thánh, Vườn Isipatana, (nơi đây chư Phật Độc Giác và chư Phật Chánh Đẳng Giác thường hạ xuống từ trên hư không), Vườn Bảo Tồn Nai (Lộc Giả Uyển), trong thị tứ Benares. Lúc ấy, Đức Thế Tôn gọi nhóm năm vị Tỳ kheo và nói: "Này các Tỳ kheo, có hai cực đoan mà người đã lìa xa đời sống thế tục, sống đời xuất gia không nên hành theo."

Mahāsi Sayādaw 3

NGÀY THUYẾT KINH

Phần giới thiệu này thiếu mất ngày thuyết kinh xác định. Trong các bài Kinh khác, ngày (thuyết) chỉ được đề cập đơn giản như "Một Lần Nọ" hay "Một Thời" mà thôi. Một dữ liệu chính xác theo thứ tự thời gian như năm, tháng, và ngày mà mỗi bài Kinh được thuyết chắc chắn sẽ rất hữu ích. Nhưng những chi tiết theo thứ tự thời gian xem ra sẽ là một sự phiền toái cho việc ghi nhớ và tụng đọc Kinh Điển. Vì vậy đặt một ngày chính xác cho mỗi bài Kinh không phải là dễ. Tuy nhiên, chúng ta vẫn có thể tính toán được ngày thuyết chính xác bài Kinh Chuyển Pháp Luân này bởi vì nó là bài Pháp Đầu Tiên của Đức Thế Tôn và cũng bởi vì việc tham khảo có thể được thực hiện trên những chứng cứ nội tại do các bài Kinh khác và Tạng Luật (Vinaya Piṭaka) cung cấp...Đức Phật đạt đến sự giác ngộ tối thượng vào đêm Rằm tháng Tư. Kế tiếp Ngài giảng Kinh Chuyển Pháp Luân này vào chiều tối ngày Rằm tháng Sáu sau đó. Đức Phật nhập Niết-Bàn tính đến nay là 2555 năm. Cộng với 45 năm hoằng pháp trước khi Niết Bàn, tổng cộng sẽ là 2600 năm. Như vậy chính vào Canh Đầu của đêm Rằm tháng Sáu, 2600 năm trước bài

Pháp Đầu Tiên này đã được Đức Thế Tôn thuyết (phần này người dịch đã sửa lại theo lịch của VN). Vườn nai, nơi các con nai được người ta cho một nơi ẩn náu, trước đây chắc hẳn phải là một khu rừng với những

chú nai lang thang đây đó một cách vô hại. Tuy nhiên, hiện nay vùng này đã cạn hết những cây rừng và trở thành một nơi khoáng đãng với những thửa đất canh tác chung quanh nơi cư trú của con người. Thuở xưa, chư Phật Độc Giác trên Núi Gandhamādana thường du hành qua hư không bằng năng lực thần thông và đáp xuống vùng đất biệt lập này. Chư Phật Chánh Đẳng Giác xưa kia cũng vậy, bay đến đây bằng năng lực thần thông và hạ xuống tại địa điểm này để thuyết giảng bài Pháp Đầu Tiên (Kinh Chuyển Pháp Luân). Chính vì thế mà nơi đây có tên là nơi ẩn dật hay nơi Lai Vãng của các bậc Thánh (HT Minh Châu dịch là nơi Chư Tiên Đoạ Xứ). Phần giới thiệu của bài kinh còn nói rằng Đức Thế Tôn đã thuyết bài Pháp Đầu Tiên này cho nhóm năm vị Tỳ- kheo khi ngài đang trú tại vườn Bảo Tồn Nai trong thị tứ của Benares. Đó là tất cả những thông tin mà chúng ta có thể có được từ lời giới thiệu được xem là nghèo nàn và không đầy đủ. Phần giới thiệu này tất nhiên cần phải soạn thảo tỉ mỉ hơn nữa, vì thế chúng tôi dự định cung cấp một ít thông tin bằng cách rút tỉa những tài liệu từ một số bài kinh khác.

BA LOẠI GIỚI THIỆU

Sự giới thiệu cho một bài kinh thường được giải thích là vì lợi ích của ai hay vì lợi ích gì Đức Phật dạy bài kinh này. Có ba loại giới thiệu

1. Cách giới thiệu đưa ra câu chuyện bối cảnh ở quá khứ xa xăm. Cách này cung cấp một sự giải thích về đức Bồ Tát, vị Phật tương lai, đã hoàn thành các ba-la-mật đòi hỏi phải có của một vị phát nguyện thành Phật, bắt đầu từ thời điểm được Đức Phật Nhiên Đăng (Dipaṅkarā) thọ ký cho đến lúc ngài tái sanh làm thiên tử Setaketu, vua của các vị chư thiên trên cõi trời Đâu-Suất (Tusitā) như thế nào. Ở đây chúng ta không cần và cũng không có thời gian để đề cập nhiều về câu chuyên bối cảnh ở quá khứ xa xăm này. 2. Cách giới thiệu đề cập đến câu chuyện bối cảnh ở giai đoạn trung gian. Cách này chủ yếu đề cập đến việc giải thích những gì đã xảy ra từ khi đức Bồ Tát tái sanh trên cung Trời Đâu-Suất đến khi chứng đắc Toàn Giác trên Bồ Đoàn Trí Tuệ. Chúng tôi sẽ chú ý đến cách giới thiệu này ở một mức độ đáng kể nào đó. 3. Cách giới thiệu nói về quá khứ gần nhất, ngay trước khi dạy bài Kinh Chuyển Pháp Luân này. Đây là những gì chúng ta biết được từ lời tuyên bố “Tôi nghe như vầy. Một thời Đức Thế Tôn… ” đã dẫn ở trên.

Bây giờ chúng tôi sẽ đề cập đến những tài liệu có liên quan rút ra từ loại giới thiệu thứ hai. Những dữ liệu của

chúng tôi được rút ra từ Kinh Sukhumāla của Ṭika nipāta, Tăng Chi Bộ Kinh; Kinh Thánh Cầu (Ariyapariyesana Sutta) và Đại Kinh Saccaka (Mahāsaccaka Sutta), của

Mūlapaṇṇāsa; Kinh Bodhirājakumāra và Kinh Sangārava của Majjhimapaṇṇāsa; Kinh Pabbajjā, Kinh Padhāna của Suttanipāta và nhiều bài Kinh khác.

ĐỨC BỒ TÁT VÀ NHỮNG LẠC THÚ TRẦN GIAN

Sau khi đức Bồ-tát mạng chung từ Cung Trời Đâu Suất, ngài nhập vào lòng bà Ma-gia (Mahāmāyā Devī), Chánh Cung Hoàng Hậu của Vua Tịnh Phạn (Suddhodana) xứ Ca-tỳ-la-vệ (Kapilavatthu). Bồ-tát sanh hôm thứ Sáu ngày Rằm tháng Tư, trong khu rừng cây Sa-la khả ái gọi là Vườn Lâm-tỳ-ni (Lumbinī) và được đặt tên là Sĩ-đạt-đa (Siddhattha). Năm mười sáu tuổi, ngài kết hôn với công chúa Da-du-đà-la (Yasodayā Devī), con gái của Suppabuddha, Vua xứ Devadaha. Sau đó, vây quanh bởi bốn mươi ngàn thị nữ, ngài sống trong sự sa hoa tráng lệ, hưởng thụ những lạc thú của bậc đế vương. Trong khi đang mê đắm dục lạc giữa những sa hoa và tráng lệ như vậy, thì một ngày kia ngài cùng với đoàn tuỳ tùng có dịp đi ra ngoài hoàng cung đến vườn thượng uyển để dự một bữa yến tiệc và lễ hội. Trên đường đi, cảnh người già yếu, hom hem đã khiến cho tâm ngài chấn động và ngài vội vàng lui gót trở lại hoàng cung. Lần thứ hai, khi ngài có dịp đi ra ngoài, ngài đã thấy một người bệnh và cũng quay trở lại trong tâm trạng hoang mang cực độ. Khi đi dạo lần thứ ba,

ngài thực sự bối rối khi thấy một người chết và cũng vội vàng lui gót. Những hoang mang và bối rối tác động trên Đức Bồ-tát này đã được mô tả trong Kinh Thánh Cầu (Ariyapariyesana Sutta).

PHI THÁNH CẦU

Đức Bồ-tát suy xét như vầy: “Trong khi tự mình bị già lại đi tìm cầu, mong mỏi cái bị già là điều không thích hợp. Và cái gì phải chịu già? vợ và con; đầy tớ nam, đầy tớ nữ; dê và cừu; gà và heo; voi, bò, ngựa đực, ngựa cái; vàng và bạc, tất cả những dục trần và xa hoa, hữu tình và vô tình đều phải chịu già. Trong khi tự mình phải bị già, lại mong mỏi những đối tượng của dục lạc này, để bị bao vây và nhận chìm trong đó thì thật là không thích hợp.” “Tương tự, thật là một điều không thích hợp, trong khi tự mình phải chịu bệnh và chết, lại đi tìm cầu, mong mỏi những dục trần vốn phải chịu bệnh và chết như vậy. Chạy theo những cái phải chịu già, bệnh và chết (những cái không thích hợp) tạo thành Phi Thánh Cầu (Anariyapariyesana).”

THÁNH CẦU

“Do tự mình phải bị già, bệnh và chết, đi tìm cái không phải bị già, bệnh và chết tạo thành Thánh Cầu (Ariyapariyesana).”

Chính Đức Bồ-tát mới đầu cũng bị kéo vào những Phi Thánh Cầu đã được mô tả trong Kinh như sau: “Này các Tỳ-kheo, trước khi Ta chưa giác ngộ, khi Ta chỉ là một vị Bồ-tát, tự mình bị sanh Ta tìm cầu cái cũng phải bị sanh; tự mình bị già Ta tìm cầu cái cũng phải bị già.” Đây là một sự lên án hay chỉ trích cuộc sống hưởng dục mà ngài đã sống

với Da-du-đà-la giữa cái xã hội phóng đãng của những nàng cung nữ. Rồi, sau khi đã nhận ra sự nguy hại của lối sống ấy, ngài quyết định đi tìm sự An Ổn của Niết-Bàn thoát khỏi sanh, già, bệnh, và chết. Ngài nói, “Sau khi đã nhận ra sự nguy hại của tự mình bị sanh, già, sự tình này khởi lên nơi ta: thật sẽ là điều thích hợp nếu như Ta đi tìm sự An Ổn tối thượng, vô song của Niết-Bàn, thoát khỏi sanh, và già.” Như vậy, sự tầm cầu An Ổn của Niết-Bàn, thoát khỏi già và chết đã khởi lên nơi Đức Bồ-tát. Đó là một mục tiêu rất đáng tán dương và chúng ta sẽ xem xét thêm về vấn đề này để thấy rõ tại sao nó lại đáng được tán dương như vậy. Giả sử có một người đã già yếu, hom hem. Liệu có khôn ngoan cho người ấy để tìm bạn (đời) với một người đàn ông hay đàn bà khác cũng già và yếu giống như người ấy; hay với một người dù chưa già nhưng không bao lâu nữa chắc chắn sẽ già hay không? Không, điều đó hoàn toàn không sáng suốt.

Mahāsi Sayādaw 9

Lại nữa, đối với một người sức khoẻ đang suy yếu và đau khổ, nếu người này kết bạn với một người khác cũng đang ốm yếu và khổ sở vì một căn bệnh đau đớn nào đó thì sẽ là điều hoàn toàn không hợp lý. Cho dù kết bạn với một người mà hiện tại sức khoẻ còn đang tốt, nhưng chẳng bao lâu sẽ bị bệnh, thì đó cũng chẳng phải là thái độ khôn ngoan. Thậm chí có những người đang hy vọng được hưởng một cuộc sống hôn nhân ổn định với nhau. Nhưng bất hạnh thay, một trong hai người trở thành phế nhân nằm liệt giường liệt chiếu, điều này vô tình đã áp đặt trên người kia cái bổn phận nặng nề là phải chăm sóc cho người bạn đời bệnh hoạn. Hy vọng về một cuộc sống hôn nhân hạnh phúc cũng có thể vội qua đi khi người vợ hay chồng tử biệt để lại biết bao sầu khổ và khóc than cho kẻ goá bụa còn lại. Cuối cùng, dù không đối diện với những trường hợp trên, cả hai rồi cũng sẽ phải đương đầu với nỗi khốn khổ của già, bệnh và chết. Như vậy, theo đuổi những dục lạc phải chịu già, bệnh, và chết là điều vô cùng không khôn ngoan. Sự tìm cầu cao quý nhất là đi tìm những gì không phải bị già, bệnh, và chết. Ở đây, tại Thiền Viện (Mahasī) này, tôi thật sự hài lòng khi thấy rằng quý sư cũng như quý vị cư sĩ, đều tham dự trong sự tìm cầu cao quý nhất, đó là tìm cầu cái không già, không bệnh và không chết.

10 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

SỰ TỪ BỎ CỦA ĐỨC BỒ TÁT

Trong lần dạo chơi thứ tư đến vườn thượng uyển, đức Bồ-tát đã gặp một vị tu sĩ. Từ vị tu sĩ này ngài biết rằng ông đã xa lìa cuộc sống trần tục và đang theo đuổi những sự tầm cầu xứng đáng, đức Bồ-tát ngay lúc đó khởi lên ước muốn từ bỏ thế gian, trở thành một vị sa-môn và đi tìm những gì không phải chịu già, bệnh, và chết. Khi đã đạt được những gì mình hoài bảo, ý định của ngài là sẽ truyền trao kiến thức ấy cho thế gian để những người khác cũng sẽ biết cách thoát khỏi cái khổ của bị già, bệnh và chết. Quả thực là một ý nghĩ cao quý, một ý định thánh thiện! Cũng trong ngày ấy và trong khoảng giờ ấy, Công Chúa Da-du-đà-la đã hạ sanh một hoàng nam. Khi nghe được tin này, Đức Bồ-tát lẩm bẩm than phiền, “Một chướng ngại (Rāhulā) đã sanh, một sự ràng buộc đã sanh.” Nghe được lời bình phẩm của Đức Bồ-tát, Vua Tịnh Phạn đã khiến cho

đặt tên đứa cháu nội mới sanh của mình là Hoàng Tử Rāhulā (Hoàng Tử Chướng Ngại), với hy vọng rằng đứa bé thực sự sẽ chứng tỏ là một sự ràng buộc đối với Đức Bồ-tát và trở thành một chướng ngại cho dự định xuất gia của ngài. Nhưng Đức Bồ-tát đã chán ngán những lạc thú trần gian. Đêm đó ngài thản nhiên, không bị tác động bởi những trò vui do các vũ công trong hoàng cung đem đến và chìm vào một giấc ngủ sớm. Đám nhạc công chán nản cũng buông nhạc cụ xuống và nằm ngủ ngay tại đó. Cảnh tượng những

vũ nữ nằm ngủ nghiêng ngủ ngả mà ngài bắt gặp khi thức giấc lúc nửa đêm đã khiến cho ngài ghê tởm và nó biến cho cung điện nguy nga tráng lệ của ngài nhìn chẳng khác gì một bãi tha ma với đầy những xác chết. Vì thế vào lúc nửa đêm Đức Bồ-tát đã lìa bỏ Hoàng Cung (nguyên tác: một cuộc Hồi Hưu Vĩ Đại), cỡi trên lưng ngựa Kiền Trắc (Kandhaka) cùng với Xa-nặc (Channa), người tuỳ tùng thân tín của ngài. Đến dòng sông A-nô-ma (Anomā), Đức Bồ-tát cắt đứt mái tóc và râu của mình khi đang đứng trên bờ cát. Sau đó ngài vứt bỏ hoàng phục và mặc vào tấm y vàng do Phạm Thiên Ghatikara dâng và trở thành một vị sa-môn. Lúc ấy, Đức Bồ-tát chỉ mới hai mươi chín tuổi, độ tuổi thuận lợi nhất cho sự theo đuổi các dục lạc. Việc ngài từ bỏ tất cả với thái độ dửng dưng, không màng đến vẻ phù hoa và tráng lệ của vương quyền và sự chăm sóc, uỷ lạo của Công Chúa Da-du- đà-la cũng như đoàn tuỳ tùng ở một độ tuổi thuận lợi nhất trong khi còn sung mãn với tuổi trẻ như vậy thực sự đã gây ra biết bao kinh hoàng.

TÌM ĐẾN ĐẠO SĨ ĀLĀRA

Lúc đó Đức Bồ-tát vẫn chưa có một sự hiểu biết thực tiễn về đời sống phạm hạnh. Vì thế ngài đã tìm đến vị đạo sĩ nổi tiếng thời bấy giờ, đó là Ālāra, người được xem như không phải phàm nhân. Trong tám tầng thiền hiệp thế, Ālāra đã tự thân tinh thông hết bảy tầng, tức là đến Vô Sở Hữu Xứ

Thiền (Akincannayatana Jhāna) và đang truyền dạy kiến thức ấy cho những môn đồ của mình. Trước khi có sự xuất hiện của Đức Phật, những vị đạo sư thành tựu các thiền chứng như vậy được xem như những vị thiền sư rất đáng tin cậy trong việc đưa ra những hướng dẫn thực tiễn về phương pháp chứng thiền. Ālāra thời ấy nổi tiếng như một vị Phật. Văn học Thượng Toạ Bộ (Theravāda) không nói gì về vị này, nhưng trong Lalitavistra1, một tác phẩm ghi chép tiểu sử Đức Phật của Phật Giáo Bắc Truyền, có ghi lại rằng vị đạo sư này sống ở xứ Vesālī, và rằng ông có ba trăm người đệ tử học pháp với ông.

THỌ TRÌ PHÁP CỦA THÁNH GIẢ ĀLĀRA

Đức Bồ-tát thọ trì những hướng dẫn từ Thánh Giả Ālāra như thế nào đã được mô tả trong Kinh như vầy: Sau khi xuất gia trở thành một sa-môn theo đuổi cái thánh thiện, tìm cầu sự An Ổn tối thượng, vô song của Niết-Bàn, Ta đi đến chỗ Ālāra Kāḷāma và thưa với ông như vầy: “Hiền giả Kāḷāma, tôi muốn sống đời phạm hạnh dưới pháp và luật

của ngài.” Khi ta thưa với ông như vậy Ālāra đã trả lời: “Hãy đến, này Hiền giả Gotama, và sống trong Giáo Pháp này. Bản chất của pháp (dhamma) này là vậy, chỉ trong một

1 Lalitavistra hay Lalitavistara (Phổ Diệu Kinh, Thần Thông Du Hý Kinh): Kinh trình bày chi tiết cuộc đời của Đức Phật.

thời gian ngắn, người trí có thể tự mình chứng ngộ và an trú, có đầy đủ những gì Đạo Sư của người ấy đã tự mình chứng ngộ.” Sau những lời khích lệ này, Ālāra đã cho đức Bồ-tát những hướng dẫn về pháp.

CAM ĐOAN MỘT LẦN NỮA

Lời tuyên bố của Ālāra khẳng định rằng pháp của ông, nếu thực hành như đã được chỉ dạy, chẳng bao lâu người ta sẽ có thể tự mình chứng ngộ như thầy của mình có vẻ rất đoan chắc và thôi thúc niềm tin. Một giáo pháp thực dụng chỉ đáng tin cậy và có sức thuyết phục khi người ta có thể tự mình chứng ngộ nó trong một thời gian ngắn. Và sự chứng ngộ càng xảy ra sớm, giáo pháp ấy sẽ càng được cổ vũ nhiều hơn. Đức Bồ-tát cảm thấy thoả mãn với những lời của Ālāra và ý nghĩ này khởi lên trong tâm ngài: “Không phải chỉ bằng lòng tin mà Ālāra loan báo rằng ông đã học được pháp này. Chắc chắn Ālāra đã tự mình chứng ngộ pháp; chắc chắn ông đã biết và hiểu pháp.” Điều đó là sự thực. Ālāra không hề trích dẫn bất kỳ kinh điển nào như căn cứ (cho lời nói của ông). Ông không nói rằng ông đã nghe được điều đó từ người khác. Ông tuyên bố rõ là ông đã tự mình chứng ngộ những gì mà tự thân ông biết. Một vị thiền sư phải dám tuyên bố sự tin chắc của mình một cách can đảm giống như ông vậy. Không tự thân thực hành pháp, không tự thân kinh nghiệm và chứng ngộ pháp

theo cách riêng của mình, mà chỉ học từ những cuốn sách nói về phương pháp hành thiền, rồi tuyên bố là thiền sư, hay thuyết giảng và viết sách về thiền là điều phi lý nhất và không hợp lẽ nhất. Việc làm đó cũng giống như một người thầy thuốc kê đơn thuốc cho bệnh nhân mà chưa hề trắc nghiệm lâm sàng và tự mình thử, và chắc hẳn ông cũng chẳng dám thử trên bản thân mình. Những bài thuyết giáo hay những cuốn sách như vậy chắc chắn không đáng tin cậy và truyền được cảm hứng. Tuy nhiên Ālāra đã can đảm dạy những gì ông tự mình chứng ngộ. Đức Bồ-tát hoàn toàn bị ấn tượng bởi lời tuyên bố của ông. Và ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: “Không chỉ Ālāra có đức tin, Ta cũng có đức tin; không chỉ Ālāra có tinh tấn, niệm, định và tuệ, Ta cũng có tinh tấn, niêm, định và tuệ.” Rồi ngài nỗ lực để chứng ngộ pháp đó, pháp mà Ālāra tuyên bố đã tự mình biết, và chứng ngộ. Và, trong thời gian không bao lâu ngài đã học được pháp dẫn đến thiền chứng vô sở hữu xứ. Rồi ngài đi đến chỗ Ālāra ở và hỏi xem vô sở hữu xứ thiền mà ông tuyên bố đã tự mình chứng ngộ và an trú, có giống giai đoạn hiện nay ngài đạt đến hay không. Ālāra trả lời, “Cho đến mức độ như vậy là pháp này dẫn đến, về pháp ta tuyên bố đã tự mình chứng ngộ và an trú, cũng giống như giai đoạn hiện nay hiền giả Gotama đã đạt đến vậy.” Rồi ông nói lên lời tán dương này: “Hiền giả Gotama thật là một người vô cùng xuất sắc. Vô sở hữu xứ thiền không phải dễ

đạt đến. Vậy mà Hiền giả Gotama đã nhanh chóng chứng ngộ nó. Điều đó quả thực là kỳ diệu. Thật là may mắn cho chúng tôi, chúng tôi đã thắp sáng được một đồng phạm hạnh xuất sắc như Tôn giả. Tôi chứng ngộ pháp như thế nào, Hiền giả cũng chứng ngộ pháp như thế ấy. Hiền giả học được pháp ngang mức nào, tôi cũng học được pháp ngang mức ấy như Hiền giả. Hiền giả Gotama đã ngang hàng với tôi về pháp. Ở đây, chúng tôi có một hội chúng lớn. Hãy đến, này Hiền giả, chúng ta sẽ cùng nhau hướng dẫn hội chúng đệ tử này." Như vậy Ālāra, người thầy, đã đặt Đức Bồ-tát, là học trò của ông, lên ngang hàng với ông và tôn vinh Đức Bồ-tát bằng cách giao phó cho ngài công việc hướng dẫn một trăm năm mươi người đệ tử, phân nửa số học trò dưới sự dạy dỗ của ông. Tuy nhiên, Đức Bồ-tát ở lại thiền viện ấy chỉ trong một thời gian ngắn. Trong khi ở lại đó, ý nghĩ này đã đến với ngài. "Pháp này không dẫn đến sự nhàm chán, ly tham và diệt dục, không đưa đến sự an tịnh cho thắng trí và giác ngộ viên mãn, cũng không đưa đến Niết-Bàn, đoạn tận khổ đau, mà chỉ đưa đến chứng đắc vô sở hữu xứ. Một khi đã sanh lên (cõi vô sở hữu xứ) đó, thọ mạng dài đến sáu mươi ngàn kiếp và sau khi chết ở đó, người ta sẽ tái sanh trong các cõi sống theo nghiệp và trải qua những khổ đau trở lại. Đó không phải là pháp bất tử ta đang mong mỏi." Như vậy, do không

quan tâm tới pháp hành chỉ dẫn đến Vô Sở Hữu Xứ Thiền, ngài đã từ bỏ nó và rời khỏi thiền viện của Ālāra.

ĐI ĐẾN THÁNH GIẢ UDAKA

Sau khi rời nơi đó, đức Bồ-tát tự hành một mình trong một thời gian, theo đuổi con đường An Tịnh tối thượng để đạt đến trạng thái Bất Tử của Niết-Bàn. Lúc đó danh tiếng của Udaka Rāmaputta (con trai của Rāma, đệ tử của thánh giả Rāma) thấu đến tai ngài. Đức Bồ-tát liền đi đến chỗ Udaka và xin được sống đời phạm hạnh dưới pháp và luật của thánh giả Rāma. Những kinh nghiệm của ngài dưới sự hướng dẫn của Udaka, Udaka đã giải thích pháp cho ngài như thế nào, đức Bồ-tát đã bị ấn tượng bởi pháp và luật ấy, và ngài đã thực hành cũng như chứng ngộ pháp rồi thuật lại cho Udaka những gì ngài đạt được ra sao, hầu như đã được mô tả giống hệt với phần nói về Ālāra ở trước. Tuy nhiên chúng ta phải cẩn thận lưu ý rằng Udaka Rāmaputta, như tên của ông ta đã hàm ý, chỉ là con của Rāma hay đệ tử của Rāma mà thôi. Thánh giả Rāma đã hành xong hết tám thiền chứng và đã đạt đến tầng thiền Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ cao nhất. Nhưng khi đức Bồ-tát đi đến chỗ Udaka, thánh giả Rāma không còn nữa. Do đó, khi hỏi Udaka về những chứng đắc của Rāma, đức Bồ-tát đã dùng thì quá khứ "pavedesi". "Pháp này sẽ dẫn đến mức nào, và

Rāma tuyên bố ông đã tự mình chứng nhập được mức nào trong đó?" Kế tiếp, đoạn kinh mô tả lại việc ý nghĩ này khởi lên nơi đức Bồ-tát: "Không chỉ Rāma có tín, tấn, niệm, định và tuệ. Ta cũng có tín, tấn, niệm, định, và tuệ." Và ở đoạn này cũng có phần nói rằng Udaka đã lập ngài như một vị đạo sư. "Hiền giả biết pháp này, và Rāma cũng

đã biết pháp này. Hiền giả như thế nào Rāma là như vậy và Rāma như thế nào Hiền giả là như vậy. Hãy đến, này hiền giả, hãy lãnh đạo hội chúng này và là đạo sư của họ.” Và một lần nữa đoạn kinh lập lại việc đức Bồ-tát thuật lại “Udaka, đệ tử của Rāma, mặc dù là bạn đồng phạm hạnh của ta, đã lập ta lên làm thầy của vị ấy.” Những tham chiếu kinh điển này cho thấy rõ rằng đức Bồ-tát đã không gặp thánh giả Rāma, mà chỉ gặp Udaka, đệ tử của Rāma và chính vị này giải thích cho ngài biết pháp mà Rāma đã thực hành. Theo phương pháp Udaka mô ta đức Bồ-tát đã thực hành và chứng nhập được giai đoạn Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ. Sau khi đã tự mình học được pháp cũng như tự mình chứng nhập Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ thiền giống như Rāma, Udaka đã thỉnh cầu Bồ-tát chấp nhận việc lãnh đạo hội chúng. Udaka cư ngụ ở đâu và hội chúng của ông bao lớn không thấy nói đến trong văn học Thượng Toạ Bộ. Nhưng Lalitavistra (Phổ Diệu Kinh), sử liệu về Đức Phật, của Phật Giáo Bắc Truyền, nói rằng trung tâm thiền của Udaka nằm trong

vùng Rājagaha và rằng ông có một hội chúng hơn bảy trăm người. Cũng cần lưu ý rằng vào thời điểm gặp đức Bồ-tát, Udaka vẫn chưa đạt đến Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ thiền. Ông giải thích cho đức Bồ-tát chỉ những gì Rāma đã thành tựu mà thôi. Vì thế khi đức Bồ-tát tự chứng tỏ là đã được ngang bằng với thầy của ông ta qua sự chứng đắc Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ, ông đã dâng hiến quyền lãnh đạo hội chúng cho đức Bồ-tát. Theo phụ chú giải (Tikā), về sau ông đã ra sức nỗ lực hành theo tấm gương của đức Bồ-tát, và cuối cùng đạt đến tầng thiền Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ. Đức Bồ-tát ở lại trung tâm đó, như một người lãnh đạo, chỉ trong một thời gian ngắn. Vì chẳng bao lâu ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: “Pháp này không dẫn đến yểm ly, ly tham, cũng không dẫn đến sự an tịnh cho việc đắc các thắng trí, trí tuệ tối thượng và Niết-bàn mà chỉ đến mức Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ. Một khi đã sanh về đó, hưởng thọ mạng dài 84,000 kiếp chỉ để quay lui trở lại kiếp sống của các dục lạc và phải chịu nhiều khổ đau. Đây không phải là pháp bất tử ta đang mong mỏi.” Rồi, do không quan tâm đến pháp ấy, pháp chỉ dẫn đến Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ thiền, ngài đã từ bỏ nó và rời khỏi trung tâm thiền của Udaka.

HÀNH KHỔ HẠNH TRONG RỪNG URUVELA

Sau khi rời trung tâm, đức Bồ-tát đi lang thang khắp vùng đất Magada, tìm kiếm đạo An Tịnh vô song, Niết-bàn

Bất Tử cho mình. Trên bước đường lang thang ấy ngài đã đến khu rừng Uruvela (Ưu-lâu-tần-loa) gần ngôi làng Senanigamā rộng lớn. Trong khu rừng này ngài thấy nước trong mát đang chảy thật bình yên trong con sông Nerañjarā. Nhận ra đây là một địa điểm khả ái có cánh rừng rậm thanh bình, một dòng suối chảy trong vắt, với một ngôi làng kế bên thuận tiện cho việc đi khất thực, ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: “Đây thực sự là một nơi thích hợp cho người có ý định tinh tấn (tu tập)” và ngài đã ở lại trong khu rừng ấy. Lúc đó đức Bồ-tát vẫn chưa vạch ra được một hệ thống chính xác

cho sự nỗ lực chân chánh của mình. Dĩ nhiên, những pháp khổ hạnh đã được biết đến một cách rộng rãi và đang thịnh hành ở khắp xứ Ấn-Độ lúc bấy giờ. Liên quan đến pháp khổ hạnh này ba ảnh dụ đã xuất hiện trong tâm của đức Bồ-tát.

BA ẢNH DỤ

Một khúc cây mới vừa cắt xuống từ một cây sung, còn nhựa sống và ngâm trong nước đem cọ xát với một khúc cây ướt còn nhựa sống tương tự như vậy, hay với một khúc cây tươi nào khác, sẽ không thể tạo ra lửa. Cũng vậy, trong khi vẫn còn bị rối ren với các đối tượng của dục tham như vợ con và gia đình, trong khi vẫn vui thú trong các dục lạc và dục vọng vẫn chưa lắng xuống trong một người, dù người ấy có ra sức phấn đấu nhiều bao nhiêu, người ấy cũng không

thể đạt đến trí tuệ, tuệ giác và sự liễu ngộ vô song. Đây là ảnh dụ thứ nhất xuất hiện trong tâm Đức Bồ-tát. Cho dù khúc cây sung ấy không bị ngâm trong nước nhưng vẫn còn xanh và còn nhựa sống, mới được cắt xuống từ trên cây thì có đem cọ xát nó cũng sẽ không tạo ra lửa. Cũng vậy, cho dù người ấy đã từ bỏ những đối tượng của dục tham như vợ con và gia đình và những đối tượng này không còn gần gũi người ấy nữa, nhưng nếu người ấy vẫn thích thú trong những ý nghĩ dục lạc và dục vọng vẫn còn khởi lên nơi người ấy, người ấy cũng không thế đắc trí tuệ, tuệ giác hay sự liễu ngộ vô song. Đây là ảnh dụ thứ hai. Theo Chú Giải thì ảnh dụ này liên quan đến việc thực hành của những đạo sĩ Bà-la-môn (thực hành pháp thể nhập Phạm Thiên). Những đạo sĩ Bà-la-môn ấy sống đời phạm hạnh từ lúc còn trẻ cho đến bốn mươi tuổi thì họ quay trở lại với cuộc sống đôi lứa để bảo tồn sự liên tục của dòng họ. Vì vậy, trong khi họ đang thực hành đời phạm hạnh, họ vẫn sẽ bị ô nhiễm với những ý nghĩ nhục dục. Ảnh dụ thứ ba liên quan đến khúc cây khô đã hết nhựa và không bị ngâm trong nước. Khúc cây khô này sẽ phát ra lửa khi được cọ xát vào nhau. Tương tự, sau khi đã từ bỏ các đối tượng của dục tham, và tự mình dứt bỏ những ý nghĩ nhục dục và tham ái, người ấy có thể đạt đến trí tuệ, tuệ giác và sự liễu ngộ vô song, cho dù người ấy thực hành khổ hạnh hay phấn đấu một cách không đau đớn, không tự hành xác mình cũng vậy.

KHỔ HẠNH DÙNG TÂM ĐÁNH BẠI TÂM

Trong hai phương pháp mở ra cho ngài theo ảnh dụ thứ ba, đức Bồ-tát suy xét đến con đường khổ hạnh sau: “Nếu bây giờ ta cắn chặt răng và ép chặt lưỡi lên vòm họng, với tâm của ta, Ta sẽ đè nén, chế ngự và đánh bại tư duy đang khởi lên một cách tự nhiên thì sao.” Đoạn Kinh Pāḷi trích dẫn ở trên khớp với bài kinh An Trú Tầm (Vitakka Sandhāna Sutta). Nhưng phương pháp dùng tâm đánh bại tâm theo như Kinh An Trú Tầm mô tả là một phương pháp do Đức Phật quy định sau khi đã đạt đến Giác Ngộ. Như vậy, nó liên quan đến sự trục xuất những tư duy tham dục tự sinh khởi bằng cách ghi nhận sự xuất hiện của nó như một sự vận dụng của thiền Minh Sát phù hợp với bài Kinh Niệm Xứ và những kinh tương tự khác. Trong khi phương pháp dùng tâm đánh bại tâm như được mô tả ở đây muốn nói đến những vận dụng thực tiễn mà Đức Bồ-tát

đã thực hiện trước khi đạt đến trí (hiểu biết) về Trung Đạo và do đó khác với phương pháp Tứ Niệm Xứ. Tuy nhiên, sự giải thích của Chú Giải hàm ý lấy tâm thiện đè nén các tâm ác. Nếu sự giải thích này là đúng, phương pháp này hoàn toàn phù hợp với tinh thần Kinh Niệm Xứ và các kinh khác, và lẽ ra đã đưa đến sự Giác Ngộ cho Đức Bồ-tát. Nhưng thực sự, phương pháp này chỉ đưa ngài đến sự đau đớn cùng cực chứ không đưa đến Phật Quả.

22 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Kể cả những pháp hành khổ hạnh khác mà ngài áp dụng sau đó cũng chỉ đưa Đức Bồ-tát vào tà đạo mà thôi. Pháp khổ hạnh Đức Bồ-tát theo đuổi lúc đó có vẻ hơi giống như pháp diệt tâm mà ngày nay những người theo một trường phái Phật Giáo nọ đang thực hành. Trong chuyến du hoá của chúng tôi đến Nhật Bổn, chúng tôi có đến thăm một ngôi chùa lớn nơi đây một số người đang tham dự những bài tập thiền. Phương pháp thiền của họ bao gồm bài tập diệt tâm khi nó khởi lên. Theo họ, làm cho tâm (hoạt động của tâm) rỗng không như vậy, cuối cùng sẽ đạt đến chỗ gọi là Tánh Không (Vô). Cách tiến hành như sau: Khoảng sáu vị tu sĩ trẻ phái Đại Thừa ngồi kiết già thành hàng. Vị trụ trì đi vòng quanh cốt cho họ thấy cây gậy mà ông sẽ dùng để đánh họ. Sau một lúc ông đi đến và đánh vào lưng mỗi thiền sinh một cú. Người ta giải thích rằng trong khi bị đánh như vậy có thể tâm sẽ hoàn toàn biến mất và đưa đến Tánh Không. Thực là một pháp hành kỳ lạ. Thực tế, đây là sự huỷ diệt tư duy bằng cách dùng tâm đánh bại tâm mà chúng ta có thể đoán chừng là giống như kỹ thuật Đức Bồ-tát đã dùng để đánh bại tư duy với tâm bằng cách cắn chặt răng vậy. Nỗ lực này đã làm cho ngài rất đau đớn và toát mồ hôi nách nhưng cũng không đạt đến giác ngộ lúc đó.

Mahāsi Sayādaw 23

AN TRÚ THIỀN CHẾ NGỰ HƠI THỞ

Rồi ý nghĩ này khởi lên nơi Đức Bồ-tát: “Nếu như ta kiểm soát hơi thở và tập trung trên thiền (jhāna) nín thở thì sao.” Với ý nghĩ đó ngài chế ngự những hơi thở vô và hơi thở ra của miệng và mũi. Với sự ngưng thở ngang qua miệng và mũi, có một tiếng gầm lớn trong tai ngài do hơi gió tống ra giống như cặp ống bể của lò rèn tạo ra những tiếng ầm ầm (khi quay) vậy. Dù thân thể đau đớn cực độ, nhưng Đức Bồ-tát vẫn không nao núng. Ngài không chỉ nín chặt những hơi thở vô-ra của miệng và mũi, mà cả của tai nữa. Kết quả là, những luồng gió mãnh liệt lùa lên đỉnh đầu, khiến cho ngài đau đớn như thể bị một người lực sĩ bửa vào đầu với một cái vồ, hay như bị một người lực lưỡng lấy đai da cứng quấn quanh đầu rồi xiết chặt. Những cơn gió dữ dội đẩy quanh bụng khiến cho ngài đau đớn giống như đang bị lạng cắt bởi lưỡi dao bén của người đồ tể. Và một sự thiêu đốt dữ dội trong bụng ngài như thể bị nướng trên một hố than cháy đỏ. Thân thể Đức Bồ-tát đã bị sự đau đớn đánh bại, đổ ập xuống và nằm im bất động trong tình trạng kiệt lực. Khi các vị chư thiên nhìn thấy ngài nằm sóng soài trên đất, họ nói với nhau rằng: “Sa-môn Cồ-đàm đã chết.” Các vị chư thiên khác thì nói: “Sa-môn Cồ-đàm chẳng phải chết cũng chẳng phải đang chết. Vị ấy chỉ nằm im, trú trong Thánh quả A-la-hán.” Bất chấp mọi nỗ lực đầy đau đớn ấy, đức Bồ-tát vẫn không đạt đến giác ngộ.

KHỔ HẠNH NHỊN ĂN

Thế rồi ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: “Nếu như ta cố gắng hơn nữa, nếu như ta hoàn toàn nhịn ăn thì sao.” Biết được ý nghĩ này của đức Bồ-tát, các vị chư thiên nói, “Tôn-giả Gotama, xin chớ có hoàn toàn nhịn ăn; nếu như ngài nhịn ăn chúng tôi sẽ truyền dưỡng chất của chư thiên qua những lỗ chân lông trên da ngài. Ngài sẽ sống nhờ vào dưỡng chất ấy.” Lúc đó ý nghĩ này đến với đức Bồ-tát: “Nếu như ta tuyên bố hoàn toàn nhịn ăn, và những vị chư thiên này sẽ duy trì sự sống cho ta bằng cách ấy, thời đó sẽ là một sự dối trá cho ta.” Vì thế đức Bồ-tát từ chối không chấp thuận để các vị chư thiên truyền dưỡng chất chư thiên cho ngài. Sau đó, ngài quyết định giảm ăn ngày một ít lại, cho tới mức chỉ còn một vốc tay súp đậu. Sống với khoảng năm hay sáu muỗng súp đậu mỗi ngày như vậy, cơ thể ngài đi đến tình trạng gầy mòn, hốc hác cực độ. Chân tay khô héo, chỉ còn lại da bọc xương. Xương sống lộ ra những chỗ u, phồng gồ ghề. Xương xẩu trên người ngài nhô hẳn ra ngoài, tạo thành một cái vẻ xấu xí, khủng khiếp như trong những bức tranh vẽ đức Bồ-tát thực hành khổ hạnh vậy. Ánh mắt, tụt sâu trong hốc mắt, tựa hồ như ánh nước phản chiếu trong một giếng nước sâu. Da đầu nhăn lại như trái bầu xanh khô héo trong ánh nắng mặt trời. Ngài hốc hác đến độ nếu muốn

sờ vào da bụng, ngài lại đụng cột sống; nếu ngài sờ cột sống, ngài lại chạm da bụng. Khi ngài cố gắng đi đại tiện, hay tiểu tiện, sự cố sức khiến cho ngài đau đớn đến độ phải té úp mặt xuống đất, do sự ăn uống quá ít này mà sức khoẻ của ngài suy sụp. Nhìn thấy thân hình gầy mòn, hốc hác cực độ này của đức Bồ-tát, có người nói, “Sa-môn Cồ-đàm là một người da đen.” Số khác thì nói, “Sa-môn Cồ-đàm có màu da nâu.” Số khác nữa lại nói, “Sa-môn Cồ-đàm có màu xanh nâu của cá đuối.” Phần lớn màu da vàng trong sáng của ngài đã bị hư hoại do ăn quá ít.

MA-VƯƠNG THUYẾT PHỤC

Trong khi Đức Bồ-tát đang nỗ lực phấn đấu và thực hành khổ hạnh để tự thắng mình thì Ma-Vương (Māra) đi đến và bằng những lời lẽ đầy thương cảm lọc lừa đã thuyết phục Đức Bồ-tát: “Này Hiền giả Cồ-đàm, ngài đã trở nên còm cõi và mang lấy một bộ dạng xấu xí lắm rồi đấy. Ngài nay đang đứng trước thần chết. Cơ hội sống của ngài chỉ còn lại có một phần ngàn. Ôi, này Hiền giả Cồ-đàm! Hãy cố gắng giữ lấy sự sống. Sống vẫn tốt hơn là chết. Nếu ngài còn sống, ngài có thể làm được những việc thiện và tạo được phước báu.” Những phước báu mà Ma Vương đề cập ở đây không liên hệ gì đến những phước báu tích tạo do bố thí, trì giới, và

thực hành đưa đến giải thoát; cũng chẳng phải là những phước báu xuất phát từ việc tu tập Minh Sát và chứng đắc đạo quả. Ma Vương chỉ biết những phước báu có được do sống đời phạm hạnh tránh hành dâm và thờ lửa mà thôi. Thời đó, những pháp hành này được người ta tin là đưa đến một đời sống cao quý, thịnh vượng trong những kiếp

tương lai. Nhưng Đức Bồ-tát không còn ham thích những hạnh phúc của sự hiện hữu nữa và ngài đã trả lời Ma Vương như sau: “Này Ma Vương, một mảy may phước báu mà ngươi nói ta cũng không cần đâu. Ngươi hãy đi đi và nói về phước với những ai đang cần nó.” Liên quan đến lời nói này của Đức Bồ-tát, một sự hiểu lầm đã nảy sanh, cho rằng ngài không cần bất kỳ phước báu nào. Theo cách hiểu đó thì “đối với người đang tầm cầu sự giải thoát khỏi vòng luân hồi giống như Đức Bồ-tát thì phước bỏ, không tìm cầu cũng không tạo tác.” Có lần một người thiện nam nọ đã đến gặp tôi và muốn được sáng tỏ về điểm này. Tôi đã giải thích cho anh ta biết rằng khi Ma Vương nói về phước, ông không nghĩ trong tâm phước báu tích tạo từ những hành động bố thí, trì giới, phát triển tuệ giác qua việc hành thiền hay chứng Đạo. Hay nói đúng hơn ông không biết về chúng. Đức Bồ Tát lúc đó cũng không có sự hiểu biết chính xác về những phúc hành này; ngài chỉ nghĩ rằng thực hành những pháp khổ hạnh sẽ làm cho người ta trở thành con người cao quý. Vì thế khi Đức Bồ-tát nói với Ma Vương, “Ta không cần phước báu,” ngài không hàm

ý những hành động phước dẫn đến Niết-Bàn mà chỉ muốn nói đến những việc làm được người thời đó tin rằng sẽ bảo đảm một kiếp sống an vui. Chú giải cũng ủng hộ quan điểm này của chúng tôi. Chú giải tuyên bố, khi nói “Ta không cần phước” đức Bồ-tát chỉ hàm ý phước mà Ma Vương đang nói về, đó là, những phúc hành tạo ra tái sanh trong tương lai. Như vậy có thể kết luận rằng không có vấn đề gì phát sanh đối với quan niệm bỏ làm phước sẽ đưa đến Niết-bàn. Vào thời đó đức Bồ-tát vẫn thực hành dưới ảo tưởng cho rằng khổ hạnh là phương tiện để đạt đến giác ngộ. Ngài nghĩ như vầy: “Gió này còn thổi cạn được nước sông. Thế thì tại sao khi ta phấn đấu một cách tích cực nó lại chẳng làm khô cạn máu ta được chứ? Khi máu khô cạn, mật và đàm sẽ khô cạn. Khi máu thịt mòn đi, tâm ta sẽ trở nên trong sáng, lúc đó niệm, định và tuệ sẽ được thiết lập một cách vững chắc hơn.” Ma Vương cũng có ấn tượng sai lầm như thế, ông nghĩ rằng nhịn ăn sẽ đưa đến giác ngộ và giải thoát. Chính sự lo lắng này đã thúc đẩy ông dỗ ngọt đức Bồ-tát tránh đi theo con đường tuyệt thực này. Và cũng với quan niệm sai lầm ấy, nhóm năm vị đạo sĩ (nhóm Kiều-trấn-như) đã hầu hạ ngài, chăm sóc những nhu cầu cần yếu của ngài, hy vọng rằng pháp hành nhịn ăn này sẽ đưa đến sự chứng đắc Phật Quả và lúc đó họ sẽ là những người đầu tiên được tiếp nhận giáo lý giải thoát của ngài. Bởi thế, rõ ràng rằng pháp hành

khổ hạnh lúc đó được mọi người tin là con đường chân chính đưa đến Giác Ngộ.

SUY LUẬN ĐÚNG

Sau khi sống đời khổ hạnh nghiêm khắc trong sáu năm không có được một kết quả lợi ích nào, đức Bồ-tát bắt đầu suy luận như sau: “Dù các sa-môn hay bà-la-môn trong tương lai sẽ cảm thọ những cảm giác đau đớn, đau nhói, đau buốt do hành khổ hạnh như thế nào, thì nó cũng chỉ có thể ngang mức đau khổ này của ta mà thôi, không hơn được; Dù các sa-môn hay bà-la-môn trong hiện tại cảm thọ những cảm giác đau đớn,

đau nhói, đau buốt do hành khổ hạnh như thế nào, thì nó cũng chỉ có thể ngang mức đau khổ này của ta mà thôi, không hơn được. Nhưng do khổ hạnh kiệt lực này Ta đã không đạt đến một thành tựu nào xuất sắc hơn người bình thường; Ta đã không đắc được tri kiến thù thắng nào có thể bứng gốc các phiền não. Ngoài con đường khổ hạnh này liệu có con đường nào khác đưa đến giác ngộ không? Rồi đức Bồ-tát nhớ lại thời còn bé, khi ngài ngồi một mình dưới bóng mát của cây mận (rose-apple), nhập vào giai đoạn sơ thiền, lúc ấy phụ vương ngài, đức Vua Tịnh Phạn đang bận tham dự nghi lễ hạ điền ở kế bên. Ngài tự hỏi liệu pháp sơ thiền này sẽ là con đường đúng đắn đưa đến Chân Lý được chăng!

Mahāsi Sayādaw 29

NHẬP SƠ THIỀN KHI CÒN LÀ MỘT ẤU NHI

Đức Bồ-tát sanh vào ngày rằm tháng Tư (Kason). Có vẻ như rằng lễ hạ điền được tổ chức vào một thời điểm nào đó trong tháng Năm hay tháng Sáu (Nayon hay Wāso), tức một hay hai tháng sau ngày Đức Bồ-tát đản sanh. Ấu nhi Bồ-tát được đặt trên một chiếc giường bọc vải lộng lẫy, dưới bóng mát của cây mận. Một hàng rào được hình thành bằng cách giăng những bức màn quanh chỗ tạm dưỡng, với những người hầu luôn kính cẩn canh giữ hoàng nhi. Vì nghi lễ hạ điền được tiến hành trong khung cảnh rực rỡ, huy hoàng khác thường, với sự tham dự của đức vua trong các lễ hội, nên những người hầu bị cuốn hút vào cảnh lộng lẫy của những hoạt động đang diễn ra trong cánh đồng kế bên. Nghĩ rằng hoàng nhi đã ngủ, họ để ngài nằm an toàn trong hàng rào màn che trướng rũ ấy và lén ra đi thưởng thức lễ hội. Ấu nhi Bồ-tát, nhìn quanh không thấy bóng dáng ai, lăn người dậy và ngồi yên trong tư thế kiết già. Nhờ sự thực hành đã thành thói quen qua nhiều kiếp quá khứ, ngay lập tức ngài bắt đầu quán hơi thở vô-ra. Chẳng bao lâu ngài an trú trong sơ thiền biểu thị bằng năm đặc tính, đó là, tầm, tứ, hỷ, lạc và định. Mải mê trong các lễ hội, những người hầu cứ lần lữa quay trở về. Khi họ quay về thì hầu hết những bóng cây đã di chuyển cùng với thời gian. Tuy nhiên, bóng cây mận dưới đó ấu nhi Bồ-tát được để nằm vẫn giữ nguyên vị trí không thay đổi. Và họ nhìn thấy ấu nhi Bồ-tát đang ngồi yên bất động

trên giường. Vua Tịnh Phạn, khi nghe trình báo, vô cùng kinh ngạc trước cảnh tượng bóng cây không xê dịch và tư thế ngồi yên của đứa trẻ, đã cúi rạp người đảnh lễ con mình trong nỗi lòng kính sợ vô biên. Đức Bồ-tát nhớ lại kinh nghiệm nhập thiền hơi thở mà ngài có được lúc còn thơ ấu này và nghĩ, “Liệu đó có phải là con đường đi đến Chân Lý không?” Lần theo ký ức ấy, ngài nhận ra rằng hành thiền hơi thở quả thực là con đường đúng đắn đưa đến Giác Ngộ. Những kinh nghiệm thiền này khả lạc đến nỗi đức Bồ-tát tự nghĩ: “E rằng Ta có (đang cố gắng đi tìm) lạc của thiền chăng?” Rồi ngài nghĩ: “Không, Ta không sợ (là mình đang cố gắng cho) những kinh nghiệm khả lạc ấy.”

ĂN UỐNG TRỞ LẠI

Lúc đó ý nghĩ này khởi lên nơi ngài: “Không thể đắc thiền với một thân hình quá kiệt quệ như vầy. Nếu như ta ăn uống lại những vật thực cứng như trước đây thì sao. Khi

thân được nuôi dưỡng và tăng cường sức mạnh như vậy, Ta sẽ có thể thực hành để đắc thiền.” Nhìn thấy ngài ăn uống trở lại, nhóm năm vị Tỳ-kheo (nhóm Kiều Trần Như) hiểu lầm hành động của ngài. Trước đây họ là những nhà chiêm tinh và cố vấn của triều đình, khi đức Bồ-tát đản sanh, họ là những người tiên đoán rằng ngài sẽ trở thành một bậc Chánh Đẳng Giác, một vị Phật (Buddha).

Mahāsi Sayādaw 31

Triều đình lúc đó có tám nhà chiêm tinh. Khi được yêu cầu tiên đoán tương lai cho thái tử, ba người trong họ đã đưa lên hai ngón tay, tuyên bố nước đôi rằng thái tử lớn lên sẽ là một vị Chuyển Luân Vương hoặc là một vị Phật. Năm vị còn lại chỉ dơ một ngón, cho rằng thái tử chắc chắn sẽ trở thành một vị Phật. Theo Chú Giải Mūlapaṇṇāsa (Quyển 2. Tr. 92), năm nhà tiên tri này trước khi vui thú trong đời sống gia chủ, đã rời bỏ thế gian và đi vào rừng để sống đời phạm hạnh. Nhưng Chú Giải Buddhavamsa và một số kinh khác thì nói rằng bảy nhà chiêm tinh đều dơ lên hai ngón tay, đưa ra lời giải thích nước đôi trong khi vị Bà-la-môn trẻ nhất, người sau này trở thành Tôn-giả Kiều-trần-như (Koṇḍañña), chỉ dơ một ngón và tiên đoán chắc chắn rằng thái tử là một vị Phật tương lai. Vị Bà-la-môn trẻ này cùng với con trai của bốn vị Bà- la-môn khác đã từ bỏ thế gian (xuất gia) và họp lại với nhau tạo thành “Nhóm Năm Đạo Sĩ”, chờ đợi cuộc Đại Xuất Gia của đức Bồ-tát. Sau này khi hay tin Đức Bồ Tát đang thực hành khổ hạnh trong Rừng Uruvela, họ đã đi đến đó và trở thành những thị giả của ngài với hy vọng “khi ngài thành tựu Tri Kiến Thù Thắng, ngài sẽ chia xẻ nó với chúng ta, chúng ta sẽ là những người đầu tiên được nghe giáo pháp của ngài”. Khi năm vị Tỳ kheo này thấy Đức Bồ Tát ăn uống bình thường trở lại, họ hiểu lầm hành động của ngài và trở

32 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

nên thất vọng. Họ nghĩ: “Khi sống bằng một vốc tay súp đậu còn không đạt đến thượng trí, y có thể hy vọng đắc thượng trí thế nào được do ăn uống bình thường trở lại như vậy chứ?” Họ lầm tưởng rằng ngài đã từ bỏ sự phấn đấu và quay trở lại với lối sống xa hoa để hưởng sự giàu sang và vinh quang cá nhân. Vì thế họ chán ghét và rời bỏ ngài để đi đến vườn bảo hộ nai ở Benares.

GIÁC NGỘ

Sự ra đi của năm vị Tỳ kheo đã cho Đức Bồ Tát cơ hội để phấn đấu cho sự giải thoát tối hậu trong sự cô độc hoàn toàn. Mūlapaṇṇāsa (Quyển 2 trang 192) đưa ra một sự mô tả chi tiết việc Đức Bồ Tát đã hành một mình không có ai bên cạnh, suốt nửa tháng, trên bồ đoàn Trí Tuệ (dưới cội Bồ- Đề), và cuối cùng đắc Toàn Giác, sự Giác Ngộ của một vị Phật như thế nào. Đức Bồ Tát xuất gia năm hai mươi chín tuổi và trải qua sáu năm thực hành khổ hạnh. Giờ đây, ở tuổi ba mươi lăm, vẫn còn trẻ và khoẻ mạnh, nhờ mười lăm ngày thọ dụng những bữa ăn đều đặn, thân thể ngài đã đầy đặn như trước với ba mươi hai Đại Nhân tướng. Sau khi đã lấy lại sức khoẻ và nghị lực nhờ sự dinh dưỡng bình thường, Đức Bồ Tát hành thiền niệm hơi thở và an trú trong lạc của sơ thiền, được biểu thị bằng tầm, tứ, hỷ, lạc và định. Ở tầng thiền thứ

Mahāsi Sayādaw 33

ba, ngài hưởng thụ hỷ, lạc, và định và ở tầng thiền thứ tư , chỉ còn xả và niệm rõ ràng (nhất tâm). Sáng sớm ngày trăng tròn (rằm) tháng Tư, ngài ngồi dưới cội Cây Bồ-Đề, gần ngôi làng Senanigāma chờ đến giờ đi khất thực. Vào lúc đó, nàng Sujātā, con gái của một phú hộ trong ngôi làng ấy, đang sửa soạn cho buổi lễ cúng dường đến vị thọ thần của cây Bồ-Đề. Nàng sai người nữ tỳ đi đến đó trước để dọn dẹp gọn ghẽ khu vực dưới tàn bóng cây thiêng ấy. Khi thấy Đức Bồ Tát ngồi dưới cội cây, người nữ tỳ nghĩ vị chư thiên đã hiện hình ra để thọ nhận lễ cúng dường của họ. Cô vô cùng phấn khích chạy về báo cho nữ chủ của mình biết. Sujātā vội bỏ cơm sữa mà nàng đã nấu từ sáng sớm vào một bình bát bằng vàng trị giá một trăm ngàn đồng tiền vàng. Nàng đậy cái bát ấy bằng một cái bát bằng vàng khác. Rồi nàng mang hai cái bát ấy đến gốc cây nơi Đức Bồ Tát vẫn còn đang ngồi ở đó và đặt vào tay ngài rồi nói, “Cầu mong những ước nguyện của ngài được thành tựu giống như ước nguyện của con”. Nói xong cô ra về. Sujātā khi còn thiếu nữ đã phát nguyện tại cây Bồ-Đề ấy; “Nếu con lấy được một người chồng cùng địa vị, cùng giai cấp với con và nếu đứa con đầu lòng của con là trai, con sẽ cúng dường đến ngài”. Lời cầu nguyện của cô đã được thành tựu và lễ cúng dường cơm sữa ngày hôm ấy được làm với ý định tạ ơn vị thọ thần đã đáp ứng lời cầu nguyện của cô. Tuy nhiên, sau này khi cô biết rằng Đức Bồ Tát đã đạt đến Giác Ngộ sau khi thọ dụng món cơm sữa mà cô dâng

cúng, cô vô cùng hoan hỷ với ý nghĩ rằng cô đã làm được một việc làm cao quý và có phước báu lớn nhất. Đức Bồ Tát xuống sông Ni-liên-thiền (Nerañjarā) tắm rửa. Sau khi tắm xong ngài lấy món cơm sữa mà nàng Sujātā dâng vê thành bốn mươi chín viên và ăn nó. Ăn xong, ngài ném bát vàng xuống sông và phát nguyện, “Nếu ngày hôm nay tôi thành Phật, hãy cho chiếc bát này trôi ngược dòng”. Chiếc bát trôi ngược dòng nước đang chảy xiết một đoạn khá xa, và khi đến chỗ cư trú của long vương Kāla, nó chìm xuống đáy sông nơi những chiếc bát của ba vị Phật trước còn nằm đó. Trọn ngày hôm ấy Đức Bồ Tát đã nghỉ ngơi ở trảng rừng gần bờ sông. Khi chiều xuống, ngài đi về hướng cây Bồ-Đề, trên đường đi ngài gặp người cắt cỏ tên Soṭṭhiya, và người này đã dâng cho ngài tám nắm cỏ. Ở Ấn-Độ những bậc hiền sĩ thường sửa soạn chỗ ngồi hoặc chỗ ngủ cho mình bằng cách trải những bó cỏ như thế. Đức Bồ Tát đã trải những nắm cỏ ấy dưới cây Bồ Đề ở mạn phía đông. Rồi, với quyết định long trọng “Nếu chưa đạt được thượng trí tuyệt đối, Ta sẽ không rời khỏi chỗ ngồi này”, ngài ngồi xuống kiết già trên thảm cỏ xoay mặt về hướng đông. Ngay lúc ấy Ma-Vương (Māra) xuất hiện và tranh chỗ ngồi dưới gốc cây Bồ-Đề với ý định chống lại quyết tâm của Đức Bồ Tát và ngăn không cho ngài đạt đến Phật Quả. Bằng cách viện dẫn những ân đức đã tích luỹ qua vô lượng kiếp, hoàn thành Mười Pháp Ba-la-mật như bố thí, trì giới…ngài

đã vượt qua những quấy nhiễu do Ma-Vương thiết đặt trước lúc hoàng hôn. Sau khi đánh bại Ma-Vương (Māra), Đức Bồ Tát tiếp tục hành thiền, và trong canh đầu ngài đắc túc mệnh minh (trí nhớ các tiền kiếp); canh giữa, thiên nhãn minh; và vào canh chót ngài quán pháp Duyên Sanh cùng với sự phát triển Minh Sát vào tính chất sanh và diệt

của năm thủ uẩn. Thiền Minh Sát này đã lần lượt cho ngài trí dự phần vào tứ Thánh Đạo, cuối cùng đưa đến sự Giác Ngộ viên mãn hay Toàn Giác Trí. Sau khi đã trở thành một Bậc Toàn Giác, ngài dùng bảy ngày trên Bồ Đoàn Trí Tuệ dưới cội Bồ Đề và ở sáu nơi khác mỗi nơi cũng bảy ngày như vậy, tổng cộng là bốn mươi chín ngày, thọ hưởng lạc của Thánh Quả A-la-hán và suy tư rất lâu về hệ thống Giáo Pháp (Dhamma) sâu xa vừa mới chứng ngộ của ngài.

KHỔ HẠNH LÀ MỘT HÌNH THỨC TỰ HÀNH XÁC

Tuần lễ thứ năm ngài ngồi dưới bóng cây đa (Ajjapāla) của người chăn dê, trong khi ở đó ngài suy xét đến sự từ bỏ những pháp hành khổ hạnh của ngài: “Ta đã thoát khỏi những pháp hành khổ hạnh làm đau đớn thân xác và lao khổ tâm trí. Thoát được cái pháp hành khổ hạnh không lợi ích ấy thật là một điều may mắn. Thật hoan hỷ biết bao khi được giải thoát và Giác Ngộ.”

Ma-Vương (Māra), người theo sát từng ý nghĩ và hành động của Đức Phật luôn cảnh giác để buộc tội Đức Phật khi thấy bất kỳ sai sót nào, liền nói với Đức Phật: “Ngoài những pháp hành khổ hạnh, không còn con đường nào khác để thanh tịnh các chúng sanh; Sa-môn Cồ Đàm đã rời xa con đường thanh tịnh. Trong khi vẫn còn ô nhiễm, ông lầm tưởng rằng mình đã được thanh tịnh sao.” Đức Phật trả lời: “Tất cả những pháp hành khổ hạnh được sử dụng với quan niệm thành tựu trạng thái Bất Tử đều vô ích, không đem lại lợi ích gì nhiều, nó chỉ giống như những chiếc xe chạy ì à, ì ạch trên đất, và vô ích như đẩy sào trên bờ cát. Do hoàn toàn tin rằng chúng không đem lại lợi ích, nên ta đã từ bỏ mọi hình thức tự hành xác ấy.” Chú giải cũng đề cập rằng những pháp hành khổ hạnh như ăn không đủ, mặc không đủ này là sự tự hành hạ mình. Khổ hạnh cực đoan là một hình thức tự hành xác cần phải được lưu ý cẩn thận ở đây để khi chúng ta bàn về nó trong bài Kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakka Sutta) chúng ta sẽ hiểu tốt hơn.

SUY XÉT ĐẾN VIỆC THUYẾT BÀI PHÁP ĐẦU TIÊN

Sau khi đã trải qua bảy ngày ở bảy nơi khác nhau, Đức Phật quay trở lại chỗ cây đa của người chăn dê vào ngày thứ năm mươi. Ngồi dưới gốc cây ấy ngài suy xét “Ta nên giảng dạy pháp đến ai trước? Ai sẽ nhanh chóng hiểu được

Pháp này?” Rồi điều này khởi lên nơi ngài: “Có Āḷāra Kāḷāma là bậc đa văn, thiện xảo và thông minh. Từ lâu ông ta đã là người có ít bụi phiền não trong con mắt trí tuệ. Nếu ta dạy Pháp đến Āḷāra Kāḷāma trước thì sao? Chắc chắn ông ta sẽ nhanh chóng hiểu được pháp.” Việc Đức Phật cố gắng để tìm xem ai là người đầu tiên sẽ hiểu được lời dạy của ngài một cách nhanh chóng rất quan trọng. Mở những trung tâm thiền mới mà có được những người mộ đạo với đầy đủ đức tin, đầy đủ lòng nhiệt thành, sự cần cù, chánh niệm và thông minh là điều tối quan trọng. Chỉ những người mộ đạo có những đức tính này mới có thể thành tựu trí tuệ thể nhập một cách nhanh chóng và trở thành

những tấm gương sáng cho người khác theo. Những thiền sinh thiếu đức tin, thiếu lòng nhiệt thành, cần cù, chánh niệm và thông minh hay những người mà thân và tâm yếu đuối do tuổi già khó có thể là nguồn cảm hứng cho người khác được. Lần đầu tiên khi chúng tôi bắt đầu dạy Thiền Minh Sát Tứ Niệm Xứ, chúng tôi may mắn được khởi sự với ba người (thực ra đó là những người bà con của tôi), được phú cho các căn (tinh thần) khác thường. Họ đắc được trí biết sự sanh và diệt (Udayabbaya Ñāṇa-Sanh Diệt Trí) chỉ trong vòng ba ngày thực hành và vô cùng vui mừng với việc thấy ánh sáng cũng như những tướng có thọ hỷ và lạc đi kèm. Chính việc đạt được những kết quả nhanh chóng này là nguyên nhân

cho sự chấp nhận và phổ biến rộng rãi kỹ thuật Thiền Minh Sát theo Mahāsī. Đức Phật nghĩ đến việc dạy bài pháp đầu tiên của ngài cho ai nhanh chóng tiếp thu được nó là như vậy, nhưng khi ngài suy xét đến Āḷāra Kāḷāma, một vị chư thiên đã nói với ngài, “Bạch Thế Tôn, Āḷāra Kāḷāma đã qua đời bảy ngày trước.” Lúc đó trí khởi lên cho Đức Phật, (và ngài) thấy rằng Āḷāra Kāḷāma đã qua đời bảy ngày trước và nhờ chứng thiền ông đã sanh về cõi Phạm Thiên Vô Sở Hữu Xứ (Akincañ̃āyatana Brahma…Cõi Phạm Thiên Vô Sắc).

BỎ LỠ ĐẠO QUẢ DO BẢY NGÀY

“Thật là một sự mất mát to lớn đối với Āḷāra của giòng tộc Kāḷāma” Đức Phật than tiếc. Āḷāra đã phát triển đầy đủ trí tuệ, nếu được nghe lời dạy của Đức Phật, có thể ông sẽ nhanh chóng đắc Đạo Quả A-la-hán. Nhưng cái chết sớm đã tước mất của ông cơ hội ấy. Trong cõi Vô Sở Hữu Xứ, chỉ danh hiện hữu chứ không có sắc, cho dù Đức Phật có đi lên đó để dạy Pháp cho ông, ông cũng không được lợi ích gì. Tuổi thọ của Vô Sở Hữu Xứ cũng dài tới sáu mươi ngàn kiếp. Sau khi chết ở đó, ông sẽ xuất hiện trở lại trong cõi người nhưng sẽ lỡ mất giáo pháp của chư Phật. Như vậy, là một phàm nhân, ông sẽ phải trôi lăn trong luân hồi, có khi chìm xuống các cõi thấp để đối diện với những khổ đau. Do

đó Đức Phật đã than tiếc rằng sự mất mát đối với Āḷāra Kāḷāma thật là to lớn. Thời nay cũng vậy, có thể có những người đáng được những chứng đắc cao hơn, nhưng đã chết mà không có cơ hội nghe pháp hành Thiền Tứ Niệm Xứ như chúng tôi đang giảng giải; hay đã được nghe Pháp ấy, nhưng vẫn chưa ra sức nỗ lực để đưa nó vào thực hành. Những con người hiền thiện đang tụ hội ở đây và đang nghe những gì chúng tôi giảng dạy hãy thận trọng thấy ra rằng đây là những cơ hội hiếm hoi cho sự thăng hoa của mình, chớ để phí hoài.

BỎ LỠ CƠ HỘI LỚN CHỈ MỘT ĐÊM

Rồi Đức Phật nghĩ đến việc dạy bài pháp đầu tiên cho Udaka, con của thánh giả Rāma. Một vị chư thiên lại nói với Đức Phật: “Bạch Ngài, Udaka Rāmaputta đã qua đời đêm qua.” Tri kiến khởi lên cho Đức Phật, (và ngài) thấy rằng đạo sĩ Udaka Rāmaputta quả

thật đã mạng chung lúc canh đầu đêm qua và nhờ những thiền chứng của mình ông đã đạt đến cảnh giới Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ. Cảnh giới này cũng là một trạng thái vô sắc, và thọ mạng của nó lên đến tám mươi bốn ngàn kiếp. Đây là cõi sống cao tột nhất và cao quý nhất trong ba mươi mốt cõi , nhưng Pháp thì không thể được nghe ở cõi này. Ở cõi người, Udaka Rāmaputta đã phát triển tâm linh cao đến nỗi nếu được nghe Pháp ông có thể chứng đắc A-la-hán Thánh Quả ngay lập tức. Nhưng ông sẽ

không có được cơ hội ấy nữa vì đã bỏ lỡ nó do chết quá sớm đêm qua. Bị tác động bởi sự kiện ấy Đức Phật đã nói lên lời thương cảm, “Thật là một mất mát to lớn cho đạo sĩ Udaka, con trai của thánh giả Rāma.” Sau đó Đức Phật lại nghĩ xem ngài nên thuyết bài pháp đầu tiên này đến ai. Nhóm năm vị Tỳ-kheo xuất hiện trong thiên nhãn của ngài và ngài thấy họ đang sống trong Vườn (Bảo Hộ) Nai ở Benares.

HÀNH TRÌNH ĐI THUYẾT BÀI PHÁP ĐẦU TIÊN

Thế là Đức Phật khởi sự lên đường. Các Bậc Giác Ngộ trước cũng thực hiện cuộc hành trình như ngài, nhưng bằng năng lực thần thông. Tuy nhiên Đức Phật Gotama của chúng ta chọn cách đi bộ vì mục đích muốn gặp đạo sĩ loã thể Upaka trên đường đi, người mà ngài muốn chia xẻ một điều gì đó. Chú Giải bộ Phật Sử (Buddhavamsa) và chú giải Bộ Phật Sử nói rằng Đức Thế Tôn bắt đầu cuộc hành trình vào ngày rằm tháng Sáu. Nhưng Vườn Nai, ở Benares cách Cây Bồ Đề 18 do tuần (khoảng 142 dặm) và vì Đức Thế Tôn đi bộ, nên trong một ngày không thể nào đi hết một khoảng đường xa như thế trừ phi bằng năng lực thần thông. Do đó, sẽ là thích hợp hơn nếu chúng ta ấn định ngày bắt đầu (thuyết kinh) là ngày trăng tròn thứ sáu của tháng Sáu (tức ngày 20 tháng sáu).

GẶP ĐẠO SĨ LOÃ THỂ UPAKA

Đức Thế Tôn đi không xa khỏi Cây Bồ Đề bao nhiêu (khoảng 6 dặm trên đường đến Gāyā) thì gặp đạo sĩ loã thể
Upaka, đệ tử của Nātaputta giáo chủ vĩ đại của Phái Loã
Thể. Nhìn thấy Đức Thế Tôn vị này đã nói, “Này Hiền giả, nét mặt của bạn thật trong sáng và thanh thản, nước da của bạn thật thanh tịnh và sáng chói. Nhân danh ai bạn xuất gia? Ai là đạo sư của bạn? Bạn thọ Pháp của ai?” Đức Thế
Tôn trả lời:
Sabbābhibhu sabbaviduhamasami
Sabbesu Dhammesu anupalitto
Sabinjho taṇhākkhaye vimutto
Sayaṃ Abhiññāya kamuddiseyyaṃ.
Ta(là)bậcvư ợ tquatấtcả
Bậcthôngsuốtcácpháp;
Á idiệttận,giảithoát

Dođoạntrừ dụ ctham
Tựmìnhđắcthắngtrí
Tagọiaithầyta?
Thậm chí Đức Thế Tôn còn tự giới thiệu địa vị của mình một cách rõ ràng hơn, như sau:
Na me ācariyo atthi
Sadiso me na vijjati
Sadevakasamim lokasamin
Nattni me patipuggalo
42 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân
Takhôngcóđạosư
,
Bậcnhư takhôngcó,
Giữ athếgiới inhân,thiên,
Khôngcóaibằngta.
Nghe điều này Upaka tự hỏi không biết Đức Thế Tôn đã đắc A-la-hán Thánh Quả chưa.
Đức Phật trả lời:
Ahaṃ hi arahā lole
Ahaṃ satthā anuttaro
Ekomhi Sammāsambuddho
Sitibhutosami Nibbuto
Quảthự c,TalàbậcA-la-hántrênđờ i
Bậcđạosưkhôngcóaisánhbằng,
Đ ứcPhậtchánhđẳnggiácduynhất,
Mọithamáiđãđư ợcdậptắt,
TađạtđếnNiếtBànTịchTịnh.
Upaka lúc đó mới hỏi Đức Thế Tôn xem ngài đang đi đâu và vì mục đích gì. Đức Phật trả lời:
Đ ểchuyểnBánhXePhá p(ChuyểnPhápLuân)
TađếnthànhKāsi.
Giữ athếgiới imùloà
Đ ánhlêntrốngBấtTử .
Nghe như vậy, Upaka nghi ngờ: “Theo cách bạn tự xưng, bạn xứng đáng là bậc Chiến thắng Vô Tận chăng?”.
Và Đức Phật đã nói:
Mādisā ve jinā honti, Ye pattā Āsavakkhayam
Jitā me pāpakā Dhammā, tasamāhamupaka jino.
"--Như Ta,bậcThắnggiả,
Mahāsi Sayādaw 43

Nhữ ngaichứ nglậutận, Á cpháp,Tanhiếpphụ c, Dovậy,Tavôđịch". (Này Upaka) (Những ai là Bậc Chiến Thắng giống như Ta đều đã đạt đến chỗ diệt tận các lậu hoặc. Ta đã đánh bại mọi ý nghĩ ác, ý tưởng ác, ý niệm ác. Vì lý do đó, này Upaka, Ta là Bậc Chiến Thắng (Jina). Upaka thuộc phái du sĩ loã thể dưới sự lãnh đạo của Nātaputta, người được những đệ tử của mình gọi là Bậc Chiến Thắng (Jina). Trong câu trả lời của ngài, Đức Thế Tôn giải thích rằng chỉ những người đã thực sự dập tắt các lậu hoặc, diệt tận mọi phiền não, giống như ngài, mới được phép gọi là Bậc Chiến Thắng.

KHI BỊ MÙ QUÁNG BỞI QUAN NIỆM SAI LẦM SẼ KHÔNG THẤY CHÂN LÝ

Sau khi Đức Thế Tôn tuyên bố rằng ngài thực sự là một Bậc Chiến Thắng vô tận, du sĩ loã thể Upaka lẩm bẩm, “Mong rằng sự tình là vậy, này ông bạn”, rồi lắc đầu và nhường đường cho Đức Thế Tôn tiếp tục cuộc hành trình của ngài. Về sự kiện gặp gỡ của Upaka với Đức Phật này có một điều quan trọng cần phải ghi nhớ. Ở đây Upaka được đối diện với một Bậc Giác Ngộ đích thực nhưng ông vẫn không nhận ra. Ngay cả khi Đức Thế Tôn công khai thú

nhận mình thực sự là một vị Phật, Upaka vẫn hoài nghi bởi vì ông đang chấp chặt vào những tà kiến của phái du sĩ loã thể. Ngày nay cũng vậy có những người, đang hành theo tà đạo, khi được nghe nói về pháp môn thực hành chân chánh, họ vẫn không tin. Sự xét đoán sai lầm này là do tà kiến và cần phải thận trọng tránh. Mặc dù Upaka không tỏ ra chấp nhận hoàn toàn những gì Đức Phật nói, song có vẻ như ông đã ra đi với một chút niềm tin nào đó nơi ngài, vì sau một thời gian ông đã quay trở lại với Đức Phật. Chú giải nói rằng, một thời gian sau cuộc chia tay với Đức Phật, ông hoàn tục và cưới cô con gái của một người thợ săn, tên Capa, khi đứa con trai đầu lòng được sanh ra, ông trở nên nhàm chán đời sống gia chủ và xuất gia làm sa-môn dưới Đức Thế Tôn. Thực hành theo lời dạy của Đức Phật, ông đạt đến giai đoạn Bất-Lai (Thánh A-na-hàm). Vào lúc thân hoại mạng chung ông sanh lên cõi Vô Phiền của Tịnh Cư Thiên (Suddhāvāsa Avihā), nơi đây, không lâu sau đó, ông đạt đến A-la-hán Thánh Quả. Do thấy trước quả lợi ích sinh ra từ cuộc gặp gỡ với Upaka này mà Đức Thế Tôn đã thân hành đi bộ suốt một chặng đường dài đến Benares và đã trả lời tất cả những câu hỏi của Upaka vậy.

ĐẾN VƯỜN NAI (ISIPATANA)

Khi nhóm năm Tỳ-kheo (nhóm Kiều Trần Như) nhìn thấy Đức Thế Tôn từ đằng xa đang đi về phía họ, họ đã thoả

thuận với nhau rằng, “Này các bạn, sa-môn Cồ Đàm đang đến đây, ông ta đã trở nên dễ duôi, từ bỏ sự phấn đấu và trở lại đời sống xa hoa; chúng ta đừng tỏ lòng tôn kính, cũng đừng chào hỏi và rước bát và y cho ông ta. Nhưng vì ông thuộc dòng dõi cao quý (thọ sanh cao quý), chúng ta sẽ chuẩn bị sẵn sàng chỗ ngồi cho ông ta. Nếu thích thì ông ấy sẽ ngồi.” Nhưng khi Đức Thế Tôn đến gần, do hào quang rạng rỡ của ngài, họ tự thấy

mình không thể nào giữ được sự thoả thuận giữa họ nữa. Một vị đi ra chào ngài và nhận lấy bát, vị thứ hai nhận y và vị thứ ba chuẩn bị chỗ ngồi cho ngài. Hai vị còn lại một vị mang nước rửa chân cho ngài trong khi vị kia sắp đặt ghế để chân. Tuy nhiên họ vẫn xem Đức Thế Tôn như ngang hàng với họ, gọi ngài bằng tên tộc Gotama và với cách xưng hô "hiền giả" thiếu tôn kính như trước. Đức Thế Tôn ngồi trên chỗ ngồi đã soạn sẵn và nói với họ. "Này các Tỳ-kheo, đừng gọi ta bằng tên tộc Gotama (Cồ Đàm) cũng đừng xưng hô với ta bằng hiền giả như vậy. Ta đã trở thành một Bậc A-la-hán Chánh Đẳng Giác. Ta đã hoàn thành sự Giác Ngộ Viên Mãn tối thượng giống như chư Phật thuở xưa. Hãy lóng tai, này các Tỳ-kheo, cửa Bất Tử đã mở, ta đã đạt đến trạng thái Bất Tử. Ta sẽ hướng dẫn cho các vị và dạy Pháp cho các vị. Nếu các vị thực hành đúng như ta chỉ dạy, không bao lâu, ngay trong kiếp sống này, bằng chính thắng trí của mình, các vị sẽ chứng ngộ và an trú trong A-la-hán Thánh Quả, Niết Bàn, mục tiêu tối thượng và

cao quý nhất của đời Phạm Hạnh mà vì mục đích đó các thiện nam tử con nhà hiền lương từ bỏ đời sống gia chủ để sống đời không gia đình của người xuất gia." Mặc dù với sự cam đoan chắc chắn như vậy, nhóm năm Tỳ-kheo cũng vẫn ngờ vực và vặn lại: "Này Hiền-giả Gotama, ngay cả với thói quen tiết chế và khổ hạnh nghiêm khắc mà trước đây bạn đã hành, bạn còn không thành tựu được điều gì vượt qua những chứng đắc xứng đáng của hàng phàm phu (bạn không thể vượt qua những giới hạn của con người 'uttarimanussadhamma'), cũng chẳng đạt đến tri kiến thù thắng và trí tuệ của bậc Thánh, mà chỉ những vị (thánh) này mới có thể huỷ diệt các phiền não. Bây giờ bạn đã từ bỏ pháp hành khổ hạnh và đang hành vì lợi đắc cá nhân, bạn đã đạt đến sự xuất chúng và tri kiến thù thắng như thế nào?" Đây là điều chúng ta cần phải suy xét. Năm vị Tỳ- kheo này trước đây là những nhà chiêm tinh của triều đình, ngay sau khi ngài chào đời, họ đã từng tin chắc và tiên đoán rằng ấu nhi Bồ-tát này nhất định sẽ đạt đến sự giác ngộ tối thượng. Nhưng khi đức Bồ-tát từ bỏ lối sống thiếu thốn (ăn ít, mặc ít) và khổ hạnh, họ nghĩ lầm rằng Phật Quả thế là xong không còn có thể đắc được nữa. Điều đó cũng hàm ý rằng họ không còn tin vào những lời tiên tri của chính họ. Bây giờ đây Đức Thế Tôn tuyên bố rõ rệt là ngài đã đạt đến Bất Tử, đã trở thành Bậc Chánh Đẳng Giác, họ ngờ vực vì họ vẫn giữ quan niệm sai lầm cho rằng khổ hạnh là con đường chính đáng đưa đến giác ngộ. Ngày nay cũng vậy, khi

đã nuôi dưỡng một quan niệm sai lầm nào rồi, người ta chấp chặt vào nó và cho dù có chỉ ra cho họ thấy sự thực nhiều bao nhiêu cũng sẽ không lay động được họ và làm cho họ tin. Thậm chí họ còn chống lại những người đang cố gắng đưa họ về với chánh đạo và nói năng một cách bất kính, khinh miệt những người mong muốn điều tốt lành cho họ. Chúng ta nên tránh những lỗi ấy và đừng tự dối mình. Với lòng đại bi và thương cảm đối với nhóm năm vị Tỳ-kheo Đức Thế Tôn đã nói với họ như vầy: "Này các Tỳ-kheo, Bậc A-la-hán Chánh Đẳng Giác giống như Đấng Như Lai thuở xưa không làm việc vì lợi lộc thế gian, không có sự từ bỏ sự phấn đấu, không rời bỏ chánh đạo đưa đến

đoạn trừ phiền não; vị ấy không quay trở lại lối sống xa hoa", và một lần nữa ngài tuyên bố rằng ngài đã trở thành một Bậc A-la- hán Chánh Đẳng Giác. Ngài thúc giục họ hãy lắng nghe ngài trở lại. Lần thứ nhì, nhóm năm vị Tỳ-kheo cũng hỏi vặn lại ngài như trước; và Đức Thế Tôn, hiểu rằng họ vẫn còn đang đau khổ vì ảo tưởng và vô minh, và vì lòng đại bi đối với họ, ngài đã đưa ra cho họ câu trả lời như cũ lần thứ ba. Khi thấy nhóm năm vị Tỳ-kheo cứ khăng khăng giữ nguyên sự phản kháng, Đức Thế Tôn nói với họ như vầy, "Này các Tỳ-kheo, hãy suy nghĩ về điều này. Các vị và ta không phải là những người xa lạ, chúng ta đã sống cùng nhau suốt sáu năm trường và các vị đã hầu hạ ta trong lúc ta hành pháp khổ hạnh. Có bao giờ các vị thấy ta nói như thế

này chưa?" Năm vị Tỳ-kheo suy xét lời Đức Thế Tôn. Họ nhận ra rằng ngài chưa bao giờ nói như vậy trước đây bởi vì lúc đó ngài chưa đắc được Tri Kiến Thù Thắng. Họ bắt đầu tin là chắc hẳn ngài đã đắc được Tri Kiến Thù Thắng nên bây giờ ngài mới nói với họ như vậy. Vì thế họ cung kính trả lời, "Không, bạch Ngài, chúng tôi chưa từng biết ngài có nói như vậy trước đây." Rồi Đức Phật nói, "Này các Tỳ-kheo, Ta đã trở thành một bậc A-la-hán (Arahan), bằng chính nỗ lực của mình Ta đã thành tựu tối thượng giống như các đấng Như Lai (Tathāgate) thuở xưa, đã trở thành bậc Chánh Đẳng Giác (Sammāsambuddho), đã đạt đến Bất Tử (amatamadhigataṃ). Hãy lắng tai, này các Tỳ-kheo, Ta sẽ hướng dẫn cho các vị và dạy Pháp cho các vị. Nếu các vị thực hành theo lời ta chỉ dẫn, không bao lâu trong kiếp sống này, bằng chính thắng trí của mình, các vị sẽ chứng nhập và an trú trong Thánh Quả A-la- hán, Niết Bàn; mục tiêu tối hậu và cao quý nhất của đời Phạm Hạnh mà vì mục đích đó các thiện nam tử con nhà hiền lương đã từ bỏ đời sống gia chủ sống đời không nhà của người xuất gia." Một lần nữa, Đức Thế Tôn đưa ra cho họ lời bảo đảm như vậy. Năm vị Tỳ-kheo lúc đó rơi vào một trạng thái dễ dàng chấp nhận và sẵn sàng lắng nghe những gì Đức Phật nói một cách cung kính. Họ háo hức chờ đợi được tiếp nhận tri kiến do Đức Thế Tôn chia xẻ.

Từ trước đến đây, những gì chúng tôi đề cập là những sự kiện xác đáng được chắt lọc từ phần Giới Thiệu thuộc Giai Đoạn Trung Gian. Bây giờ chúng tôi sẽ nói đến phần Giới Thiệu thuộc Quá Khứ Gần Nhất, qua những lời: "Tôi nghe như vầy", đưa ra một sự giải thích về cách Đức Thế Tôn bắt đầu chuyển vận Bánh Xe Pháp bằng việc thuyết bài Pháp đầu tiên. Thời gian là lúc chiều tối ngày rằm tháng Sáu 2600 năm trước. Mặt trời sắp lặn nhưng vẫn có thể thấy được như một bầu trời đỏ rực; mặt trăng vàng vừa nhô lên ở chân trời phía đông. Chú giải Mahāvagga Saṃyutta (Tương Ưng Đại Phẩm) nói rằng bài pháp đầu tiên Đức Phật thuyết khi mặt trời và mặt trăng cùng được thấy rõ một lúc trên bầu trời. Thính chúng chỉ gồm năm vị Tỳ-kheo từ cõi người. Nhưng chư thiên và phạm thiên, theo bộ Milinda Pañhā (Bộ Mi Tiên Vấn Đáp), thì vô số kể. Như vậy khi năm vị Tỳ- kheo cùng với Phạm thiên và chư thiên, những người được may mắn nghe bài Pháp đầu tiên này, đang cung kính chờ nghe với sự chăm chú thì Đức Thế Tôn bắt đầu giảng dạy bài Kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakka Sutta) với những lời: "Dve me, Bhikkhave, antāpabbajitena na sevitabbā." "Này các Tỳ-kheo,

người xuất gia đã từ bỏ đời sống thế tục không nên theo đuổi hai phần cực đoan sẽ được giải thích sau đây (Ime dve antā)"

50 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Ở đây chữ antā, theo Chú giải giải thích, về mặt ngữ pháp có nghĩa là Koṭṭhāsa hay Bhāga hàm ý cổ phần hay phần. Nhưng bởi vì giáo lý Trung Đạo sau đó được dạy trong bài pháp, nên việc dịch Antā là cực đoan hay thái cực là điều thích hợp. Hơn nữa chữ "phần" ở đây cũng không nên xem như một phần của vật gì, mà chỉ như những phần nào nằm trong hai thái cực của sự vật. Vì thế chúng tôi dịch là hai phần. Các bản Chú Giải của Tích Lan và Thái Lan cũng dịch nó là Lamaka Koṭṭhāsa với nghĩa 'phần thấp hèn, hay phần xấu', hơi giống như cách dịch cũ của Miến Điện: 'pháp hành thấp hèn'. Như vậy, điều đầu tiên cần phải lưu ý ở đây là "Người xuất gia không nên theo đuổi hai phần cực đoan hay hai pháp hành cực đoan." Katame dve. Yo cāyaṃ Kāmesukhalikānuyogo — hino, gamo, pothujjaniko, anariyo, anatthasamhito. Yo cāyaṃ attakilamathaanuyogo — dukkho, anariyo, anatthasamhito. Thế nào là hai pháp hành cực đoan? Thích thú trong các dục trần, theo đuổi các dục lạc, cố gắng để tạo ra các dục lạc ấy và hưởng thụ chúng. Cực đoan này là thấp hèn, là thói quen thông tục của hàng dân dã và tỉnh thành; được ấp ủ bởi hàng phàm phu; không trong sạch, đê tiện, vì thế các Bậc Thánh không theo đuổi; không hướng tới lợi ích (không liên hệ đến mục đích giải thoát). Sự theo đuổi các dục lạc như vậy là một pháp hành cực đoan phải nên tránh.

Mahāsi Sayādaw 51

Cảnh sắc, âm thanh, mùi, vị và sự xúc chạm khả ái tạo thành những dục trần đáng mong muốn. Do thích thú trong những đối tượng ấy và do mong muốn được hưởng thụ chúng bằng thân hay tâm, người ta theo đuổi các dục lạc. Pháp hành này là thấp hèn, dung tục, tầm thường, đê tiện và không lợi ích, tạo thành một cực đoan, bởi thế người xuất gia không nên theo đuổi. Phần cực đoan khác hay pháp hành cực đoan khác liên quan đến những cố gắng tự hành hạ mình chỉ có thể dẫn đến khổ đau. Kiêng ăn, kiêng mặc những gì mà bình thường mình quen dùng là một hình thức tự hành hạ mình và không đem lại lợi ích. Pháp hành này không trong sạch cũng không cao thượng và không được các Bậc Thánh theo đuổi. Nó cũng không liên quan đến mục đích mà người xuất gia đang đi tìm. Pháp hành tự hành xác như vậy, tạo thành một cực đoan khác, cũng phải nên tránh. Tránh hai cực đoan này, người ta đạt tới chánh đạo gọi là Trung Đạo.

ĐỨC THẾ TÔN TIẾP TỤC

"Ete kho, Bhikkhave, ubho anteanupāgammamajjhimāpaṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaranī, ñāṇakaranī, upasamāya, abhiññāya, sambo-dhāya, nibbānāya saṃvattati."

52 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Này các Tỳ-kheo, tránh hai phần cực đoan này, Như

Lai đã đạt đến Tri Kiến Thù Thắng về Trung Đạo, tạo thành mắt, tạo thành trí, đưa đến an tịnh (an tịnh các phiền não), thắng trí và Niết-bàn, đoạn tận mọi khổ đau.

Tránhxahaicự cđoan,

Loạibỏcáctàđạo,

TrungĐ ạ ođư ợ cđạtđến.

Đ itrênChánhĐ ạonày,

Giácngộ,chứ ngNiếtBàn.

Trung Đạo hay còn gọi là Bát Chánh Đạo này tạo thành mắt, tạo thành trí như thế nào và nó đưa đến an tịnh, thắng trí, giác ngộ và Niết-bàn ra sao sẽ được bàn đến ở phần sau.

Hết Phần I

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN PHẦN II

Ở phần trước chúng tôi đã bàn về đoạn mở đầu của bài kinh. Phần này chúng tôi sẽ tiếp tục từ đó. “Dve me Bhikkhave antā pabba jitena na sevitabbā.

Mahāsi Sayādaw 53

“Này các Tỳ-kheo, người xuất gia không nên theo đuổi hai phần cực đoan này…. Tại sao người xuất gia không nên theo đuổi chúng? Bởi vì mục đích chính của người xuất gia là để dứt mình ra khỏi những phiền não tham và sân. Mục đích ấy không thể thành tựu bằng cách theo đuổi hai phần cực đoan này, vì chúng sẽ chỉ có khuynh hướng làm tăng thêm những tích luỹ của tham và sân mà thôi. Thế nào là hai pháp hành cực đoan? Thích thú trong các dục trần, theo đuổi các dục lạc, cố gắng để tạo ra các dục lạc ấy và hưởng thụ chúng. Cực đoan này là thấp hèn, là thói quen thông tục của hàng dân dã và tỉnh thành; được ấp ủ bởi hàng phàm phu; không trong sạch, đê tiện, vì thế các Bậc Thánh không theo đuổi; không lợi ích và không liên hệ đến mục đích (giải thoát). Sự theo đuổi các dục lạc như vậy là một pháp hành cực đoan phải nên tránh. Có năm dục trần khả ái: đó là sắc đẹp, tiếng hay, mùi thơm, vị ngon, và sự xúc chạm êm ái; tóm lại tất cả những vật chất, hữu tình hay vô tình, mà con người thụ hưởng trên thế gian. Thích thú trong một cảnh sắc tuồng như khả ái và hưởng thụ nó tạo thành một sự thực hành và theo đuổi nhục dục. Ở đây, sắc trần không chỉ có nghĩa đơn thuần là một nguồn ánh sáng hay màu sắc tiếp xúc với con mắt, mà là đàn ông hay đàn bà hay tất cả vật thể tạo thành nguồn gốc hay khởi nguyên của cảnh sắc đó. Tương tự, tất cả những nguồn

gốc của âm thanh, của mùi, của vị, và của xúc chạm dù là đàn ông, đàn bà hay những vật gì khác đều tạo thành những dục trần (cảnh dục). Về vị, ở đây không chỉ nói về đồ ăn, những loại trái cây và những món ăn ngon thôi mà cũng còn là đàn ông, đàn bà, và những người chuẩn bị món ăn và phục vụ chúng đều được sắp loại như vị trần hay cảnh vị. Nghe một âm thanh dịu dàng, ngửi một mùi hương thơm ngào ngạt đều là hưởng dục cũng như hưởng một món ăn ngon, nằm trên một chiếc giường xa hoa, ấm

cúng hoặc xúc chạm với một người khác phái vậy.

SỰ THOẢ MÃN NHỤC DỤC LÀ ĐÊ TIỆN VÀ DUNG TỤC

Thích thú trong các dục lạc và hưởng thụ chúng được xem như một sự thực hành dung tục bởi vì một sự hưởng thụ như vậy sẽ tạo thành những ham muốn thấp hèn, vốn là sự bám víu đầy dục vọng. Nó có khuynh hướng làm tăng thêm ngã mạn, nghĩ rằng không ai khác được ở địa vị hưởng những lạc thú như ta. Và đồng thời nó còn làm cho người ta bị bức bách với những ý nghĩ tham lam, không muốn chia xẻ sự may mắn với người khác hay bị những ý nghĩ ganh ghét, đố kỵ, lo lắng áp đảo không muốn cho người khác có được những lạc thú tương tự như thế. Nó làm nảy sinh ác ý đối với với người nghĩ rằng mình đang bị chống đối. Hãnh diện với thành công và giàu có, người ta trở nên vô liêm sỉ, vô lương tâm, trơ trẽn và xem

Mahāsi Sayādaw 55

thường hành vi cư xử của mình, không còn biết sợ làm điều ác (vô tàm và vô quý). Họ bắt đầu tự lừa dối mình với ấn tượng sai lầm về sự hạnh phúc và thịnh vượng. Hạng phàm phu (puthujana) này cũng có thể đi đến chỗ chấp giữ tà kiến về một linh hồn hay 'tự ngã' để tán thành sự không tin nhân quả của mình. Hậu quả của sự thích thú trong các dục lạc, và hưởng thụ các dục lạc là như vậy, vì thế chúng được xem như thấp hèn và đê tiện. Hơn nữa, theo đuổi các dục lạc là pháp hành quen thuộc của những hình thái chúng sanh thấp kém như súc sanh, ngạ quỷ...Trong khi Tỳ-kheo và Sa-môn thì thuộc về những tầng hiện hữu cao hơn không nên hạ mình xuống ngang hàng với các hình thái sống thấp thỏi trong sự thụ hưởng những nhục dục đê tiện. Theo đuổi các dục lạc không nằm trong phạm vi của một người đã lìa bỏ đời sống thế tục. Chỉ có hàng dân dã, những người xem các dục lạc như những thuộc tính cao nhất của hạnh phúc, với họ càng nhiều khoái lạc, càng nhiều hạnh phúc, mới quan tâm đến nó. Thời xa xưa, chỉ những người có chức quyền và giàu có mới tham dự vào việc theo đuổi các dục lạc. Những cuộc chiến tranh nổ ra, và những cuộc xâm lược hung hãn cũng chỉ vì muốn thoả mãn các khoái lạc giác quan. Thời đại tân tiến ngày nay cũng vậy, những cuộc xâm lược tương tự vẫn xảy ra ở một số vùng, cũng vì mục đích (thoả mãn) ấy. Nhưng ngày nay không chỉ những nhà cai trị

56 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

và người giàu đi tìm các dục lạc; người nghèo cũng gắng sức chạy theo những vật chất và khoái lạc thế gian. Thực tế, ngay khi vừa tới tuổi thành niên, bản năng cho sự thoả mãn việc đôi lứa và nhục dục đã tự bộc lộ. Đối với những người cư sĩ không biết đến Phật Pháp, sự thoả mãn những khát vọng giác quan quả thực có vẻ như là tột đỉnh của hạnh phúc rồi.

DIṬṬHADHAMMA NIBBĀNA VĀDA

Ngay cả trước thời Đức Phật cũng đã có những người tin rằng hạnh phúc thiên giới có thể thụ hưởng ngay trong kiếp sống này (Diṭṭhadhamma Nibbāna Vāda). Theo họ, dục lạc quả thật là hạnh phúc; không gì có thể vượt qua nó. Và lạc thú đó phải được tận

hưởng trong kiếp sống này. Nếu để cho những khoảnh khắc hưởng thụ quý giá ấy trôi qua, và chờ đợi hạnh phúc trong một kiếp sống tương lai nào đó, vốn không hiện hữu, sẽ là một điều ngu ngốc. Thời gian để thoả mãn trọn vẹn những dục lạc là ngay bây giờ, trong kiếp hiện tại này. Đây là một trong 62 tà kiến (micchādiṭṭhi) Đức Phật giải thích trong Kinh Phạm Võng của Trường Bộ Kinh. Như vậy việc hưởng thụ các dục lạc là mối bận tâm của hàng dân dã, chứ không phải là mối quan tâm của các Sa-môn và Tỳ-kheo. Đối với người xuất gia theo đuổi khoái lạc giác quan cũng có nghĩa là đang quay trở lại với đời sống thế tục mà mình đã từ bỏ. Sở dĩ người đời tỏ lòng kính trọng

hết mực đối với bực xuất gia là vì họ tin rằng các vị đang sống một đời sống thánh thiện, không bị quấy động bởi những điên cuồng của thế gian và sự cám dỗ của người khác phái. Họ cúng dường những món ăn ngon nhất và những y phục tốt nhất cho các vị Sa-môn, còn bản thân họ thì nhịn ăn nhịn mặc, luôn cả hy sinh những nhu cầu cần thiết của người thân và gia đình họ. Vì thế, sẽ là không thích hợp cho các vị Tỳ-kheo để theo đuổi các khoái lạc thế gian như những người tại gia, trong khi đang sống nhờ vào lòng từ thiện của mọi người. Hơn nữa, các vị Tỳ-kheo từ bỏ thế gian với ước nguyện thực hành để giải thoát khỏi những thống khổ cố hữu trong vòng tử sanh luân hồi và để chứng ngộ Niết-bàn. Và hiển nhiên rằng những lý tưởng này sẽ không thể đạt đến nếu vị Tỳ-kheo cứ theo đuổi các dục lạc y như cách của những người gia chủ.Vì thế, là người xuất gia thì không nên đắm chìm trong các dục lạc.

MỘT PHÁP HÀNH THẤP HÈN VÀ TẦM THƯỜNG

Đa số người đời là hàng phàm phu bình thường chỉ biết lao đầu tìm kiếm kế sinh nhai và hưởng thụ dục lạc. Chỉ một ít người, có thể vươn lên trên đám đông này, để thấy Pháp (Dhamma) và sống một cuộc đời thánh thiện. Không phải để họ đắm chìm trong những khoái lạc thế gian, thô

thiển, vốn là mối quan tâm chính của tầng lớp chúng sanh thấp thỏi.

KHÔNG PHẢI LÀ PHÁP HÀNH CỦA CÁC BẬC THÁNH

Hưởng thụ những khoái lạc thế gian không phải là pháp hành của các Bậc Thánh (Ariyas). Ở đây, người ta có thể hỏi tại sao các Bậc Thánh giống như bà Visākhā, ông Cấp- cô-độc (Anāthapiṇṇdika) và Vua trời Đế Thích (Sakka), những người đã đạt đến tầng thánh thứ nhất, Tu-đà-hoàn (Sotāpanna), còn đắm mê trong sự theo đuổi các dục lạc? Về vấn đề này, cần phải hiểu rằng: trong Thánh Đạo Tu-đà-hoàn, dục và tham vẫn chưa được vượt qua hoàn toàn, hay nói khác hơn trong họ vẫn còn nấn ná những lạc tưởng – Sukha saññā (tưởng mới chớm về sự dễ chịu của các dục lạc). Điểm này được minh hoạ trong Tăng Chi Kinh (Aṅguttara) với ví dụ về một người được xem là khó tính trong những thói quen sạch sẽ, song để tránh bị một con voi dữ tấn công, cũng phải tìm chỗ núp trong một nơi đầy phân cứt dơ dáy. Thói quen thô thiển, dơ bẩn, và đê tiện này người xuất gia phải nên tránh.

KHÔNG HƯỚNG TỚI LỢI ÍCH (ANATTHA SAṂHITO)

Pháp hành này không hướng tới lợi ích hay hạnh phúc của con người. Theo quan niệm thông thường, kiếm tiền và

Mahāsi Sayādaw 59

làm giàu, thiết lập một cuộc sống gia đình với những kẻ hầu người hạ và một vòng vây của bè bạn, hay tóm lại, phấn đấu để có được sự thành công và tài sản trong cuộc đời này, đích thực là đang làm việc vì lợi ích hay hạnh phúc của bản thân mình. Tuy nhiên, thực tình mà nói sự thành công và tài sản thế gian ấy không có ý nghĩa gì đối với hạnh phúc của con người. Lợi ích đích thực của con người nằm ở chỗ làm thế nào để tìm cách vượt qua già, bệnh, chết và đạt đến sự giải thoát khỏi mọi hình thức của khổ. Cách duy nhất để thoát khỏi mọi hình thức của khổ là qua việc tu tập giới (sīla), định (samādhi) và tuệ (paññā). Chỉ có đi tìm Giới, Định và Tuệ này mới đem lại lợi ích đích thực cho con người mà thôi. Theo đuổi các dục lạc không thể thắng phục được già, bệnh, chết và các hình thức khác của khổ. Nó chỉ đưa đưa con người đến chỗ phạm giới, như tà dâm chẳng hạn. Tìm kiếm những thú vui trần tục qua việc sát sanh, trộm cắp hay lừa đảo cũng có nghĩa là phạm giới. Nói gì đến những hành động bằng thân, chỉ đơn thuần nghĩ đến sự hưởng thụ các dục lạc cũng đã ngăn sự phát triển định tâm và trí tuệ, và như vậy tạo thành một chướng ngại cho sự chứng ngộ Niết Bàn, diệt tận mọi khổ đau rồi. Không giữ giới là một bước chắc chắn đưa đến bốn cõi khổ (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, và A-tu-la). Tuy nhiên, cần lưu ý là chỉ giữ một mình giới không tu tập cùng với định và tuệ sẽ không đưa đến Niết-Bàn. Giữ giới chỉ đưa đến tái sanh

60 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

trong các cõi an vui, tuy nhiên ở các cõi ấy người ta vẫn phải gặp những loại khổ như già, bệnh, và chết. Người xuất gia, sau khi từ bỏ thế gian, với mục đích đã nguyện là thành tựu Niết-Bàn, ở đây mọi khổ đau chấm dứt, không nên quan tâm đến việc theo đuổi các dục lạc, vốn chỉ cản trở sự phát triển giới, định, và tuệ. Tóm lại, hưởng thụ các dục lạc là thấp hèn và dung tục, là mối bận tâm của của hàng phàm phu kém trí, không trong sạch, đê tiện, không được thực hành bởi các Bậc Thánh. Nó ảnh hưởng bất lợi đến việc phát triển giới, định, tuệ và như vậy đi ngược lại lợi ích đích thực của những ai có ý định thành tựu Niết-Bàn – cái không già, không bệnh, và không chết (bất tử).

NGƯỜI TẠI GIA CÓ THỂ THEO ĐUỔI CÁC DỤC LẠC ĐƯỢC KHÔNG?

Kinh chỉ nói rằng “người xuất gia không nên theo đuổi các dục lạc.” Bởi thế, vấn đề đặt ra là những gia chủ bình thường vẫn còn sống giữa môi trường thế tục có thể tự do theo đuổi các dục lạc mà không có bất kỳ hạn chế nào được không? Vì sự thoả mãn các khoái lạc giác quan là mối bận tâm của người bình thường, nên sẽ là vô nghĩa khi bắt họ phải làm như vậy. Nhưng đối với những người tại gia có ý định thực hành Thánh Pháp, nên thận trọng tránh những khoái lạc này đến mức cần thiết cho sự thực hành. Giữ bát

Mahāsi Sayādaw 61

giới đòi hỏi phải tránh phạm vào những tội liên quan đến nhục dục. Cũng vậy, việc sở hữu những vật chất thế gian không nên tìm kiếm bằng cách sát sanh, trộm cắp và lừa đảo.

BỐN LOẠI ĐAM MÊ HƯỞNG THỤ THẾ TỤC

Trong Kinh Pāsādika của Trường Bộ, Đức Phật có nói đến bốn loại đam mê trong sự hưởng thụ thế tục như sau: "Này Cunda, ở đời này có những người ngu si cổ suý sự làm giàu bằng việc sát sanh của họ - giết trâu bò, lợn, gà, cá...Việc thực hành này tạo thành hình thức đam mê hưởng thụ thế tục thứ nhất. Trộm cắp, cướp bóc và bán giá cắt cổ tạo thành hình thức đam mê hưởng thụ thế tục thứ hai trong khi những phương tiện kiếm sống bằng cách lừa đảo tạo thành thứ ba. Và hình thức thứ tư của sự đam mê này là tất cả những phương tiện làm giàu khác ngoài ba loại kể trên. Kinh nói rằng các vị Tỳ-kheo đệ tử Phật thoát khỏi những đam mê này. Đối với người cư sĩ đang giữ tám giới hay mười giới phải duy trì phạm hạnh (không hành dâm) và tránh ăn sau ngọ, ca múa, vì đây là những hình thức của dục lạc. Khi một người chọn hành thiền, họ phải dứt bỏ các loại hưởng thụ dục dạc giống như các vị Tỳ-kheo đã lìa xa đời sống thế tục vậy, vì chúng có khuynh hướng ngăn cản sự phát triển giới, định và tuệ. Bởi thế, một người hành thiền,

dù là người tại gia, cũng không nên đam mê trong những hưởng thụ thế tục. Những điều này đủ để được xem là một hình thức của cực đoan đam mê trong sự hưởng thụ thế tục.

PHÁP HÀNH KHỔ HẠNH TỰ HÀNH XÁC

Tự hành hạ thân xác, tạo thành một cực đoan khác, chỉ dẫn đến sự tự làm khổ mình mà thôi. Nó không phải là pháp hành của các Bậc Thánh, vì thế nó được xem là đê tiện, không trong sạch, và không hướng đến hạnh phúc và lợi ích của bản thân. Cực đoan này cũng phải nên tránh. Pháp khổ hạnh tự hành hạ thân xác này được thực hành bởi những người có kiến chấp cho rằng đời sống xa hoa sẽ khiến cho người ta dính mắc vào các dục lạc, và rằng chỉ có những pháp khổ hạnh chế ngự bản thân, như nhịn ăn nhịn mặc mới diệt trừ được những dục vọng. Và họ tin rằng chỉ khi có được sự bình an bên ngoài như vậy mới có thể đạt đến trạng thái không già, không bệnh và không chết. Đây là niềm tin của những người hành pháp khổ hạnh tự hành hạ thân xác.

NHỮNG PHÁP MÔN HÀNH XÁC

Vị Tỳ-kheo chân chánh mặc y phục vì muốn giữ sự đứng đắn, và để ngăn che nóng, lạnh, hay những loài côn

trùng ruồi, muỗi. Còn những người tự hành xác thì đi đây đó không mảnh vải che thân, khi trời lạnh, họ ngâm mình dưới nước; khi trời nóng, họ phơi trần dưới ánh mặt trời, và đứng giữa bốn đống lửa, như vậy họ phải chịu đựng cái nóng từ năm hướng. Đây gọi

là pháp hành xác bằng năm loại lửa. Họ không dùng giường mà nằm trên nền đất để ngủ. Một số còn nằm trên giường gai chỉ che bằng một tấm vải. Có số người giữ một oai nghi ngồi suốt cả ngày, trong khi số khác chỉ giữ oai nghi đứng, không nằm hoặc ngồi. Một hình thức tự hành khổ mình khác là nằm treo ngược đầu xuống, đó là treo hai chân trên một cành cây cho đầu dốc xuống; và đứng thẳng trên đầu trong tư thế lộn ngược (trồng cây chuối) là một hình thức khác nữa. Trong khi thói quen bình thường của một vị Tỳ-kheo là thoả mãn cơn đói bằng cách ăn uống, thì những người tự hành hạ mình lại cắt đứt thức ăn thức uống hoàn toàn. Có số chỉ ăn cách nhật (tức cách một ngày ăn một lần), trong khi những người khác hai ngày, ba ngày... một lần. Có những người hành pháp nhịn ăn trong bốn, năm, sáu, bảy ngày; một số thậm chí đến mười lăm ngày. Có số thì giảm lượng thức ăn xuống chỉ còn một vốc tay, trong khi số khác chỉ sống bằng rau xanh và cỏ hoặc sống bằng phân bò. (Trong Lomahamsa, Chú Giải Ekanipāta, nói rằng 91 đại kiếp trước, chính đức Bồ-tát, đã hành theo những pháp khổ hạnh này. Sau đó ngài nhận ra những sai lầm của mình khi thấy những dấu hiệu của một sanh thú khổ trong tương

lai vào lúc sắp chết. Nhờ từ bỏ cách thực hành sai lầm ấy mà ngài được tái sanh lên cõi chư thiên.) Tất cả những hình thức tự hành hạ thân xác này tạo thành pháp khổ hạnh (attakilamathānuyoga) và trước thời Đức Phật rất lâu được những tín đồ của phái Nigantha Nātaputta hành theo. Những người theo đạo Jains ngày nay đều là con cháu của Nigantha Nātaputta. Pháp hành khổ hạnh của họ thường được giới bình dân xem trọng và tán thưởng. Vì thế mà khi đức Bồ-tát từ bỏ pháp hành khổ hạnh và ăn uống bình thường trở lại, những người bạn đồng tu của ngài, nhóm năm vị Tỳ-kheo đã bỏ rơi ngài, nghĩ lầm rằng đức Bồ-tát đã từ bỏ pháp hành chân chánh, nỗ lực chân chánh (padhānavibbhanta) và rằng ngài sẽ không đạt đến Giác Ngộ.

KINH ĐIỂN CỦA PHÁI NIGANTHA

Theo các bản kinh của Nigantha thì sự giải thoát khỏi những thống khổ của Luân Hồi (vòng tái sanh) được thành tựu nhờ hai phương tiện: 1. Pháp môn chế ngự (saṃvara): Pháp môn này cốt ở việc ngăn không cho các đối tượng giác quan như

sắc, thinh, hương, vị, xúc đi vào thân, nơi đây theo đức tin của họ, chúng sẽ kết hợp với tự ngã (atman, atta) để tạo ra nghiệp mới. Người ta tin rằng, những nghiệp mới này, đến lượt nó, sẽ tạo ra một kiếp sống mới. 2. Huỷ diệt quả của của nghiệp quá khứ bằng việc tự hành hạ thân xác. Theo niềm tin của họ thì nhờ phục tùng khổ hạnh họ sẽ chuộc được những quả của nghiệp bất thiện quá khứ (akusala kamma).

Có lần Đức Phật đã hỏi những đạo sĩ loã thể đang hành khổ hạnh: “Các vị nói rằng các vị chịu đựng những khổ đau về thân xác này để làm cạn kiệt những quả của nghiệp bất thiện mà mình đã làm trong những kiếp quá khứ. Thế nhưng, quý vị có biết chắc chắn rằng quý vị thực sự đã phạm những nghiệp bất thiện trong quá khứ chăng? Câu trả lời của họ là không. Đức Phật hỏi thêm, quý vị có biết trước đây quý vị đã tạo bao nhiêu

nghiệp bất thiện; và nhờ hành khổ hạnh quý vị đã chuộc được bao nhiêu và còn lại bao nhiêu không?" Những câu trả lời của họ hoàn toàn phủ định…họ không biết gì cả. Sau đó, để gieo trồng hạt giống trí tuệ cho họ, Đức Phật đã giải thích cho họ biết rằng do không biết có bao nhiêu nghiệp bất thiện trong quá khứ, và cũng không biết đã chuộc được bao nhiêu nghiệp trong số đó, nên việc thực hành khổ hạnh như vậy là vô ích.

66 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Đức Phật nói thêm rằng những ai đang cố gắng giải nghiệp quá khứ bằng sự tự hành hạ thân xác thực sự đã phạm một số nghiệp bất thiện rất lớn. Đức Bồ-tát trước đây cũng đã chọn những biện pháp thực hành cực đoan nhưng không phải với quan niệm chuộc tội, nếu có, mà ngài chỉ nghĩ rằng những pháp hành ấy sẽ dẫn đến tri kiến thù thắng. Nhưng sau năm năm ráng sức nỗ lực, như trên đã nói, ngài nhận ra rằng pháp hành cực đoan sẽ không dẫn đến tri kiến thù thắng hay trí tuệ và tự hỏi xem có cách nào khác dẫn đến mục đích ngài ấp ủ chăng, và ngài đã từ bỏ pháp hành khổ hạnh ấy.

KHỔ THÂN

Tự hành hạ thân xác chỉ đưa đến khổ thân. Tuy nhiên nó đã được những đạo sĩ loã thể xem là thánh thiện. Để không động chạm đến tính nhạy cảm của họ, Đức Phật, như đã giải thích trong Chú Giải Vô Ngại Giải Đạo (Patisambhidā), không lên án việc hành khổ hạnh này là thấp hèn hay đê tiện; cũng không mô tả nó là dung tục, hay được thực hành bởi hàng dân dã bình thường, vì người bình thường chắc chắn không đam mê trong pháp hành khổ hạnh này. Đức Phật chỉ mô tả pháp môn khổ hạnh này đơn giản như đem lại sự đau đớn, không trong sạch và thấp hèn, không được thực hành bởi các Bậc Thánh.

Mahāsi Sayādaw 67

NỖ LỰC KHÔNG LỢI ÍCH

Pháp hành khổ hạnh cũng không liên quan đến những lợi ích đích thực mà người xuất gia đang tìm cầu. Nó chẳng những không liên quan đến những những lý tưởng tu tập thuộc về giới, định và tuệ, mà lại còn không đóng góp gì cho những tiến bộ thế gian. Là một nỗ lực không có lợi ích, chỉ đưa đến khổ thân, pháp hành khổ hạnh, thậm chí còn chứng tỏ là đem lại tai hại cho những người thực hành quá nhiệt tâm. Vì thế nó được xem như hoàn toàn không lợi ích. Trước khi có sự xuất hiện của Đức Phật Chánh Đẳng Giác, khắp mọi nơi trên đất nước Ấn Độ, khổ hạnh vẫn được mọi người xem là pháp hành cao quý, thánh thiện, thực sự đưa đến giải thoát (khỏi những quả báo của ác nghiệp). Nhóm năm vị Tỳ-kheo cũng chấp giữ quan điểm ấy. Tuy nhiên Đức Phật nói rằng pháp hành cực đoan ấy chỉ tạo ra khổ, một pháp hành không trong sạch, thấp hèn, không được thực hành bởi các Bậc Thánh. Nó không liên quan đến mục đích người ta đang tìm kiếm. Vì thế Đức Phật khuyên người xuất gia nên tránh cực đoan ấy, không để đắm chìm trong đó. Thực ra, ở giai đoạn đó, một lời tuyên bố xác định về sự vô ích và không xứng đáng của pháp hành cực đoan là điều cần thiết bởi vì thời buổi ấy không những người ta chấp 'chỉ có khổ hạnh mới đưa đến tri kiến thù thắng', mà cả nhóm năm vị Tỳ-kheo cũng chấp nhận đức tin đó. Bao lâu

họ còn chấp chặt vào quan niệm này, họ sẽ không dễ gì tiếp nhận giáo lý Bát Thánh Đạo của Đức Phật. Vì thế Đức Phật phải lên án công khai rằng khổ hạnh là pháp hành vô ích và chỉ đưa đến khổ đau thân xác. Phần cực đoan hay pháp hành cực đoan thứ nhất để cho tâm và thân tự do (theo đuổi các dục lạc) và do đó được xem là quá dễ duôi. Một cái tâm (tự do) không kiểm soát bằng thiền (định hay minh sát) có khả năng chìm sâu vào việc theo đuổi các dục lạc. Chúng ta biết rằng có những vị thầy hiện nay đang dạy pháp xả tâm, đó là thả lỏng cho tâm tự do suy nghĩ. Nhưng bản chất của tâm là phóng túng và đòi hỏi phải có một sự canh chừng thường xuyên. Ngay cả khi đã được kiểm soát liên tục băng thiền, tâm nhiềulúc vẫn lang thang đến những đối tượng của dục lạc. Do đó, một điều hiển nhiên rằng nếu cứ để cho tâm tự do không canh chừng bằng thiền, chắc chắn tự nó sẽ khuếch đại những suy nghĩ về dục lạc. Phần cực đoan hay pháp hành cực đoan thứ hai thì tự giáng cái khổ lên cho mình bằng cách từ chối những nhu cầu bình thường về ăn và mặc. Đây được xem là pháp hành quá cứng rắn, căng thẳng, tự tước đi của mình sự thoải mái bình thường và như vậy cũng cần phải tránh.

SỰ GIẢI THÍCH SAI LẦM VỀ KHỔ HẠNH

Mahāsi Sayādaw 69

Có một sự giải thích sai lầm về những pháp khổ hạnh mà một số vị thầy đưa ra trái ngược với lời dạy của Đức Phật. Theo các vị thầy này, thì nhiệt tâm, tinh cần không mệt mỏi đòi hỏi phải có cho việc hành thiền cũng được kể là khổ hạnh. Quan niệm này hoàn toàn đối nghịch với lời cổ vũ của Đức Phật, người luôn luôn khuyên hàng đệ tử phải tích cực, phấn đấu không ngừng để đạt đến định và tuệ, cho dù có phải hy sinh thân mạng. “Dù chỉ còn da và xương. Dù máu thịt có khô cạn, ta vẫn sẽ không ngừng nỗ lực cho đến khi nào đạt được Đạo Quả.” Đây hẳn phải là sự quyết định dứt khoát đã dẫn dắt Đức Phật theo đuổi mục tiêu đến cùng. Những nỗ lực tích cực, không suy giảm trong việc hành thiền nhằm thành tựu định và tuệ không nên hiểu lầm là một hình thức tự hành xác. Để qua một bên chuyện hành thiền, ngay cả việc giữ giới vốn đòi hỏi phải chịu một sự không thoải mái về thân nào đó cũng không thể được xem là hành khổ hạnh nữa. Những thanh niên và sa-di trẻ nguyện giữ bát giới hay thập giới phải chịu một sự giằn vặt của cơn đói khi không ăn vào buổi chiều. Nhưng việc nhịn ăn này được thực hiện để thành tựu giới, chứ nó không có nghĩa là hành xác. Đối với một số người, giới không sát sanh là một sự hy sinh đối với họ; họ phải chịu một vài bất lợi nào đó như hệ quả của việc giữ giới này, nhưng vì nó tạo thành một

thiện nghiệp thuộc về giữ giới, nên không nên quan niệm nó như một hình thức tự hành xác hay khổ hạnh. Trong Mahādhamma Samādāna Sutta (Đại Kinh Pháp Hành), Đức Phật giải thích rằng những hành động hy sinh trong hiện tại như vậy chắc chắn sẽ tạo ra những quả lợi ích trong tương lai. Đức Phật nói: “Trong đời này, có người tránh sát sanh, (việc làm này) khiến cho bản thân họ phải cảm thọ khổ và ưu. Do chấp nhận

chánh kiến (không sát sanh) nên họ phải chịu khổ thân và khổ tâm. Những người này, do tự nguyện cảm thọ khổ để giữ giới trong sạch trong hiện tại, sau khi mệnh chung sẽ đạt đến những cảnh giới cao hơn của các vị chư thiên. Mười thiện nghiệp này gọi là những pháp hành thiện, hiện tại khổ song tạo ra những quả lợi ích trong đời sau." Như vậy, bất cứ pháp hành nào làm tăng trưởng Giới, Định và Tuệ thì không phải là pháp hành vô ích, không phải là khổ hạnh, mà thực sự đó là pháp hành lợi ích và hợp với Trung Đạo, chắc chắn phải nên hành theo. Cũng nên ghi nhớ rõ ở đây là chỉ những pháp hành nào không phát triển giới, định, và tuệ mà chỉ dẫn đến khổ thân mới tạo thành pháp khổ hạnh, tự hành xác mình.

SỰ HIỂU SAI VỀ QUÁN THỌ

Có số người chấp quan điểm cho rằng quán thọ lạc tạo thành sự đam mê trong các dục lạc (cực đoan thứ nhất) trong khi quán thọ khổ tạo thành sự tự hành xác hay khổ

hạnh (cực đoan thứ hai). Vì vậy, họ chủ trương rằng người ta nên tránh cả hai pháp quán trên và chỉ tập trung trên quán thọ xả. Đây chắc chắn là một sự hiểu lầm phi lý, không được hỗ trợ bởi một thẩm quyền kinh điển nào cả. Trong Kinh Đại Niệm Xứ (Mahā Satipatthāna Sutta) Đức Phật đã tuyên bố rõ rằng thọ lạc, thọ khổ, và thọ xả đều là đối tượng cho sự quán. Lời tuyên bố này cũng được lập lại ở nhiều bài kinh khác. Vì vậy phải xác định rõ rằng bất kỳ đối tượng nào được xếp vào loại Năm Thủ Uẩn đều là đối tượng hợp pháp cho thiền quán. Người ta kể là một vị thiền sư cư sĩ nọ dạy "Trong khi hành thiền, sử dụng bất kỳ oai nghi nào cũng được, nếu hành giả bắt đầu cảm thấy mệt, đau, tê, hay có những cảm giác nóng và khó chịu nơi chân tay, hành giả phải thay đổi oai nghi liền. Nếu hành giả cứ kiên quyết hành thiền bất chấp những cảm giác khó chịu hay mệt mỏi ấy, hành giả thực sự đã vướng vào pháp hành khổ hạnh." Lời tuyên bố này rõ ràng có quan tâm đến sự an lạc của người hành thiền, tuy nhiên phải nói rằng đó là một lời tuyên bố vô căn cứ và thiếu kinh nghiệm. Trong khi hành thiền định hay Thiền Minh Sát, yếu tố kiên nhẫn hay tiết chế (khantī Saṃvara) luôn đóng một vai trò quan trọng. Phải nói đó là một yếu tố rất quan trọng cho việc thực hành thành công thiền định và minh sát. Sự nhất tâm chỉ có thể được thành tựu nhờ kiên nhẫn chịu đựng một vài sự khó chịu, và không thoải mái của thân nào đó. Kinh nghiệm của những người

hành thiền nghiêm túc cho thấy rằng thay đổi oai nghi liên tục sẽ không có lợi cho sự phát triển định tâm. Do đó, cảm giác không thoải mái của thân bắt buộc phải sanh cùng với sự kham nhẫn. Thực hành tiết chế như vậy không phải là khổ hạnh, vì mục đích không đơn thuần là làm khổ mình, mà là để tăng trưởng giới, định và tuệ, phù hợp với ước nguyện của Đức Phật. Đức Thế Tôn mong mỏi mọi người, nếu có thể được, hãy thực hiện một nỗ lực không ngừng nghỉ hơn nữa để thành tựu Đạo Quả A-la-hán cao thượng bằng một thời ngồi liên tục, không bị gián đoạn bởi sự thay đổi oai nghi. Trong Mahā Gosinga Sutta (Đại Kinh Rừng Sừng Bò), Đức Thế Tôn nói rằng: "Vị Tỳ-kheo hành

thiền sau khi hạ quyết tâm vững chắc: “Ta sẽ không bỏ thế ngồi kiết-già này cho đến khi tâm của ta được khéo giải thoát khỏi các lậu hoặc, không có chấp thủ". Vị Tỷ-kheo như vậy có thể làm sáng chói khu rừng Gosinga, và được xem như một báu vật cho trú xứ ở rừng.’ Như vậy, lời tuyên bố cho rằng kham nhẫn quán thọ khổ là một hình thức tự hành hạ mình kể như đã lên án những hành giả đang thực hành theo sự chỉ dạy của Đức Phật. Điều đó cũng có nghĩa bác bỏ cả những lời dạy của Ngài, và ngăn cản sự nỗ lực của các thiền sinh, những người vốn chỉ có thể thành tựu định và tuệ nhờ kham nhẫn chịu đựng sự đau đớn do không thay đổi oai nghi đem lại.

Mahāsi Sayādaw 73

Ghi chú: (“Này các Tỳ-kheo, trong giáo pháp này, vị Tỳ-kheo sau khi như lý giác sát, kham nhẫn chịu đựng lạnh, nóng, đói, khát, sự tấn công của các loài côn trùng, bò sát, của gió và sức nóng mặt trời, những lời buộc tội, phỉ báng. Vị ấy kham nhẫn các cảm thọ về thân, những cảm thọ thống khổ, khốc liệt, đau nhói, nhức nhối, không sung sướng, đáng sợ hãi thậm chí có thể gây nguy hiểm đến mạng sống. Những quả lợi ích của sự kham nhẫn chịu đựng lạnh, nóng, đói, khát, sự tấn công của các loài côn trùng, bò sát, của gió và sức nóng mặt trời, những lời buộc tội, phỉ báng…này là sự không xuất hiện cuả các lậu hoặc, phiền não, khổ đau, và nhiệt não mà nếu không kham nhẫn chịu đựng chắc chắn sẽ xuất hiện”. Cần lưu ý rằng trong bài ‘Kinh Tất Cả Lậu Hoặc’ này Đức Thế Tôn khuyên chúng ta phải biết chịu đựng sự đau đớn nghiêm trọng ngay cả với giá phải hy sinh thân mạng. Chú giải bài Kinh liên hệ câu chuyện của Trưởng Lão Lomasa Nāga, người đã kiên trì việc hành thiền ngay cả khi bị những bông tuyết bao phủ lúc ngài đang ngồi hành thiền ngoài trời, vào đêm trăng tròn tháng Giêng. Chỉ bằng cách quán cái lạnh cực độ của vùng Lokantariks, ngài đã vượt qua được cái lạnh đang vây quanh ngài, không từ bỏ oai nghi. Những tấm gương kham nhẫn trong khi hành thiền như vậy có rất nhiều trong những mẫu chuyện đề cập ở Kinh Điển.

74 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Vì vậy những hình thức đau đớn tương đối nhẹ như tê cứng chân tay, cảm giác nóng bức khi hành thiền,…phải được kham nhẫn chịu đựng, không nên thay đổi oai nghi. Nếu có thể được, hãy giữ sự kiên trì dù có phải hy sinh thân mạng, vì điều đó sẽ làm tăng trưởng sự kham nhẫn tiết chế (khantī saṃvara), cũng như định và tuệ. Tuy nhiên, nếu những cơn đau và cảm giác khó chịu đạt đến mức độ lớn không thể chịu đựng được nữa, hành giả có thể thay đổi oai nghi nhưng phải thực hiện rất chậm và nhẹ nhàng đừng để đánh động chánh niệm, định và tuệ.) Tóm lại, những pháp hành không liên quan đến sự tăng trưởng Giới, Định và Tuệ mà chỉ hành để thọ khổ đơn thuần, dứt khoát là những hình thức tự hành xác mình hay khổ hạnh. Ngược lại, những nỗ lực nhiệt thành, dù có phải cảm thọ khổ ưu, nhưng nếu thực hành vì sự phát triển Giới, Định, và Tuệ, sẽ không phải là khổ hạnh. Việc thực hành đó rõ ràng phải được xem như Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo, do Đức Thế Tôn đưa ra. Chính Đức Thế Tôn, sau khi tránh hai pháp hành cực đoan này, đó là đắm chìm trong các dục lạc, được xem là quá dễ duôi và ép xác khổ hạnh được xem là quá nghiêm khắc, đã đắc thành Phật Quả và Giác Ngộ nhờ hành theo Trung Đạo.

TRUNG ĐẠO - SỰ THỰC HÀNH VÀ LỢI ÍCH

Mahāsi Sayādaw 75

Ete Kho, Bhikkhave, ubho ante anupagomma majjhimāpaṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā — Cakkhukaranī, Ñāṇakaranī, Upasamāya, abhiñāya, Sambodhāya, Nibbānāya Savattati.

Đức Thế Tôn tiếp tục: “Này các Tỳ-kheo, tránh hai cực đoan này, Như Lai đã đắc được trí thể nhập về Trung Đạo, tạo thành mắt, tạo thành trí, đưa đến an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn.” Với những lời này, Đức Thế Tôn đã để cho Nhóm Năm Vị Tỳ Kheo biết rằng sau khi từ bỏ hai pháp hành cực đoan, ngài đã tìm thấy Trung Đạo, và bằng con đường đó ngài đã tự mình đạt đến giác ngộ, có được nhãn, có được trí, có được sự an tịnh… Trong suốt mười ba năm, từ mười sáu cho đến năm hai mươi chín tuổi, ngài đắm chìm trong các dục lạc, một con đường cực kỳ dễ duôi. Năm hai mươi chín tuổi, ngài từ bỏ lối sống dễ duôi ấy bằng cách xuất gia, xa lìa đời sống thế tục. Sau đó, trong sáu năm ngài thực hành những hình thức khổ hạnh cực đoan qua việc tự hành xác mình. Sau sáu năm luyện tập khắc khổ, ngài không có được chút tri kiến thù thắng nào, cũng không có được sự lợi ích nào từ việc tu tập ấy và nhận ra rằng mình đã đi sai đường. Do đó, ngài từ bỏ những pháp hành khổ hạnh và ăn uống bình thường trở lại để củng cố thể lực cho việc chứng thiền qua những bài tập hơi thở mà ngài đã hành trước đây. Việc ăn uống trở lại của ngài là một hành động đã được suy

xét kỹ với mục đích giúp cho ngài có đủ sức khoẻ thể thực hành những bài tập thiền hơi thở, vốn là một phần của Trung Đạo. Khi thức ăn được thọ dụng có tiết độ, và trong chánh niệm, nó không thể được xem như sự hưởng thụ dục lạc, cũng không phải là khổ hạnh, vì không có cái khổ do khước từ thức ăn. Vì vậy nó dứt khoát là Con Đường Trung Đạo, không liên hệ gì đến hai pháp hành cực đoan. Khi đã phục hồi sức khoẻ nhờ ăn uống bình thường trở lại, Đức Thế Tôn đi vào thực hành và đắc bốn bậc thiền. Định của những bậc thiền này là dấu hiệu báo trước cho các Thánh Đạo (pubba bhāga magga), hay nền móng cho sự phát triển Thiền Minh Sát và như vậy tạo thành Chánh Định, một trong những bước của Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo. Dựa trên nền móng Chánh Định, Đức Thế Tôn phát triển minh sát và Chánh Kiến với tâm tập trung toàn triệt. Bằng cách này ngài đã tự thân khám phá Bốn Thánh Đạo hay Bát Thánh Đạo, không qua khổ hạnh khắt khe cũng không qua sự thọ hưởng các dục lạc, mà bằng con đường Trung Đạo. Do đó ngài tuyên bố: “Này các Tỳ-kheo, tránh hai pháp hành cực đoan này, Như Lai có được trí thể nhập về Trung Đạo.” Qua lời tuyên bố trên ngài muốn nói rằng ngài có được trí thể nhập Trung Đạo vốn không quá dễ duôi và cũng không quá khắt khe, nhờ từ bỏ hai pháp hành sai lạc, đó là kāmasukhallika (hưởng thụ các dục lạc) được xem là quá dễ duôi, và attakilamatha (tự hành hạ thân xác) được xem là quá khổ hạnh. Hai con đường cực đoan,

Là pháp hành sai lạc, Chúng cần phải được tránh. Trung Đạo là Chánh Đạo.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ TRÁNH HAI CỰC ĐOAN

Về năm dục trần — sắc, thanh, hương, vị và xúc, nếu những đối tượng ấy không xâm phạm vào việc giữ giới hay nếu chúng giúp ích cho việc thực hành Pháp, thì có thể hưởng thụ được. Ăn cần phải ăn bình thường, mặc cần phải mặc bình thường giúp cho việc thực hành pháp được dễ dàng, như vậy tránh được cực đoan khổ hạnh hay tự hành hạ thân xác. Những nhu cầu cần thiết như thức ăn, y phục, thuốc trị bệnh, và nơi trú ngụ (cốc, liêu) phải được sử dụng kèm với sự quán tưởng hoặc thực hành thiền định, hay thiền minh sát. Tức là, mỗi lần xúc chạm với năm dục trần, cần phải ghi nhận chúng như những đối tượng của thiền minh sát. Nhờ áp dụng một sự quán tưởng hay ghi nhận những dục trần này như những đối tượng của minh sát, việc ăn, mặc…sẽ không phát triển thành sự hưởng thụ chúng với tâm thích thú, nhờ đó tránh được cực đoan khác, đó là đắm mê trong các dục lạc. Bởi thế, Đức Thế Tôn nói rằng “Nhờ tránh hai cực đoan này, Như Lai có được trí thể nhập Trung Đạo.”

THUỐC GIẢI ĐỘC CHO THỨC ĂN KHÓ TIÊU HOÁ

78 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Áp dụng sự quán tưởng hay hành thiền minh sát có nghĩa là phát triển niệm, định và tuệ, vốn là những bước trong Bát Thánh Đạo. Nó cũng giống như uống thuốc giải độc sau khi ăn trúng thức ăn không thích hợp và khó tiêu hoá vậy. Sau một cơn bạo bệnh, thời kỳ dưỡng bệnh cần phải thận trọng về chế độ ăn uống kiêng khem của mình. Bạn phải biết tránh những loại thức ăn không thích hợp, có thể làm tổn hại đến sức khoẻ. Nếu bạn không thể kháng lại sự cám dỗ khiến phải ăn loại thức ăn ấy, bạn phải uống thuốc tiêu liền để làm mất tác dụng cái hậu quả tai hại của thức ăn bạn đã ăn. Theo cách này, bạn có thể thoả mãn ước muốn của mình để ăn những gì bạn thích, và đồng thời tránh được những hậu quả xấu của việc ăn ấy. Tương tự, nhờ quán những vật dụng mà chúng ta đang dùng hay ghi nhận nó như những đối tượng của thiền, chúng ta đã ngăn được việc thọ dụng chúng phát triển thành sự hưởng dục. Mỗi lần thấy, nghe, xúc chạm, nhận thức, nếu người hành thiền ghi nhận và hiểu rõ bản chất vô thường, khổ và vô ngã trong mọi hiện tượng sanh và diệt, thì tham và sân đối với việc thấy, nghe, …ấy không thể phát triển nơi họ. Khi thọ dụng bốn món vật dụng cần yếu, như thức ăn, y phục, thuốc trị bệnh và chỗ ở (cốc, liêu…) cũng vậy, nếu người hành thiền cứ liên tục ghi nhận chúng, không phiền não nào có thể sanh đối với những vật dụng này.

Mahāsi Sayādaw 79

Như vậy chúng ta có thể tận dụng những vật dụng cần yếu cho cuộc sống được thoải mái, mà vẫn tránh được sự phát triển của tâm ham thích đối với chúng qua việc thực hành sự quán tưởng và Thiền Minh Sát. Theo cách này, hai cực đoan đã được tránh, vì thực hành quán tưởng và thiền Minh Sát vào lúc thọ dụng thức ăn,…có nghĩa là thực hành Con Đường Trung Đạo. Với sự thực hành theo Trung Đạo bằng cách liên tục ghi nhận mọi đối tượng xuất hiện tại sáu cửa giác quan, nhờ đó biết được bản chất thực của chúng này, tuệ nhãn sẽ sanh, con mắt của trí tuệ sẽ mở ra dẫn đến sự chứng đắc

Niết-bàn. Đó là những lợi ích xuất phát từ việc hành theo Trung Đạo. Đức Phật tiếp tục giải thích: “Trung Đạo do Như Lai thể nhập tạo ra mắt (tác thành mắt), tạo ra trí (tác thành trí).”

NHÃN VÀ TRÍ ĐƯỢC PHÁT TRIỂN NHƯ THẾ NÀO

Bất kỳ ai thực hành Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo, con mắt (tuệ nhãn) được tạo ra, trí được tạo ra trong người ấy. Ở đây nhãn và trí có cùng một ý nghĩa. Pháp (Dhamma) được thấy rõ ràng như thể thấy bằng thị lực, vì vậy mà gọi là tác thành mắt. Nhãn và trí không thể sanh khi đắm mê trong các dục lạc, hay khi hành khổ hạnh. Chúng chỉ sanh do hành theo Bát Thánh Đạo. Sự phát triển của nhãn và trí rất quan trọng.

Trong giáo pháp của Đức Phật, thiền được thực hành vì mục đích phát triển Bát Thánh Đạo này. Khi Bát Thánh Đạo được tu tập, người hành thiền sẽ phân biệt được bản chất đích thực của danh và sắc một cách rõ ràng, như thể đang thấy bằng chính con mắt của mình vậy. Sự sanh và diệt của danh và sắc cũng được quán đúng như chúng thực sự xảy ra. Bản chất vô thường, khổ và vô ngã của mọi hiện tượng danh và sắc lúc này trở nên rất rõ, không phải thông qua đọc hay nghe người thầy giải thích, mà bằng trực giác người hành thiền tự mình kinh nghiệm điều đó. Cuối cùng bản thể của Niết-bàn, đó là sự yên lặng của các thân hành và tâm hành, sự diệt của khổ trong vòng luân hồi sẽ được thấy rõ và chứng ngộ đầy đủ như kinh nghiện của tự thân người hành thiền. Điều quan trọng là phải xem xét kỹ lưỡng xem sự tự chứng như vậy đã được đạt đến hay chưa.

NHÃN VÀ TRÍ TUẦN TỰ XUẤT HIỆN NHƯ THẾ NÀO

Đối với một hành giả miệt mài trong thiền minh sát, nghĩa là vị ấy liên tục ghi nhận được Danh và Sắc vào lúc chúng sanh và diệt, sự xuất hiện của nhãn và trí sẽ rất rõ ràng và sinh động. Lúc mới bắt đầu hành thiền, mặc dù hành giả cũng ghi nhận trạng thái phồng xẹp của bụng, ghi nhận ngồi, chạm, thấy, nghe mỗi khi hiện tượng xảy ra, song không có

được trí đặc biệt nào, vì định lực của hành giả vẫn chưa vững chắc. Sau thời gian chừng vài ngày, tâm trở nên vắng lặng và định lực tăng trưởng. Hầu như tâm không còn lang thang đến các dục trần khác. Nó giữ chặt trên đối tượng thiền đã chọn, đó là Danh và Sắc khi chúng khởi sanh. Vào lúc đó sự phân biệt giữa Sắc (rūpa), đối tượng của cái biết và Danh (nāma), năng lực tâm ghi nhận nó (sắc), trở nên rất rõ rệt. Lúc mới bắt đầu tập thiền, hành giả khó có thể phân biệt được giữa hiện tượng phồng và xẹp của bụng và hành động ghi nhận hiện tượng ấy của tâm. Hành giả vẫn bị ấn tượng cho rằng những hiện tượng riêng rẽ này là một và giống như nhau. Khi định lực gia tăng, sắc (rūpa), đối tượng của sự hay biết tự động trở nên khác với từng niệm ghi nhận, nghĩa là khác với nāma (danh) đang ghi nhận nó. Chúng xuất hiện riêng rẽ chứ không lẫn lộn. Lúc đó trí sanh cho thấy rằng thân này chỉ do sắc (rūpa) và danh (nāma) tạo

thành; không có một thực thể sống trong đó, chỉ hai yếu tố: đối tượng vật chất và tâm biết cùng hiện hữu. Trí này xuất hiện không qua sự tưởng tượng, mà như thể nó hiện bày trong lòng bàn tay; vì vậy nó cũng được mô tả như con mắt (nhãn), nghĩa là như thấy bằng con mắt vậy. Khi định lực tăng thêm sự hiểu biết sẽ phát sanh giúp hành giả nhận ra rằng có cái thấy là vì có con mắt và cảnh sắc hay đối tượng được thấy; có cái nghe là vì có tai và âm

thanh, có sự co (tay, chân…) vì có ước muốn co, duỗi vì có ước muốn duỗi, di chuyển vì có ước muốn di chuyển: có thích là vì vô minh không hiểu biết về thực tại (không biết thực tại là gì), có ái, thủ là vì có thích; và ái thúc đẩy hành động (tạo nghiệp), và nghiệp làm phát sanh quả lợi ích hay quả bất lợi. Rồi khi định lực tăng trưởng thêm nữa, nó sẽ thấy một cách sống động rằng đối tượng của sự hay biết và hành động ghi nhận nó luôn luôn sanh và diệt, sanh và diệt, như thể (được thấy) dưới con mắt của hành giả vậy. Như vậy người hành thiền sẽ tự mình biết rõ được rằng không có gì thường hằng cả, mọi sự mọi vật đều bất toại nguyện, khổ và rằng chỉ có những hiện tượng không kiểm soát được, không kiềm chế được, trôi chảy ngoài ra không có bất kỳ một cá nhân hay thực thể tôi nào. Khi hành giả phát triển được đầy đủ trí hiểu biết về bản chất vô thường, khổ và vô ngã của các pháp, hành giả sẽ chứng ngộ Niết Bàn, sự diệt của tất cả các hành (saṇkhāras) danh và sắc, tất cả khổ, bằng Thánh Đạo Trí (Ariya Magga Ñāṇa), tạo thành thượng nhãn và thượng trí. Như vậy, nếu người hành thiền cứ luôn luôn ghi nhận danh và sắc khi chúng sanh khởi hợp với tinh thần Kinh Niệm Xứ, họ trở nên tự tin rằng Bát Thánh Đạo đúng thời sẽ tạo ra nhãn và trí như đã tuyên bố trong bài kinh. Điều rõ ràng là một kinh nghiệm trực tiếp của tự thân như vậy về sự thực (vô thường, khổ, vô ngã) tạo thành thắng

trí (tri kiến thù thắng) không thể có được chỉ bằng cách học hỏi Vi Diệu Pháp (Abhidhamma) và tư duy trên nội dung của nó. Thắng trí cũng sẽ không sanh do suy quán trên kinh điển đơn thuần. Tới một lúc nào đó, sự quán tưởng bị quên lãng, thậm chí kinh điển cũng sẽ biến mất khỏi ký ức, bởi vì nó chỉ là kiến thức bề mặt có được do sự luyện tập của trí năng, chứ không phải do tự chứng.

TRÍ THÂM SÂU HƠN NHỜ THỰC HÀNH

Nếu Đạo được thực hành để có được kinh nghiệm trực tiếp của tự thân, thì thông thường trí được thâm sâu thêm khi thời gian qua đi. Có lần Tôn-giả Ānandā đến thăm trú xứ của các vị Tỳ-kheo Ni, tại đó các vị ni đã thuật lại cho Tôn-giả biết rằng họ luôn trú trong việc thực hành Tứ Niệm Xứ và rằng trí về Pháp của họ được thâm sâu hơn khi thời gian qua đi. Tôn-giả Ānandā đồng ý và nói, “Điều này thường thường là vậy.” Sau đó, khi Tôn-giả Ānandā trình bày lại sự việc với Đức Thế Tôn, Đức Thế Tôn nói, “Thực sự là vậy, này Ānandā, nếu bất kỳ vị Tỳ-kheo hay Tỳ-kheo Ni nào trú trong việc thực hành Tứ Niệm Xứ, thì có thể tin chắc rằng họ sẽ càng ngày càng hiểu biết Tứ Thánh Đế thâm sâu hơn trước.”

GIẢI THÍCH CỦA CHÚ GIẢI

84 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Chú giải giải thích rằng trí trước có được liên quan đến sự phân biệt sắc Tứ Đại, trong khi trí nâng cao sau đó phát sanh từ sự phân biệt các sắc y đại sanh (upādā rūpa). Tương tự, trí về tất cả Sắc (rūpa) được theo sau bởi sự quán và phân biệt Danh (nāma). Cũng vậy, trí về rūpa (sắc) và nāma (danh) được theo sau bởi sự phân biệt các nhân của chúng. Trí về nhân, làm phát sanh Sắc và Danh, được theo sau bởi sự phân biệt ba đặc tính vô thường, khổ, và vô ngã. Như vậy trí sanh trước dẫn đến Thánh trí sanh sau. Trong pháp hành Niệm Thân (Kāyānupassanā) theo Kinh Sotāpanna (Sotāpanna Sutta), hành giả bắt đầu với việc ghi nhận các sắc trong tiến trình đi, đứng, nằm, ngồi, chuyển động co, duỗi…. Điều này có nghĩa là ghi nhận các đặc tính: đẩy, duỗi, và chuyển động…của phong đại (Vāyo). Chỉ sau khi hiểu rõ tính chất của của các đại chủng (tứ đại), hành giả mới có thể phân biệt được những hoạt động của sắc y đại sanh như mắt, cảnh sắc, tai, tiếng,…bằng cách ghi nhận: thấy, nghe…Sau khi đã thành thạo tính chất của tất cả sắc, sự chú ý lúc đó mới chuyển sang sự sanh của tâm và các tâm hành. Theo cách này, thắng trí sẽ xuất hiện theo trình tự từng bước một.

BẮT ĐẦU TỪ BẤT KỲ BƯỚC NÀO THEO NHỮNG ĐỊNH NGHĨA CỦA KINH

Mahāsi Sayādaw 85

Sau khi đã học và biết được những định nghĩa và mô tả về Sắc, Danh,…từ Abhidhamma (Vi-diệu-pháp), hành giả có thể bắt đầu từ sắc y đại sanh (upāda) thay vì từ những sắc căn bản (tứ đại). Hành giả cũng có thể bắt đầu với Danh trước khi quán Sắc. Hay bỏ qua một bên Danh và Sắc, hành giả có thể bắt đầu suy xét các Nhân và Quả theo Pháp Duyên Sanh hay quán hiện tượng sanh và diệt; hay quán các đặc tính vô thường, khổ và vô ngã? Có số người nói rằng bắt đầu với trí phân biệt danh và sắc (nāmarūpapariccheda ñaṇa) là một tiến trình tu chậm (tiệm tu). Sẽ là nhanh hơn nếu bắt đầu với việc chánh niệm trên sự sanh và diệt liên tục của Danh và Sắc (udayabbhaya ñaṇa-trí quán sự sanh và diệt), và sự diệt của Danh Sắc (bhanga ñaṇa - trí quán sự diệt). Thậm chí họ còn nói họ thích pháp môn tu nhanh hơn. Nhưng học hỏi Danh và Sắc với những định nghĩa và mô tả về chúng từ kinh điển rồi bắt đầu quán chúng, khởi sự từ bất cứ chỗ nào người ta thích, sẽ không làm phát sanh Tuệ minh sát đích thực. Vì vậy, sự sanh khởi của trí sau thù thắng hơn trí trước, hợp theo Lời Dạy của Đức Phật, không thể kinh nghiệm bằng cách này. Cũng giống như một học nhân cố gắng gia tăng khả năng nhớ những bài mà mình đã học bằng cách đọc đi đọc lại như một con vẹt như thế nào, thì ở đây người thực hành như thế cũng sẽ chỉ giúp họ nhớ được những định nghĩa và mô tả về Danh và Sắc mà thôi. Sẽ

86 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

không có tuệ giác đặc biệt nào phát sanh từ sự thực hành như vậy. Theo sự hiểu biết của chúng tôi, ở một trung tâm thiền nổi tiếng nọ, người ta đã cố gắng đi qua các giai đoạn minh sát trí khác nhau, chỉ bằng cách hành theo từng giai đoạn như họ đã học từ kinh điển. Sau khi đạt đến giai đoạn Hành Xả Trí (saṅkhārupekkha-ñāṇa), một loại trí

có được do suy quán trên các hành của hiện hữu, đã gặp phải khó khăn khi họ đến các giai đoạn Thuận Thứ (Anuloma), Chuyển Tộc (Gotrabhū), và Thánh Đạo (Magga Ñāṇa) Thánh Quả Trí (Phala Ñāṇa). Vì thế họ phải quay trở lại từ đầu. Đây là một trường hợp cho thấy rằng không thể đắc chứng cácTuệ Minh Sát theo con đường tắt. Nhờ hành thiền hợp theo Kinh Niệm Xứ (Satipatthāna Sutta) và tu tập đúng Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo, người ta chắc chắn sẽ kinh nghiệm được thắng trí mỗi lần mỗi cao hơn mỗi trí trước như Kinh Chuyển Pháp Luân nói: Nhãn sanh, trí sanh.

NHỮNG PHIỀN NÃO (KILESA) ĐƯỢC LẮNG YÊN

Trung Đạo cũng dẫn đến sự lắng yên, hay tịnh chỉ của các phiền não (kilesa). Nơi một người tu tập Bát Thánh Đạo,

các phiền não luôn luôn lắng yên. Minh Sát Trí tạo ra sự lắng yên tạm thời của các phiền não, trong khi Thánh Đạo tạo ra một sự huỷ diệt hoàn toàn của chúng. Đắm mê trong các dục lạc thì hoàn toàn không đưa đến sự diệt của phiền não. Đúng hơn, nó giúp cho các phiền não ngày càng phát triển nhiều hơn. Một khi người ta đã đầu hàng trước sự cám dỗ để hưởng thụ các dục lạc, họ sẽ không bao giờ ngừng lại được trước sự đòi hỏi hưởng thụ này. Có được một dục trần họ lại càng muốn có nhiều hơn. Vì vậy càng ngày họ càng phát triển thêm nhiều tham ái, không bao giờ dừng lại. Bạn chỉ cần lấy những người giàu có ở các nước phát triển làm ví dụ. Họ có tất cả mọi thứ họ cần, song họ không bao giờ biết thoả mãn. Lòng tham muốn của họ không có chỗ tận cùng. Do đó, một điều hiển nhiên rằng pháp hành đắm mê các dục lạc không thúc đẩy sự diệt của các phiền não. Nó chỉ khiến cho chúng tăng trưởng thêm mà thôi. Pháp hành khổ hạnh cũng vậy, không hướng tới sự chấm dứt của các phiền não. Những người thực hành theo phương pháp này có thể chấp giữ niềm tin rằng phơi mình ngoài trời cực lạnh, cực nóng, và nhịn ăn nghiêm ngặt sẽ đưa đến sự diệt trừ các phiền não. Thực sự, do hậu quả của những pháp hành cực đoan ấy, sức sống của họ đã bị giảm đi, trong khi các phiền não chỉ được kiểm soát một cách tạm thời. Khi lâm bạo bệnh hay phải chịu những chứng bệnh đau đớn, thể lực suy sụp, những phiền não giữ trong trạng thái

ngủ ngầm. Nhưng sau cơn bệnh, khi đã lấy lại sức khoẻ bình thường, những tham muốn hưởng dục xuất hiện trở lại như cũ, và có khi còn mãnh liệt hơn trước. Như vậy sau khi hết hành khổ hạnh, hay ngưng hành trong một thời gian, khi mà sinh lực phục hồi, các phiền não sẽ trở lại như trước. Ngay cả khi đang hành khổ hạnh, mặc dù những phiền não thô bị đè nén, những phiền não vi tế vẫn tiếp tục sanh, trong đó có cả ước muốn được sống thoải mái thoát khỏi những khó chịu và đau đớn của pháp hành (khổ hạnh). Và chắc chắn những phiền não tà kiến về tự ngã (ngã kiến): “Ta đang hành”, mạn kiến: “Không ai có thể hành được pháp hành này,” hoặc tà kiến tin rằng “pháp hành này sẽ đến giải thoát” cũng sẽ sanh.

TÀ KIẾN TRONG PHÁP HÀNH (SILABBATAPARAAMSA DIṬṬHI)

Chấp một pháp hành sai cho là đúng gọi là tà kiến trong pháp hành (sīlabbataparāmāsa-thường dịch Giới Cấm Thủ). Theo lời dạy của Đức Phật, ngoài Bát Thánh Đạo, đưa đến sự phát triển của giới, định và tuệ ra, tất cả những pháp hành khác đều là những pháp hành sai lạc và nếu xem chúng như pháp hành đúng thì đó có nghĩa là tà kiến trong pháp hành (giới cấm thủ).

Không thấy được Chân Lý, Bỏ qua Bát Thánh Đạo,

Mahāsi Sayādaw 89

Mong hạnh phúc trưởng cửu, Đây gọi là tà kiến (trong pháp hành).

Mọi sự mọi vật xuất hiện ở sáu cửa giác quan tạo thành Năm Thủ Uẩn, đó là Sắc (rūpa) và Danh (nāma), hay Khổ Đế (Chân lý về khổ). Hành thiền trên Sắc và Danh này là đang thực hành Đạo Lộ (Bát Chánh Đạo) qua đó tuệ tri Tứ Thánh Đế. Tin và thực hành bất cứ pháp môn nào khác, bỏ qua Thánh Đạo và không dẫn đến sự hiểu biết về Tứ Thánh Đế, là tà kiến trong pháp hành (sīlabbata parāmāsa diṭṭhi). Có những người dạy rằng "Không cần thiết phải hành thiền và giữ giới gì cả. Chỉ cần nghe pháp và học thuộc lòng bản chất của Danh và Sắc là đủ rồi." Những quan niệm như vậy nhất thiết phải xét lại xem có phải là sīlabbata parāmāsa diṭṭhi (tà kiến trong pháp hành) hay không. Theo ý kiến của tôi, giảng dạy như vậy là đang dạy tà kiến trong pháp hành vì phương pháp này đã loại trừ tam học — giới, định, và tuệ. Một bậc Thánh Nhập Lưu (Sotāpanna) đã an lập trong trí (hiểu biết) về pháp hành minh sát đúng không thể nào còn chấp giữ tà kiến trong pháp hành hay giới cấm thủ (sīlabbata parāmāsa). Trong các kiếp sống tương lai, vị ấy không còn mối nguy phải rơi vào tà kiến này nữa. Đây gọi là làm lắng yên phiền não nhờ Thánh Đạo.

DIỆT TẠM THỜI

90 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Khi một dục trần (ārammanā, đối tượng hay cảnh) được quán và ghi nhận như vô thường, khổ, vô ngã, các phiền não của tâm phát sanh do lầm chấp chúng như thường, lạc, ngã, tịnh sẽ không có cơ hội phát sanh. Điều này có nghĩa là các phiền não bị diệt tạm thời, cũng như ánh sáng xua tan bóng tối bằng tính chất đối nghịch hỗ tương, như trong Thanh Tịnh Đạo đã giải thích vậy. Đây là cách các phiền não, ngủ ngầm trong đối tượng (ārammānusaya) lẽ ra đã sanh nếu không ghi nhận, được loại trừ bằng sát-na minh sát. Người có trí nên suy xét kỹ về điều này vốn được nêu ra trong Thanh Tịnh Đạo. Nếu, theo như một số người chấp, quán trí có được chỉ do đơn thuần học (Suta-maya-Ñāṇa) đưa đến Minh Sát (Vipassanā), câu hỏi sẽ phát sanh là phiền não ngủ ngầm trong đối tượng nào được đoạn trừ bằng Minh Sát trí ấy. Sẽ khó mà trả lời được câu hỏi này nếu thiếu đi một đối tượng xác định của sự hay biết. Đối với người hành thiền, thực hành theo phương pháp Tứ Niệm Xứ, quan sát Danh và Sắc trong tiến trình hình thành của chúng, họ có những đối tượng xác định của sự hay biết để ghi nhận. Tất nhiên cũng có những đối tượng của sự hay biết thoát khỏi sự ghi nhận của người ấy (do không ghi nhận kịp hay thất niệm). Như vậy người ấy có thể trừ diệt được những phiền não ngủ ngầm trong đối tượng mà mình ghi nhận, trong khi những phiền

đối tượng mà người ấy không ghi nhận, vẫn không được diệt trừ. Câu trả lời rất đơn giản như vậy thôi. Sau khi diệt trừ tạm thời những phiền não ngủ ngầm trong đối tượng mình ghi nhận, trong hành giả vẫn còn những phiền não tuỳ miên chỉ được đoạn trừ bằng Thánh Đạo (Ariya Magga). Như vậy, bậc Thánh Nhập Lưu (Sotāpanna) đã đạt đến giai đoạn ở đây vị ấy đoạn trừ được thân kiến (sakkāya diṭṭhi), hoài nghi (vicikicchā), và giới cấm thủ (tà kiến trong pháp hành - sīlabbata), cũng như tất cả những phiền não nào có thể khiến cho vị ấy phải tái sanh trong khổ cảnh. Đối với vị Thánh Nhất Lai (sakadāgāmi), tất cả những hình thức thô của tham dục và sân được đoạn trừ. Vị Thánh Bất Lai (Anāgāmi) thoát khỏi những hình thức tham và sân vi tế hơn trong khi vị Thánh A-la-hán hoàn toàn giải thoát khỏi mọi hình thức của phiền não. Theo cách này Minh Sát Đạo (Vipassanā Magga) và Thánh Đạo (Ariya Magga) có khả năng diệt tạm thời các phiền não hoặc nhổ bật gốc chúng vĩnh viễn. Do đó, khi Đức Thế Tôn nói rằng Trung Đạo dẫn đến sự lắng yên, và tịnh chỉ (Upasamāya saṃvattati) của các phiền não ý ngài muốn nói tới sự kiện này vậy.

SỰ SANH KHỞI CỦA THẮNG TRÍ2

Trung Đạo cũng đưa đến sự sanh khởi của thắng trí (Abhiññāya Saṃvattati , -Toàn Diện Trí). Abhiññāya hơi giống như nhãn và trí nhưng hiệu quả của nó rõ rệt hơn; vì vậy nó được đề cập riêng. Tứ Thánh Đế được tuệ tri bằng thắng trí này là do kết quả của Minh Sát Đạo và Thánh Đạo. Minh Sát Đạo phát triển trước giúp cho Minh Sát Trí (Vipassanā Ñāṇa) phát triển sau đó tuệ tri Tứ Thánh Đế. Thực sự ra, chỉ Khổ Đế hay Thủ Uẩn (upādānakkhandhā) được ghi nhận trong tiến trình thiền có liên quan ở đây. Danh và Sắc hay khổ đế được thấy như vô thường, khổ hoặc vô ngã trong thiền minh sát. Mỗi lần chúng được thấy như vậy ái và thủ không có cơ hội xuất hiện. Và do đó có sự giải thoát khỏi ái và thủ. Đây gọi là Pahānabhisamāya (, xả đoạn hiện quán, hay thể nhập đoạn trừ), thể nhập nhân sanh khổ (tập đế) bằng sự đoạn trừ, chứ không phải bằng sự chứng ngộ. Mỗi lần Danh và Sắc trở thành cái bị biết hay trở thành đối tượng của chánh niệm, người hành thiền thoát khỏi vô minh (avijjā), vốn có thể dẫn vị ấy đi vào tà đạo. Do thoát khỏi vô minh, vị ấy thoát khỏi cái khổ của hành (saṇkhāra) và thức (viññāna). Đây là sự diệt tạm thời của

2 abhiññā: Higher knowledge, transcendent or supernatural knowledge or faculty, Diệu Trí, Thắng Trí, Thần Thông, hay Trí Siêu Thế. Hán Dịch Toàn Diện Tri, , cái biết toàn diện.

khổ, tadanga nirodha sacca. Sự diệt tạm thời của khổ này được chứng ngộ bằng thiền minh sát ở mỗi sát-na ghi nhận, chứ không phải như đối tượng quán của nó. Mỗi hành động hay biết (chánh niệm) phát triển Minh Sát Đạo được dẫn đầu bởi Chánh Kiến. Đây

gọi là bhāvanabhisamaya (bhāvanabhisamaya: , Tu Tập Hiện Quán), tuệ tri Khổ Đế Minh Sát bằng sự tu tập hay phát triển nó trong tự thân. Mặc dù trí này được thành tựu không phải do quán ở sát na ghi nhận, mà do đã được phát triển trước trong tự thân, nó vẫn có thể được nhận thức rõ qua sự suy quán. Tuệ tri Khổ Đế, do ghi nhận hiện tượng Danh Sắc cũng dẫn đến trí (hiểu biết) về ba đế còn lại cùng một lúc. Đây là sự tuệ tri tứ đế bằng minh sát trí đặc biệt. Vì thế Trung Đạo được nói là tạo ra thắng trí về tứ đế, abhiññā. Hơn nữa, Trung Đạo cũng còn làm cho Thánh Đạo Trí (Ariya Magga Ñāṇa) đặc biệt khởi sanh. Khi Minh Sát Trí đạt đến sự thành thục, Niết Bàn sẽ được chứng ngộ, và các Thánh Đạo phát triển. Lúc đó tứ đế vốn phải được tuệ tri bằng Thánh Đạo Trí sẽ được Thánh Đạo Trí tuệ tri. Vì lý do này Trung Đạo cũng được bảo là làm phát sanh Siêu Thế Trí.

TUỆ THỂ NHẬP

Trung Đạo cũng còn dẫn đến Tuệ Thể Nhập (Sambodhāya Saṃvattati). Thắng Trí (Abhiññā) có nghĩa là trí biết toàn diện về Minh Sát Trí và Thánh Đạo Trí, vốn chưa được

phát triển trước đây, còn Sambodha nói đến tuệ thể nhập. Cũng như những vật dấu sau bức màn hay tường sẽ được thấy khi phá bỏ những chướng ngại vật này đi. Tứ Thánh Đế cũng vậy, bị che dấu đằng sau vô minh sẽ hiển lộ khi vô minh bị phá trừ. Nhờ tu tập Bát Thánh Đạo qua việc hành thiền, những Chân Lý (Đế) vốn chưa được biết đến trước đây trở nên rõ rệt trước Minh Sát Trí và Thánh Đạo Trí. Do đó tuệ thể nhập chọc thủng vô minh và tuệ tri Tứ Thánh Đế. Như vậy, hoàn toàn hiển nhiên rằng những pháp hành cực đoan - đắm chìm trong các dục lạc và khổ hạnh, không thể làm phát sanh thắng trí cũng không thể làm cho tuệ thể nhập khởi lên.

CHỨNG NGỘ NIẾT-BÀN

Cuối cùng, Trung Đạo, hay Bát Thánh Đạo dẫn đến sự chứng ngộ Niết-Bàn (Nibbānayasaṃvattati). Ở đây, thể nhập Tứ Thánh Đế bằng A-la-hán Thánh Đạo Trí (Arahatta Magga Ñāṇa) có nghĩa là chứng ngộ Niết-Bàn. Nhưng vì Niết-Bàn là mục tiêu cuối cùng và cao quý nhất của những người hiến mình cho sự giải thoát khỏi vòng luân hồi khổ nên nó được Đức Thế Tôn đề cập trở lại như một sự chứng đắc riêng vậy thôi. Nhờ tu tập Bát Thánh Đạo mà người hành thiền đạt đến sự thể nhập Tứ Thánh Đế bằng A-la-hán Thánh Đạo, cuối cùng chứng ngộ Niết-Bàn qua A-la-hán Thánh Quả. Và,

sau khi đã đắc chứng Niết-Bàn, sát-na tâm cuối cùng của Bát-Niết-Bàn (Parinibbāna) sẽ không còn dẫn đến một hiện hữu mới cho những hình thức mới của danh và sắc nữa. Đó là sự diệt của tất cả khổ. Như vậy, theo cách này Bát Thánh Đạo dẫn đến sự chứng ngộ Niết-Bàn, sự diệt hoàn toàn của tất cả khổ. Có thể tóm tắt những lợi ích sẽ pháp sanh từ việc thực hành Trung Đao như sau: 1. Tránh được các dục lạc. 2. Tránh được khổ hạnh. 3. Tránh được cả hai cực đoan được xem là tà đạo này. 4. Trung đạo là đạo lộ

chân chánh. 5. Đi theo đạo lộ chân chánh này, Tuệ Giác sẽ được phát triển và chứng ngộ Niết-Bàn.

Những lợi ích phát sanh từ việc thực hành theo Trung Đạo đã được chúng tôi giải thích tận tường trên mọi khía cạnh. Có thể nói những lợi ích ấy tiêu biểu cho mục đích cao cả nhất mà những người hiến mình cho sự giải thoát khỏi những thống khổ của vòng luân hồi nhắm đến. Không còn cần thêm gì nữa. Bây giờ chỉ còn vấn đề là những gì tạo thành Trung Đạo. Để giải thích Đạo Lộ này, Đức Thế Tôn bắt đầu với một câu hỏi được xem phù hợp với cách dùng truyền thống thời đó.

'Katamā ca sā, bhikkhave, majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā - Cakkhukaraṇī Ñāṇakaraṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati?' (Thế nào là con đường Trung đạo, này các Tỷ-kheo, do Như Lai chánh giác, tác thành mắt, tác thành trí, đưa đến an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn?) Câu trả lời cũng được chính Đức Thế Tôn đưa ra; Ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ – sammādiṭṭhi sammāsaṅkappo sammāvācā sammākammanto sammāājīvo sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhi. (Chính là con đường Thánh Tám ngành, tức là: chánh tri kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định.) Đức Thế Tôn đã chỉ cho thấy Đạo Lộ, như chỉ ngón tay vào những vật có thể thấy được hay vào những vật đang nắm giữ trong bàn tay của ngài. Bát Thánh Đạo chỉ có vậy, đó là: Sammā Diṭṭhi Chánh Kiến Sammā Sankappa Chánh Tư Duy Sammā Vācā Chánh Ngữ Sammā Kammanta Chánh Nghiệp Sammā ājīva Chánh Mạng Sammā Vāyama Chánh Tinh Tấn Sammā Sati Chánh Niệm Sammā Samādhi Chánh Định

Đây là Bát Thánh Đạo, hay Trung Đạo, mà khi được Như Lai giác ngộ đã tạo ra con mắt (tuệ nhãn), tạo ra trí và dẫn đến an tịnh; thắng trí, tuệ thể nhập, Niết-bàn. Ở phần sau chúng tôi sẽ giải thích tỉ mỉ Bát Thánh Đạo này. Hy vọng rằng, nhờ chú tâm theo dõi bài Kinh Chuyển Pháp Luân này với lòng thành kính, quý vị có thể tránh được tà đạo, đó là hai pháp hành cực đoan, và đi theo Bát Chánh Đạo, nhờ đó có được con mắt và thắng trí dẫn đến sự chứng ngộ Niết-bàn, chấm dứt mọi khổ đau.

Hết Phần II

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN PHẦN III

TƯỜNG GIẢI VỀ BÁT THÁNH ĐẠO

Ở phần trước chúng tôi chỉ nêu lên những đầu đề của Trung Đạo, hay còn được gọi là Bát Thánh Đạo. Bây giờ chúng tôi sẽ giải thích tận tường chúng. Bát Thánh Đạo có thể được tóm tắt trong ba nhóm, đó là giới (sīla), định (samādhi), và tuệ (paññā). Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, và Chánh Mạng tạo thành nhóm giới hay giới uẩn hoặc giới đạo

(Sīla Magga). Khi thực hành Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, và Chánh Mạng, giới đạo được thiết lập. Định đạo gồm Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, và Chánh Định. Nhờ thực hành chúng chi đạo định (samādhi maggaṅga) được thiết lập. Chánh Kiến và Chánh Tư Duy thuộc chi đạo tuệ (paññā maggaṅga). Tu tập Chánh Kiến và Chánh Tư Duy sẽ đưa đến các Minh Sát Tuệ (Vipassanā Paññā), Đạo Tuệ (Magga Paññā), và Quả Tuệ (Phala Paññā), những trí thuộc đạo và quả siêu thế. Đên đây, chúng tôi sẽ mô tả chi tiết mỗi trong ba đạo này, nhấn mạnh đến những phương diện thực hành của chúng.

Mahāsi Sayādaw 99

CHÁNH NGỮ ĐẠO

Này các Tỷ kheo thế nào là Chánh ngữ? Đó là không nói dối, không nói hai lưỡi, không nói lời thô lỗ, không nói lời phù phiếm. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh ngữ.

Trong định nghĩa mà Đức Phật đưa ra này, tự chế hay tránh những lời nói trên tạo thành Chánh Ngữ. Như vậy, cần lưu ý rằng, ngay cả khi cơ hội phát sanh cho một người phải thốt ra lời nói dối, nói hai lưỡi, nói thô lỗ, nói lời phù phiếm, nếu họ tự chế không làm như vậy, thời họ đang an lập trong việc thực hành Chánh Ngữ. Trong thực tế, Chánh Ngữ là Sammāvācā Virati (Chánh Ngữ Tiết Chế), một trong 52 tâm sở, thuộc nhóm tiết chế. Nhưng khi một người tránh nói dối…họ không chỉ tránh thôi mà còn phải nói những lời có tính cách chính xác, đúng sự thật, những lời hoà nhã và lợi ích, thúc đẩy sự hoà hợp. Điểm chính yếu cần hiểu ở đây, tránh nói dối,…có nghĩa là đang tạo thiện nghiệp giữ giới. Khi một người thọ trì ngũ giới, bát giới hay thập giới, và phát nguyện tránh nói dối, thì đồng thời họ cũng phải tránh luôn ba khẩu hành ác của nói lời chia rẽ, nói lời thô lỗ, và nói chuyện phù phiếm vô ích nữa. Ngoài ra, khi một người thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm hay suy nghĩ, nếu họ quán được bản chất vô thường, khổ và vô ngã liên quan đến những đối tượng này, không phiền não nào có thể khởi lên để khiến cho họ phải nói ra

100 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

những lời tà ngữ. Điều này có nghĩa là họ đã diệt tạm thời phiền não ngủ ngầm trong tà ngữ bằng vipassana (thiềnminh sát). Khi minh sát trí (Vipassanā Ñāṇa) phát triển đầy đủ, Niết-Bàn sẽ được chứng ngộ qua Thánh Đạo Trí, trí thuộc về Siêu Thế Đạo. Khi điều này xảy ra, tà ngữ sẽ bị diệt hoàn toàn bằng sammāvācā virati (chánh ngữ tiết chế) của Siêu Thế Đạo. Vì thế, Chú Giải Thanh Tịnh Đạo nói rằng Nhập Lưu đạo, Thánh Đạo Đầu Tiên, xua tan tà ngữ; Bất Lai đạo, Thánh Đạo Thứ Ba, xua tan ly gián ngữ và thô ngữ. Ở đây, bằng từ 'lời nói' hay 'ngữ' chú giải muốn nói tới sự cố ý hay tư tâm sở (vì mặc dù người ta có thể nói ra lời thô ngữ nhưng không có sự cố ý hay tư đi kèm). A-la-hán đạo, Thánh Đạo Thứ Tư, xua tan những lời nói phù phiếm hay vô ích ngữ. (Tuy nhiên điều cần hiểu ở đây là đối với bậc Thánh Nhập Lưu, bốn loại lời nói: nói dối, nói ly gián, nói lời thô lỗ, và nói lời phù phiếm nào khiến phải tái sanh trong các cõi khổ (apāyagamaniya pisu, pharu, sampha) đã được đoạn trừ bằng Thánh Đạo Thứ Nhất). Do đó, chánh ngữ Đạo (sammāvācā magga) phải được thực hành cho tới khi đã an lập hoàn toàn trong cả Bốn Siêu Thế Đạo. Tóm lại: Nói dối, nói lời ly gián, nói lời thô lỗ, nói

lời phù phiếm là đắm chìm trong tà ngữ. Ngược lại, tránh tà ngữ là chánh ngữ.

Mahāsi Sayādaw 101

CHÁNH NGHIỆP ĐẠO

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh nghiệp? Đó là khôngsát sanh, không trộm cướp, không tà dâm. Này các Tỷ kheo, tránh ba thân hành ác đã nói gọi là Chánh nghiệp. Ở đây cũng vậy, trong định nghĩa về Chánh Nghiệp mà Đức Phật đưa ra, tránh ba thân hành ác tạo thành Chánh Nghiệp. Như vậy, ngay cả khi cơ hội phát sanh cho một người để phạm sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nếu họ tự chế không phạm vào chúng, kể như họ đang an lập trong việc thực hành Chánh Nghiệp. Chẳng hạn, chỉ xua đuổi chứ không giết con muỗi đang cắn bạn gọi là Chánh Nghiệp. Đối với việc trộm cắp và tà dâm cũng cần được hiểu theo cách tương tự. Về những gì tạo thành hành động tà dâm cũng cần có thêm một sự giaỉ thích ở đây. Có hai mươi loại người nữ mà không một người nam nào được hành dâm. Người nam nào hành dâm với những người nữ đang ở dưới sự bảo hộ của cha, mẹ, anh, chị, thân quyến, các vị trưởng tộc, và bạn đồng tu hay một người nữ đã có chồng, đã đính hôn, là phạm vào ác nghiệp tà dâm. Tránh những ác hạnh này là Chánh Nghiệp. Tóm lại: Sát sanh, trộm cắp, tà dâm là tà nghiệp. Tránh những ác hạnh này là Chánh Nghiệp Chánh Nghiệp Đạo được tu tập bằng cách giữ giới. Nó cũng được tu tập bằng cách hành thiền Minh Sát cho đến khi bốn Thánh Đạo được thiết lập đầy đủ.

102 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

CHÁNH MẠNG ĐẠO

Phạm ba hành ác bằng thân (sát, đạo, dâm) và bốn hành ác bằng lời nói (nói láo, ly gián, ác ngữ, phù phiếm) để kiếm sống tạo thành Tà Mạng. Tránh những ác hạnh này trong sự nuôi mạng là đang hành theo Chánh Mạng Đạo. “Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh Mạng? Này các Tỷ kheo, ở đây vị Thánh đệ tử từ bỏ tà mạng, sinh sống bằng chánh mạng. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh mạng.” Tà mạng là kiếm sống bằng những phương tiện bất chánh, phi pháp như sát sanh và trộm cắp... Ba thân hành ác và bốn khẩu hành ác chỉ là Tà Nghiệp và Tà Ngữ khi chúng không liên quan đến việc kiếm sống của một người. Chúng không tạo thành Tà Mạng. Như vậy, đối với trường hợp giết ruồi, muỗi, sâu bọ, rắn rít hay kẻ thù vì tức giận hay sân hận, thì đó chỉ là một thân hành ác, một tà nghiệp chứ không phải Tà Mạng. Còn giết những con vật như chim, gà, lợn, bò, dê, hay cá cho thị trường tiêu thụ hay giết để làm thức ăn cho mình khoát tạo thành Tà Mạng. Nói chung, trộm cắp do kinh tế thúc đẩy được xếp vào loại tà mạng. Tuy nhiên, khi lý do không phải vì kinh tế mà vì trả thù hay thói quen, những hành động này chỉ tạo thành tà nghiệp mà thôi. Tà dâm thường không liên quan đến sự nuôi mạng, nhưng dụ dỗ phụ nữ và cố tình làm cho họ hư

Mahāsi Sayādaw 103

hỏng để phục vụ trong việc mua bán xác thịt (mại dâm) thì lẽ đương nhiên là Tà Mạng. Nói dối chỉ là tà ngữ khi không bị thúc đẩy bởi những lý do kinh tế; nhưng khi nói dối

được dùng trong những giao dịch mua bán hay trong toà án để trục lợi, thì nó là Tà Mạng. Tương tự nói ly gián, không vì lý do kinh tế, là Tà Ngữ. Nhưng, ngày nay những lời buộc tội giả dối hay những nhận xét có tính cách buộc tội là những phương pháp thường được người ta dùng để làm mất uy tín lẫn nhau và trong hầu hết những công việc mua bán, trong trường hợp này chúng có thể được xem như Tà Mạng. Những ngôn từ thô lỗ hay sỉ vả hiếm được dùng trong những giao dịch mua bán và vì thế chúng thường chỉ là Tà Ngữ. Phần lớn những loại tiểu thuyết, truyện, kịch nghệ, phim ảnh hiện đại có thể được xem như những phương tiện của Tà Mạng. Những cách kiếm sống tà vạy (bằng sát sanh, trộm cắp, và nói dối) như vậy là những hành động làm mất đi những nguyên tắc đạo đức mà con người chánh trực giữ gìn.

LÀM GIÀU BẰNG NHỮNG PHƯƠNG TIỆN BẤT CHÁNHLÀTÀMẠNG

Người đã thọ trì ngũ giới phải tránh bảy cách nuôi mạng bất thiện kể trên. Trong Kinh Ajivatthamaka (Hoạt Mạng Đệ Bát Kinh), tránh tà mạng được kể như một giới trong tám giới. Như vậy tránh những phương tiện làm ăn bất

chánh và sinh sống hợp với những nguyên tắc đạo đức của con người chánh trực tạo thành chánh mạng.

LÀM GIÀU HỢP VỚI THIỆN PHÁP LÀ CHÁNH MẠNG

Ở đây một lần nữa, giống như chánh ngữ và chánh nghiệp, chánh mạng cũng là một sự thực hành kiêng tránh, thuộc tiết chế tâm sở (virati cetasika). Do đó, tránh tà mạng chỉ được xem là chánh mạng mà thôi. Chánh mạng được phát triển bằng cách giữ giới. Nó cũng phải được tu tập bằng thiền Minh Sát cho đến khi chi phần Tiết Chế (virati) của Đạo được hoàn thành. Để có một sự thảo luận kỹ lưỡng hơn về chánh mạng, có thể tham khảo thêm bài kinh Đoạn Giảm (Sallekha Sutta), tập II do chúng tôi giảng giải. Ba chi đạo chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng này thuộc về nhóm giới của bát thánh đạo. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn về những chi đạo tạo thành nhóm định.

CHÁNH TINH TẤN ĐẠO

'Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh tinh tấn? Ở đây, trong Giáo Pháp này, vị Tỷ kheo, đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn không cho sanh khởi; vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các ác, bất thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn trừ diệt, chiến thắng, vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn khiến cho sanh khởi; vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn khiến cho an trú,

không cho băng hoại, khiến cho tăng trưởng, thành thục và đi đến sự phát triển (bhāvanā: tu tập) viên mãn. Vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tinh tấn.' Sự cố gắng như vậy gọi là chánh tinh tấn, như đã được chính Đức Thế Tôn giải thích tường tận.

Những gì đoạn kinh trên muốn nói là như thế này: 1) Tinh tấn ngăn những bất thiện pháp chưa sanh không cho khởi sanh. Khi một người nhận biết, hay nghe hoặc thấy những người khác làm các ác hạnh sát sanh, trộm cắp, nói dối, họ phải cố gắng chế ngự những ác hạnh trên. Điều này cũng giống như cố gắng bảo vệ mình khỏi những chứng bệnh hay lây như bệnh cúm trong những trận dịch của chúng vậy. 2) Tinh tấn trừ diệt, chiến thắng những ác, bất thiện pháp đã sanh. Những bất thiện pháp này có hai loại: a) Vītikkama akusala, những bất thiện ở mức vi phạm, trách nhiệm cho những thân hành ác và lời nói ác như sát sanh, trộm cắp hay nói dối mà người ta có thể vi phạm và pariyutthāna akusala, những bất thiện ở mức bột khởi, làm phát sanh những ý nghĩ tham dục, sân hận….và b) Anusaya akusala, bất thiện ở mức ngủ ngầm, những bất thiện vẫn chưa thực sự sanh khởi, còn ngủ ngầm trong dòng tâm thức, và sẽ sanh khi có cơ hội. Trong hai loại này bất thiện ở mức vi phạm được chế ngự hay diệt trừ bằng giới. Giữ giới kỹ lưỡng sẽ tự động diệt được những thân hành ác và lời nói ác phát sanh do Vītikkama akusala này. Những ý nghĩ ác của tham dục ở mức bột khởi

trong tâm (pariyutthāna akusala) được diệt trừ bằng thiền định và thiền minh sát. Bất thiện ngủ ngầm (anusaya akusala) có thể bị diệt tạm thời bằng thiền minh sát. Song chỉ khi đạt đến thánh đạo, những phiền não ngủ ngầm này mới bị loại trừ hay bứng gốc hoàn toàn bằng thánh đạo trí (ariya maggañāṇa). Chính với quan niệm bứng gốc hoàn toàn những phiền não ngủ ngầm này mà thiền minh sát cần phải được thực hành. Đây là điểm rất vi tế và sâu xa, chỉ những người hành thiền minh sát một cách hiệu quả và đầy đủ mới có thể hiểu được. 3) Tinh tấn làm phát sanh những thiện pháp chưa sanh. Bố thí, trì giới, hành thiền định và thiền minh sát là những hình thức khác nhau của phước nghiệp sự. Chúng ta nên cố gắng hết sức mình để thực hiện những phước nghiệp sự vẫn chưa được hoàn thành này. Có số người đã bóp méo lời dạy của Đức Phật bằng cách nói rằng thực hành những phước nghiệp sự này sẽ chỉ đưa đến kéo dài thêm vòng luân hồi (saṃsāra) mà thôi. Theo họ, thiện nghiệp (kusala) là hành (saṅkhāra), mà hành là do vô minh (avijja) tạo điều kiện hay làm duyên. Pháp duyên sanh nói rằng: “saṅkhāra paccayā viññānā” hành duyên thức (duyên hành có thức tái sanh khởi lên). Như vậy, thiện hành (kusala saṅkhāra) cũng sẽ khiến cho thức tái sanh khởi lên. Vì thế những hành động thiện cần phải từ bỏ. Một sự quyết đoán như vậy rõ ràng là mâu thuẫn với ý nghĩa đích thực của lời Đức Phật dạy, và cực kỳ lầm lẫn.

Thực sự, nếu bỏ những hành động thiện, người ta sẽ chỉ còn lại những hành động bất thiện không những sẽ kéo dài thêm vòng luân hồi mà chắc chắn sẽ còn đưa họ xuống bốn cõi thấp (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và A-tu-la). Nhân đích thực của vòng luân hồi bất tận này là vô minh và tham ái. Những phiền não này chỉ có thể được đoạn trừ bằng các hành động thiện được thực hiện với mục đích đoạn trừ chính những phiền não ấy. Một thiện nghiệp có thể tạo ra tái sanh trong một cõi tốt lành (thiện thú), ở đây người ta được nghe Pháp và thực hành Pháp (Dhamma) để trở thành một bậc thánh (Ariya), và như vậy thoát khỏi những khổ đau của bốn cõi khổ và vòng luân hồi. Câu chuyện

của vị Thiên tử Ếch có thể được dùng để minh hoạ cho điểm này. Thiên tử Ếch trong kiếp trước là một chú ếch tình cờ được nghe một bài pháp do Đức Thế Tôn giảng. Dù không hiểu được chữ nào trong bài pháp, nhưng chú ếch vẫn lắng nghe với tâm cung kính và vừa lòng, nhờ thiện nghiệp ấy, chú được tái sanh trong cõi chư thiên. Khi đã là một vị chư thiên chú lại có cơ hội nghe pháp của Đức Phật, và lần này chú đạt đến giai đoạn nhập lưu, trở thành Thánh Tu Đà Hoàn, nhờ nghe pháp ấy. Vì thế tinh tấn phải được thực hiện để tạo ra những thiện pháp chưa sanh, đặc biệt những phước nghiệp sự đưa đến Thánh Đạo. Mỗi lần thực hiện được một sự tinh tấn như vậy, kể như bạn đã phát triển được Chánh Tinh Tấn Đạo. 4) Tinh tấn duy trì những thiện pháp đã sanh và phát triển chúng cho được thành thục và viên mãn. Điều này khá đơn

giản. Một hành giả ghi nhận mọi sự, mọi việc xảy ra ở sát-na thấy, nghe, xúc chạm, hay biết là thực sự họ đang hành tinh tấn ngăn ngừa, không cho những ác bất thiện pháp có cơ hội sanh khởi. Nó cũng có nghĩa là đang tinh tấn loại bỏ, đoạn trừ những ác bất thiện pháp đã sanh. Đồng thời hành giả cũng đang cố gắng để phát triển giai đoạn cao hơn của thiện nghiệp minh sát và Thánh Đạo đã sanh. Như vậy, mỗi lần hành giả ghi nhận từng hiện tượng khởi lên như một bài tập thiền minh sát, hành giả đang phát triển Chánh Tinh Tấn đạo hay tứ chánh cần. Điều này được tóm tắt như sau: 1. Tinh tấn ngăn những bất thiện pháp chưa sanh không cho khởi sanh. 2. Tinh tấn loại trừ những bất thiện pháp đã sanh. 3. Tinh tấn thúc đẩy hay tu tập, khiến cho những thiện pháp chưa sanh được sanh khởi. 4. Tinh tấn duy trì, phát triển và đưa đến sự hoàn thiện những thiện pháp đã sanh, đây gọi là tứ chánh cần (sammappadhānas), hay bốn pháp tinh tấn lớn.

Mỗi lần bạn dự phần vào những thiện sự như bố thí, trì giới, và tu thiền, bạn đang phát triển Chánh Tinh Tấn đạo, bốn pháp tinh tấn lớn. Đặc biệt là thế khi bạn thực hiện những thiện sự này với quan niệm thoát khỏi những khổ đau của vòng tử sanh luân hồi. Những thiện sự thuộc thiền minh

sát, không cần phải nói, chắc chắn phải là một phần của Chánh Tinh Tấn đạo rồi. Tóm lại, cố gắng làm điều thiện là Chánh Tinh Tấn.

CHÁNH NIỆM ĐẠO

‘Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh niệm? Trong Giáo Pháp này, vị Tỷ kheo sống quán trên thân (sắc uẩn), vốn vô thường, khổ, vô ngã, bất tịnh, nhận ra nó chỉ là thân hay sắc uẩn vô thường, khổ, vô ngã, bất tịnh. Nhận thức được như vậy, vị ấy nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu đối với thế gian của năm uẩn; tham ưu ấy có thể sẽ sanh nếu không hiểu biết đúng như vậy. Vị ấy quán trên các cảm thọ chỉ là thọ, vô thường, khổ, vô ngã, …, vị ấy sống quán trên tâm, ghi nhận nó chỉ như một tiến trình của tư duy và nhận thức, vô thường, khổ, và vô ngã,…vị ấy sống quán trên các pháp, ghi nhận nó chỉ như hiện tượng thấy, nghe, v.v…, vô thường, khổ, vô ngã,…Nhận thức được như vậy, vị ấy nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu đối với thế

gian của các cảm thọ; thế gian của tâm, thế gian của các pháp, nói khác hơn thế gian của năm uẩn. Này các Tỳ Kheo, niệm để hiểu biết đúng như vậy được gọi là Chánh Niệm.' Đây là những lời của Đức Phật kỹ lưỡng của Đức Phật về Chánh Niệm Đạo.

DÙ BÁT THÁNH ĐẠO CÓ ĐƯỢC THUYẾT GIẢNG CHI TIẾT HAY KHÔNG

Trong Kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakka Sutta), như hiện giờ chúng ta đã thấy, Bát Thánh Đạo chỉ được đề cập dưới hình thức một tiêu đề. Khi bài Kinh Chuyển Pháp Luân này lần đầu tiên được Đức Phật thuyết, liệu Tôn giả Kiều-trần-như cùng với các vị Phạm Thiên và chư thiên đắc thắng trí lúc đó, có hiểu rằng bằng những từ đơn giản của tiêu đề "chánh niệm" Đức Phật muốn nói tới 'tứ niệm xứ' qua đó bản chất của thân, thọ, tâm, và pháp được tuệ tri một cách rõ ràng hay không? Liệu các vị có hiểu rằng "ghi nhận mọi thân hành, mọi cảm thọ, mọi danh pháp (hiện tượng tâm), mọi tư duy trên các pháp trần có tạo thành chánh niệm hay không? Và rằng Chánh Niệm này phải được tu tập bằng cách ghi nhận mọi hiện tượng của thân và tâm (danh&sắc) hay không? Đây là một điểm có thể gây tranh luận cần phải được cân nhắc. Vì trừ phi các vị đã có một sự hiểu biết rõ ràng về nó, bằng không các vị sẽ không thể phát triển chánh niệm được. Và không có chánh niệm, việc chứng đắc thắng trí thuộc thánh đạo và thánh quả là một điều không thể xảy ra. Ở đây hai sự cân nhắc là có thể. Thứ nhất, Tôn giả Kiều-trần-như và các vị Phạm Thiên, chư thiên là những người có những Ba-la-mật phi thường đã chín mùi, chắc chắn sẽ đắc giải thoát tối hậu, và chỉ cần nghe những từ "chánh niệm", lập tức hiểu được rằng họ cần phải ghi nhận

mọi thân hành, mọi cảm thọ..., và phát triển chánh niệm đạo. Do đó họ đã làm như vậy và đắc thắng trí theo cách này. Sự cân nhắc thứ hai là: khi thuyết bài pháp đầu tiên này, để thính chúng của ngài hiểu được một cách rõ ràng, Đức Thế Tôn đã giải thích tỉ mỉ những tiêu đề của Bát Thánh Đạo và tứ niệm xứ. Nhưng vào lúc Kết Tập Tam Tạng lần Thứ Nhất, khi trùng tuyên Kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakka Sutta), Bát Thánh Đạo như một thành phần của Tứ Thánh Đế đã được cô đọng chỉ trong hình thức của một tiêu đề, như vậy phải có những giải thích chi tiết về chúng riêng ở các bản kinh khác được trùng tuyên trong hình thức cô đọng tại cuộc Kết Tập lần Thứ Nhất. Câu trả lời là có. Kinh Niệm Xứ (Satipatthāna Sutta) của Trung Bộ là một sự cô đọng của bài Kinh Đại Niệm Xứ (Mahāsatipatthāna) của Trường bộ mà chỉ phần đầu của nó được trùng tuyên trong kỳ Kết Tập lần Thứ Nhất. Nhưng hiện nay trong phương thức tiến hành ở cuộc Kết Tập lần Thứ Sáu, những phần bỏ sót đã được lấp đầy và ghi chép lại, mặc dù những phần mới thêm của kinh không được đề cập trong chú giải Trung Bộ. Tương tự cũng có một số những bài kinh dài thuộc các Nikāya khác đã được ghi lại trong hình thức cô đọng ở Tiểu Bộ Kinh (Khuddaka Nikāya). Như vậy ở đây chúng ta có thể rút ra một điều là sự trình bày chi tiết về chánh niệm mà Đức Phật đưa ra ở lần thuyết bài kinh này đã được bỏ qua nên bài kinh chỉ được trùng tuyên một cách súc tích trong kỳ Kết Tập lần Thứ

Nhất. Vì thế vấn đề ý nghĩa thâm sâu và chi tiết của Bát Thánh Đạo được hiểu như thế nào từ tiêu đề đơn giản của nó không cần thiết phải đặt ra nữa. Ngày nay, tứ niệm xứ mà tôi vừa nói đã được nhiều người biết rõ. Và nhất là có bài Kinh Đại Niệm Xứ cung cấp những giải thích kỹ lưỡng cho tiêu đề đã được tóm tắt về Bát Thánh Đạo. Ngoài ra chúng ta còn có những bản chú giải về bài kinh này. Tuy vậy, bất chấp những gì đã có, chỉ một ít người là có thể biết cách làm thế nào để phát triển chánh niệm đạo. Do đó theo tôi nghĩ Đức Thế Tôn thực sự đã trình bày đầy đủ chi tiết về đạo (Bát Thánh Đạo) khi ngài thuyết bài pháp đầu tiên, Chuyển Pháp Luân, này vì lợi ích của số đông vậy. Ở đây phải lưu ý rằng chánh niệm đạo là tứ niệm xứ. Đạo này phải được tu tập như thế nào đã được nói rõ trong bài kinh Pāḷi vừa dẫn. Bài kinh Pāḷi này chính xác giống như đoạn giới thiệu tóm tắt cho bài Kinh Đại Niệm Xứ (Mahā Satipatthāna Sutta). Nếu thấy sự giải thích quá cô đọng này không đủ để hiểu rõ, bạn có thể nhờ đến sự nghiên cứu sâu xa hơn về bài Kinh Đại Niệm Xứ. Theo Kinh Đại Niệm Xứ, quán thân có thể được thực hiện theo hai cách: hoặc bằng cách quán hơi thở, ānāpāna, đó là theo dõi hơi thở vô và hơi thở ra, hoặc bằng cách quán ba mươi hai thành phần cấu tạo của thân như tóc, lông, móng, răng, da…Chú giải nói rằng hai phần này của Kinh Niệm Xứ là những đề mục thiền có thể tạo ra định an chỉ (appanā). Mười chín phần còn lại của Kinh Niệm Xứ là những đề mục

thiền chỉ tạo ra cận định (upacāra Kammaṭṭhāna). Thiền minh sát (vipassanā kamaṭṭhāna) cũng chỉ tạo ra cận định.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ TẠO RA CHÁNH NIỆM MINH SÁT (VIPASSANĀ SATI)

Do đó, chỉ cần chọn bất kỳ một đề mục thiền nào đã đề cập trong 19 phần còn lại để phát triển Chánh Niệm Minh Sát Đạo là đủ. Theo phần 'Tác Ý Các Giới', Dhātumanasikāra pabba, người hành thiền cần phải ghi nhận Bốn Đại Chủng (Tứ Đại) cũng như ghi nhận khi nó sanh khởi và thể hiện. Thanh Tịnh Đạo nói rõ rằng khi đã vượt qua các triền cái nhờ quán trên Tứ Đại, cận định phát sanh. Cận định này, như đã giải thích trong Phụ Chú Giải của Thánh Tịnh Đạo, không gần với bất cứ một An Chỉ Định (Appanā Samādhi) nào và như vậy nó không phải là cận định thực thụ. Tuy nhiên, vì nó hơi giống cận định trong khả năng vượt qua các triền cái và tạo ra đặc tính của nó nên nó được khoác cho cái tên cận định nhờ sự giống hệt về khả năng của nó mà thôi. Ở đây, vì mục đích của thiền minh sát, chúng tôi dùng từ Sát-Na Định Minh Sát (Vipassanā Khaṇika Samādhi) để mô tả loại (cận) định nói trên. Một số người cảm thấy khó hiểu cách dùng này và đã chỉ trích việc sử dụng nó. Họ cho rằng không thể phát triển Minh Sát bằng sát-na định. Họ lý luận rằng nếu điều này là khả dĩ, thì những tăng sinh đang nghiên

cứu kinh điển cũng có được minh sát trí. Tất nhiên, chúng tôi có thể chấp nhận quan điểm này nếu sự tập trung hay định của những học nhân ấy đủ mạnh để loại trừ

những triền cái và đồng thời nếu họ đang quán trên hiện tượng danh và sắc ở sát na sanh của chúng hợp theo Kinh Đại Niệm Xứ. Nhưng một điều hoàn toàn rõ ràng là định dự phần trong sự đọc tụng và suy ngẫm trên kinh điển mà những học nhân ấy đã học thuộc lòng không đủ mạnh để vượt qua các triền cái và họ cũng không phải đang ghi nhận hiện tượng danh và sắc ở sát- na sanh của chúng. Do đó, những người chỉ trích chúng tôi hiển nhiên đã không quen với việc thực hành minh sát đúng đắn vậy. Trong Thanh Tịnh Đạo, sát na định minh sát được đề cập như Khaṇika cittakaggatā (sự nhất tâm tong một sát-na); và trong phụ chú giải của Thanh Tịnh Đạo thì nó được nói đến như Khanamattahitiko samādhi,...Như vậy dựa trên thẩm quyền của Chú giải và Phụ chú giải, chúng tôi đã dùng từ Sát Na Định Minh Sát (Vipassanā Khaṇika Samādhi) để mô tả loại định hơi giống như Cận Định này. Một khi những giải thích này được hiểu rõ, sự lầm lẫn chắc chắn sẽ chấm dứt trong tâm của những người chỉ trích chúng tôi. Như đã nói ở trên, nếu quán sắc được thực hoàn tất bằng cách ghi nhận các sắc khi chúng sanh khởi, theo như các phần Quán Các Oai Nghi Của Thân (Iriyapatha), Quán Sự Tỉnh Giác (Sampajjaññā), Tác ý Các Giới (Dhatumanasikāra), thì cận định mà chúng ta gọi là sát na định minh sát được phát

triển. Và cùng với định này, Minh Sát Trí (Vipassanā Ñāṇa), còn gọi là Chánh Kiến Minh Sát (Vipassanā Sammādiṭṭhi), cũng được phát triển. Lúc đó những pháp này: Chánh Niệm Đạo (Sammā Sati Magga), Chánh Định Đạo (Sammā Samādhi) và Chánh Kiến Đạo (Sammā Diṭṭhi Magga) được gọi cách khác là Thân Quán Niệm Xứ (kayanupassanā satipatthāna). Liên quan đến lời tuyên bố cho rằng 'Tác Ý Các Giới' là một đề mục thiền cho Cận Định, chúng tôi có thẩm quyền của Thanh Tịnh Đạo vốn đề cập đến đề mục thiền này như Catudhātuvavatthāna (Xác Định Bốn Giới hay Xác Định Tứ Đại). Và chắc chắn sự quả quyết của chúng tôi cho rằng quán các oai nghi của thân và quán sự tỉnh giác chỉ đưa đến Cận Định cũng sẽ được tán thành, bởi vì chú giải bài Kinh Niệm Xứ xác nhận rõ ràng chúng là những đề mục thiền cho Cận Định. Ngoài ra, theo phần Quán Thọ...thì niệm thọ, niệm tâm và niệm pháp vào sát na sanh khởi của chúng sẽ dẫn đến sự phát triển của Cận Định và Minh Sát Trí. Bởi thế, ngay đầu chương nói về Kiến Tịnh, Thanh Tịnh Đạo đã đưa ra một sự mô tả về cách người theo cỗ xe thuần quán bắt đầu thực hành thẳng vào quán Tứ Đại theo sau bởi sự phân biệt mười tám giới, mười hai xứ, năm uẩn và danh-sắc, như thế nào. Điều này phù hợp với những lời dạy của Đức Phật trong Kinh Đại Niệm Xứ. Đến đây, sau khi đã nghe những lời giải thích và cân nhắc ở trên, có lẽ quý vị đã hiểu được cách làm thế nào để

phát triển chánh niệm đạo đúng theo tinh thần của những bài kinh do Đức Thế Tôn thuyết giảng. Và sau khi đã hiểu như vậy, có lẽ quý vị cũng có thể xác định được là chỉ đọc tụng và suy xét trên những gì mình đã học từ kinh điển thay vì chánh niệm ghi nhận thân, thọ, tâm, pháp ở sát na chúng khởi sanh, có dẫn đến chánh niệm đạo đích thực hay không. Và một điều rõ ràng là không có chánh niệm đạo thích hợp, thì chánh kiến minh sát đạo, cũng không thể nào được thiết lập.

MINH SÁT TRÍ CHỈ PHÁT SANH DO CHÁNH NIỆM GHI NHẬN

Chúng tôi sẽ trích dẫn ra đây một đoạn từ chú giải Kinh Đại Niệm Xứ để củng cố thêm cho lý lẽ của chúng tôi: Yasama panakaya vedanā citta-dhammesu kiñci dhammam anamdsitava bhāvanā nāma natti. Tasamā tepi iminā̄va maggena sokaparideva samatikkhantati veditabba. (Không thể có sự phát triển của minh sát trí, trí thuộc Thánh Đạo, mà không quán bất kỳ đề mục thiền nào trong thân, thọ, tâm, và pháp.) Do đó, phải nhận ra rằng Tể Tướng Santati và Trưởng Lão Ni Patācārā3 đã vượt qua được sầu bi của họ do nhờ thực hành tứ niệm xứ đạo.

3 Santati và Patācārā Therī, những người được nói là đắc thắng trí thuộc Thánh Đạo và Thánh Quả trong khi nghe một thời pháp.

Mahāsi Sayādaw 117

KHÔNG CHÁNH NIỆM KHÔNG TRÍ TUỆ

Về điểm này chú giải rất minh bạch. Không thể chỉ nghe pháp mà phải quán một đề mục nào đó trong thân, thọ, tâm, pháp mới giúp họ đạt đến thắng trí. Không quán bất kỳ một đề mục thiền nào trong tứ niệm xứ, việc phát triển Minh Sát Trí (Vipassanā Ñāṇa) hay trí thuộc Thánh Đạo và Thánh Quả là điều không thể xảy ra. Do đó, rõ ràng là nếu chỉ học những định nghĩa và phân loại của Danh và Sắc rồi suy xét trên đó mà không thực sự ghi nhận sự sanh khởi của chúng trong thân, sẽ không bao giờ phát triển được chánh kiến đạo đúng đắn còn gọi là minh sát trí, hay trí thuộc Thánh Đạo. Ở đây một mình chánh niệm sẽ không dẫn đến cứu cánh mong muốn. Sau khi đã thành tựu chánh niệm, chính nhờ tuệ tri chân lý đúng như thực mà người hành thiền mới đạt đến cứu cánh mong muốn. Do đó trong phần giới thiệu tóm tắt bài Kinh Niệm Xứ vừa dẫn ở trên, kinh chỉ nói là phải có 'nhiệt tâm chánh niệm cùng với trí tuệ tỉnh giác.' Tuy nhiên, khi diễn giải phần giới thiệu tóm tắt này những từ 'pajānāti' – biết (tuệ tri) theo những cách khác nhau, hay 'samudayavayadhammānupassī' - biết nhân sanh và diệt-đã được dùng. Vì thế, chúng tôi đã tóm tắt chánh niệm đạo này lại như sau: để phát triển chánh niệm, phải có nhiệt tâm, niệm cùng với sự tỉnh giác –

118 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

1. Tỉnh giác về những chuyển động của thân. 2. Tỉnh giác về mọi hoạt động của tâm 3. Tỉnh giác về mọi cảm thọ: lạc, khổ và trung tính (nói chung bất cứ thọ nào thể hiện). 4. Tỉnh giác về mọi pháp khi nó xuất hiện.

Sở dĩ chúng tôi phải mất khá nhiều thời gian để bàn chi tiết về chánh niệm đạo này là vì nó rất quan trọng đối với sự hiểu biết của nhiều người. Bây giờ chúng tôi sẽ bàn về chánh định đạo. Về đề tài này, chúng tôi sẽ tự giới hạn vào những điểm chính yếu nhất của lời dạy liên quan đến chánh định đạo. Thực sự để dẫn ra hết những giải thích về đề tài này sẽ phải bao quát một phạm vi quá rộng, đối với những người kiến thức hạn chế khó có thể nắm bắt được.

CHÁNH ĐỊNH ĐẠO Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh định? Ở đây, trong Giáo Pháp này, Tỷ kheo ly dục, ly ác bất thiện pháp, chứng và trú Thiền thứ nhất, một trạng thái

hỷ lạc do ly dục sanh, với tầm, với tứ. Tỷ kheo ấy diệt tầm, diệt tứ, chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Tỷ kheo ấy ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú Thiền thứ ba. Tỷ kheo ấy xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Này

các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh định. Như vậy, định trong bốn bậc thiền được xác định là Chánh Định Đạo. Ở đây, Jhāna (bậc thiền) có nghĩa là không cho phép tâm lang thang mà gắn chặt nó trên một đề mục duy nhất để duy trì trạng thái vắng lặng. Theo Kinh thì có bốn bậc thiền (Jhāna): (1) Sơ thiền, do năm thiền chi tạo thành, đó là vitakka (tầm): hướng tâm đến một đối tượng hay tư duy về đề mục thiền; vicāra (tứ): sự thẩm sát liên tục trên đối tượng; piti (hỷ) trạng thái say mê, sung sướng; sukha (lạc), cảm giác an lạc, hạnh phúc; ekaggatā (nhất tâm) sự hợp nhất của tâm an tịnh. (2) Sau khi diệt tầm và tứ, chỉ ba thiền chi hỷ, lạc và nhất tâm còn lại, tạo thành nhị thiền. (3) Kế tiếp diệt hỷ, hai thiền chi lạc và nhất tâm tạo thành tam thiền; (4) Trong tứ thiền, lạc được thay thế bằng xả (upekkhā) vì thế xả và nhất tâm tạo thành tứ thiền. Bốn bậc thiền này có thể là những thiền hiệp thế4 (lokiya jhānas), hoặc thiền siêu thế (lokuttarā jhāna) đi kèm theo Thánh Đạo tâm. Định của thiền siêu thế là chánh định thuộc thánh đạo; định của thiền hiệp thế có thể được xếp vào chánh định đạo nếu nó tạo thành căn bản cho sự phát triển minh sát (vipassanā).

4 thiền hiệp thế cũng còn gọi là thiền sắc giới (rūpavacarajhāna) và thiền vô sắc giới (arūpavacarajhāna).

SỰ QUYẾT ĐOÁN CHO RẰNG KHÔNG THỂ TU TẬP MINH SÁT NẾU KHÔNG CÓ THIỀN (JHĀNA)

Bám vào lời tuyên bố này của chúng tôi, một số người nói rằng chỉ sau khi đã thành tựu sự thanh tịnh tâm qua việc đắc định người ta mới có thể thực hành thiền minh sát. Không có định của bậc thiền, không thể có sự thanh tịnh tâm. Không có sự thanh tịnh tâm không thể tu tập thiền minh sát (vipassanā). Đây là một cách nhìn phiến diện, võ đoán. Cận định, định gần với bậc thiền, đủ khả năng đè nén các triền cái, có thể giúp người hành thiền đạt đến kiến tịnh, dẫn đến sự phát triển minh sát; và nhờ sự phát triển ấy người ta có thể chứng đắc tới A-la-hán Thánh Quả, rất nhiều người đã thành tựu được như vậy, và điều này được nói rõ trong Thanh Tịnh Đạo cũng như trong Kinh Điển Pāḷi. Chẳng hạn, trong Kinh Đại Niệm Xứ, có nói rõ rằng A-la-hán Thánh Quả có thể được thành tựu nhờ quán những đối tượng như các oai nghi của thân,v.v...mà những đối tượng này chỉ có thể làm phát sanh cận định mà thôi. Kinh Anussatithāna của Tăng Chi Bộ Kinh thêm rằng định tu tập do niệm các ân đức Phật...là đủ để dùng như một căn bản định cho sự phát triển thắng trí lên đến A-la-hán thánh quả. Các bản chú giải giải thích phần tỉnh giác cũng khẳng định hỷ (pīti) có thể phát sanh do tuỳ

niệm các ân đức của Phật, Pháp, Tăng, và rằng hỷ đã sanh này có thể được thiền quán trên đó như (một hiện

Mahāsi Sayādaw 121

tượng) phải bị huỷ diệt, hay như vô thường, từ đó dẫn đến sự chứng đắc A-la-hán Thánh Quả. Các nguồn thẩm quyền ấy còn nói thêm rằng vô số người, có thể hàng vạn, hàng triệu và hàng chục triệu người đã được giải thoát trong lúc nghe Đức Phật thuyết pháp mà hoàn toàn không thiện xảo trong các bậc thiền. Cũng có thể rất nhiều người trong số đó còn không được trang bị với các thiền chứng. Nhưng hẳn là họ đã thành tựu sự thanh tịnh tâm bởi vì tâm của họ lúc đó được mô tả như nhu nhuyến, dễ sử dụng, thoát khỏi các triền cái, hoan hỷ và thanh tịnh. Chú giải đề cập rằng vào khoảnh khắc thích hợp ấy Đức Thế Tôn đã thuyết cho họ nghe bài pháp cao siêu nhất về tứ thánh đế, bài pháp mà chỉ một mình Đức Phật mới có thể diễn giảng. Và như hệ quả của việc nghe pháp đó thính chúng của ngài đã đạt đến thắng trí và giải thoát. Xét trên lý do này, những định nghĩa về chánh định mà Đức Phật đưa ra dưới dạng bốn bậc thiền sắc giới phải được xem như một phương pháp mô tả cực cấp; cận định dù được mô tả như một cách hạ cấp, nhưng cũng có thể xem như chánh định để hoàn tất việc thanh tịnh tâm. Cận định này có cùng những đặc tính như sơ thiền là đè nén các triền cái. Chúng cũng giống như sơ thiền trong việc có cùng năm thiền chi, đó là, tầm, tứ, hỷ, lạc và nhất tâm. Vì thế, chúng tôi nghĩ Đức Thế Tôn đã bao gồm cả hai loại cận định này - cận định trong thiền minh sát và cận định thông thường của sơ thiền như một cách định nghĩa hạ cấp.

122 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Jhāna có nghĩa là quan sát sít sao một đối tượng với sự chú tâm kiên cố. Sự chú tâm tập trung cao độ vào một đối tượng thiền đã chọn, như hơi thở vô ra chẳng hạn, làm phát sanh thiền định (samatha jhāna). Trong khi ghi nhận đặc tính của danh - sắc và quán trên tính chất vô thường, khổ và vô ngã của chúng sẽ tạo ra thiền minh sát (vipassanā jhāna). Tôi đã chú thích tóm tắt lại như sau cho quý vị dễ nhớ: 1. Quan sát sít sao với sự chú tâm tập trung cao độ được gọi là jhāna (thiền). 2. Có hai loại jhāna — samatha jhāna và vipassanā jhāna. 3. Sự chú tâm kiên cố để phát triển tâm tĩnh lặng gọi là samatha jhāna (thiền định). 4. Quán trên tam tướng hay ba đặc tánh vô thường, khổ và vô ngã tạo thành vipassanā jhāna (thiền minh sát). 5. Có ba loại định (samādhi), Sát Na Định, Cận Định, và An Chỉ Định hay Kiên Cố Định.

Sát-na định như đã nói ở trên là trạng thái tương đối an tịnh trước khi đạt đến cận định trong tiến trình hành thiền trên những đối tượng thiền định (samatha kammaṭṭhāna) và cũng là định của thiền minh sát (vipassanā jhāna). Trong hai loại này, định của minh sát có cùng đặc tính đè nén các triền cái như cận định nên cũng được gọi là cận định như đã giải thích ở trên. Sát na định minh sát này khi được phát triển mạnh mẽ, có thể giữ tâm trong trạng thái tĩnh lặng giống như an chỉ

Mahāsi Sayādaw 123

định, điều này đã được xác minh rõ ràng bởi kinh nghiệp cá nhân của những hành giả đang thực hành thiền Tứ Niệm Xứ. Bởi thế, trong Mahā Tikā, phụ chú giải của bộ Thanh Tịnh Đạo, chúng ta thấy: “Thực chất, sự nhất tâm trong một sát-na (khaṇika cittekaggattā) là định (minh sát) chỉ kéo dài trong khoảng sát-na mỗi lần sanh. Khi sát na định minh sát này xảy ra không gián đoạn với danh sắc như đối tượng thiền của nó, sẽ duy trì sự tĩnh lặng trong mộtcách thức duy nhất, liên tục và không bị các phiền não áp đảo, nó gắn chặt tâm không lay động như thể trong an chỉ thiền vậy.” Cho nên khi một người chuyên tâm trong thiền minh sát và với ý định tu tập cho đến giai đoạn đạo quả, nên cố gắng, nếu có thể được, đạt đến một bậc thiền nào đó hoặc cả bốn bậc thiền càng tốt. Sau khi đã đạt đến bất kỳ một thiền chứng nào, nên tu tập để duy trì và thiện xảo trong chúng. Tuy nhiên, nếu không đạt được một thiền chứng nào, vị ấy nên cố gắng để có được cận định. Ngược lại, một hành giả thuần quán, vipassanā yānika (thuần quán thừa hành giả), bắt đầu với việc quán trên danh (nāma) và sắc (rūpa) chẳng hạn như tứ đại, nên cố gắng để được an lập trong sát na định minh sát vốn có khả năng đè nén các triền cái giống như cận định. Khi đã được an lập trong sát na định minh sát như vậy, chuỗi các minh sát trí hay tuệ minh sát sẽ phát sanh bắt đầu với danh sắc phân tích trí (nāmarūpa pariccheda ñāṇa). Vì vậy sát na định minh sát và cận định cũng được xem như chánh định đạo.

Chúng tôi đã bàn tương đối toàn diện về chánh định đạo. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn luận chi tiết về đạo tuệ (paññā).

CHÁNH KIẾN ĐẠO

“Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh kiến? Này các Tỷ kheo, tri kiến về Khổ, tri kiến về Khổ tập, tri kiến về Khổ diệt, tri kiến về Khổ diệt đạo. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh kiến.” Nói tóm lại, biết Tứ Đế đúng như thực là Chánh Kiến Đạo. Điều này phải được tu tập như đã giải thích ở trên trong phần nói về những phương pháp tu tập Chánh niệm và Chánh định. Chúng tôi sẽ đưa ra một số giải thích thêm ở đây cho quý vị hiểu rõ hơn. Theo chú giải Tăng Chi Kinh thì có năm loại Chánh Kiến, đó là: 1. Kammassakatā sammādiṭṭhi. 2. Jhāna sammādiṭṭhi. 3. Vipassanā sammādiṭṭhi. 4. Magga sammādiṭṭhi. 5. Phala sammādiṭṭhi. Uparipaṇṇāsa cũng đề cập đến năm loại chánh kiến tương tự như trên, nhưng thay vì Jhāna sammādiṭṭhi, lại có Paccevekkhanā sammādiṭṭhi. Kết hợp hai bảng lệt kê đó, chúng ta có sáu loại chánh kiến sau: 1. Kammassakatā sammādiṭṭhi. 2. Jhāna sammādiṭṭhi. 3. Vipassanā sammādiṭṭhi. 4. Magga sammādiṭṭhi. 5. Phala sammādiṭṭhi.6. Paccevekkhanā sammādiṭṭhi.

Trong bảng liệt kê trên, Phala sammādiṭṭhi (Chánh kiến thánh quả) là chánh kiến đi kèm bốn pháp quả vốn là những kết quả của các Thánh Đạo. Việc chứng bốn Thánh Đạo trí được tự động theo sau bởi bốn Thánh Quả trí. Không cần phải thực hiện một nỗ lực đặc biệt nào để đắc các Quả trí này. Ngoài ra, Paccevekkhanā5 sammādiṭṭhi (Chánh kiến thuộc trí phản khán) là trí tự quán sát cũng tự động đến sau khi chứng đắc Đạo

Quả. Không nỗ lực nào cần thiết để tạo ra nó. Người hành thiền chỉ cố gắng để đạt được bốn loại chánh kiến đầu mà chúng tôi sẽ giải thích chi tiết sau đây:

KAMMASSAKATA SAMMĀDIṬṬHI

Kammassakatā sammādiṭṭhi có nghĩa là tin và chấp nhận quan niệm cho rằng có Nghiệp và có quả của nghiệp ấy. Bất kỳ hành động nào được làm với sự chủ ý là nghiệp (kamma) và nghiệp này tạo ra những quả tốt hay xấu tuỳ theo. Chẳng hạn, người làm những ác nghiệp sẽ gặt những quả báo ác. Những kẻ tội phạm phải đương đầu với sự trừng phạt vì những tội ác của họ, nhẹ nhất trong đó có thể là bị xã hội lên án hay chỉ trích. Ngôn ngữ ghê gớm chắc chắn sẽ bị đáp trả lại bằng ngôn ngữ ghê gớm; một ánh mắt khắt khe đầy ác ý, sẽ bị đáp trả bằng một ánh mắt khắt khe, không thân thiện, trong khi một nụ cười vui vẻ sinh ra một nụ cười vui vẻ. Một 5 Paccevekkhanā: quán sát, tỉnh sát, phản khán (,)

lời chào hỏi thân thiện chắc chắn sẽ được thưởng lại bằng sự thân thiện, đáng yêu. Một đứa trẻ biết cách cư xử, có được sự giáo dục tốt từ nhỏ, sẽ lớn lên thành một con người trưởng thành phát đạt, thành công. Theo đuổi một nghề nghiệp hay một ngành công nghiệp có lợi sẽ đưa đến giàu sang và thịnh vượng, trong khi những cố gắng vô bổ như bài bạc chắc chắn sẽ dẫn đến bại vong. Những trường hợp báo đáp tốt xấu theo những hành động thiện ác như vậy ai cũng có thể thấy trong kinh nghiệm sống hàng ngày của mình. Quy luật nghiệp báo này chiếm ưu thế trong suốt kiếp luân hồi bất tận của chúng ta, hành động thiện đưa đến quả báo thiện, hành động ác đưa đến những hậu quả xấu. Do kết quả của những ác nghiệp đã làm trong những kiếp quá khứ người ta phải gánh chịu những hậu quả ác hại như đoản thọ, bệnh hoạn, xấu xí, nghèo hèn, không có người theo hay không có ai phụ giúp trong kiếp hiện tại. Những ác nghiệp như sát sanh, hành hạ, trộm cắp, nói dối…đã làm trong kiếp này sẽ cho quả trong những kiếp tương lai, như bị tái sanh trong những cảnh giới hạ liệt và kèm theo bởi những quả báo ác tương tự. Do kết quả của những thiện nghiệp đã làm trong tiền kiếp trước, những quả báo tốt kết trái trong kiếp hiện tại và người ta hưởng được một cuộc sống trường thọ không bị ốm đau, có đầy đủ sắc đẹp, giàu sang và đông người hầu hạ, giúp đỡ. Tránh những hành động ác như sát sanh, hành hạ,

trộm cắp và sẵn sàng làm những thiện nghiệp như bố thí, giúp đỡ và phục vụ tha nhân, người ta được tái sanh trong những cảnh giới cao hơn, hưởng được quả báo của những thiện nghiệp mà mình đã làm này. Nghiệp tốt cho quả tốt và nghiệp xấu cho quả xấu là những sự thực hiển nhiên. Tin những sự thực này là có Chánh Kiến về Nghiệp Sở Hữu (Kammassakatā sammādiṭṭhi), nghĩa là thấy đúng rằng nghiệp của một người là tài sản riêng của họ. Chánh kiến này không phải do trực giác thể nhập của một người tạo ra giống như minh sát trí. Nó chỉ đơn thuần là sự chấp nhận quan điểm dựa trên niềm tin vào những lời dạy của các bậc trưởng lão và của kinh điển sau khi đã cân nhắc những trường hợp mà mình biết rõ và tính đáng tin của chúng. Chánh kiến này được kể trong

mười phước hành và gọi là thiện hành chánh kiến (sucarita sammādiṭṭhi). Trong khi quan niệm sai lầm phủ nhận sự hiện hữu của nghiệp và quả của nghiệp, bất chấp sự thực hiển nhiên của chúng, là tà kiến (micchādiṭṭhi); nó được xếp như một trong mười phi phước hành và được gọi là ác hành tà kiến (ducarita micchādiṭṭhi). Quý vị có thể tham khảo thêm ở quyển hai của những bài pháp do chúng tôi giảng, Kinh Sallekha, để có sự sáng tỏ thêm về ducarita micchādiṭṭhi (ác hành tà kiến) này. Như vậy: 1. Quan kiến sai lầm phủ nhận sự thực của Nghiệp và quả của nghiệp là Tà Kiến. 2. Quan kiến đúng đắn chấp nhận sự thực của Nghiệp và quả của nghiệp là Chánh Kiến.

Thiện hạnh chánh kiến (Sucarita sammādiṭṭhi) hay gọi cách khác là chánh kiến về nghiệp sở hữu (kammasakata sammādiṭṭhi) tạo thành căn bản của tất cả mọi thiện nghiệp. Dựa trên căn bản này, người ta tránh các ác nghiệp và chỉ thực hiện các thiện nghiệp như bố thí, trì giới….Và những phước hành khác như thiền định và thiền minh sát cũng có thể được tu tập. Vì lý do đó, chánh kiến và giới (sīḷa) được tuyên bố là sự khởi đầu cho những thiện nghiệp của định (samadhi) và tuệ (paññā). “Này các Tỳ-kheo, vì lẽ các vị xin một lời dạy tóm tắt về thiền với mong muốn được độc cư thực hành, Như lai thúc giục các vị nên tu tập để thanh tịnh các pháp tạo thành điểm khởi đầu cho sự phát triển của định và tuệ trước. Và thế nào là những điều kiện khởi đầu phải có này? Đó là Giới thanh tịnh và tri kiến chánh trực. “Này các Tỳ-kheo, khi các vị đã thanh tịnh giới và giữ tri kiến chánh trực, lúc đó dựa trên giới và trú trên giới, các vị có thể tu tập tứ niệm xứ theo ba cách: quán trên các nội xứ, quán trên các ngoại xứ và quán trên các nội, ngoại xứ.” Từ những lời dạy này của Đức Thế Tôn, rõ ràng chánh kiến về nghiệp sở hữu và giới thanh tịnh là những nền tảng khởi đầu phải được thết lập trước khi một hành giả bắt tay vào việc thực hành thiền. Và một điều cũng rõ ràng nữa là để tu tập Minh Sát, thì định của bậc thiền (jhāna samādhi) và cận định (upacāra samādhi) là những đòi hỏi phải có để thành

tựu sự thanh tịnh tâm ban đầu. Thêm nữa, để thiết lập Thánh Đạo, hiển nhiên minh sát đạo hay gọi cách khác là đạo đi trước (pubbabhāga magga) là điềm báo trước của Thánh Đạo, phải được phát triển trước, do đó, để mô tả Đạo đầy đủ chúng ta có ba giai đoạn: (a) Mūla magga— đạo căn bản (b) Pubbabhāga vipassanā magga — tiền minh sát đạo và (3) Ariya magga — thánh đạo. Căn bản, điềm báo trước, Thánh Đạo, Phát triển chúng dẫn đến Niết-Bàn.

ĐẠO PHÁT TRIỂN TRÊN BA GIAI ĐOẠN

Người Phật tử chúng ta có thói quen khi hoàn thành một phước sự nào thường ước nguyện chóng được chứng đắc Niết-Bàn. Tất nhiên đạo quả sẽ không đắc liền theo ước nguyện đơn thuần của họ. Nó sẽ chỉ đạt đến một trong các cảnh giới cao hơn tuỳ theo phước sự của họ; và ở đó trừ phi họ thực sự hành để phát triển Bát Thánh Đạo, thì đạo quả mới được đắc. Thế thì, tại sao phải chờ đến kiếp lai sanh? Tại sao không bắt đầu ngay bây giờ để thực hiện sự giải thoát ngay trong kiếp sống này? Và sự giải thoát có

thể được thành tựu như thế nào? Giải thoát được thành tựu nhờ thực hành Bát Thánh Đạo, đạo vốn phải được đi trước bởi điềm báo trước của nó là tiền minh sát đạo (Pubbabhāga vipassanā magga). Nhưng để phát triển được tiền minh sát đạo này, trước tiên phải hoàn

thành những đòi hỏi căn bản, đó là, phát triển nghiệp sở hữu đạo (kammassakata magga), giới đạo (sīḷa magga) và định đạo (samādhi magga). Đối với người đã quy y trong giáo pháp của Đức Phật, chánh kiến về nghiệp sở hữu (kammasakata sammādiṭṭhi) kể như đã được thiết lập. Còn về giới đạo, đối với người tại gia, nếu vẫn chưa được thiết lập trong đó, thời có thể hoàn thành giới bằng cách giữ giới trước khi bắt đầu hành thiền. Nếu một hành giả Tỳ-kheo còn có hoài nghi nào về sự thanh tịnh giới của mình, vị ấy nên, ngay khi khởi sự, cố gắng làm cho giới được thanh tịnh bằng cách thọ trì những hình phạt parivāsa (biệt trú-) và manatta (tự hối, khiêm hạnh). Nếu vị ấy có những tài sản không được phép, vị ấy nên xả bỏ chúng và lấy lại sự thanh tịnh bằng cách thú tội. Sau khi đã chắc chắn được thanh tịnh giới như vậy, vị ấy nên nỗ lực để chứng đắc một, hai, ba, hoặc cả bốn bậc thiền (jhānas). Nếu không thể chứng đắc các bậc thiền như vậy, vị ấy nên hành để có được ít nhất cận định. Nếu không thể hành riêng thiền định, vị ấy phải cố gắng để thành tựu sát na định minh sát (vipassanā khaṇika samādhi, loại định có cùng đặc tính đè nén các triền cái như cận định) bằng cách quán trên tứ đại, v.v...Tất nhiên điều này không đòi hỏi phải thiết lập định như vậy, nhưng nhờ giữ chánh niệm sít sao trên bản chất của danh (nāma) và sắc (rūpa), mà định minh sát sẽ tự động phát sanh. Tuy nhiên do sự chú tâm bị phân tán đến nhiều đối tượng hay do gắn chặt trên những đối tượng không dễ dàng phân biệt, định

phải mất một lúc lâu mới phát sanh. Vì thế, giới hạn vào những đối tượng nhất định nào hành giả có thể ghi nhận rõ hơn sẽ đẩy nhanh, và làm cho sự phát triển định được dễ dàng hơn. Do đó chúng tôi hướng dẫn các thiền sinh bắt đầu với sự ghi nhận vāyo dhātu (phong đại, hay yếu tố gió), biểu thị đặc tính bằng sự cứng đơ, sức ép, chuyển động đang trở nên hiển hiện trong vùng bụng. Khi bụng phồng lên, ghi nhận 'phồng', khi bụng xẹp xuống, ghi nhận 'xẹp'. Bắt đầu bằng cách chỉ ghi nhận hai sự chuyển động phồng và xẹp này. Tuy nhiên điều này không có nghĩa đã bao hàm hết những điều cần phải làm. Trong khi ghi nhận sự phồng xẹp của bụng, nếu suy nghĩ phát sanh, cũng ghi nhận nó là 'suy nghĩ' và rồi trở lại với việc ghi nhận phồng và xẹp như trước. Nếu có một cảm giác đau nào đó xuất hiện trong thân, ghi nhận 'đau'; khi cái đau bớt đi hay khi nó đã được ghi nhận trong một thời gian nào đó, hãy trở lại với sự ghi nhận phồng và xẹp. Nếu có sự co, duỗi hay xê dịch chân tay, hành giả phải ghi nhận 'co', 'duỗi' hay 'xê dịch'. Nói chung nếu có bất kỳ chuyển động của thân nào, hành giả đều phải ghi nhận nó. Sau đó trở lại với việc ghi nhận sự 'phồng' và 'xẹp' của bụng. Khi hành giả thấy hay nghe rõ một điều gì, ghi nhận 'nghe' hay 'thấy' một lúc và rồi trở lại với 'phồng' và 'xẹp'. Nhờ ghi nhận mọi hiện tượng một cách chăm chú như vậy, tâm trở nên an tịnh và định tĩnh rõ rệt. Ở mỗi sát na chánh niệm, đối tượng quan sát, sắc

(rūpa), sẽ xuất hiện tách

biệt với danh (nāma), chủ thể nhận thức sắc. Đó là khởi đầu của sự phát triển minh sát trí (vipassanā Ñāṇa) phân biệt danh và sắc bằng tâm an định. Minh sát trí đặc biệt này là những gì Đức Thế Tôn hàm ý khi ngài nói "cakkhu karanī, Ñāṇa karanī,...nhãn sanh (tác thành mắt), trí sanh (tác thành trí)..." Các vị Trưởng lão Ni cũng muốn nói đến cùng một việc khi họ thốt lên "Pubenāparaṃ visesaṃ sanjānanti...Trí đi trước được thay thế bởi trí đi sau nó." (minh sát trí sanh sau quán minh sát trí diệt trước).

ĐẮC THIỀN PHÁT TRIỂN MINH SÁT NHƯ THẾ NÀO

Nếu người hành thiền nỗ lực, theo cách đã nói ở trên, cho đến khi đắc thiền (jhāna), trí đi kèm với định của bậc thiền là jhāna sammādiṭṭhi (chánh kiến thiền định), trí này không đáng chú ý so với những mục đích của minh sát (vipassanā). Cái được xem là đáng chú ý là định của bậc thiền vốn được dùng cho sự thanh tịnh tâm và như thiền căn bản cho việc hành minh sát. Dùng bậc thiền mà hành giả đã đắc, như một căn bản, hành giả xuất khỏi trạng thái thiền ấy và bắt đầu quán trên các tâm sở đòi hỏi phải có vào sát na chứng thiền, đó là tầm (vitakka), tứ (vicāra), hỷ (pīti), lạc (sukha), nhất tâm (ekaggatā), xúc (phassa), tư (cetanā), tác ý (manasikāra),...Những tâm sở này trở nên rất rõ ràng đối với hành giả; những trạng thái của thân vật lý mà thiền dựa vào cũng vậy. Mỗi sát na sanh của chúng xuất hiện một cách rõ

ràng, và lập tức được theo sau bởi sự diệt của nó. Do sự diệt không ngừng ấy hành giả biết rõ rằng nó chỉ là hiện tượng vô thường, bất toại nguyện và vô ngã. Hành giả luân phiên nhập vào thiền và xuất khỏi nó để quán các hiện tượng tâm vật lý (danh-sắc) có mặt trong đó. Trong khi luân phiên lập đi lập lại việc này nhiều lần như vậy, Minh Sát Đạo (vipassanā magga) được phát triển mạnh mẽ, và chẳng bao lâu dẫn đến sự chứng ngộ Niết-Bàn. Tính khả dĩ của của việc chứng ngộ Niết-Bàn như thế đã được mô tả trong Tăng Chi Kinh (Navaka Nipāta Aṇguttara): "Này các Tỳ- kheo, ở đây (trong giáo pháp này), vị Tỳ-kheo chứng và trú sơ thiền. Xuất khỏi thiền, vị ấy quán trên sắc, thọ, tưởng, hành, và thức hiện hữu trong sát na thiền và thấy chúng như vô thường, khổ, và vô ngã. Thấy như vậy, vị ấy trú với minh sát trí đã đạt được và đắc A-la-hán Thánh Quả, diệt tận mọi lậu hoặc (āsava). Đây là cách một hành giả chứng thiền (jhāna lābhi) đạt đến A-la-hán Thánh Đạo bằng thiền minh sát trên tâm và các tâm sở thiền, cũng như trên các hiện tượng danh và sắc thực sự sanh và diệt trong tương tục thân của vị ấy. Ở đây cần lưu ý nghiêm túc đối với sự kiện này, đó là, không chỉ đơn thuần suy xét trên những gì mình đã học từ sách vở, mà phải thực sự quan sát và thấy các hiện tượng sanh và diệt của danh-sắc khi nó xẩy ra bên trong thân mình đúng như thực mới được. Do đó, hiển nhiên rằng, cũng như một hành giả đắc thiền nhập và xuất khỏi trạng thái thiền, rồi hành thiền trên sự sanh và diệt của của các trạng thái tâm...đã thực sự xảy

ra trong sát na liền trước đó như thế nào, thì với hành giả không đắc thiền (a-jhāna labhī) cũng phải quán trên sự sanh và diệt của những trạng thái tâm tham hay sân…khi chúng xảy ra trong những sát na tâm liền trước đó như vậy. Tóm lại, một hành giả không đắc thiền phải lưu ý rằng minh sát trí đích thực không thể phát triển do đơn thuần xuy xét trên kiến thức sách vở đã học vẹt; mà nó chỉ có thể được phát triển bằng cách quan sát sít sao mọi hoạt động xúc chạm, suy nghĩ, thấy, nghe, ngửi …trong chính tương tục thân tâm của mình và phân biệt các hiện tượng sanh và diệt của chúng khi nó xảy ra trong sát na tâm liền trước đó.

PHƯƠNG PHÁP QUÁN TRÊN CÁC TÂM HÀNH LINH TINH

Có một phương pháp thiền khác được dùng bởi các hành giả có đắc thiền. Đó là vị ấy nhập và xuất khỏi trạng thái thiền, và quán, như đã giải thích, trên tâm và tâm sở thiền, cũng như trên sắc (rūpa), nói chung bất kỳ pháp nào trở nên dễ phân biệt lúc ấy. Rồi vị ấy hướng sự chú ý của mình đến những hoạt động xúc chạm, thấy, nghe,…khi chúng xảy ra. Đây gọi là quán trên những tâm hành linh tinh. Phương pháp này cũng giống như phương pháp mà các hành giả theo cỗ xe thuần quán, hay hành giả không đắc thiền, sử dụng. Cái khác nằm ở chỗ vị đắc thiền có thể dùng những thiền chứng của mình như một căn bản cho thiền minh sát và vị ấy có thể hoàn thành công viêc quán danh, sắc bất cứ khi nào

chúng xuất hiện dễ dàng hơn, nhờ căn bản thiền định của mình. Những khác nhau duy nhất giữa hai phương pháp là như vậy. Khi mệt mỏi xảy đến với vị hành giả có đắc thiền do quán các đối tượng linh tinh xuất hiện ở các cửa giác quan, vị ấy có thể quay trở lại với trạng thái thiền của mình, và sau khi đã phục hồi sức khoẻ, vị ấy tiếp tục quán danh-sắc khi chúng xuất hiện trở lại. Theo cách đó, vị ấy phát triển minh sát trí dựa trên thiền của mình cho đến khi nó đủ mạnh để dẫn đến chứng ngộ Niết-Bàn, qua Thánh Đạo Trí (Ariyāmagga Ñāṇa). Phương pháp quán này đã được mô tả trong chú giải Kinh Song Tầm như sau: ‘Bằng những lời này Đức Phật đã nói về lúc ngài còn là Bồ Tát tu tập thiền minh sát dựa trên bậc thiền (jhāna). Thực sự, khi thiền định (samādhi) và thiền minh sát (vipassanā) của một hành giả vẫn chưa thành thục, nếu vị ấy ngồi lâu để phát triển minh sát, mệt mỏi sẽ áp đảo vị ấy,có một cảm giác nóng bức như thể những ngọn lửa đang bùng cháy trong thân vị ấy, mồ hôi toát ra từ nách; vị ấy cảm thấy như có một luồng hơi nóng từ đỉnh đầu xông lên. Cái tâm khốn khổ cứ co kéo vẫy vùng. Hành giả nên trở lui trạng thái thiền định để làm giảm bớt sự căng thẳng của thân và tâm; nhờ vậy được tươi tỉnh lại, sau đó hành giả quay trở lại với công việc minh sát đang làm của mình. Rồi, do ngồi lâu thiền quán vị ấy mệt mỏi trở lại. Vị ấy tìm sự giải khuây lần nữa bằng cách

nhập thiền. Theo cách này, mỗi khi mệt mỏi, vị ấy quay về với trạng thái thiền định của mình. Như vậy nhập thiền có lợi ích rất lớn cho việc thực hành minh sát. Đây là cách các hành linh tinh được dùng như đối tượng cho thiền minh sát bắt đầu với jhāna

(bậc thiền) mà hành giả giữ như thiền căn bản của mình. Đối với những hành giả không đắc thiền, chỉ quán các tâm hành linh tinh như xúc chạm, suy nghĩ, nghe, thấy…Khi đang hành như vậy, nếu mệt mỏi áp đảo, tất nhiên họ không thể giải khuây bằng cách nhập thiền. Họ nên quay lại với việc ghi nhận sự phồng và xẹp của bụng. Nhờ giới hạn đối tượng thiền, sự mệt mỏi cũng như căng thẳng của tâm và thân giảm bớt. Sau khi đã khoẻ khoắn trở lại họ sẽ quay về với công việc quan sát liên tục những tâm hành linh tinh như trước. Theo cách này, khi định trí minh sát (vipassanā samādhi ñāṇa) đã trở nên mạnh mẽ, hành giả có thể hành thiền liên tục cả ngày lẫn đêm không có những bức bối, khó chịu của thân và tâm nữa. Những đối tượng thiền dường như tự xuất hiện trong tâm. Với chánh niệm không cần nỗ lực, tiến trình biết thực tại đúng như thực, trôi chảy một cách êm ả. Sự thực về vô thường, khổ, vô ngã cùng một lúc kéo tới với vị ấy. Khi trí này có được nhịp độ tiến triển và tốc lực nhanh chóng, cả đối tượng giác quan lẫn tâm biết đều lao vào trạng thái diệt. Đây là trạng thái lao nhanh vào Niết-Bàn bằng Thánh Đạo, Ariya Magga. Do đó chúng tôi đã tóm tắt lại điều này như sau:

Mahāsi Sayādaw 137

Căn bản, điềm báo trước, Thánh Đạo, Tu tập chúng sẽ dẫn đến Niết Bàn.

BẮT ĐẦU CỦA MINH SÁT ĐẠO

Như đã nói ở trên, trong ba giai đoạn của đạo thì đạo căn bản bao gồm chánh kiến về nghiệp sở hữu (kammassakata sammādiṭṭhi) và giới (sīḷa) phải được hoàn tất trước khi khởi sự hành thiền. Chỉ thừa hành giả (samatha yānika yogī), người đã có căn bản thiền định, trước khi khởi sự hành minh sát, cần phát triển một trong hai định đạo căn bản (samādhi magga). Đó là Cận định hoặc An chỉ định. Ngược lại, thuần quán thừa hành giả (suddha vipassanā yānika), hoàn tất định đạo căn bản này trong khi quán Tứ Đại…, nhờ chú tâm kiên cố trên từng đối tượng giác quan khi quán. Do tâm không còn lang thang đến các đối tượng khác; chỉ chuyên chú đến công việc quán, nó kể như đã được tịnh hoá và sau khi có được sự thanh tịnh tâm này mọi hoạt động quán đều là sự phát triển của minh sát đạo (vipassanā magga).

ĐỊNH ĐẠO MINH SÁT ĐƯỢC TU TẬP NHƯ THẾ NÀO

Nỗ lực mà một người bỏ ra để ghi nhận từng hiện tượng phồng, xẹp, ngồi, chạm, suy nghĩ, biết, cảm giác nóng; cảm giác đau, tạo thành chánh tinh tấn đạo (sammā vāyāma

138 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

magga). Niệm đặt trên những hoạt động của thân, thọ, tâm và pháp liên quan đến việc thực hành Tứ Niệm Xứ là chánh niệm đạo (sammā sati magga). Tâm gắn chặt trên các đối tượng quán là chánh định (sammā samādhi), hay cũng gọi sát na định minh sát (vipassanā khaṇika samādhi). Ba pháp: chánh tinh tấn, chánh niệm, và chánh định, này là ba thành phần của định đạo (samādhi magga).

CÁC ĐẠO TUỆ MINH SÁT ĐƯỢC TU TẬP NHƯ THẾ NÀO

Biết đối tượng đúng theo bản chất của nó khi quán là Chánh Kiến Đạo (sammādiṭṭhi magga). Chỉ sau khi đã đạt đến Tâm Thanh Tịnh, thì trí, trí có khả năng phân biệt các đối tượng giác quan với tâm biết, mới phát sanh. Trí phân biệt rõ ràng danh và sắc đúng như thực này tạo thành Kiến Thanh Tịnh. Trí này được theo sau bởi sự phân biệt tính chất nhân và quả trong quá trình quán. Chẳng hạn, có sự co bởi vì có ước muốn co, duỗi bởi vì có ước muốn duỗi, chuyển động bởi vì có ước muốn chuyển động. Thấy bởi vì có con mắt và đối tượng để thấy (cảnh sắc). Nghe bởi vì có tai và âm thanh để nghe. Có của cải bởi vì có thiện nghiệp…phân biệt rõ quy luật nhân quả đúng như nó thực sự là như thế. Tiếp tục hành thiền, với mỗi sát na ghi nhận, hành giả phân biệt sự sanh khởi cũng như sự hoại diệt của từng hiện tượng. Điều này sẽ dẫn đến sự chứng ngộ khổ đế ở cả đối tượng giác quan lẫn tâm hay biết. Hiện tượng sanh và diệt

không ngừng này khiến cho hành giả tin chắc rằng tất cả chỉ là khổ, là không có thực chất (vô ngã), vì nó không tuân theo ước muốn hay sự kiểm soát của ai cả. Và một sự tin chắc rõ ràng như vậy sẽ tạo thành chánh kiến đạo (sammādiṭṭhi magga). Do đó Đức Phật nói rằng trí về khổ đế là chánh kiến đạo. Khi khổ đế được phân biệt theo tam tướng, vô thường, khổ, vô ngã, ở từng sát na quán, thì công việc tuệ tri ba đế còn lại — tập đế, diệt đế, và đạo đế — cũng được hoàn tất. Nó hoàn tất như thế nào sẽ được bàn đến ở phần đạo đế (magga saccā). Hướng tâm vào việc biết bản chất thực của danh và sắc, tập khởi và sự hoại diệt của chúng theo tam tướng vô thường, khổ và vô ngã tạo thành chánh tư duy đạo (sammā saṅkappa). Hai đạo: chánh kiến và chánh tư duy hợp lại thành tuệ đạo (paññā magga). Ba đạo thuộc chánh định (chánh tinh tấn, chánh niệm, và chánh định) đã giải thích ở trên cộng với hai đạo thuộc tuệ (chánh kiến và chánh tư duy) này tạo thành năm đạo được xếp vào nhóm sở tác đạo (kāraka maggas-,).Sở dĩ chúng được gọi là sở tác đạo vì, theo chú giải, những đạo này trách nhiệm cho việc hoàn tất nhiệm vụ ghi nhận và biết mọi hiện tượng. Giới đạo bao gồm chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng đã được thiết lập ngay trước khi khởi sự hành thiền và chúng được củng cố vững chắc cũng như thanh tịnh hơn trong quá trình thiền. Như vậy, với ba đạo thuộc về giới tổng

cộng có cả thảy tám đạo gọi là đạo đi trước (pubbabhāga magga), được tu tập với mỗi sát na ghi nhận các hiện tượng.

CHÁNH TƯ DUY ĐẠO (Sammā Saṅkappa Magga)

Từ trước đến đây chúng tôi đã giải thích chi tiết xong bảy loại đạo. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục xét đến đạo còn lại, đó là chánh tư duy đạo (sammā saṅkappa magga). “Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh tư duy? Tư duy về ly dục, tư duy về vô sân, tư duy về bất hại. Này các tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tư duy.” Tất cả những tư duy hay suy nghĩ về việc làm thiện như thực hiện các nghiệp công đức, xuất gia (sống đời một nhà sư), nghe pháp, và thực hành pháp là những nhân tố của tư duy xuất ly hay tư duy ly dục (sammā saṅkappa). Pabbajjā pathamaṃ jhānaṃ, Nibbānañca vipassanā Sabbepi

kusalā dhammā, Nekkhammanti pavuccare

Theo bài kệ trên thì rõ ràng hành thiền minh sát sẽ hoàn thành nhân tố tư duy xuất ly hay tư duy ly dục của chánh tư duy. Những tư duy về sự không sát sanh và ước mong hạnh phúc cho người khác tạo thành tư duy vô sân (abyāpāda saṅkappa). Đặc biệt khi thiền tâm từ được tu tập,

Mahāsi Sayādaw 141

nhân tố tư duy vô sân này kể như đã được hoàn thành. Những tư duy về sự quan tâm đến người khác, và lòng nhân từ tạo thành tư duy vô hại (avihimsa saṅkappa), đặc biệt nó được hoàn thành khi một người hành thiền tâm bi. Trong tiến trình thiền minh sát, vì ý nghĩ sát sanh hay độc ác đối với đối tượng giác quan không có cơ hội khởi lên khi đang quán, nên có thể xem hai nhân tố của chánh tư duy đã được hoàn thành với mỗi sát na ghi nhận. Tuy nhiên tư duy trong thiền minh sát không phải là luyện tập về sự nhận thức có chủ ý. Nó chỉ là sự uốn nắn tâm một cách nhẹ nhàng hay hướng tâm đến việc nhận thức thực tánh của danh và sắc, bản chất sanh và diệt cũng như sự thực vô thường, khổ và vô ngã của chúng mà thôi. Chúng tôi đã thuyết giảng đầy đủ về Đạo Căn Bản (Mūla Magga) cũng như tám chi đạo minh sát hay gọi cách khác là đạo đi trước (pubbabhāga magga). Khi minh sát đạo được tu tập viên mãn, nó chuyển thành Thánh Đạo dẫn đến sự chứng ngộ Niết-Bàn. Do đó pubbabhāga magga cũng có thể được gọi như tiền đạo báo trước Thánh Đạo theo sau nó. Nói cách khác chúng tạo thành phần đầu và phần cuối tương ứng của cùng tiến trình Đạo. Như vậy, để đạt đến Thánh Đạo, phần cuối của Đạo, thì Minh Sát Đạo, phần đầu của nó phải được hoàn tất trước. Theo cách này, Thánh Đạo, giai đoạn cuối của Đạo, tự nó sẽ phát triển. Có thể đưa ra một minh hoạ như thế này, giả sử một người muốn nhảy qua một con suối, họ phải chạy thật nhanh

142 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

(để lấy đà) và nhảy qua. Một khi họ đã nhảy rồi, họ không cần phải vận dụng nỗ lực nữa. Họ sẽ tự động đáp xuống ở bên kia con suối. Việc tu tập minh sát đạo cũng giống như chạy nhanh đến con suối và nhảy qua vậy. Đáp xuống phía bên kia của con suối có thể so sánh với sự chứng đắc Thánh Đạo do kết quả của động lượng hay đà có được từ minh sát đạo. Do đó chúng tôi sẽ tóm tắt lại như sau: Căn bản, điềm báo trước, Thánh Đạo, Tu tập chúng sẽ dẫn đến Niết Bàn.

Hết Phần III

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN PHẦN IV

KHỔ ĐẾ (DUKKHA SACCA)

Mahāsi Sayādaw 143

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ – jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, byādhipi dukkho, maraṇampi dukkhaṃ, appiyehi sampayogo dukkho, piyehi vippayogo dukkho, yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ – saṃkhittena

pañcupādānakkhandhā [pañcupādānakkhandhāpi (pī. ka.)] dukkhā. 6

Đoạn Kinh Pāḷi trên đưa ra sự định nghĩa và liệt kê về khổ đế. Câu 'byādhipi dukkho' (bệnh là khổ) có vẻ xa lạ, không tìm thấy trong những định nghĩa Pāḷi về khổ đế cung cấp ở các bản kinh khác. Đồng thời, những từ 'soka parideva dukkha domanassupāyasāpi' (sầu, bi, khổ, ưu, não) đi liền sau 'maraṇampi dukkhaṃ' (chết là khổ) ở các bản kinh khác lại bị khuyết trong bản kinh Chuyển Pháp Luân hiện tại này. Rõ ràng có một sự bất đồng giữa Kinh Chuyển Pháp Luân và các bản kinh khác trên sự định nghĩa về khổ đế mà chúng ta cần phải xem xét.

XÉT LẠI SỰ KHÁC BIỆT

Sārattha Dīpanī, phụ chú giải của Tạng Luật (Vinaya) đã đưa ra những nhận xét có tính phê phán về sự khác biệt giữa những bản kinh đã nói ở trên như sau: "câu 'byādhipi 6 Kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakka Sutta)

144 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

dukkho' (bệnh là khổ) không xuất hiện trong phần định nghĩa chi tiết về khổ đế đưa ra trong bộ Phân Tích (Vibhanga) của Tạng Diệu Pháp. Vì thế cho nên Thanh Tịnh Đạo (Visuddhi Magga) khi đưa ra định nghĩa toàn diện về khổ đế không bao gồm câu 'bệnh là khổ' mà vốn chỉ có trong Kinh Chuyển Pháp Luân, này vào đó. Một sự ngiên cứu cẩn thận cần phải được thực hiện liên quan đến lý do tại sao câu này chỉ xuất hiện trong Kinh Chuyển Pháp Luân mà không có trong bất kỳ bản kinh nào khác." Bộ này nói tiếp: "Lại nữa, trong định nghĩa về khổ đế của bộ Phân Tích thuộc Tạng Diệu Pháp, những chữ 'soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha' (sầu, bi, khổ, ưu, nào là khổ) đi liền sau câu "maranami dukkha" (chết là khổ). Trong khi những chữ này không có trong Kinh Chuyển Pháp Luân. Tại sao lại như vậy cũng là điều cần xem xét một cách kỹ lưỡng." Tác giả của bộ phụ chú giải dường như không vui gì lắm đối với những định nghĩa khác nhau này trong các bản kinh. Do đó vị ấy đã khôngđưa ra bất kỳ sự bình luận nàovề những chữ 'bệnh là khổ'mà vốn không có mặt trong các bản kinh khác và chú giải thì lại giữ thái độ im lặng. Chúng tôi đã chọn sự gợi ý mà tác giả của bộ phụ chú giải đề nghị để tiến hành một sự kiểm tra vào những khác biệt này và đã truy tìm lý do tại sao những khác biệt ấy xảy ra. Chắc chắn Đức Phật không thể không đưa ra một sự định nghĩa nhất quán về khổ đế trong mọi bài pháp nói về đề tài ấy. Vì thế, chúng tôi đã đi đến kết luận rằng các vị

Mahāsi Sayādaw 145

Trưởng Lão thọ trì Tạng Luật, những vị chuyên nghiên cứu về Tạng Luật, không tinh thông trong những vấn đề liên quan đến Tạng Kinh và Tạng Diệu Pháp, đã bỏ những chữ 'soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha' (sầu, bi, khổ, ưu, nào là khổ) và chèn những chữ 'byādhipi dukkho' (bệnh là khổ) vào bài Kinh Chuyển Pháp Luân trong Mahāvagga (Đại Phẩm) của Tạng Luật (Vinaya Piṭaka). Như vậy, bản Kinh Chuyển Pháp Luân của họ trong Tạng Luật khác với bản ở Tạng Kinh và Tạng Diệu Pháp. Kết luận của chúng tôi được dựa trên sự suy xét rằng các bản chú giải về Kinh và Vi Diệu Pháp khi đưa ra những giải thích cho định nghĩa ngắn gọn của nó về Khổ Đế

không cung cấp bất kỳ một chú thích nào về 'Bệnh Là Khổ' (byādhipi dukkho) mà chỉ chú thích cho 'sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ' (soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha), và trên sự kiện rằng các bản phụ chú giải cũng không đề cập đến những điểm khác nhau trong Kinh Tạng. Tác giả của bộ phụ chú giải 'Sārattha Dīpanī' là một vị Trưởng Lão sống trong thời kỳ cai trị của đức Vua Prakama Bāhu, nghĩa là từ giữa năm 1153 và năm 1186. Tong khi các nhà chú giải và phụ chú giải từ Trưởng Lão Buddhaghosa đổ xuống đến Trưởng Lão Dhammapāla sống vào khoảng 1300 đến 1600 năm trước. Các vị cổ đức này đã viết những giải thích về Kinh Chuyển Pháp Luân, một bài kinh nằm trong Tương Ưng Sự Thực (Saccā Saṃyutta), của Tương Ưng Bộ Kinh, mà không đề cập gì đến sự khác biệt trong các bản

Kinh. Sự im lặng của họ đơn giản là vì Kinh Chuyển Pháp Luân có mặt lúc đó (trong Tạng Luật) không khác với những bản kinh Pāḷi của Tạng Kinh và Tạng Diệu Pháp. Tuy nhiên, lúc tác giả của bộ phụ chú giải Sārattha Dīpanī xuất hiện khoảng 500 năm sau đó, sự bất đồng đã nảy sanh giữa các bản kinh Pāli mà vị ấy là người phát hiện ra đúng lúc. Chính vì thế vị ấy đã mạnh mẽ thúc giục phải có một sự xem xét cấp bách và một sự điều tra cẩn thận về nguyên nhân có sự khác nhau giữa các bản kinh này. Nếu chúng ta cho rằng ngay bài pháp đầu tiên Đức Phật đã đưa ra một sự định nghĩa về Khổ Đế khác với các bản kinh khác, điều đó sẽ có nghĩa là chúng ta chấp nhận quan niệm cho rằng Đức Phật bắt đầu với một định nghĩa về Khổ ở bài pháp đầu tiên, rồi sau đó thay đổi định nghĩa ấy ở một bản kinh khác. Loại quan niệm này sẽ là hoàn toàn không thích hợp. Một nghiên cứu thích đáng sẽ cho thấy rằng Đức Phật, người mà trí về các pháp không bị ngăn ngại, có đầy đủ với toàn giác trí (sabaññuta ñāṇa), từ đầu đến cuối đã đưa ra một sự định nghĩa nhất quán, tuy nhiên sau đó, các vị mang Tạng Luật (các vị Trưởng Lão thọ trì Tạng Luật), do sự hiểu biết và trí nhớ còn thiếu khuyết, đã khiến cho sự không nhất quán này lẻn vào các bản Kinh trong quá trình lưu truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác. Những trường hợp không nhất quán trong nguyên văn thời hiện đại này ai cũng biết. Các bản chú giải và phụ chú giải được thấy ở mỗi nước mỗi khác. Một điều hiển nhiên là những bất đồng như vậy

không có mặt trong các bản kinh nguyên thuỷ, mà chỉ phát triển ở những giai đoạn sau đó mà thôi. Sau khi nghiên cứu cẩn thận như đã trình bày ở trên, chúng tôi đi đến kết luận rằng các bản kinh khác là chính xác và rằng Kinh Chuyển Pháp Luân mà giờ đây trong một phạm vi nào đó, nhất là phần định nghĩa về Khổ Đế đã có những chữ phụ thêm vào, đó là chữ 'Bệnh Là Khổ' (byādhipi dukkho) trong khi những chữ 'sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ' (soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha) lại bị bỏ khuyết. Kết luận của chúng tôi cũng dựa trên sự cân nhắc rằng chữ 'bệnh' (byādhi:) được bao gồm trong chữ 'Khổ' (dukkha) của câu 'sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ' (soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha), trong khi 'soka' (sầu)...không được bao quát bởi từ 'bệnh' này. Do đó chúng tôi tin rằng những bản kinh mang đoạn 'sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ' (soka parideva dukkha domanassupāyasāpin dukkha) không có những

chữ ‘Bệnh Là Khổ’ (byādhipi dukkho) là chính xác và hợp với những lời dạy trong Kinh của Đức Phật. Sở dĩ chúng tôi thực hiện sự nghiên cứu tỷ mỉ về những bản kinh khác nhau trên là vì chúng tôi có ý định dùng bản kinh sau mà chúng tôi cho là chính xác hơn trong bài giảng pháp của chúng tôi vậy.

ĐỊNH NGHĨA CHÍNH XÁC VỀ KHỔ ĐẾ TRONG KINH ĐIỂN PĀLI

148 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

“Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ – jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, maraṇampi dukkhaṃ, soka parideva dukkha domanassupāyasāpi dukkha , piyehi vippayogo dukkho, appiyehi sampayogo dukkho. Yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ – saṃkhittena pañcupādānakkhandhā.” “Này các Tỳ-kheo, Đây là Thánh đế về Khổ, hay sự thực về khổ mà các bậc Thánh nên biết. Sanh là khổ, già là khổ, chết là khổ, sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ, ái biệt ly là khổ, oán gặp nhau là khổ, cầu không được là khổ (chú giải nói rằng mong có được <người hay vật gì đó> nhưng không đạt được những gì mình muốn cũng là khổ). Tóm lại, năm thủ uẩn (năm uẩn tạo thành đối tượng của chấp thủ hay nhóm danh-sắc chấp thủ khái niệm Tôi, của tôi, thường, lạc, ngã…) là khổ”.

TỨ THÁNH ĐẾ

Có rất nhiều hệ thống tín ngưỡng hiện hữu trong thế gian, mỗi tín ngưỡng đều diễn giải quan điểm riêng của mình về những gì mà nó xem là bản chất của Chân Lý. Giáo lý của những tín ngưỡng khác không y cứ trên sự chứng ngộ tự thân về Chân Lý, mà chỉ đơn thuần dựa trên tư duy suy đoán. Tín đồ của họ cũng chấp nhận những giáo lý ấy không qua kinh nghiệm tự thân, mà chỉ dựa vào đức tin thuần tuý. Tất cả những giáo lý ấy đều nằm ngoài Đạo Phật và bao gồm

Mahāsi Sayādaw 149

trong sáu mươi hai tà kiến đã được Đức Phật liệt kê trong Kinh Phạm Võng (Brahmajāla Sutta). Tuy nhiên, sự suy đoán không có chỗ đứng trong Giáo Pháp của Đức Phật. Chân Lý mà ngài dạy được chính ngài khám phá bằng tuệ giác của mình. Tứ Thánh Đế cùng với những định nghĩa của chúng cũng vậy, có được do thắng trí thể nhập của ngài, và được tu tập theo Trung Đạo hay còn gọi là Bát Thánh Đạo (mà như đã nói ở trên, đưa đến thắng trí và tạo ra tuệ thể nhập). Tứ Thánh Đế ấy là: 1. Khổ Đế (Dukka saccā). 2. Tập Đế (Samudaya Saccā) 3. Diệt Đế (Nirodha Saccā) 4. Đạo Đế (Magga saccā)

Điều thiết yếu nhất là phải biết Bốn Chân Lý này. Chỉ khi nắm bắt được ý nghĩa của Khổ Đế, người ta mới tránh được Khổ và để tránh khổ, nhân sanh của khổ (Khổ Tập) cũng phải được biết. Lại nữa, để thành tựu sự diệt khổ, nhất thiết phải có trí hiểu biết về những gì tạo thành sự diệt đích thực của khổ (Khổ Diệt). Cuối cùng, sự diệt khổ không thể xảy ra nếu không có sự hiểu biết về con đường thực hành để hoàn thành nó (Đạo Diệt Khổ). Vì vậy trí hiểu biết về Tứ Thánh Đế là điều cần thiết không thể thiếu được. Sau khi đã nêu lên bốn Chân Lý thiết yếu này, Đức Phật liệt kê chúng theo trình

tự. Chân lý thứ nhất đề cập đến Sự Thực của Khổ (Khổ Đế), được ngài mô tả như sau: 1.

Sanh, 2. Già, 3. Chết, 4. Sầu, 5. Bi, 6. Khổ, 7. Ưu, 8. Não, 9. Oán tắng hội (gần gũi người hay vật mình không thích), 10. Ái biệt ly (chia lìa người hay vật mình yêu mến), 11. Cầu bất đắc (không được những gì mình monh muốn), 12. Tóm lại, năm thủ uẩn là khổ. Đây là phần dịch của đoạn kinh Pāḷi đã trích dẫn ở trên.

SANH LÀ KHỔ (JĀTI DUKKHA)

Nói đến tái sanh là muốn nói đến sự tan hoại của Danh-Sắc (thân và tâm)vào sát na cuối cùng trong kiếp trước và sau khi chết. Sát na đầu tiên của sự hình thành danh-sắc mới trong một hiện hữu mới là do nghiệp (kamma) tạo diều kiện hay làm duyên. Sự hình thành đầu tiên phục vụ như một mắc xích nối kết với kiếp sống quá khứ này được định danh là kết sanh, hay tái sanh (,), đó là sự hình thành ban đầu của danh và sắc mới. Nếu sự hình thành này xảy ra trong bào thai của một người mẹ, chúng ta có sự thụ thai trong bào thai hay kết sanh thai sanh, gabbhaseyaka paṭisandhi, có thể có hai loại: Noãn sanh, aṇḍaja paṭisandhi (, noãn sanh kết sanh), khi sự thụ thai xảy ra trong trứng ở dạ con, và kết sanh thai sanh, jalābuja paṭisandhi (), khi phôi phát triển tự do trong dạ con cho đến khi sự sanh xảy ra. Sự thụ thai trong dạ con, theo kinh điển Đạo Phật, khởi nguyên từ tinh cha huyết mẹ. Tây y thì quan niệm rằng thụ thai xuất phát từ sự kết hợp giữa tinh trùng của người cha

và trứng của người mẹ. Hai quan niệm trên có thể được hoà hợp bằng cách xem tinh trùng của người cha và máu huyết của người mẹ có liên quan trong vấn đề thụ thai. Sự kết hợp của tinh cha và huyết mẹ này, dẫn đến sự hình thành của danh và sắc quả mới, tạo nên cái chúng ta gọi là tái sanh mà vốn có thể xảy ra hoặc trong khổ thú (apāya, địa ngục, ngạ quỷ súc sanh…) hoặc trong cõi người do bất thiện nghiệp hoặc thiện nghiệp quá khứ tương ứng làm duyên. Sự thụ thai trong môi trường ẩm ướt như rêu v.v…(samsedaja , thấp sanh), tiêu biểu cho sự đi vào hiện hữu của các loài ấu trùng v.v…Các chúng sanh vô hình không thể thấy bằng mắt thường như chư thiên, dạ xoa, ngạ quỷ và những cư dân trong cõi địa ngục gọi là hoá sanh hay tự sanh, opapātika (hay , hoá sanh hay vãng sanh), với tâm và thân đã phát triển đầy đủ. Trong tất cả bốn loại thụ thai này, sát na đầu tiên của sự thụ thai hay hình thành gọi là jāti (sanh), đó là sự bắt đầu của một hiện hữu mới. Tất nhiên, ở sát na sanh đầu tiên này khổ hay đau đớn không có mặt, nhưng vì lẽ sự sanh khởi đầu tiên của sự sống này được xem như một căn cứ cho sự xuất hiện sau đó của khổ thân và khổ tâm trong suốt kiếp sống tiếp theo, nên sanh (jāti) được cho là ‘khổ’. Nó cũng giống như đặt bút ký vào một văn kiện đáng ngờ nào đó. Tất nhiên vào lúc ký văn kiện không có gì phiền phức hết, nhưng vì nó chắc chắn sẽ làm phát sanh những rắc rối về sau, nên hành

động ký vào hồ sơ có nghĩa là đã dính líu vào chuyện rắc rối hay nói cách khác là đã liên luỵ đến 'Khổ' rồi vậy.

Để làm sáng tỏ thêm, Khổ có thể được phân làm bảy

loại:

1. Dukkha dukkha (Khổ-khổ)
2. Viparināma dukkha
3. Saṅkhāra dukka
4. Paṭicchanna dukkha
5. Apaṭicchanna dukka
6. Pariyāya dukkha
7. Nippariyāya dukkha

DUKKHA DUKKHA (KHỔ-KHỔ)

Trong bảy loại này, những đau đớn, nhức nhối, và khó chịu ở thân là một hình thức của khổ, trong khi những lo lắng, sầu khổ, bất hạnh và buồn phiền tạo thành một hình thức của khổ khác. Hai hình thức này kết hợp với nhau tạo thành loại khổ thứ nhất — Dukkha-dukkaha (Khổ-khổ). Ở đây vì bản chất của nó là khổ, tên gọi của nó cũng là khổ, nên nó là dukkha-dukkha (khổ khổ), cái khổ mà các hữu tình chúng sanh ai nghĩ đến cũng đều kinh hãi. Ghi nhớ: cái khổ không thể chịu đựng được của thân và tâm là khổ-khổ.

VIPARINĀMA DUKKHA (HOẠI KHỔ)

Những cảm thọ lạc ở thân phát sanh do sự xúc chạm vừa lòng gọi là thân lạc (kāya sukha); những trạng thái hân hoan của tâm phát sanh do nhớ lại các dục trần khả ái gọi là tâm lạc (cetasika sukha); hai trạng thái sung sướng này làm vừa lòng mọi người, mọi sinh vật. Có thể nói, cả ngày lẫn đêm, tất cả mọi chúng sanh đều đuổi theo hai trạng thái hạnh phúc này, thậm chí liều cả mạng sống để có được chúng, và cho dù có đạt được, thì hạnh phúc của họ cũng không có giới hạn. Tuy nhiên, trong khi họ đang ngây ngất thoả mãn niềm vui, nếu những dục trần đem lại cho họ sự thích thú và khoái lạc ấy biến mất hay bị tiêu hoại đi, thì sự kích động và đau buồn của họ sẽ là rất lớn. Khi của cải họ tích luỹ được dưới hình thức vàng, bạc, bất ngờ vì một lý do nào đó mất đi; khi cái chết hay sự chia lìa xảy đến với một người thân như vợ chồng hay con cái trong gia đình của họ, sầu khổ và ưu não cùng cực sẽ phát sanh, thậm chí còn có thể gây ra sự loạn trí. Như vậy hai hình thức của lạc này, thân lạc (kāya sukha) và tâm lạc (cetasika sukha), cũng là một loại khổ được gọi là hoại khổ (Viparināma dukkha), nghĩa là khổ do sự thay đổi, biến hoại. Khi lạc này tồn tại, chúng có vẻ như rất thú vị, chỉ bị thay thế bằng sầu khổ và ưu não cùng cực khi chúng biến hoại mà thôi.Vì vậy chúng cũng là khổ. Ghi nhớ: Lạc phát sanh từ sự thoải mái của thân và hoan hỷ của tâm được gọi là Hoại Khổ (Viparināma dukkha)

SAṄKHĀRA DUKKHA (HÀNH KHỔ)

Cảnh bình thường mà một người thấy, nghe hay tiếp xúc hàng ngày, những dục trần bình thường như vậy không làm khởi lên một cảm thọ lạc cũng không kích thích một cảm thọ khổ hay khó chịu. Tình trạng trung hoà mà bản chất của nó vốn không khổ, không lạc này được đặt tên là thọ xả (upekkhā vedanā). Tuy nhiên, xả trung tính này không thường hằng. Nó đòi hỏi phải có một sự duy trì liên tục những điều kiện cần thiết cho sự tương tục của nó. Dĩ nhiên, điều này hàm ý phải có một nỗ lực gian khó, và đó chính là Khổ. Vì vậy cảm thọ xả, hay không lạc không khổ này được đặt tên là Hành Khổ (saṅkhāra-dukkha). Ngoài thọ xả này ra, tất cả các hành danh và sắc khác của cõi thế gian cũng được gọi là Hành Khổ (saṅkhāra-dukkha), vì chúng cần phải tạo điều kiện không ngừng. Ghi nhớ: Thọ xả và các hành danh&sắc của cõi thế gian (hiệp thế) được gọi là Hành Khổ (saṅkhāra-dukkha).

Thọ lạc, để duy trì nó, cũng đòi hỏi phải được tạo điều kiện không ngừng , như vậy đúng lẽ nó phải được xếp vào loại Hành Khổ, nhưng các nhà chú giải bỏ nó ra khỏi sự phân loại này vì nó đã được đặt cho một tên riêng là Hoại Khổ (Viparināma dukkha). Tuy thế, nó cũng phải được xem như Hành Khổ vì điều dễ hiểu là để duy trì nó cần phải có một sự áp dụng đáng kể.

Mahāsi Sayādaw 155

Ba loại khổ vừa giải thích ở trên cần phải được hiểu rõ vì một sự nắm bắt thấu đáo ba loại khổ này sẽ giúp ích cho chúng ta rất nhiều trong việc tuệ tri Khổ Đế.

PAṬICCHANNA DUKKHA (Ẩn Phú Khổ)

Những sự đau đớn ở thân như đau tai, đau răng, đau đầu, no hơi sình bụng v.v...và những nỗi đau trong tâm phát sanh do cầu bất đắc, ham muốn thiêu đốt, thất vọng, sầu tủi và lo lắng được gọi là 'Khổ Che Dấu', Paṭicchanna Dukkha (Ẩn Phú Khổ), bởi vì chỉ người đang khổ mới biết chúng còn người ngoài chỉ biết được khi người này biểu lộ ra mà thôi. Vì khổ này không hiển thị công khai, nên nó cũng được gọi là 'Khổ Không Hiển Lộ Rõ' (Apākata Dukkha , Bất Minh Đích Khổ).

APAṬICCHANNA DUKKHA (Bất Phú Tàng Đích Khổ)

Những đau đớn ở thân do dao cắt, giáo đâm, đạn bắn không bị che dấu mà hoàn toàn rõ ràng và hiển lộ ra ngoài một cách công khai. Vì thế nó được gọi là 'Khổ Phơi Bày' (Apaṭicchanna Dukkha, Bất Phú Tàng Đích Khổ), hay

156 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

'Khổ Minh Bạch', Pakata Dukkha (, Minh Bạch Đích Khổ).

PARIYĀYA DUKKHA (Lý Do Khổ)

Tất cả các hành danh và sắc có thể làm phát sanh những nỗi đau ở thân và tâm không nằm trong cái khổ chính yếu nhưng vì chúng được xem như căn cứ cho khổ dưới hình thức này hay hình thức khác, cho nên chúng được gọi là Lý Do Khổ (Pariyāya Dukkha). Xét về cái khổ mà chắc chắn sẽ phát sanh từ chúng (các hành danh sắc) thì hoàn

toàn đáng sợ. Như trong nhưng ví dụ vừa nêu, nó đáng sợ giống như bắt người nào phải bảo đảm một sự giao dịch bằng cách ký một khế ước phải thực hiện sự đền bù sau đó vậy.

NIPPARIYĀYA DUKKHA (Trực Tiếp Khổ)

Khổ Khổ (dukkha-dukkha) là loại khổ nội tại. Hoạt động của nó không có tính cách gián tiếp, và do đó nó được gọi là Khổ Trực Tiếp (nippariyāya dukkha). Trong bảy loại khổ này, jāti hay thọ sanh trong một hiện hữu mới nằm dưới nhóm Lý Do Khổ (Pariyāya Dukkha) theo cách phân loại kể trên. Tất cả các loại khổ

Mahāsi Sayādaw 157

trong địa ngục như bị lửa địa ngục thiêu đốt, ngục tốt hành hạ trong hàng triệu năm, phát sanh do tái sanh trong địa ngục như hậu quả của bất thiện nghiệp quá khứ. Tất cả các loại khổ trong cõi ngạ quỷ như đói khát, lửa thiêu đốt trong hàng triệu triệu năm, phát sanh do tái sanh trong cõi ngạ quỷ như hậu quả của một nghiệp bất thiện. Những khổ sở, gian nan trong cõi súc sanh mà những con vật như trâu, bò, voi, ngựa, chó, heo, gà, chim, dê, cừu, sâu bọ…phải chịu do tái sanh trong kiếp cầm thú. Cái khổ của con người được biểu thị bằng sự thiếu thốn những nhu cầu cần thiết cho sự sống như thực phẩm, áo quần, v.v…phát sanh do tái sanh trong kiếp người. Ngay cả khi những nhu cầu ấy có được cung cấp đầy đủ như trường hợp của những người giàu có, thì cũng không thoát khỏi khổ, cái khổ giáng xuống họ dưới hình thức của những nỗi đau thể xác cũng như tinh thần do ốm đau, bệnh tật hay ước muốn không thành, sợ hãi kẻ thù và tuổi già…bức bách. Tất cả những nỗi khổ này xảy ra do tái sanh trong cõi người. Như vậy, do là căn cứ cho tất cả những khổ đau diễn ra trong suốt kiếp người nên Jāti (Sanh) được xem là khổ (dukkha).

NỖI KHỔ TRONG THAI MẸ

Khi một người nhập mẫu thai, họ xuất hiện trong cái dạ con gớm guốc nằm ở giữa bao tử, chứa đầy với thức ăn chưa tiêu hoá, và trực tràng, chỗ chứa những chất bài tiết

158 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

như phân, nước tiểu, cái thực thể ấy dựa vào tinh cha và huyết mẹ, quả thực rất đáng ghê tởm! Ngay cả nghĩ đến việc phải ở lại trong cái đống tinh huyết dơ bẩn ấy đã khiến người ta kinh tởm, và buồn nôi rồi vậy. Và dù cho người ta đi vào bào thai con người hay bào thai của một con bò hay một con chó, họ cũng không hay biết. Khoảng hai mươi, ba mươi năm trước, một vị Pháp sư thường ngâm một bài kệ nói về ‘Cái nôi Pháp (Dhamma), cái nôi ngọc’ trong các buổi thuyết pháp của ngài. Bài kệ mô tả các loại nôi khác nhau từ những cái nôi bằng vàng nạm ngọc dành cho những đứa bé trong hoàng tộc đến những cái thúng xấu xí, tồi tàn của những gia đình nghèo khó. Một câu trong bài kệ đó đặt câu hỏi, ‘Tuổi già dần dần lẻn đến. (không biết) Bạn sẽ hướng về cái nôi nào?’ Câu hỏi đó rất thích đáng vì sau tuổi già thì cuối cùng cái chết sẽ đến. Và nếu tham ái (taṇhā) vẫn còn, cái chết chắc chắn sẽ được theo sau bởi tái sanh. Cho dù một người có được tái sanh trong cõi nhân loại, thì chắc chắn họ cũng phải bắt đầu cuộc đời

trong cái nôi này hay cái nôi khác. Vấn đề là 'Loại nôi nào', nôi vàng nạm ngọc chờ đợi những người có nhiều thiện nghiệp; trong khi những người chất nặng với ác nghiệp sẽ hướng thẳng tới một cái thúng tồi tàn trong một gia đình thấp hèn. Bài kệ là một lời cổ vũ thúc đẩy người ta làm những điều thiện để bảo đảm có một cái nôi cao cấp trong kiếp kế của họ. Giờ đây chúng tôi cũng sẽ thúc giục quý vị hãy tư duy một lúc về câu hỏi bào thai của người mẹ nào quý vị định đi

Mahāsi Sayādaw 159

đến? Và hãy nhớ đến cái khổ đáng sợ đi kèm với tái sanh đồng thời cố gắng thực hành để chấm dứt tử sanh luân hồi. Cho dù quý vị vẫn chưa thể phấn đấu để đạt đến sự giải thoát tối hậu, ít nhất quý vị cũng phải cố gắng để bảo đảm để không phải đi đến những sanh thú thấp kém. Từ trước đến đây, những gì chúng tôi mô tả là làm thế nào để đương đầu với cái khổ đáng sợ của tái sanh từ lúc đi vào bào thai người mẹ, và những cái khổ theo sau khác trong suốt giai đoạn thai nghén chín tháng mười ngày. Khi người mẹ thình lình chuyển động, ngồi xuống, đứng lên, người ta phải chịu cái khổ cùng cực giống như một đứa bé bị một gã say rượu xoay vòng vòng hay như một con rắn nhỏ rơi vào đôi tay của người bắt rắn. Sinh vật bé bỏng nằm trong bào thai của người mẹ thời nay thường hay luyện tập thể thao thì cái khổ phải chịu đựng còn mãnh liệt hơn nữa. Khi người mẹ tình cờ uống vào chất lạnh hay nuốt phải vật gì nóng hay chua, cái khổ của nó trở thành một sự tra tấn thực sự.

KHỔ LÚC SANH

Ngoài ra, người ta nói rằng những đau đớn sản khoa của một người mẹ lúc lâm bồn hành hạ đến nỗi có thể làm cho phải tử vong; nỗi thống khổ mà đứa bé phải chịu cũng không kém và cũng có thể dẫn đến tử vong. Sau khi sanh ra, đứa bé còn phải chịu đựng sự đau đớn khi thân hình mỏng manh của nó được lấy ra bằng đôi bàn tay thô ráp, tắm rửa

160 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

và chà lau bằng những miếng vải xù xì, giống như khi cạo những chỗ đau của một vết thương còn non vậy. Những đau đớn mô tả ở trên liên quan đến cái khổ mà một người phải trải qua từ lúc thụ thai cho đến lúc sanh ra.

CÁI KHỔ TRONG SUỐT KIẾP SỐNG

Dĩ nhiên sau đó đứa bé sẽ còn phải chịu những nỗi khổ và khó chịu khác như tê cứng, nóng, lạnh, ngứa ngáy trong khi nó còn quá nhỏ để có thể tự mình có thể làm giảm nhẹ chúng bằng cách thay đổi tư thế như nhúc nhích, lắc qua lắc lại, ngồi dậy hoặc đứng lên…Rồi khi nó lớn lên và đối diện với những vấn đề sinh kế, vô số những khó khăn nữa chắc chắn sẽ theo sau. Nó sẽ phải chịu đựng những sự ngược đãi và chèn ép bởi người khác, những bệnh tật và ốm đau… Sở dĩ người ta phải trải qua tất cả những nỗi khổ này đơn giản là vì họ đã mang lấy một hiện hữu mới hay nói khác hơn họ đã tái sanh. Do đó, Sanh (Jāti), nền tảng của mọi khổ đau trong suốt kiếp sống, được Đức Phật định nghĩa là Dukkha (Khổ). Một sự suy xét cẩn thận sẽ xác nhận được tính chính xác

của định nghĩa này. Tái sanh thực sự đáng sợ giống như ký vào một văn kiện mà sau đó sẽ phải đương đầu với những rắc rối vậy. Vì thế, Sanh là Khổ vì sự đáng sợ của nó. Tóm lại, những khổ thân và khổ tâm có mặt là do Tái Sanh (jāti) trong mỗi kiếp sống. Chỉ khi không còn tái sanh nữa thì mới có sự giải thoát hoàn toàn khỏi những khổ đau

Mahāsi Sayādaw 161

này. Đó là lý do tại sao Đức Phật dạy rằng chính khởi nguyên của sự hiện hữu mới, hay chính tái sanh (jāti) là khổ.

Ghi nhớ:

1. Phải đối diện với Khổ trong mỗi hiện hữu mới.
2. Không Tái Sanh (Jāti), không Khổ.
3. Sanh (Jāti) là Khổ.

GIÀ LÀ KHỔ (JARĀ DUKKHA)

Già có nghĩa là trở nên tóc bạc, răng rụng, da nhăn, lưng còng, tai điếc, mắt mờ, hay nói cách khác, tình trạng suy tàn đã bắt đầu và có thể nhận ra trong các danh uẩn và sắc uẩn của một kiếp sống. Tuy nhiên cái già của tâm không được rõ ràng như vậy; những dấu chỉ của nó như kém trí nhớ và lẫn (lẩm cẩm lúc tuổi già) chỉ trở nên đáng chú ý khi người ta đã rất già. Cái già của thân diễn ra suốt cuộc đời thì hoàn toàn không thể lầm được, nhưng cũng chỉ đáng chú ý khi người ta đã khá già và không còn trẻ trung nữa. Thân dưới mười tuổi không giống như khi trên mười tuổi. Có một sự thay đổi liên tục ở diện mạo bên ngoài. Trên hai mươi và ba mươi người ta đã khoác lấy một diện mạo hoàn toàn khác với diện mạo những ngày còn trẻ hơn. Những thay đổi này là những dấu chỉ của tuổi già đang diễn ra. Tuy nhiên ở đây, khi nói tới Jarā (Già), chúng tôi muốn nói tới tình trạng suy tàn theo nghĩa trở nên tóc bạc, da nhăn…có thể thấy rõ được.

162 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Trong Phật học Jarā hay Già chỉ liên quan đến sát na trụ (thiti) của các uẩn danh và sắc chứ không có tính chất khổ như nó đang là: tuy nhiên do già mà tình trạng không còn sinh lực của toàn bộ cấu trúc cơ thể xuất hiện, như sự suy yếu về thị lực và thính lực, sự hao mòn của khứu giác và vị giác, sự mệt mỏi của thể lực, sự trở nên không còn hấp dẫn, sự biến mất của tuổi trẻ, sự tổn thất của trí nhớ và trí lực, người trẻ bất kính và xem thường (như bị gọi là ‘con người cổ hủ’, ‘ông già’, ‘bà già’…), xã hội đối xử như một sự trở ngại (cho tiến bộ). Tất nhiên, những bất lực ấy làm phát sanh sự khổ thân và khổ tâm. Và do nó tạo thành cội nguồn của khổ thân và khổ tâm, Đức Phật nói Già (Jarā) là cái Khổ đáng sợ. Thực sự con người ta rất sợ tuổi già. Họ luôn đi tìm những phương tiện và cách thức để đẩy lui sự tấn công của tuổi già. Nhưng hoàn toàn vô vọng. Với tóc bạc, răng long…sự suy tàn đã bắt đầu không thể chuyển đổi được. Như vậy, việc ‘già là một nỗi khổ đáng sợ’ rõ ràng đến độ chúng ta không cần phải nói thêm chi tiết nữa về nó.

CHẾT LÀ KHỔ (MARANĀ DUKKHA)

Chết có nghĩa là sự diệt của Danh Mạng Quyền và Sắc Mạng Quyền (Jīvita nāma&rūpa) từng hoạt động không ngừng từ lúc thụ thai do nghiệp (kamma) tạo điều kiện trong một hiện hữu mới. Liên quan đến điều này Đức Phật nói 'Sabbe bhāyantu maccuno', nghiã là tất cả các chúng sanh đều sợ

chết. Chết do sanh làm duyên, ở đây, chết do bức tử, chết do những nguyên nhân tự nhiên, chết do chấm dứt tuổi thọ, chết do hết quả nghiệp thiện đều là những từ đồng nghĩa mô tả cùng một hiện tượng, đó là sự diệt của Danh và Sắc Mạng Quyền. Chết chỉ có nghĩa là sát-na hoại của danh mạng quyền và sắc mạng quyền, và tự nó không phải là sự đau đớn hay đau khổ gì cả. Tuy nhiên, khi cái chết đến, người ta phải từ bỏ xác thân và để lại đằng sau những người thân yêu gần gũi nhất của mình, từ bỏ quyến thuộc, và bạn bè cùng với tất cả tài sản của mình. Ý nghĩ về việc lìa bỏ kiếp sống hiện tại sẽ làm cho họ rất sợ hãi, và hầu như trước cái chết mọi chúng sanh đều sợ hãi. Không biết chắc mình sẽ sanh về đâu sau khi chết cũng làm cho con người kinh hoàng nữa. Chính do bản chất đáng sợ của nó này mà Đức Phật đã mô tả chết là khổ. Theo chú giải, người ác đè nặng với quá khứ tội lỗi, lúc lâm chung sẽ thấy những ác nghiệp họ đã làm (kamma - nghiệp), hay thấy những dấu hiệu liên quan đến ác nghiệp của họ (kamma-nimitta) - nghiệp tướng), hay thấy những dấu hiệu về cảnh giới ác mà họ sẽ phải thọ sanh sau khi chết (gati nimitta, thú tướng), tất cả những hình ảnh này đem lại cho họ sự đau khổ cực độ về tinh thần. Người thiện, dù tích chứa được những thiện nghiệp, song khi cái chết đến gần, do không thể chịu đựng được sự chia lìa với những người và vật họ yêu mến, nên cũng có những cái khổ như vậy.

Khi cái chết đến gần, mọi người đều phải chịu những cuộc tấn công khốc liệt của bệnh tật, đau ốm vốn tàn phá cơ thể với những cơn đau không thể chịu đựng được. Do chết được xem là căn cứ cho những đau đớn về thể xác và tinh thần như vậy, nên nó đã được Đức Phật định danh là Khổ (dukkha).

SẦU LÀ KHỔ (SOKA DUKKHA)

Soka hay sầu là tình trạng ưu tư và lo lắng nơi một người bị xúc động bởi sự mất mát của người thân, tài sản...1. Khi sự mất mát xảy ra với thân quyến do bị trộm, cướp, dịch bệnh, hoả hoạn, bão lụt, thì bất hạnh này được gọi là Bất Hạnh về Thân Quyến (Ñātivyasana); 2. Khi sự tiêu hoại về tài sản mà nguyên cớ là do hành động của Vua Chúa (chính phủ), trộm cắp, hay hoả hoạn thì nó được gọi là Bất Hạnh về Tài Sản (bhogavyasana); sự suy giảm về sức khoẻ và tuổi thọ do những chứng bệnh ác tính gây ra gọi là Tổn Giảm về Bệnh Tật (rogavyasana); những sai sót trong giới là Tổn Giảm về Giới (sīlavyasana); Trệch khỏi Chánh Kiến rơi vào Tà Kiến là Tổn Giảm về Tri Kiến (diṭṭhivyasana). Chúng ta dễ nhận thấy tình trạng buồn phiền với sự lo lắng và ưu tư quá mức này khi một người bị mất những người thân yêu nhất như vợ, chồng, con cái, anh em, chị em..., hoặc khi những tai hoạ về kinh tế xảy đến với họ. Nói đúng ra sầu (soka) chính là thọ ưu (domanasa vedanā), và như

vậy nó là cái khổ nội tại hay Khổ Khổ (dukkha-dukkha). Tình trạng kiệt sức do sầu lo gây ra rất có thể sẽ khiến cho người ta mắc chứng ợ nóng, và góp phần làm cho họ mau già và thậm chí chết sớm. Do là một căn cứ cho những đau đớn về thể xác khác, nên soka hay sầu được xem là đáng sợ và được Đức Thế Tôn xác định là Khổ (dukkha). Mọi người đều sợ Soka (sầu). Lợi dụng sự sợ hãi này, người ta đã viết nhiều cuốn sách về đề tài 'thoát khỏi sầu lo'(Quẳng Gánh Lo Đi...). Nhưng muốn thực sự thoát khỏi sầu lo cách duy nhất là thực hành Tứ Niệm Xứ mà thôi. Nhờ thực hành Tứ Niệm Xứ người ta có thể hưởng được sự giải thoát hoàn toàn khỏi sầu lo như đã được minh hoạ bằng hình ảnh của Tể Tướng Santati và Trưởng Lão Ni Pācātārā7. Thời buổi này cũng có những người sầu khổ vì mất vợ mất chồng, những người phiền muộn vì làm ăn thất bại, đã đến thiền viện của chúng tôi để hành Tứ Niệm Xứ. Từng ngày từng ngày trôi qua, sầu lo của họ giảm dần và cuối cùng sự giải thoát hoàn toàn khỏi sầu lo đã đến với họ.

BI LÀ KHỔ (PARIDEVA DUKKHA)

Bi (khóc) là tính chất vật lý của âm thanh (âm sắc) do sự than khóc của một người bị xúc động bởi sự mất mát những người thân hay tài sản tạo ra. Người đau khổ gào la 7 Xem hai tích truyện này trong Đại Niệm Xứ Tường Giải I.

một cách cuồng loạn và mất trí, kể lể về những tính tốt của người chết hay giá trị của tài sản bị mất hoặc vạch trần (tội ác) của kẻ thù hoặc tác nhân trách nhiệm cho tai hoạ của mình. Theo nghĩa trừu tượng, bi là một âm sắc và do đó về bản chất không phải là Khổ (dukkha). Tuy nhiên gào la và kể lể một cách cuồng loạn như vậy thường tạo ra sự khó chịu và đau đớn ở thân. Vì thế mà Đức Phật tuyên bố Bi hay than khóc (parideva) là khổ.

KHỔ THÂN LÀ KHỔ (DUKKHA)

Những khó chịu ở thân như tê cứng, nóng bức, nhức nhối, mệt mỏi, ngứa ngáy...là khổ. Những đau đớn về thể xác (khổ nội tại) này được gọi là Khổ-Khổ (dukkha-dukkha), một loại khổ mà mọi người ai cũng biết và sợ. Ngay cả những con vật như chó, mèo, heo, gà và chim chóc...cũng chạy trốn để được an toàn mỗi khi có dấu hiệu dù nhỏ nhoi nhất của việc bị đánh đập hoặc bị bắn bởi vì chúng cũng biết sợ sự đau đớn. Như vậy, vấn đề khổ thân là Khổ (dukkha) này không cần phải bàn thảo chi tiết, vì mọi người đều biết. Điều quan trọng là phải biết rằng bệnh hay ốm đau (byādhi), cũng nằm trong loại Khổ Thân này. Khổ thân thường được theo sau bởi khổ tâm và như vậy nó còn được xem như một nhân cho khổ tâm nữa, đây là cái khổ đáng sợ.

Nếu cái đau ở thân được ghi nhận một cách chánh niệm hợp với phương pháp Tứ Niệm Xứ, khổ tâm được ngăn chặn. Lúc đó, chỉ có cái đau ở thân được cảm nhận. Đức Thế Tôn đã nói lời tán dương việc thực hành mà nhờ đó khổ tâm được ngăn chặn và người ta chỉ có cái đau ở thân này thôi. Để cho khổ tâm sanh khởi do không ghi nhận cái đau

ở thân bị Đức Phật lên án. Ngài nói, 'Việc làm ấy cũng giống như cố gắng lấy ra cây gai thứ nhất đang làm cho đau bằng cách dùng cây gai khác để khươi ra, nhưng cây gai thứ hai này gẫy và nằm luôn trong thịt. Lúc đó người ấy phải chịu hai cái đau, một do cây gai thứ nhất và một cái đau thêm nữa do cây gai thứ hai.' Minh hoạ này đáng nên suy xét cẩn thận.

ƯU LÀ KHỔ (DOMANASSA)

Domanassa hay ưu biểu thị sự đau đớn về tinh thần như khó chịu, lo lắng, khổ sở, buồn rầu, sợ hãi...nó cũng là cái khổ nội tại, dukkha-dukkha. Có lẽ mọi người đều quen với nó và sợ nó, do đó không cần thiết phải giảng giải chi tiết ở đây. Ưu không chỉ đàn áp tâm mà nó còn hành hạ cả thân nữa. Khi một người bị ưu tóm chặt, họ lang thang không ăn không ngủ suốt nhiều ngày một cách chán nản, hậu quả là sức khoẻ suy yếu và thậm chí chờ chết. Ưu thực sự là một nỗi khổ ghê gớm, một nỗi khổ mà chỉ có các bậc Thánh Bất Lai và A-la-hán mới được miễn trừ. Những người thực hành Tứ Niệm Xứ có thể vượt qua được sầu ưu nếu như họ cố

gắng ghi nhận những trạng thái này khi nó khởi sanh. Cho dù họ không thể vượt qua hoàn toàn, nhưng bằng cách này, họ có thể giảm bớt cái khổ của ưu đến một mức độ đáng kể.

NÃO LÀ KHỔ (UPĀYĀSA)

Não (upāyāsa), là tình trạng rầu rĩ hay phẫn uất do khổ tâm quá mức nơi một người bị tác động bởi sự mất mát những người thân...tạo ra. Nó khiến cho người ta than van nhớ tiếc khôn nguôi đối với sự mất mát đưa đến nóng bức tâm can và suy kiệt thể xác. Do đó, Não là một nỗi Khổ đáng sợ vì sự thiêu đốt tâm can và suy kiệt thể xác đi kèm theo nó vậy. Chú giải minh hoạ sự khác nhau giữa Sầu (soka), Bi (parideva), và Não (upāyāsa) như sau: Sầu giống như dầu ăn hay thuốc nhuộm trong một cái nồi bắc trên một ngọn lửa cháy riu riu. Bi giống như sự bùng sôi của nó khi nấu trên một ngọn lửa cháy nhanh. Não giống như những gì còn lại trong nồi sau khi đã sôi và không thể nấu cho sôi thêm được nữa, chỉ tiếp tục nấu cho đến khi nó khô cạn mà thôi.

OÁN TẮNG HỘI KHỔ

Oán tắng hội là gặp những người và các hành (saṅkhāra) không vừa ý. Tất nhiên tự thân sự gặp gỡ như vậy không phải là cái khổ không thể chịu đựng được nhưng khi

bạn gặp những người hay vật không vừa ý, không đáng ưa, thì sự phản ứng bắt đầu ngay lập tức dưới hình thức của sự xáo trộn tâm và vật lý. Vì nó tác hành như một nhân của khổ thân và khổ tâm, nên oán tắng hội (gần người hay vật không vừa ý) được Đức Phật định rõ là cái khổ đáng sợ. Thế gian nói chung đều nhận ra những cuộc tương hội như vậy là khổ. Một số người sợ cái khổ này đến mức còn cầu nguyện không bị nỗi bất hạnh phải gặp những người hay vật không ưa trong kiếp lai sanh. Thế nhưng, trong

cái thế gian mà ở đây dễ ưa và khó ưa, dễ thương và đáng ghét cùng hiện hữu, con người phải đối diện với cả hai tuỳ theo hoàn cảnh. Ước nguyện của một người chỉ có thể thành tựu phần nào nhờ ít có cơ hội đối diện với người hay vật khó ưa mà thôi. Điều quan trọng là phải cố gắng đối diện với những tình huống khó ưa ấy với thái độ đúng đắn. Hành động tốt nhất là trở lại với việc thực hành Tứ Niệm Xứ, đó là, ghi nhận không ngừng để cho tiến trình tâm dừng ở giai đoạn chỉ có 'nghe' , 'thấy'...mà thôi. Khi cảm giác những cảm thọ khó chịu (khổ) ở thân, khổ tâm phải được ngăn chặn bằng cách ghi nhận liên tục 'xúc chạm', 'biết', 'đau'...

ÁI BIỆT LY KHỔ

Ái biệt ly là chia lìa, hay tách rời những người và các hành (saṅkhāra) vừa ý. Một sự chia lìa như vậy tự nó không phải là một cảm thọ khổ. Tuy nhiên, khi sự biệt ly xảy ra, do

chết hay trong khi vẫn còn đang sống, với những người mình yêu mến (vợ, chồng, con cái), hay khi xa lìa những sở hữu quý báu của mình, khổ tâm phát sanh ngay lập tức. Thậm chí nó có thể phát triển thành sầu, bi, và não. Dưới những trường hợp như vậy người ta chắc chắn sẽ bị sầu ưu áp đảo. Do nó thúc đẩy những loại khổ tâm đa dạng như vậy, Đức Thế Tôn đã gọi ái biệt ly là khổ. Thế gian cũng nhận ra sự chia lìa này là khổ, một số người cũng nguyện được sống với những người mình yêu mến suốt kiếp luân hồi. Tất nhiên, những ước nguyện như vậy chỉ có thể thành tựu khi có đủ những thiện nghiệp. Gia đình của triệu phú Mendaka gồm người vợ, con trai và con dâu của ông ta cùng với người tớ gái, có lần, sau khi cúng dường vật thực đến một vị Phật Độc Giác, đã phát nguyện luôn luôn được sống cùng nhau trong những kiếp tương lai. Do kết quả của thiện nghiệp này, ước nguyện của họ đã thành tựu và họ được sanh ra cùng nhau trong một gia đình vào thời Đức Phật của chúng ta. Tuy nhiên loại ước nguyện có khuynh hướng thúc đẩy những trói buộc như vậy không thích hợp với những người có quyết tâm vững chắc muốn giải thoát hoàn toàn khỏi những khổ đau của vòng luân hồi.

CẦU BẤT ĐẮC KHỔ

Đó là cái khổ do không được những gì mình muốn hay cái khổ phát sanh do ước muốn những vật không thể nào có được. Không hành thiền và tu tập Bát Thánh Đạo, ước muốn có mặt, "Ôi ! ước gì ta không phải bị sanh, già, bệnh và chết. Ôi, ước gì ta không phải bị sầu, bi, khổ, ưu, não..." Tất nhiên, những điều này sẽ không xảy ra do đơn thuần ước muốn và chính không được những gì mình muốn này khiến cho người ta khổ tâm. Do đó, Đức Phật đã mô tả những ước muốn như vậy là khổ. Ở đây, đối tượng của lòng mong muốn không giới hạn cho Niết-Bàn, pháp duy nhất thoát khỏi sanh, già..., nhưng đối tượng mong muốn của một người cũng bao gồm những lợi đắc và của cải thế gian, hay nói chung những thứ vốn không thể có được bằng ước muốn đơn thuần. Không đạt được chúng thì ước muốn cũng là khổ.

NĂM THỦ UẨN LÀ KHỔ

Mười một loại khổ bắt đầu bằng khổ sanh (jāti) đến khổ do không đạt được những gì mình muốn (icchitabbalābha dukkha-cầu bất đắc khổ) chỉ phát sanh do có năm thủ uẩn (upādānakkhandhā); hay nói khác hơn chúng phát sanh do nương vào năm uẩn này. Vì thế, trong Kinh Chuyển Pháp Luân, Đức Phật nói: 'Tóm lại, năm thủ uẩn này là khổ đế hay sự thực của khổ.' Sắc uẩn và các tâm hành (Danh) tạo thành đối tượng của thủ được gọi là Thủ Uẩn (upādānakkhandhā). Năm thủ uẩn

gồm: (1) Sắc Uẩn (2) Thọ Uẩn (3) Tưởng Uẩn (4) Hành Uẩn và (5) Thức Uẩn. Như vậy tất cả các chúng sanh hiện hữu chỉ với năm uẩn này. Họ chấp thủ thân của họ, vốn chỉ là sắc uẩn, xem nó như 'Tôi', 'thân của tôi', thường hằng, đẹp đẽ,...Vì vậy, sắc uẩn được gọi là thủ uẩn. Các trạng thái tâm do thức (viññāṇa) và các tâm sở (cetasika) tạo thành cũng bị chấp thủ và xem chúng là 'Tôi', 'tâm của tôi', chính 'Tôi' suy nghĩ, nói năng,..Do đó các trạng thái tâm hay Danh (nāma), cũng được gọi là các thủ uẩn. Đây là cách tham ái nảy sanh trên sắc uẩn và danh uẩn nói chung.

THỦ UẨN VÀO LÚC THẤY

Nếu xét từng hiện tượng riêng biệt theo chi tiết, thủ uẩn (upādānakkhandhā) rất dễ nhận ra mỗi khi người ta thấy một đối tượng. Cũng thế, mỗi khi nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, thủ uẩn (upādānakkhandhā) cũng nổi bật. Vào lúc thấy, con mắt thấy, đối tượng thấy và thức thấy rất dễ nhận ra. Trong thức thấy (nhãn thức) này bao gồm thọ (lạc hay khổ) của cái thấy, tưởng hay sự nhận thức về đối tượng được thấy, nỗ lực và hướng tâm để hoàn tất hành động thấy và trí biết rằng một đối tượng vừa được thấy. Những người không hành thiền minh sát hay những người hành minh sát nhưng chưa đến giai đoạn thấy rõ được

tính chất vô thường, khổ, và vô ngã, vẫn chấp thủ vào con mắt và đối tượng thấy, v.v...Họ xem cái nhìn của con mắt như Tôi (nhìn), hay như con mắt của tôi, hoặc thường, lạc...Khi họ thấy thân và tứ chi, sự dính mắc phát sanh; "Tôi thấy thân của tôi; đây là tay của tôi, nó luôn luôn hiện hữu (thường hằng)." Khi thấy người khác, họ cũng thấy như có vẻ đó là một con người, một sinh vật vững bền. Do sự chấp thủ đã khởi lên với các hiện tượng như vậy, sắc của con mắt và sắc của đối tượng thấy (cảnh sắc) được gọi là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā). Ngoài thọ lạc và thọ khổ trong trong cái thấy một đối tượng, cũng còn có thọ trung tính (bất khổ bất lạc) mà ở đây để tiết kiệm không gian chúng tôi không đề cập. Thực sự ra những gì liên quan đến cảm thọ trung tính thiện đã được kể trong thọ lạc; và những gì liên quan đến thọ trung tính bất thiện đã được kể trong thọ khổ rồi. Cả thọ lạc lẫn thọ khổ đều làm phát sanh sự chấp thủ: "Nó là Tôi; Nó là cảm thọ của tôi; Nó kéo dài mãi mãi; Tôi cảm thấy khoẻ; Tôi cảm thấy khủng khiếp." Do bị dính mắc theo cách này, thọ lạc và thọ khổ (có mặt) trong cái thấy một đối tượng được gọi là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā). Khi nhận thức một đối tượng, sự chấp thủ cũng phát sanh: Tôi biết nó; Tôi không quên nó. Vì thế nó

được gọi là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā). Vận dụng ý chí để thấy một đối tượng là Cetanā (Tư). Trong từ vựng kinh điển, nó được gọi là sự xúi giục, sự thúc

đẩy, sự thôi thúc. Tuy nhiên ý định hay tư biểu thị ý nghĩa của nó rõ ràng hơn. Tác ý (manasikāra), đi cùng với tư (cetanā), là suy nghĩ về hay hướng tâm về một đối tượng. Rồi sau đó có xúc (phassa) xen vào nữa, nhưng vì cetanā và manasikāra là các yếu tố nổi bật nên ở đây chỉ đề cập hai tâm sở này. Hai tâm sở tư (ý định) và tác ý (hướng tâm) thuộc hành uẩn có liên quan trong hành động thấy và có sự dính mắc vào cái thấy như Tôi thấy…nên nó được gọi là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā). Từ Saṅkhāra ở đây có nghĩa là điều kiện; trong trường hợp của cái thấy, nó có nghĩa là tạo ra những những điều kiện để hoàn tất hành động thấy. Chỉ biết rằng một đối tượng đã được thấy là nhãn- thức, hành động này cũng có sự chấp thủ vào đó như Tôi thấy, Tôi biết, cái Tôi đang thấy là trường cửu. Do sự chấp thủ như vậy có thể xảy ra nên thức được gọi là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā). Tóm lại: 1. Vào lúc thấy ‘con mắt và đối tượng của sự thấy (cảnh sắc) là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā). 2. Thọ lạc hay thọ khổ có mặt là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā). 3. Nhận thức hay ghi nhớ đối tượng là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā). 4. Ý muốn thấy và xoay sự chú ý đến đối tượng là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā).

5. Chỉ biết rằng một đối tượng đã được thấy là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā).

Mỗi lần thấy một đối tượng ghi nhận ‘thấy’, ‘thấy’ là để giúp người hành thiền thấy ra năm uẩn danh và sắc đã nói đúng như chúng thực sự là và sau khi đã thấy được chúng, hãy giữ ở giai đoạn chỉ có cái thấy và không để bị chấp thủ vào chúng như Tôi, của tôi, hay như thường, lạc, tịnh… Để giúp quý vị hiểu được mục đích của việc ghi nhận từng hiện tượng, chúng tôi lập ra những nguyên tắc căn bản của việc thực hành minh sát như sau: 1. Tu tập minh sát bằng cách quán cái gì? - Bằng cách ghi nhận đúng như chúng thực sự là năm uẩnvốn có thể gây ra sự chấp thủ. 2. Khi nào và vì mục đích gì chúng (năm uẩn) phải được ghi nhận ? - Chúng phải được ghi nhận vào sát na sanh để cắt đứt sự chấp thủ. Vì nếu không ghi nhận vào sát na sanh sẽ mở đường cho sự chấp thủ vào chúng như thường, lạc hay ngã. Ngoài việc xua tan chấp thủ, việc ghi nhận năm uẩn mỗi lần chúng khởi lên sẽ phát triển được minh sát trí rõ ràng vào bản chất vô thường, khổ và vô ngã của chúng.

Ở đây, ‘vào sát na sanh’ có nghĩa là vào lúc thấy hay nghe…và ‘mỗi lần chúng khởi lên’ biểu thị mỗi hành động thấy, nghe…khi nó xảy ra.

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC NGHE

Vào lúc nghe, hiển nhiên phải có tai còn tốt để nghe; có âm thanh có thể nghe rõ và cũng phải có thức biết rằng một âm thanh đã được nghe. Trong thức nghe (nhĩ thức)

này có thọ lạc và khổ khi nghe, có tưởng về âm thanh, có tư (vận dụng ý chí) và tác ý (hướng tâm) đến âm thanh để hoàn tất hành động nghe và chỉ biết rằng một âm thanh đã được nghe. Những người không có cơ hội thực hành chánh niệm, và do đó không có sự hiểu biết về thực tại đúng như thực, chấp thủ vào các hiện tượng (dhamma) nổi bật vào sát-na nghe như Tôi, của tôi, v.v… Chính do khả năng có thể xảy ra của những chấp thủ này, tai và sắc âm thanh được gọi là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā). Thọ lạc hay thọ khổ phát sanh cùng với sự nghe là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā). Tưởng về âm thanh là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā). Vận dụng ý chí để nghe một âm thanh và hướng tâm đến âm thanh là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā). Chỉ biết rằng một âm thanh đã được nghe là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā). Tóm lại: 1. Vào lúc nghe 'tai' và 'âm thanh' là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā). 2. Thọ lạc hay thọ khổ có mặt trong cái nghe là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā).

Mahāsi Sayādaw 177

3. Nhận thức hay ghi nhớ âm thanh là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā). 4. Ý muốn nghe và xoay sự chú ý đến đối tượng là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā). 5. Chỉ biết rằng một đối tượng đã được nghe là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā).

Mỗi lần nghe một âm thanh, ghi nhận 'nghe', 'nghe'…là để giúp hành giả thấy ra năm uẩn danh và sắc đã nói này đúng như thực và sau khi đã nghe một âm thanh, cố gắng giữ ở giai đoạn chỉ có cái nghe và không để bị chấp trước vào nó như Tôi, của tôi, hay thường, lạc, tịnh, v.v…

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC NGỬI

Vào lúc ngửi, rõ ràng phải có mũi, có mùi và thức biết mùi. Trong thức ngửi (tỷ thức) này có thọ lạc và thọ khổ, có sự nhận thức về mùi, có sự vận dụng ý chí để ngửi và để hướng sự chú ý đến đối tượng ngửi và chỉ biết mùi. Không ghi nhận 'ngửi', 'ngửi', mỗi khi ngửi và không thấy hiện tượng ngửi đúng như thực sẽ dẫn đến sự chấp thủ vào nó như Tôi, của tôi…Do sự có thể xảy ra của những chấp thủ này, mũi, mùi, và thức ngửi được gọi là Thủ Uẩn (upādānakkhandhā). Tóm lại:

178 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

1. Vào lúc ngửi 'mũi' và 'mùi' là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā). 2. Thọ lạc hay thọ khổ có mặt trong sự ngửi là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā). 3. Nhận thức hay ghi nhớ mùi là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā). 4. Ý muốn ngửi và xoay sự chú ý đến đối tượng là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā). 5. Chỉ biết mùi là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā).

Mỗi lần ngửi một mùi, ghi nhận ngửi, ngửi là để thấy năm uẩn danh và sắc đúng như chúng thực sự là và sau khi đã ngửi mùi, hãy cố gắng giữ ở giai đoạn chỉ có sự ngửi và không để bị chấp thủ vào nó như Tôi, của tôi, hay như thường, lạc, tịnh, v.v…

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC ĂN

Vào lúc biết vị do ăn, rõ ràng phải có lưỡi, vị và thức biết vị. Trong thức biết vị này có thọ lạc hay thọ khổ về vị, sự nhận thức hay nhớ lại vị, sự vận dụng ý chí và xoay sự

Mahāsi Sayādaw 179

chú ý hướng về đối tượng để hoàn tất công việc ăn và chỉ biết vị. Không ghi nhận 'ăn', 'ăn' và lúc ăn và không thấy hiện tượng ăn đúng như thực sẽ dẫn đến sự chấp thủ vào nó như Tôi, của tôi, v.v...Do sự có thể xảy ra của những chấp thủ này, lưỡi, vị và thức biết vị được gọi là thủ uẩn (upādānakkhandhā). Tóm lại: 1. Vào lúc ăn 'lưỡi' và 'vị' là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā). 2. Thọ lạc hay thọ khổ của vị là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā). 3. Nhận thức hay ghi nhớ vị là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā). 4. vận dụng ý chí để nếm và xoay sự chú ý hướng về đối tượng của sự nếm là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā). 5. Chỉ biết vị là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā)

Trong khi ăn thức ăn, viên một miếng thức ăn trong tay (trong trường hợp ăn bốc, hoặc múc một muỗng thức ăn nếu ăn bằng muỗng), đưa lên (miệng), bỏ vào trong miệng, và nhai thức ăn; tất cả những hành động này liên quan tới sự hay biết cảm giác xúc chạm; tuy nhiên, biết vị trên lưỡi trong khi nhai đồ ăn, là thiệt thức hay thức nếm. Như vậy, ghi

180 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

nhận 'nếm', 'nếm' mỗi khi ăn thức ăn phải được thực hiện để thấy đúng như thực năm uẩn danh và sắc thể hiện vào lúc nếm và cố gắng giữ ở giai đoạn chỉ có sự nếm để không phát sanh sự chấp trước vào nó như Tôi, của tôi, hay thường, lạc, tịnh, v.v...

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC XÚC CHẠM

Xúc giác bao hàm một phạm vi rộng lớn. Khắp toàn thân của một người, bất kỳ chỗ nào thịt và máu còn trong điều kiện tốt, sắc thần kinh thân (kāyapasāda rūpa) hay bề mặt cảm giác, làm phát sanh xúc giác, có mặt. Cả ở trong thân: trong thịt, trong máu, trong các cơ bắp, trong xương lẫn ở ngoài thân: trên da, yếu tố nhạy cảm này lan truyền không chừa một điểm nhỏ nào. Chỗ nào yếu tố nhạy cảm này có mặt, xúc giác có thể cảm giác. Vào lúc xúc chạm, yếu tố nhạy cảm vốn có khả năng nắm bắt thân xúc, nổi bật. Nó hiển hiện như một chỗ va chạm chứ không phải như bất kỳ một hình dạng hay hình thù nào. Cũng vậy, những phần nhạy của tai, mũi, và lưỡi cũng trở nên rõ rệt như những chỗ xúc chạm ở đây khả năng phán đoán về sự nghe, ngửi và nếm được phát triển. Vào lúc va chạm thân xúc cũng nổi bật, nó có thể là một trong ba yếu tố (của tứ đại): đất (pathavī), lửa (tejo), gió (vāyo). Sự cứng, thô, mịn, và mềm mà một người cảm nhận là địa đại (pathavī); cảm giác nóng, hay ấm hoặc lạnh là hoả

Mahāsi Sayādaw 181

đại (tejo); sự đơ cứng, sức ép, hay chuyển động là phong đại (vāyo). Những cảm giác xúc chạm như vậy có thể phát sanh như hệ quả của sự ma-xát giữa những đại chủng khác nhau trong thân; hay do sự tiếp xúc với quần áo, giường chiếu, chỗ ngồi, đất, nước, lửa, gió hay sức nóng của mặt trời, bên ngoài thân. Những va chạm như vậy tạo

ra những xúc giác rất sinh động. Thức biết sự xúc chạm (hay thân thức) bao gồm thọ lạc hay thọ khổ; nhận thức hay tưởng về sự va chạm, sự vận dụng ý chí và hướng tâm để hoàn tất hành động xúc chạm và chỉ biết rằng một sự xúc chạm đã được thiết lập. Trong sự xúc chạm này thọ lạc hay thọ khổ đặc biệt sinh động. Cái đau ở thân là thọ khổ (dukkhavedanā) phát sanh do sự xúc chạm không vừa ý. Vào lúc xúc chạm, nếu không chánh niệm để thấy thực tại đúng như thực, sẽ dẫn đến tình trạng chấp thủ vào những đối tượng nổi bật vào lúc ấy như Tôi, của tôi. Vì lý do đó, chỗ xúc chạm, bề mặt cảm giác (yếu tố nhạy cảm hay thân tịnh sắc), cảm giác của sự xúc chạm (thọ) và biết rằng một sự xúc chạm đã xảy ra, gọi là thủ uẩn (upādānakkhandhā). Tóm lại: 1. Vào lúc xúc chạm, bề mặt cảm giác và sự va chạm của xúc là Sắc Thủ Uẩn (rūpa uppādānakkhandhā). 2. Thọ lạc hay thọ khổ của xúc là Thọ Thủ Uẩn (vedanā upādānakkhandhā). 3. Nhận thức hay ghi nhớ xúc là Tưởng Thủ Uẩn (saññā upādānakkhandhā).

4. Vận dụng ý chí và xoay sự chú ý để hoàn tất hành động xúc chạm là Hành Thủ Uẩn (saṅkhāra upādānakkhandhā). 5. Chỉ biết rằng một xúc đã xảy ra là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa pādānakkhandhā)

Pháp hành ghi nhận các oai nghi như đi, đứng, nằm, ngồi, co, duỗi, cử động, phồng và xẹp, v.v…được thực hiện là để có sự hay biết về các Thủ Uẩn này. Khi ghi nhận các oai nghi hay tư thế của thân, đặc biệt là phong đại (vāyo), yếu tố dễ nhận ra nhất, khiến cho có sự đơ cứng, sức ép và cử động, được thấy đúng như thực, chỉ là một loại sắc (rūpa) không có bất kỳ năng lực nhận thức nào. Tâm hay biết ghi nhận các oai nghi này cũng phải được thấy đúng như thực, chỉ là danh (nāma) nhận thức một đối tượng. Như vậy, mỗi lúc ghi nhận, luôn luôn chỉ có một cặp: sắc (rūpa), đối tượng được ghi nhận, và danh (nāma) tâm ghi nhận. Sau khi nhận thức được sự kiện này một cách chính xác và rõ ràng, trí hiểu biết về nhân và quả sẽ phát sanh. Có oai nghi ‘đi’ bởi vì có ước muốn đi. Lúc đó hành giả hiểu được một cách rõ ràng rằng sắc (rūpa), đối tượng ghi nhận và danh (nāma), tâm hay biết, sanh và diệt, sanh và diệt không ngừng ở từng sát-na ghi nhận, và hành giả cũng nhận thức rõ được những hiện tượng này vô thường, khổ,…và xảy ra theo tính chất tự nhiên của chúng và do đó là vô ngã (anatta). Chính do sự nhận thức

rõ ràng này mà hành giả không còn chấp thủ vào đi, đứng, nằm, ngồi,…như Tôi và của tôi nữa vậy. Đây là cách chấp thủ bị cắt đứt đúng theo lời dạy của Đức Phật trong Kinh Đại Niệm Xứ: “Không còn chấp thủ vào bất cứ điều gì trên thế gian, đó là, thế gian của thân hay năm uẩn”. Như vậy, để được giải thoát khỏi sự chấp thủ, chánh niệm trên thân, thọ, tâm và pháp phải được tu tập. Những cảm giác đau như tê cứng, cảm giác nóng, đau, ngứa ngáy,…, hiển hiện rõ ở vùng va chạm. Không ghi nhận cảm giác đau khi nó xảy ra để thấy đúng bản chất thực của nó sẽ dẫn đến những chấp thủ: Tôi cảm thấy tê cứng, Tôi cảm thấy nóng, Tôi cảm thấy đau, Tôi cảm thấy thế này thế nọ,

v.v...Chính để tránh những chấp thủ này mà việc ghi nhận với chánh niệm cảm giác đau phải được thực hiện để hiểu rõ bản chất thực của nó.Việc quan sát một cách xít xao và liên tục những cảm giác đau sẽ bộc lộ rõ cho thấy những cảm thọ khổ này cứ nối tiếp nhau xuất hiện mới lại không ngừng trong thân. Người hành thiền lúc đó tin chắc rằng những cảm thọ khổ ấy đi vào hiện hữu chỉ trong một sát-na và rồi diệt, do đó chúng có bản chất vô thường, và (hành giả) không còn chấp thủ nó như Tôi, của tôi, hay thường, lạc... nữa.

NĂM THỦ UẨN VÀO LÚC SUY NGHĨ

184 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Những hoạt động của tâm như suy nghĩ, tưởng tượng có phạm vi rất rộng và thường xuyên xảy ra. Trong lúc thức, tâm hầu như hoạt động không ngừng. Ngay cả khi không có những đối tượng khả lạc và khả ái chung quanh, trí tưởng tượng vẫn làm cho chúng xuất hiện như thể đang thực sự hiện hữu. Năm triền cái, tham dục, sân hận, hôn trầm&thuỵ miên, trạo cử&hối quá, và nghi có liên quan đến những hoạt động của tâm hay tâm hành này. Những tư duy hay suy tưởng về tham dục (kāma vitakka, dục tầm), sân hận (vyāpada vitakka, sân tầm) và não hại (vihimsa vitakka, hại tầm) cũng thế.Trừ phi những hoạt động của tâm này được ghi nhận một cách chánh niệm, bằng không chúng có thể bị đồng nhất như là Tự Ngã (atta), một thực thể sống. Vì vậy, việc ghi nhận từng hoạt động của tâm khi nó xảy ra rất quan trọng. Nếu phân tích kỹ, những hoạt động của tâm cũng là Năm Thủ Uẩn (upādānakkhandhā). Suy nghĩ có thể được kèm theo bởi thọ hỷ (somanassa) hay thọ ưu (domanassa); hay suy nghĩ có thể phát sanh cùng với thọ xả (upekkhā vedanā). Nếu không có chánh niệm ghi nhận ba loại thọ này khi chúng phát sinh, chúng có thể bị chấp thủ như "Tôi cảm thấy vui, Tôi cảm thấy khoẻ, Tôi cảm thấy khốn khổ, Tôi cảm thấy thế này, thế nọ...". Do chúng có thể gây ra những chấp thủ như thế, ba loại thọ này được gọi là Thọ Thủ Uẩn (vedanā-upādānakkhandhā). Kế tiếp, saññā hay Tưởng cũng rõ rệt, nó nhận ra đối tượng mà tâm đang chăm chú vào. Tưởng đặc biệt rõ rệt khi đang cố gắng nhớ những sự kiện để nói hay khi đang tính

Mahāsi Sayādaw 185

toán hoặc kiểm tra tài khoản. Liên quan đến Tưởng này, những khái niệm sai lầm có thể phát sanh như 'Tôi nhớ, Tôi có sự ghi nhớ tốt'. Chính vì nó có thể làm phát sanh chấp thủ, nên nó được gọi là Tưởng Thủ Uẩn (saññā-upādānakkhandhā). Vào lúc suy nghĩ hay vận dụng trí tưởng tượng, có Xúc (phassa); Tầm (vitakka): sự khuynh hướng tâm về đối tượng; Tác Ý (manasikāra): gắn chặt sự chú ý trên đối tượng; Tư (cetanā): xúi giục và thúc đẩy, 'Sẽ làm theo cách này, sẽ làmtheo cách nọ'. Vai trò của Cetanā (tư) đặc biệt rõ nét khi, chẳng hạn, một vấn đề quan trọng tình cờ xuất hiện trong tâm vào lúc nửa đêm và nó không thể kéo dài thêm được nữa. Lực thôi thúc của Cetanā (tư): 'Hãy đi ngay bây giờ để nói cho hắn biết' rất nổi bật. Những ý nghĩ bất thiện có tham, sân, si, đi kèm trong khi những ý nghĩ thiện thì vô tham, vô sân, vô si, tín, niệm,...kèm theo, được phân biệt một cách rõ ràng. Những tâm sở Xúc, Tư và Tác ý là những tác

nhân kích động trách nhiệm cho sự sanh khởi của những tư duy (ý tưởng, sự tưởng tượng, khái niệm) tuần tự nối tiếp theo nhau. Chúng cũng đứng đằng sau mọi hoạt động nói năng và chuyển động của thân như đi, đứng, ngồi, nằm, co, duỗi…Nói chung, sự kích động, thôi thúc, thúc đẩy liên quan đến những hoạt đông của thân, khẩu, và ý là Hành (saṇkhāra), yếu tố tạo điều kiện cho một hành động bằng cách nhắc bảo, xui khiến, hay trực tiếp,…Vai trò tạo điều kiện hay làm duyên của Hành (saṇkhāra) này có thể dẫn đến tình trạng bị đồng nhất như một người, một thực thể sống và bám chặt

vào đó như là Tôi. Những ý niệm 'Tôi nghĩ', 'Tôi nói', 'Tôi đi', 'Tôi làm' là sự chấp thủ sai lầm vào yếu tố Hành (saṇkhāra)này. Và một sự chấp thủ như vậy được gọi là chấp thủ vào Ngã Sở Tác (Kāraka atta-), tức chấp có người làm hành động. Do đó, các Hành: Xúc, Tư, Tác Ý…được gọi là Hành Thủ Uẩn (Saṇkhāra-Upādānakkhandhā). Kế tiếp, vào lúc suy nghĩ, hiển nhiên cũng có thức hay biết hành động suy nghĩ. Người Miến xem thức cùng với các tâm sở chỉ là Tâm (citta). Thức (hay biết) hành động suy nghĩ này rất thường bị quan niệm như Linh Hồn, Tự Ngã (atta) vì lý do đó nó cũng được gọi là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā). Ngoài ra, vào lúc suy nghĩ, sắc thân vốn cung cấp căn cứ cho tư duy cũng rõ rệt đến nỗi người không am tường cũng tin rằng chính sắc thân này suy nghĩ. Vì lý do đó, sắc thân vốn cung cấp căn cứ cho tư duy được gọi là Sắc Thủ Uẩn (rūpa upādānakkhandhā). Đối tượng của tư duy có thể là sắc (rūpa), danh (nāma), hoặc chế định (paññatti), tên gọi, khái niệm (quan niệm). Chúng cũng là những đối tượng bị chấp thủ. Cảnh sắc thuộc về Sắc Thủ Uẩn (rūpa upādānakkhandhā). Cảnh danh được sắp dưới bốn loại Danh Thủ Uẩn (nāma upādānakkhandhā). Chế định (paññatti) có thể được bao gồm trong sắc thủ uẩn hay danh thủ uẩn nào nó tương ứng. Chẳng hạn, trong 'Yaṃ picchaṃ na labhati' 'tampi dukkham' 'Không được những gì mình muốn là khổ', thì 'không được những gì mình muốn' không phải là

sắc cũng không phải là danh; mà chỉ là chế định (paññatti). Chú thích trong bộ Chú Giải Mūla Tikā về điểm này nói rằng mong muốn đối với cái không thể đạt được phải được xem là khổ (dukkha). Chúng tôi đã phân tích kỹ về năm thủ uẩn hiển hiện rõ ràng vào lúc suy nghĩ. Để tóm lại: 1. Sắc thân tạo thành căn cứ cho tư duy vào lúc suy nghĩ là Sắc Thủ Uẩn (rūpa upādānakkhandhā) . 2. Thọ lạc hoặc thọ khổ có mặt vào lúc tư duy là Thọ Thủ Uẩn (vedanā-upādānakkhandhā) . 3. Nhận ra hay nhớ lại đối tượng của tư duy là Tưởng Thủ Uẩn (saññā-upādānakkhandhā) . 4. Tâm hành thôi thúc và sự khuynh hướng để hoàn tất hành động suy nghĩ là Hành Thủ Uẩn (Saṇkhāra-Upādānakkhandhā). 5. Chỉ hay biết về sự suy nghĩ là Thức Thủ Uẩn (viññāṇa upādānakkhandhā).

Điều quan trọng là phải nhận ra bản chất thực của tư duy bằng cách chánh niệm về nó mỗi lần suy nghĩ khởi lên. Không ghi nhận nó với chánh niệm, và như vậy cũng không nhận ra bản chất thực của nó sẽ dẫn đến sự chấp thủ vào tư duy như Tôi (tư duy), (tư duy ấy) là của tôi, hay thường, lạc, tịnh,…Phần lớn con người ngày nay hầu như luôn

luôn dính mắc vào những pháp trần (đối tượng của tâm) này. Những chấp thủ như vậy sẽ làm phát sanh những tiến trình tích cực

188 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

của hữu (trở thành hay tái sanh), hợp với câu 'Thủ Duyên Hữu' (upādānapaccayo bhava) của Pháp Duyên Sanh. Và trong mọi trạng thái hiện hữu mới, chờ đợi là già, bệnh, chết và sầu, bi, khổ, ưu, và não. Tuy nhiên, nếu chánh niệm được phát triển trên mỗi sự sanh khởi của tư duy, bản chất vô thường, khổ và vô ngã thực sự của nó sẽ hiển hiện rõ ràng. Và sau khi đã biết được bản chất thực của nó, sự chấp thủ sẽ không phát sanh; chấp thủ không sanh, tiến trình tích cực của hiện hữu mới hay tái sanh sẽ không xảy ra. Khi không có hiện hữu mới, khối khổ tiêu biểu bằng già, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não sẽ được đoạn trừ. Tất nhiên, sự diệt của khổ như kết quả của chánh niệm trên mỗi tư duy khi nó sanh khởi này chỉ là sự diệt tạm thời. Nhưng nếu cứ liên tục thực hành chánh niệm và có được sự diệt tạm thời trên mỗi sát-na ghi nhận, thì vào lúc Thánh Đạo phát sanh, khối khổ ấy sẽ được đoạn trừ hoàn toàn. Vì vậy, trong lúc bận rộn với bài tập ghi nhận sự phồng, xẹp, ngồi, đụng, nếu bất kỳ tư duy hay ý tưởng nào xen vào, nó phải được ghi nhận như 'suy nghĩ, suy nghĩ' hay 'ý tưởng, ý tưởng,'... Những phân tích chi tiết mà chúng tôi vừa trình bày ở trên sẽ chứng minh một cách rõ ràng rằng những gì nổi bật vào lúc thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và suy nghĩ chỉ là năm thủ uẩn. Đối với hàng phàm phu không thực hành bài tập chánh niệm này, vào lúc thấy, chủ thể thấy hiển nhiên là con người thực tế này và đối tượng bên ngoài của sự thấy

Mahāsi Sayādaw 189

hiển nhiên cũng là đàn ông, đàn bà, một con người...Với hiện tượng nghe, ngửi, nếm...cũng cần hiểu theo cách tương tự như vậy. Tuy nhiên, trong thực tế, chỉ có năm thủ uẩn chứ không có một thực thể hay một con người nào. Không có gì hiện hữu ở sáu khoảnh khắc thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và suy nghĩ ngoại trừ tự thân chúng. Chúng chỉ trở nên hiển hiện ở sáu khoảnh khắc này và những gì hiển hiện lúc đó chỉ là năm thủ uẩn.

KHỔ DO NĂM THỦ UẨN

Những nỗi khổ đáng sợ của sanh, già, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não phát sanh là do năm thủ uẩn. Bao lâu năm thủ uẩn này còn hiện hữu, những nỗi khổ đáng sợ ấy sẽ vẫn còn. Do đó, năm thủ uẩn tự thân chúng là khổ. Tóm lại, do có sắc thân (rūpa), những khổ thân và khổ tâm dựa trên sắc phát sanh. Do có tâm biết (nāma), những khổ thân và khổ tâm dựa trên đó, phát sanh. Bởi thế, Danh và Sắc tạo thành năm thủ uẩn là Khổ. Nói cách khác, những nỗi đau đớn không thể chịu đựng được của thân và tâm là những nỗi khổ nội tại Kinh điển Pāli gọi là dukkha-dukkha (khổ-khổ). Đây là những thống khổ mà mọi người đều sợ chúng. Như vậy, thọ khổ (dukkha vedanā), hay thọ thủ uẩn là Khổ Đế đích thực. Những cảm thọ lạc trong thân và tâm chỉ khả ý, khả lạc khi chúng tồn tại, nhưng khi chúng biến diệt, chúng được

190 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

thay thế bằng sự khó chịu, sự không thoả mãn mà điều này dĩ nhiên là Khổ. Loại khổ được gọi là Hoại Khổ (vipariṇāma dukkha) này xảy ra do sự thay đổi, chuyển đổi từ một trạng thái hay điều kiện dễ chịu sang một điều kiện khác tồi tệ hơn. Đối với các bậc Thánh, những cảm thọ lạc giống như yêu nữ, làm cho người ta say mê với nhan sắc của nó và biến thành điên loạn. Đối với các vị, những cảm thọ lạc cũng là những thủ uẩn đáng sợ và tạo thành Khổ Đế thực sự. Đồng thời, những cảm thọ lạc cũng vô thường và đòi hỏi phải nỗ lực tạo điều kiện liên tục để duy trì hiện trạng ấy. Điều này dĩ nhiên là phiền phức và do đó đối với bậc trí nó là cái khổ thực sự. Đối với thọ xả (upekkhā vedanā), và các Thủ Uẩn còn lại — Tưởng, Hành, Thức, và Sắc cũng luôn luôn nằm trong trạng thái tạm bợ và trôi chảy không ngừng, do đó đối với các bậc Thánh chúng cũng thực sự đáng sợ. Mặc dù phải dựa vào các Thủ Uẩn vô thường để sống và chờ chết nhưng nó thật nguy hiểm giống như đang sống trong căn nhà có những dấu hiệu đổ sụp bất cứ lúc nào vậy. Bản chất tạm bợ của các Thủ Uẩn đòi hỏi phải nỗ lực không ngừng để tạo điều kiện cho sự duy trì hiện trạng của chúng. Hành Khổ (Saṅkhāra Dukkha), cái khổ do phải làm công việc tạo điều kiện không ngừng, này cũng đáng sợ. Do đó, đối với các Bậc Thánh, không chỉ những thọ lạc hay thọ bất lạc mà các thủ uẩn còn lại cũng là Khổ Đế.

Mahāsi Sayādaw 191

Vì tất cả năm thủ uẩn đều được các Bậc Thánh xem như cái khổ thực sự khủng khiếp, nên khi kết luận sự định nghĩa về Khổ Đế, Đức Thế Tôn đã nói, “Tóm lại, năm thủ uẩn, hay gọi cách khác: Danh và Sắc, vốn có thể gây ra những chấp thủ như Tôi, của tôi, hay thường, lạc, ngã chỉ là Khổ”.

THỦ VÀ THỦ UẨN

Bây giờ chúng tôi sẽ mô tả sự khác nhau giữa Thủ (upādāna) và Thủ Uẩn (upādānakkhandhā). Upādāna hay thủ có nghĩa là bám chặt hay nắm chặt lấy một cái gì, có bốn loại thủ: 1. Kāmupādāna (dục thủ): Bám chặt vào các dục vọng. Nó chính là sự chấp thủ do ái dục sanh. 2. Diṭṭhupādāna (kiến thủ): Bám chặt vào những tà kiến. Đó là sự chấp thủ vào quan niệm cho rằng không có nghiệp và quả của nghiệp, không có đời sau, không có Đức Phật Toàn Giác, không có các bậc Thánh A-la-hán. Tất cả những tà kiến khác, ngoại trừ Giới Cấm Thủ Kiến (Sīlabbata parāmāsa diṭṭhi) và Ngã Kiến (Attādiṭṭhi), đều nằm trong Kiến Thủ (Diṭṭhupādāna) này. 3. Sīlabbatupādāna (Giới Cấm Thủ), chấp giữ vào những lễ nghi, tín điều, giáo điều. Giới cấm thủ ở đây cần phải hiểu là sự thực hành một hình thức lễ nghi, tín điều nào đó không liên quan đến sự hiểu

192 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

biết về Tứ Thánh Đế cũng không liên quan đến việc tu tập Bát Thánh Đạo, và với niềm tin cho rằng chúng sẽ đưa đến sự giải thoát khỏi luân hồi khổ, và dẫn đến sự an tịnh vĩnh hằng, thoát khỏi già, bệnh và chết. Đây là một loại tà kiến (micchādiṭṭhi), chấp cái sai cho là đúng. 4. Attavādupādāna (Ngã Luận Thủ), chấp giữ luận thuyết cho rằng có linh hồn hay tự ngã. Nó là sự chấp thủ vào niềm tin nơi một linh hồn, cái tôi, một thực

thể sống. Kiến chấp này cũng đồng như thân kiến (sakāyadiṭṭhi) và ngã kiến (attadiṭṭhi).

Trong bốn loại thủ này, dục thủ là dính mắc vào các dục vọng, ái dục. Ba thủ còn lại là các loại tà kiến khác nhau. Do đó chúng ta có thể tóm lại là chỉ có hai loại thủ, upādāna, tà kiến và ái dục. Trong hai loại thủ này, một phát sanh từ ước muốn hưởng thụ các dục lạc và một do các tà kiến. Những đối tượng của chấp thủ bao gồm các danh uẩn và sắc uẩn, và vì lẽ chúng có thể gây ra những chấp thủ vào đó như Tôi, của tôi, nên được gọi là thủ uẩn (upādānakkhandhā). Sự chấp thủ xem đó như 'Tôi' là ngã kiến (attadiṭṭhi), nó mở đường cho hai tà kiến còn lại. Khi chấp thủ xuất phát từ ái dục, những đối tượng của nó thậm chí có thể không thuộc về bản thân người ấy, song bị chấp thủ vào đó như thể chúng là của họ. Kinh Điển Pāḷi mô tả lòng mong muốn này

dẫn đến sở hữu thủ như thế nào bằng những từ: "etaṃ mama" (cái này là của tôi). Các uẩn Danh và Sắc có thể gây ra sự chấp thủ do lầm tin là tự ngã, thực thể sống, hay sở hữu của tôi được gọi là Thủ Uẩn. Trong khi các danh uẩn không làm phát sanh chấp thủ do ái dục hay tà kiến thì chỉ gọi là các uẩn (khandhas), không phải thủ uẩn. Những danh uẩn ấy là thọ, tưởng, hành và thức siêu thế thuộc bốn Đạo và bốn Quả. Chúng chỉ tạo thành Thọ Uẩn, Tưởng Uẩn, Hành Uẩn và Thức Uẩn nên không được xếp vào các Thủ Uẩn. Các loại sắc, thọ, tưởng, hành và thức hiệp thế mà chúng tôi đã đề cập nhiều lần ở trên là các uẩn vốn kích động sự chấp thủ nên được gọi là thủ uẩn. Các danh uẩn và sắc uẩn hiệp thế là sắc, tâm và các tâm sở dục giới thể hiện ở sáu cửa giác quan đối với một người không có những thiền chứng mỗi lần họ thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và suy nghĩ. Đối với một người có những thiền chứng, các tâm thiền sắc giới và vô sắc giới (rūpavacara và arūpavacara jhāna cittas) cũng thể hiện tại ý môn ngoài các uẩn kể trên. Cả năm thủ uẩn này đều là Khổ Đế tạo thành những đối tượng thích hợp cho thiền minh sát. Về sau Đức Thế Tôn đã mô tả chúng như các pháp (dhammas) cần phải được tuệ tri (hiểu một cách chính xác và đúng đắn) bằng minh sát trí, và đạo trí. Trong phần ba của bài giảng này chúng tôi đã định nghĩa Chánh Kiến Đạo như trí (hiểu

biết) về khổ đế, đó là, trí phát sinh do quán năm thủ uẩn này vậy. Ở đây cần nhấn mạnh thêm rằng các danh và sắc thủ uẩn này phải được tự thân mỗi người hiểu rõ như khổ đế thực sự bằng cách thấy rõ tính chất sanh, diệt, vô thường, bất toại nguyện, vô ngã của chúng qua sự quan sát một cách chánh niệm sắc thủ uẩn (mắt và cảnh sắc, tai và âm thanh, v.v...) và danh thủ uẩn (nhãn thức, nhĩ thức, v.v...) khi chúng tự thể hiện ở sáu căn môn mỗi lần thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm và suy nghĩ. Chúng tôi thật hài lòng khi thấy rằng một số hành giả ở trung tâm thiền (Mahāsi) này đã thấy được thực tại đúng như thực nhờ thực hành chánh niệm hợp với tinh thần Tứ Niệm Xứ, đó là, ghi nhận từng thể hiện (của danh sắc) khi nó xảy ra ở sáu cửa giác quan. Họ nên tự mừng cho mình là đã biết được Pháp như Đức Thế Tôn đã dạy: "Tóm lại, năm thủ uẩn là khổ" và nên cố gắng một cách tích cực hơn nữa để đạt đến tri kiến hoàn thiện. Để tóm tắt,

chúng tôi sẽ duyệt lại 12 loại Khổ Đế để giúp cho trí nhớ của quý vị: 1. Sanh là khổ. 2. Già là khổ. 3. Chết là khổ. 4. Sầu là khổ. 5. Bi là khổ. 6. Khổ thân là khổ. 7. Khổ tâm hay ưu là khổ.

Mahāsi Sayādaw 195

8. Não là khổ. 9. Gần người đáng ghét là khổ. 10. Xa người yêu mến là khổ. 11. Mong muốn thoát khỏi già, bệnh, chết và các loại khổ khác nhưng không thực hành Bát Thánh Đạo, mongmuốnđóthực là vô ích vì nó sẽ không bao giờ thành tựu. Như vậy mong muốn đạt được những gì không thể đạt được cũng là khổ. Khao khát những gì không thể đạt được trong thế gian này cũng là khổ. 12. Tóm lại, mười một loại khổ đã mô tả ở trên, và năm uẩn vốn khích động những chấp thủ như Tôi, của tôi, thực sự là Khổ Đế.

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN PHẦN V

196 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Ở phần trước chúng tôi đã đề cập đến sự giải thích về
Khổ Đế. Phần này chúng tôi sẽ tiếp tục với sự giải thích về
Tập Đế hay sự thực về nguồn gốc của khổ. Trước tiên chúng tôi sẽ điểm lại những đầu đề của Tứ Thánh Đế:

1. Khổ Đế (Dukkha Saccā).
2. Tập Đế (Samudaya Saccā).
3. Diệt Đế (Nirodha Saccā).
4. Đạo Đế (Magga Saccā).

Như đã giải thích ở trên, sau khi định nghĩa về Khổ Đế mà Ngài đã tự thân khám phá bằng trí tuệ thể nhập, Đức Thế Tôn tiếp tục đưa ra sự định nghĩa về Tập Đế hay sự thực về nguồn gốc của khổ.

TẬP ĐẾ (SAMUDAYA SACCĀ)

Idaṃ kho pana, Bhikkhave, dukkha-samudayo ariya saccaṃ: Yāyaṃ taṇhā ponobhavikā nandīrāsahagatā tatra tatrābhinandinī seyathidaṃ, kāmataṇhā, bhavataṇhā, vibhavataṇhā.

‘Này các Tỳ-kheo, đây là Thánh đế về Khổ tập (nguồn gốc của khổ) mà các Bậc Thánh nên biết: Đó chính là ái này đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Ái này là gì ? Ái có ba loại, đó là dục ái (kāma taṇhā), mong muốn hưởng thụ các dục lạc; hữu ái (bhava taṇhā), khát khao sự hiện hữu vĩnh hằng; và phi hữu ái

Mahāsi Sayādaw 197

(vibhava taṇhā), khát khao sự không hiện hữu, hay tin rằng không còn gì sau khi chết. Ba loại ái này là sự thực về nguồn gốc của khổ hay Tập Đế.’ Như vậy, sự thực về nguồn gốc của khổ tuyên bố rằng ái là duyên động lực trách nhiệm cho tất cả các loại khổ đã giải thích, từ cái khổ của tái sanh cho đến cái khổ của năm thủ uẩn. Để diệt khổ, điều

chính yếu là phải biết nhân sanh của khổ. Nó cũng giống như phải làm một cuộc chẩn đoán để biết nguyên nhân của bệnh, nhờ đó mới có thể chữa được bệnh. Đức Thế Tôn đã tự thân thể nhập sự thực về nguyên nhân của khổ này và nhờ vậy đoạn trừ hoàn toàn khổ bằng cách loại trừ nhân của nó. Tập Đế (samudaya saccā) hay nguyên nhân của khổ chỉ là tham ái (taṇhā), sự khát khao, thèm muốn các dục trần. Tham ái đối với các dục trần làm phát sanh sự hiện hữu mới hay nói cách khác là dẫn đến tái sanh (ponobbhavikā (pono-=puna),, tái sanh). Bao lâu người ta còn nằm trong sự kềm kẹp của Tham Ái này, tái sanh sẽ mãi liên tục xảy ra. Vấn đề tái sanh xảy ra như thế nào chúng ta sẽ bàn luận ở một phần sau. Ái này đi tìm lạc thú trong các dục trần và chấp thủ chúng. Nó thích thú với những dục trần dường như khả lạc và thậm chí, giống như chất dầu hay thuốc nhuộm bám dính trên bất cứ bề mặt nào nó tiếp xúc, tham ái cũng bám vào các dục trần ấy một cách dai dẳng. Ái này đi tìm vị ngọt lúc chỗ này, lúc chỗ kia. Không bao giờ có sự nhàm chán hay buồn tẻ trong sự theo đuổi lạc thú. Bất kỳ

dục trần dường như khả lạc nào, dù xuất hiện ở đâu, cũng đều đem lại sự thích thú. Trong cõi người, cuộc sống của giai cấp xã hội thấp kém có thể chẳng có gì hấp dẫn và thích thú đối với những người ở địa vị cao hơn. Tuy nhiên chúng ta có thể thấy những người, không may sanh vào những hoàn cảnh nghèo hèn, nhưng bất chấp cuộc sống của họ có là như thế nào, họ cũng vẫn thích hưởng thụ. Cũng vậy, đối với con người, đời sống thú vật được xem là không khả ái, ghê tởm và khủng khiếp. Mang vào tấm thân của một con rắn hay một loại côn trùng nào đó thật là một ý nghĩ kinh tởm đối với con người. Tuy vậy, nếu chẳng may sự tái sanh xảy ra trong cõi súc sanh, người ta vẫn hài lòng với tấm thân của mình và tìm thấy niềm vui trong cuộc sống của nó. Đó là vì bản chất của tham ái là đi tìm vị ngọt trong mọi hiện hữu, trong mọi dục trần, bất kể tái sanh ở nơi đâu vậy. Do đó Đức Thế Tôn đã mô tả Tham Ái (taṇhā) như đi tìm lạc thú lúc chỗ này, lúc chỗ kia, trong mọi hiện hữu, trong mọi dục trần. Điều này được minh hoạ rõ qua những câu chuyện của vua Sampeya Nāga và Hoàng Hậu Upari.

CHUYỆN ĐỨC VUA SAMPEYA NĀGA

Trong một tiền kiếp, Bồ Tát sanh trong một gia đình nghèo ở vùng phụ cận sông Sampa. Ghen tị với cuộc sống vui thú mà Đức Vua Sampeya Nāga hưởng thụ, Đức Bồ Tát đã cố gắng thực hiện các thiện nghiệp bố thí, trì giới. Do kết quả của việc làm ấy, sau khi thân hoại mạng chung, Đức Bồ Tát tái sanh vào cõi Rồng (Nāga), và thấy mình ngự trên ngai vua Rồng Sampeya (Sampeya Nāga), trong hình dáng của một Long Tượng (Nāga). Ở đây cần hiểu Nāga hay rồng cũng chỉ là một loài rắn. Từ cõi người tái sanh làm rồng thật là một điều kinh tởm và đáng sợ. Đức Bồ Tát, nhìn vào hình dạng mới mẻ và kinh khủng của mình, tự nghĩ: “Do kết quả của những thiện nghiệp bố thí và giữ giới, lẽ ra ta có thể tái sanh vào một trong sáu cõi trời dục giới. Nhưng do ta đã mong ước những lạc thú của Long vương, nên ta phải tái sanh vào thế giới của loài bò

sát này. Ôi ! thà chết còn sướng hơn là sống kiếp sống của một long tượng như thế này. ”, và thậm chí ngài còn đùa với ý nghĩ tự tử. Trong khi ấy một long nữ trẻ có tên Sumana ra hiệu cho các long nữ khác mở màn cuộc chiêu đãi vị tân vương của họ. Các tiểu long nữ, mang dáng dấp của các nàng thiên nữ xinh đẹp bắt đầu ca, múa và đánh lên đủ loại nhạc khí. Nhìn thấy các thiên nữ xinh đẹp chiêu đãi mình bằng những bài ca điệu múa và âm nhạc mê hồn ấy, vua Sampeya Nāga tưởng tượng Long cung của mình cũng đâu khác cung điện của các vị thiên vương và cảm thấy rất hài lòng. Ngài cũng

biến dạng thành một vị chư thiên và hoà cùng các nàng Long nữ trong cuộc truy hoan đầy vui thú ấy. Tuy nhiên, là một vị Bồ Tát, ngài dễ dàng trở lại với ý thức thực tại, và quyết định tái sanh trở lại làm người để có thể bồi bổ thêm các Ba-la-mật, như bố thí, trì giới… của mình. Để theo đuổi quyết định này, vua Sampeya sau đó trở lại cõi người và ẩn tu trong rừng, giữ giới hạnh trong sạch. Điểm chúng tôi muốn nhấn mạnh trong câu chuyện Long Vương Sampeya này là theo quan niệm nhân gian, thân của loài bò sát là cái gì đó thật khủng khiếp và đáng ghê tởm. Ở giai đoạn đầu của kiếp sống loài Rồng (Nāga), đức Bồ Tát cũng nhìn kiếp sống mới của mình với sự kinh tởm và khiếp sợ; nhưng rồi cảnh những Long nữ hấp dẫn đã tạo ra một sự thay đổi trong cách nhìn của ngài, và cách nhìn này đã làm cho ngài mê đắm, thích thú trong kiếp sống làm Rồng ấy, coi đó như gia đình của mình. Chính tham ái đi tìm lạc thú lúc chỗ này, lúc chỗ kia, bất luận chỗ nào sự tái sanh xảy ra đã khiến đức Bồ Tát chấp nhận hưởng thụ kiếp sống làm Rồng sau sự ghê tởm ban đầu. Tất nhiên trong đó cũng có ước nguyện mà khi còn là một người đàn ông nghèo khổ trong cõi nhân loại ngài đã nguyện được hưởng cuộc sống đầy lạc thú của một vị Long vương. Ước nguyện hay tham ái này đã đưa ngài vào cõi của loài Rồng, hợp với những lời dạy của Đức Thế Tôn, “Ponobhavikā…làm phát sanh hiện hữu mới.”

CÂU CHUYỆN CỦA HOÀNG HẬU UPARI

Hoàng Hậu Upari từng là chánh cung hoàng hậu của vua Assaka một thời cai trị xứ Kāsi. Hoàng hậu được nói là người rất đẹp. Các vị vua thuở xưa thường chọn những cô gái đẹp nhất trong nước để làm hoàng hậu. Vì thế cho nên, tất cả những hoàng hậu của vua đều là những người có sắc đẹp quyến rũ và đáng yêu. Hoàng hậu Upari được xem là nổi bật nhất trong số đó bởi vì sắc đẹp tuyệt trần và sức quyến rũ của nàng. Bị mê đắm bởi vẻ đẹp quyến rũ ấy, Vua Assaka đã mất hết cả dũng khí vì nàng. Dù được đấng quân vương hết lòng sủng ái và trong lúc vẻ duyên dáng cũng như nhan sắc hãy còn xuân thì, Hoàng Hậu đã sớm về chầu tiên cảnh. Ở đây, về chầu tiên cảnh (to go to the abode of the celestial beings, hay went to the gods’ abode) là một cách dùng của người Miến có tính cách văn hoá để biểu thị cái chết của một người trong hoàng tộc. Cũng như, ‘bay về’ có nghĩa là sự qua đời của một nhà sư, chỉ là cách dùng văn hoa mà thôi. Một người chết thường tái sanh trong một hiện hữu nào đó theo nghiệp của mình. Như

trong trường hợp này, Hoàng Hậu Upari, mặc dù nói theo cách hoa mỹ là đã 'về chầu tiên cảnh', nhưng thực ra nàng đã tái sanh vào cõi của các con bọ hung thấp kém. Với cái chết của hoàng hậu yêu mến, Vua Assaka bị thiêu đốt mãnh liệt bởi ngọn lửa sầu bi. Ông cho người mang xác hoàng hậu ướp dầu, đặt trong một cỗ quan tài kiếng và giữ nó dưới gầm giường của ông. Do sầu ưu áp đảo, vua nằm

liệt giường không ăn không ngủ, tối ngày than khóc cái chết của hoàng hậu. Hoàng thân quốc thích, và các quan lại trong triều cố gắng an ủi và nhắc cho ngài nhớ bản chất vô thường, hữu vi của kiếp sống, song tất cả đều vô ích. Xác hoàng hậu trong quan tài, nhờ ướp dầu, giữ được lâu dài giống như những xác ướp bằng các loại hoá chất trong thời hiện đại. Do đó, đối với đức vua hoàng hậu có vẻ như đang nằm ngủ trong quan tài mà thôi. Hình ảnh xác ch t ế

biết và có thể chỉ cho ngài thấy kiếp sống hiện tại của hoàng hậu quá cố. Đến gặp vị ấy thật là một điều đáng làm lúc này." Nghe nói vị đạo sĩ có thể chỉ cho mình biết kiếp sống hiện tại của hoàng hậu, ngay lập tức đức vua cho thắng xe đi đến vườn thượng uyển. Đến nơi, vua đảnh lễ vị đạo sĩ và nói: "Kính bạch đạo sĩ, có thực ngài khẳng định rằng ngài biết kiếp sống hiện tại của hoàng hậu Upari không?" Khi nghe vị đạo sĩ thừa nhận lời khẳng định của mình, đức vua muốn biết hiện giờ hoàng hậu tái sanh về đâu. "Tâu đại vương, sinh tiền hoàng hậu chỉ biết ham thích vẻ đẹp bề ngoài của mình và rất dương dương tự đắc về nó. Bà đã dành hết thì giờ cho việc trang điểm để làm cho mình hấp dẫn và quyến rũ hơn, quên hết cả việc thực hiện những nghiệp công đức như bố thí, giữ giới. Hậu quả là bà đã chuyển sang một kiếp sống thấp hèn. Hiện giờ hoàng hậu đã tái sanh làm một con bọ hung cái ngay trong vườn thượng uyển này", vị đạo sĩ kể lại toàn bộ câu chuyện một cách rất chân thành. Phàm những người, nhờ thiện nghiệp, được hưởng những đặc ân như giàu sang, danh gia, giáo dục, địa vị, đẹp người, v.v...thường hay tỏ ra kiêu kỳ với những người khác. Bị tính kiêu căng và tự phụ hão huyền này bao phủ, họ trở nên dễ duôi không thực hiện những việc làm công đức. Sự khiêm tốn không giữ một vai trò nào trong phẩm cách của họ. Trong Kinh Tiểu Nghiệp Phân Biệt (Cūḷakammavibhaṅga)

Đức Thế Tôn dạy rằng những người kiêu căng, ngạo mạn như vậy rất có thể phải đi tới những nơi tái sanh hạ liệt sau khi chết. Ngược lại, những người không tự phụ, luôn luôn tỏ ra khiêm tốn và kính lễ các bậc đáng kính lễ sẽ được tái sanh trong những gia đình cao quý. Hoàng hậu Upari trong câu chuyện này cực kỳ xinh đẹp và là chánh cung hoàng hậu của một vị quân vương có địa vị rất cao trong cuộc sống. Những tính chất nổi bật này làm cho nàng say sưa và khinh thường những người mà lẽ ra nàng phải tỏ ra tôn kính. Do thái độ và hành nghiệp bất thiện ấy, đoán chừng nàng đã phải tái sanh làm một con bọ hung cái thấp hèn là điều có thể xảy ra. Khi nghe vị đạo sĩ giải thích về sự tái sanh của hoàng hậu như một con bọ hung cái như vậy, Vua Assaka lập tức bác

bỏ nó, ngài nói rằng “Trẫm không tin điều đó!” Vị đạo sĩ trả lời, “Bần đạo không những có thể chỉ cho Đại Vương thấy con bọ hung cái ấy mà còn bắt được nó nói chuyện nữa.” Đức Vua nói: “Được rồi. Khanh hãy làm điều đó và khiến cho cô ta nói chuyện đi.” Vị đạo sĩ dùng năng lực thần thông của mình và chú nguyện cho hai con bọ hung xuất hiện trước mặt đức vua. Khi con bọ hung đực và con bọ hung cái chui ra khỏi đống phân và xuất hiện trước mặt đức vua, vị đạo sĩ nói, “Tâu Đại Vương, con bọ hung cái đang đi phía sau ấy chính là chánh cung hoàng hậu Upari của ngài. Sau khi từ bỏ ngài, cô nàng giờ đây lẽo đẽo theo con bọ hung đực bất cứ

chỗ nào nó đi tới. Đại vương hãy nhìn kỹ con bọ hung cái mà mới đây là Upari, chánh cung hoàng hậu của ngài xem.” Đức vua không tin vị đạo sĩ: “Trẫm không thể nào tin rằng một con người thông minh như hoàng hậu Upari lại phải tái sanh làm con bọ hung cái này được.”, vua nói. Thực sự, đối với những người không tin hoàn toàn vào luật nhân quả (tức không tin nghiệp và quả của nghiệp), những người không hiểu lý duyên sinh, như đã giải thích trong Paṭiccasamuppāda (Pháp Duyên Sanh hay Thập Nhị Nhân Duyên), sẽ khó mà có thể chấp nhận được sự kiện từ một con người lại phải hạ sanh thấp đến mức thành một con bọ hung như vậy. Ngay cả ngày nay, khi giáo pháp của Đức Phật được truyền bá rộng rãi khắp mọi nơi, cũng có những người chấp giữ quan niệm cho rằng “Khi con người chết, họ không thể tái sanh vào một cõi thấp hơn cõi người được.” Vì thế, vào thời kỳ đen tối, khi giáo pháp của Đức Phật vẫn chưa ai được nghe đến, những câu chuyện tái sanh như thế này được người ta chấp nhận với sự hoài nghi là việc bình thường không có gì đáng ngạc nhiên cả. Tuy nhiên, theo lời dạy của Đức Phật, bao lâu một người chưa đạt đến địa vị Thánh nhân, họ vẫn có thể, từ cõi người hay cõi trời, đi xuống bốn trạng thái hiện hữu thấp hơn. Do một nghiệp bất thiện, và phản ứng của tâm ngay trước lúc chết làm duyên, sự tái sanh có thể xảy ra nơi một trong các cõi thấp, đó là bốn ác đạo: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và A-tu-la. Ngược lại, do một thiện nghiệp và thái độ

của tâm ngay ngưỡng cửa tử, một chúng sanh có thể từ cõi thấp đi lên các cõi cao hơn, như cõi người hoặc cõi chư thiên. Có câu chuyện kể về một vị Tỳ-kheo tên Tissa, do khởi tâm luyến ái đối với tấm y vàng mới nhận trước khi chết, đã tái sanh làm con rệp ngay trong tấm y này. Một câu chuyện khác kể về con ếch thọ tử khi đang nghe Đức Phật thuyết pháp. Con ếch chết và tái sanh làm một vị chư thiên trong cõi trời Tam Thập Tam Thiên. Đây là những ví dụ có thể xem như những bằng chứng hiển nhiên của sự biến đổi (thân tướng) vào lúc tái sanh. Nhưng đức Vua Assaka, do không được nghe những câu chuyện như thế này, nên đã không thể chấp nhận việc hoàng hậu yêu quý của mình trở thành một con bọ hung cái. Vị đạo sĩ lúc đó đề nghị rằng ông sẽ làm cho con bọ hung cái nói chuyện. Đức Vua chấp thuận đề nghị ấy. Vị đạo sĩ liền dùng năng lực thần thông của mình chú nguyện, tạo ra cuộc đối thoại giữa ông và con bọ hung cái mà đức vua và thính chúng có thể hiểu được. “Ngươi là ai trong kiếp trước ?”, vị đạo sĩ hỏi. “Con là chánh cung hoàng hậu Upari của đức vua Assaka”, con bọ hung

trả lời. “Thế bây giờ, này bọ hung, ngươi có còn yêu đức vua Assaka, hay ngươi chỉ yêu con bọ hung đực này ?” Trước câu hỏi ấy, con bọ hung cái trả lời: “Thực sự, vua Assaka là chồng của con trong kiếp trước thật. Lúc đó,

Mahāsi Sayādaw 207

con thường dạo chơi quanh vườn thượng uyển nay cùng với đức vua để thọ hưởng năm thứ dục lạc. Nhưng, bây giờ, con đã ở trong một hiện hữu mới, con không còn liên quan gì với đức vua Assaka nữa.” Bản dịch của chú giải về câu trả lời của con bọ hung cái này như sau: “Trong kiếp hiện tại này, có thể con còn muốn giết đức vua Assaka để lấy máu của ông ta rửa chân cho con bọ hung, là chồng yêu quý của con hiện nay nữa”. Cách giải thích này của chú giải làm cho câu trả lời của con bọ hung cái nghe có vẻ quá nhẫn tâm và vô cảm, nhưng vì cô nàng đang nói chuyện trước mặt con bọ hung đực, người chồng yêu quý của cô hiện tại, lẽ tự nhiên là cô muốn làm vui lòng chồng mình vậy. Trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta có thể dễ dàng bắt gặp rất nhiều những trường hợp ghẻ lạnh rõ rệt như vậy giữa những cặp vợ chồng cũ, chia tay nhau không phải do chết mà do trong cuộc sống không hợp nhau…Do đó những bình luận của chú giải là hoàn toàn hợp lý. Jātaka (Chuyện Tiền Thân), thuộc văn hệ Pāḷi thì diễn tả câu trả lời của con bọ hung cái như vầy: “Bạch ngài (đạo sĩ), con là người đã từng yêu thương đức vua Assaka và thường dạo chơi cùng đức vua trong khu vườn này, người cũng rất yêu thương con và là chồng của con lúc đó. Nhưng bây giờ, niềm vui và những lo toan của kiếp sống mới hiện tại đã che mờ niềm vui và những lo toan của kiếp sống cũ. Niềm vui và những lo toan mới vượt qua niềm vui và những

208 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

lo toan cũ, con yêu người chồng hiện tại của con là con bọ hung đực này hơn con đã yêu đức vua Assaka.” Giải thích của chú giải về những từ “yêu thương hơn” gây thích thú cho người đọc. Chú giải nói ‘yêu thương hơn’ có nghĩa là ‘yêu một trăm lần hơn, hay yêu một ngàn lần hơn’, chỉ ra sức mãnh liệt của tình yêu thiên về người chồng mới. Đức vua Assaka vô cùng đau khổ khi nghe những lời ghẻ lạnh nhẫn tâm và vô cảm từ đôi môi của con bọ hung cái. Ngài thầm nghĩ: “Ta đã yêu thương và quý mến nàng quá nhiều đến nỗi ta không thể tự mình quăng bỏ cái xác của nàng đi. Nhưng nàng đã trở nên ác cảm và kinh tởm đối với ta.” Đức vua giờ đây cảm thấy chán ghét hoàng hậu Upari đến mức, trong lúc đang ngồi tại chỗ ấy, vua đã ra lệnh: “Hãy đi và thủ tiêu cái xác của người đàn bà ấy cho ta.” Rồi sau khi đã tắm rửa sạch sẽ, đức vua quay trở về cung điện. Ngài tấn phong một nữ nhân khác trong triều làm chánh cung hoàng hậu và tiếp tục cai trị đất nước một cách anh minh. Còn vị đạo sĩ, đức Bồ-tát, sau khi ban cho vua những lời khuyên hữu ích, cũng quay trở về nơi ẩn cư của mình ở Himalaya. Bài học từ câu chuyện này là: hoàng hậu Upari, khi ở cõi người, vui thú trong tính cách làm một con người và làm hoàng hậu lúc đó. Nàng chưa bao giờ, thậm chí cả trong giấc mơ, nghĩ là mình sẽ bị tái sanh làm một con bọ hung cái.

Mahāsi Sayādaw 209

Nhưng bất ngờ khi tái sanh làm một con bọ hung cái, phù hợp với nghiệp quá khứ của nàng, lập tức nàng chấp nhận cuộc sống và vui thú trong thân tướng của một con bọ hung. Nàng xem trọng và yêu thích thân hình của con bọ hung đực một trăm lần, một ngàn lần nhiều hơn thân hình của đức vua Assaka. Việc cô cảm thấy hoàn toàn tự nhiên trong kiếp sống thấp hèn của mình như một con bọ hung là do Tham Ái (taṅhā), vốn đi tìm sự thích thú ở khắp mọi nơi; đó là lý do tại sao Đức Phật lại nói, "Tatra tatrābhinandinī - Tham ái (taṅhā) có khuynh hướng thích thú bất cứ chỗ nào nó tìm được sự tái sanh. Tái sanh làm chó, nó vui thú trong kiếp sống của một con chó; tái sanh làm heo, làm gà hay bất cứ làm một chúng sanh nào, cũng đều có sự thích thú trong mỗi kiếp sống ấy. Ngay cả khi đã được sanh ra làm con của một gia đình giàu có thuộc tầng lớp thượng lưu, cũng có những trường hợp những đứa con này sau đó lâm vào cảnh nghèo khổ nhưng chúng vẫn vui hưởng cuộc sống nghèo khổ của chúng ở đó. Thậm chí có đứa còn kháng cự lại những cố gắng của cha mẹ nhằm đưa chúng trở lại nếp sống của gia đình, bởi vì chúng đã tìm thấy niềm vui trong cuộc sống mới, dù nghèo khổ, của chúng. Chính tham ái đã cho chúng sự vui thú dù là ở đâu vậy.

TÁI SANH XẢY RA NHƯ THẾ NÀO

210 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Bây giờ chúng tôi sẽ bàn về 'ponobhavika' — khuynh hướng làm phát sanh những hiện hữu mới hay nói khác hơn là khuynh hướng dẫn đến Tái Sanh. Vì lẽ Ái (taṇhā) có trạng thái tự nhiên là ham thích và dính mắc, một chúng sanh tìm thấy sự thích thú ở bất kỳ kiếp sống nào nó sanh ra và hưởng thụ bất kỳ đối tượng giác quan nào xuất hiện. Bởi vì nó nhận thấy kiếp sống của nó thật thú vị và khả ái, nên bắt đầu có sự ước muốn cho kiếp sống ấy được trường cửu, vững bền và những đối tượng khả lạc được kéo dài mãi mãi. Trong cố gắng để duy trì chúng đúng như ước nguyện, các tâm hành bắt đầu hoạt động. Những Nghiệp (kamma) hay tâm hành này, có thể là thiện hoặc bất thiện, là nhân cho tái sanh trong những hiện hữu mới.

Như vậy, khi một người sắp chết, một trong ba hiện tượng này có thể xuất hiện trước con mắt tâm của họ, đó là 1. Nghiệp (kamma): nghiệp thiện hay bất thiện; 2. Nghiệp tướng (kamma-nimitta): biểu tượng của nghiệp, có thể là cảnh sắc hoặc âm thanh, mùi, vị, sự xúc chạm hay ý niệm có được vào lúc phạm nghiệp ấy; 3. Thú tướng (gati-nimitta): đây là dấu hiệu của số phận, dấu hiệu về kiếp sống kế tiếp nơi đây người ấy sẽ đi đến để mở ra một kiếp sống mới do kết quả của nghiệp đã tạo. Nghiệp, nghiệp tướng, hay thú tướng xuất hiện đối với người sắp chết được bám chặt bởi năng lực tham ái và không thể nào xua tan khỏi tâm trí người ấy.

Mahāsi Sayādaw 211

Cũng giống như cái bóng của một ngọn núi do mặt trời chiều để lại trên mặt đất và bao phủ nó như thế nào, những cảnh của nghiệp, nghiệp tướng hay thú tướng xuất hiện ở các cửa giác quan này cũng vậy, hoàn toàn chiếm lĩnh tâm của người ấy. Những cảnh trần này được bám giữ dai dẳng bởi tốc hành tâm cận tử (maraṇasanna javana), hay gọi cách khác là Hành Tác Thức (abhisaṅkhāra viññāṇa).

Chú thích: Phù hợp với câu: kammaṃ khettam, viññāṇaṃ bijaṃ taṅhā sinoho trong Aṅguttara, Ṭika Nipāta về sự xuất hiện của Kiết Sanh Thức (paṭisandhi viññāṇa) trong kiếp sống mới, theo đó phước nghiệp hay phi phước nghiệp phục vụ như một thửa ruộng. Tác Hành Thức như hạt giống cho sự phát triển của Kiết Sanh Thức, và Ái (taṅhā) có thể ví như sự ẩm ướt hay yếu tố nước (thúc đẩy sự phát triển). Ở đây, Tác Hành Thức (abhisaṅkhāra viññāṇa, thức tạo điều kiện hay làm duyên cho hiện hữu mới), theo Chú giải, là thức kèm theo tư (cetana). Theo cách tương tự, nó khởi lên cùng với tư (cetana) thứ nhất, và nó cũng kèm theo các tư (cetana) sau đó và như vậy, thức xuất hiện sau đó cũng được định danh là Tác Hành Thức (abhisaṅkhāra viññāṇa). Đặc biệt, thức của tốc hành tâm cận tử (maraṇasanna javana viññāṇa) lấy nghiệp, nghiệp tướng hay thú tướng làm đối tượng của nó phải được gọi là Tác Hành Thức (abhisaṅkhāra viññāṇa) bởi vì chính từ thức của tốc hành tâm cận tử này mà kiết sanh thức sanh. Ngoài ra, một hạt giống chỉ nảy mầm khi có sự tiếp xúc với nước, sự ẩm

ướt như thế nào thì theo cách tương tự, hạt giống của thức cũng nhận sự hỗ trợ và khích lệ bởi ái vốn đi kèm hay đi trước liền theo nó, chính ái này bám chặt vào nghiệp, nghiệp tướng, hay thú tướng như đối tượng của nó và làm phát sanh kiết sanh thức.

Liền sau sự diệt của sát-na tâm tử các uẩn danh và sắc, tâm tục sanh (paṭisandhi citta), bám chặt vào nghiệp, nghiệp tướng, hay thú tướng như đối tượng của nó, khởi lên ở một vị trí mới trong một kiếp sống mới hoàn tất cùng với căn vật lý mà nó dựa vào. Cùng sanh với mỗi thức còn có các tâm sở (cetasikas). Kiết sanh thức được theo sau bởi các tâm hữu phần (bhavaṅga) tiếp tục trôi chảy suốt kiếp sống do nghiệp lực riêng của mỗi người quy định. Sự sanh khởi của một kiếp sống mới xảy ra do hai yếu tố: nghiệp riêng của một người và tham ái (taṅhā). Tuy nhiên, không có tham ái nghiệp tự nó không thể tạo ra một sanh hữu mới được.

Đối với một vị A-la-hán, các phước nghiệp quá khứ sẽ cho những quả lành trước khi vị ấy nhập diệt (parinibbāna). Những món quà phong phú mà Trưởng-lão Sīvali thọ nhận, sức khoẻ hoàn hảo mà Trưởng-lão Bākula được hưởng là những ví dụ của quả lành. Tuy nhiên những phi phước nghiệp của các ngài cũng sẽ cho những quả dữ như trường hợp thiếu ăn của Trưởng-lão Lossakatissa, hay nghiệp chướng mà Trưởng-lão Moggalāna (Mục-kiền-liên) phải trả,

bị bọn người xấu ác đánh bằng gậy gộc cho đến chết. Tuy nhiên, những nghiệp này không còn tiềm lực để tạo ra sự tái sanh mới vì chúng không còn tham ái (taṅhā). Không có sự hỗ trợ và khuyến khích của tham ái vào lúc cận tử, Tác Hành Thức (abhisaṅkhāra viññāṇa) không thể sanh và vì vậy không có sự tái sanh xảy ra. Vì lý do này, chỉ một mình tham ái (taṅhā) được cho là nhân của sự hiện hữu mới hay tái sanh…ponobhavikā, mà thôi.

Do tham ái tạo thành nhân căn để của hiện hữu mới nên Đức Thế Tôn đã xác định Tham Ái là nhân của tái sanh. Đây là những từ mà ngay trong bài pháp đầu tiên

(KinhChuyển Pháp Luân) Đức Thế Tôn đã dùng để giảng dạy về sự hiện hữu của đời sau. Mặc dù lời dạy này rõ ràng đến như vậy, nhưng vẫn có một nhóm người chủ trương rằng "Đức Thế Tôn chỉ dạy về kiếp sống hiện tại. Ngài không đụng chạm gì tới kiếp sống tương lai." Chúng tôi không biết chắc rằng những người này có đang kết hợp những lời dạy của Đức Phật với Đoạn Kiến (ucchedavāda) hay không, nhưng phải nói đây là một cố gắng hết sức lầm lạc của họ! Tuy nhiên, trong thực tế bao lâu Tham Ái (taṇhā) còn tồn tại, do không tu tập Bát Thánh Đạo, hay ngay cả có tu tập, song chưa đạt đến chỗ hoàn mãn, chừng ấy Tham Ái này vẫn sẽ tiếp tục phục vụ như nhân căn để cho sự hiện hữu mới.

Khi Bát Thánh Đạo đã được tu tập hoàn mãn và A-la- hán Thánh Đạo và Thánh Quả đã được đạt đến, tham ái sẽ bị đoạn trừ hoàn toàn, lúc đó sẽ không còn tái sanh nữa. Như vậy, khi vận dụng trí phản khán để hồi nhớ lại sự giác ngộ,

như Đức Phật hoặc một vị A-la-hán thường làm, ý nghĩ này luôn luôn khởi lên đối với các Bậc Thánh: Ayaṃ antima jāti, natthi dani ponabhavoti...Đây là kiếp sống cuối cùng. Không còn phải tái sanh lại nữa. Sự suy quán này cũng được đề cập trong một phần sau của Kinh Chuyển Pháp Luân. Điều này cho thấy rõ rằng trừ phi tham ái được bứng gốc hoàn toàn, bằng không những kiếp sống mới hay sự trở thành mới chắc chắn vẫn cứ tiếp tục xảy ra.

Tham ái này đưa đến tái sanh như thế nào sẽ được minh hoạ qua một số câu chuyện ở đây. Thực ra có hàng ngàn câu chuyện chứng minh cho sự kiện này, nhưng chỉ cần lấy ba câu chuyện từ các bản Chú Giải Pāḷi và bốn hoặc năm câu chuyện của thời hiện đại này là đủ.

TRONG CÕI PHẠM THIÊN VỊ ẤY CHÓI SÁNG TRONG CHUỒNG HEO VỊ ẤY CŨNG THẤY THÍCH THÚ

Một thời Đức Thế Tôn đang đi vào làng Rājagiri để khất thực. Nhìn thấy một con heo cái nhỏ, Đức Thế Tôn mỉm cười. Để ý thấy những ánh hào quang trắng chiếu ra từ răng của Đức Phật, Tôn giả Ānandā biết rằng Đức Phật đang mỉm cười. Do đó, Tôn giả bạch hỏi, 'Bạch Đức Thế Tôn, điều gì đã khiến Đức Thế Tôn mỉm cười ?'

Đức Phật chỉ con heo cái nhỏ cho Ānandā thấy và nói, "Ông có thấy con heo cái nhỏ đó không ? Thời Đức Phật Kakusan con heo ấy là một thiếu nữ trong kiếp người. Khi thiếu nữ này chết, cô ta tái sanh làm một con gà mái ở gần

trai đường của một ngôi chùa nọ. Con gà mái nhỏ rơi vào nanh vuốt của một con diều hâu. Nhưng trước đó con gà mái tình cờ được nghe một vị thiền sư tụng một đề tài thiền mà điều này đã làm khởi lên trong nó những thiện ý. Do nhờ phước báu này, con gà mái nhỏ tái sanh làm một nàng công chúa có tên là Ubbari trong một gia đình hoàng tộc. Công chúa Ubbari sau này từ bỏ đời sống gia đình và trở thành một nữ khất sĩ. Sống trong trú xứ của các vị khất sĩ một hôm cô tình cờ nhìn thấy những con giòi trong

hố xí. Hình ảnh những con giòi trở thành một đề mục thiền (quán tính chất đáng kinh tởm của một tử thi lúc nhúc giòi hay quán một đề mục màu trắng) nhờ hành thiền trên đó cô đạt đến sơ thiền. Sau khi chết, cô tái sanh làm một vị Phạm Thiên trong cõi sơ thiền sắc giới. Hết thời hạn ở cõi Phạm Thiên, cô tái sanh làm con gái của một vị trưởng giả trong cõi nhân loại. Chết từ cõi đó cô tái sanh làm con heo cái hiện nay. Thấy được những sự kiện này khiến cho Như Lai mỉm cười vậy."

Nghe xong câu chuyện tái sanh tiếp diễn trong nhiều kiếp sống khác nhau này, Tôn giả Ānandā và các vị Tỳ-kheo khác trở nên kinh cảm. Đức Thế Tôn dừng bước khất thực và trong khi vẫn đứng trên đường cái, ngài dạy pháp bằng sáu vần kệ, bài kệ thứ nhất trong đó như sau:

Yathāpi mūle anupaddave daḷhe, chinnopi rukkho punareva rūhati; Evampi taṇhānusaye anūhate, nibbattatī dukkhamidaṃ punappunaṃ.

Như cây bị chặt đốn,
Gốc chưa hại vẫn bền
Ái tùy miên chưa nhổ,
Khổ này vẫn sanh hoài
(Nếu gốc của một cái cây vẫn chưa bị hoại và còn trong tình trạng tốt, ngay cả khi các cành nhánh ở trên có bị chặt đứt, cây đó vẫn sẽ mọc lên trở lại và phát triển những mầm chồi mới. Cũng vậy, nếu các phiền não (tuỳ miên) chưa bị đoạn trừ bằng Thánh Đạo, cái khổ của tái sanh này cứ vẫn sẽ liên tục phát sanh.)

Những gì bài kệ này muốn truyền đạt là: "Trong kiếp sống làm công chúa Ubbari, cô ta đã từ bỏ thế gian để trở thành một du sĩ. Nhờ hành thiền, cô đạt đến sơ thiền, một thiền chứng có thể xua tan hay trừ khử các phiền não bằng cách trấn áp (vikkhambhana pahāna—,trấn phục đoạn trừ), song chỉ những phiền não thuộc cấp độ vi phạm (pari+uṭṭhāna paryuṭṭhāna), đó là, sự khát khao đối với các dục lac xuất hiện như những dục niệm ở ý môn (cửa tâm) mà thôi. Bằng phương tiện Trấn Phục Đoan Trừ, thiền có thể trừ diệt các phiền não ở một mức nào đó trong một thời gian nhất định nào đó. Như vậy cô có thể xua tan ái dục khi chứng thiền và sau đó trong cõi Phạm Thiên. Nhưng khi cô tái sanh trở lại trong cõi người như con gái cua một vị trưởng giả, ái dục xuất hiện trở lại do nó vẫn chưa bị bứng gốc bởi Thánh Đạo. Tất nhiên, hữu ái (bhava taṅhā), tham muốn hiện hữu, vẫn tồn tại ngay cả khi cô đã đắc thiền. Vì thế, do những phiền não ngủ ngầm (tuỳ miên) chưa bị bứng gốc hoàn

toàn, từ cõi Phạm Thiên cô phải đi xuống cõi người, rồi vào kiếp sống của một con heo. Bao lâu tham ái vẫn còn, sự tái sanh sẽ liên tục xảy ra theo cách này trong những kiếp sống khác nhau.

Liên quan đến câu chuyện từ cõi Phạm Thiên rớt xuống kiếp heo này, các vị Sayādaw thuở xưa đã để lại một câu châm ngôn "Trong cói Phạm Thiên cô nàng chói sáng; trong

chuồng heo cô nàng cũng thấy thích thú.” Tuy nhiên, không thể từ cõi Phạm Thiên tái sanh thẳng làm heo; hay làm các con vật khác hoặc sanh thẳng vào cõi ngạ quỷ hay các cõi khổ khác liền. Nhờ upacāra bhāvanā (cận thiền hay định gần với bậc thiền) đã đạt đến trước đó, sự tái sanh chỉ có thể xảy ra trong cõi người hay trong một cõi trời dục giới nào đó mà thôi. Con heo cái nhỏ trong câu chuyện trên cũng đã trải qua kiếp người như con gái của vị trưởng giả. Sau khi đã làm con gái của vị trưởng giả cô mới tái sanh trong kiếp sống của một con heo. Điều này hoàn toàn có thể xảy ra vì một nghiệp xấu mà cô đã phạm khi làm người, đó là, cô đã tỏ ra kiêu căng, xấc xược đối với những người lẽ ra cô phải tỏ lòng tôn kính.

Khi con heo cái chết, nó tái sanh trong một gia đình hoàng tộc ở Suvaṇṇabhumi, vùng đất này thường được cho là xứ Thaton (Miến Điện). Tuy nhiên, một số học giả lại cho Suvaṇṇabhumi là đảo Sumatra (một đảo ở Ấn Độ Dương), dựa vào những ký tự do Vua Devapala cho khắc trên đồng, khoảng năm Phật Lịch thứ 1500.

Khi công chúa của xứ Suvaṇṇabhumi qua đời, cô tái sanh làm một người nữ ở Bārānasi, Ấn Độ. Chết ở kiếp đó, cô

tái sanh làm một cô gái ở vùng Vanarāsi, đông nam thành phố Bombay. Chết từ kiếp đó, cô tái sanh làm con gái của người buôn ngựa ở thành phố cảng Suppāraka, tây bắc Bom Bay. Kế tiếp, cô tái sanh làm con gái của một chủ tàu ở cảng Kāvira, vùng cực nam bán đảo Indian. Đây là vùng đất ven biển do người Tamil trước đây gọi là Damila cư trú. Sau kiếp đó, cô tái sanh trong gia đình của một viên chức chính phủ tại Anuradha của Tích Lan ngày nay. Kiếp kế tiếp, cô là con gái của một người đàn ông giàu có, tên Sumana ở Bhokkanta, một ngôi làng nằm ở phía nam của Anuradha. Cô cũng lấy tên Sumana giống như cha. Sau đó cha cô dọn nhà về ở tại Mahāmuni, một ngôi làng thuộc huyện Dīghavāpi. Một hôm một vị quan cận thần của đức vua Duṭṭhagāmini, tên Lakundaka Atimbara tình cờ đến thăm ngôi làng Mahāmuni về một công việc gì đó. Ngay khi thấy thiếu nữ Sumana, ông đâm ra yêu nàng như điên như dại. Ngay lập tức ông xin làm đám cưới với cô và mang cô về làng Mahāpuṇṇa của ông.

Trưởng lão Mahā Anuruddha cư ngụ tại chùa Taungsun, môt hôm đi khất thực trong ngôi làng của cô. Trong khi chờ để được cúng dường vật thực ở cổng nhà Sumana, ngài nhìn thấy Sumana và nói với các vị Tỳ-kheo cùng đi: “Này các hiền đệ, thật kỳ diệu làm sao! thật đáng kinh ngạc làm sao! Con heo cái thời Đức Phật bây giờ là vợ của quan cận thần Lakundaka Atimbara kìa.”

Nghe được lời cảm thán này, Sumana, vợ của vị quan cận thần, phát triển được trí nhớ tiền kiếp (jatissara ñāṇa). Với sự trợ giúp của năng lực này, cô hướng tâm đến các kiếp sống trước mà mình đã trải qua. Do kết quả của việc nhớ lại

các tiền kiếp, cô trở nên kích động với nỗi sợ hãi về viễn cảnh của những lần tái sanh trong vòng sanh tử luân hồi. Xin được phép của chồng, cô đi đến một ngôi chùa ni và

xin được xuất gia. Sau khi xuất gia, một lần cô được nghe bài Kinh Đại Niệm Xứ tại Tu Viện Tissa Mahā Vihāra. Thực hành chánh niệm theo bài Kinh, cô đắc Nhập Lưu Thánh Đạo và Nhập Lưu Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Tu-đà-hoàn. Rồi khi đức vua Duṭṭhagāmini lên ngôi, cô trở lại làng Bhokkhanta, bản xứ của mình, tại Đại Tự Kalla (Kalla Mahā Vihāra) cô được nghe bài Kinh Āsivisopama8 và chính bài kinh này đã giúp cho cô đạt đến Đạo Quả A-la-hán, và giải thoát hoàn toàn khỏi ái dục.

Xem xét một cách tỉ mỉ và thấu đáo mười ba kiếp sống của Sumana, có thể bạn sẽ khởi lên tâm kinh cảm, một ý thức tâm linh khẩn cấp. Khi người thiếu nữ thời Đức Phật Kakusan chết, cô bỏ lại đằng sau gia đình, tài sản và thân xác. Trong khi gia đình và bè bạn thương tiếc cái chết của

8 Āsīvisopama Sutta, là bài Kinh do Trưởng Lão Majjhantika thuyết cho Vua Rồng Aravāla (Nāga-king Aravāla) và dân chúng ở Kasmīra và Gandhāra. Tám mươi ngàn người nghe chấp nhận theo Đạo Phật và một trăm ngàn người đã xuất gia sau bài Pháp này.(Sp.i.66; Mhv.xii.26). Bài Kinh cũng được ngài Mahinda thuyết tại Anurādhapura (Tích Lan) thuyết vào ngày thứ ba sau khi đến thành phố này. Ba mươi ngàn người đã được chuyển sang Đạo Phật. Ibid., xv.178-9; Sp.i.80; Mbv.133.

cô, cô tái sanh làm một con gà mái. Thật là một ý nghĩ đáng sợ, từ một con người phải tái sanh làm một con gà mái ! Con gà mái ấy chắc hẳn cũng có gia đình và bè bạn. Nó gặp một cái chết khủng khiếp như bị chặt đầu khi một con diều hâu dùng mỏ quắp lấy nó và quật nó một cách dã man. Tuy nhiên cũng có điều an ủi là nó được tái sanh làm một công chúa do phước nghe kinh (từ một vị sư tụng đề tài thiền). Dĩ nhiên con gà mái không biết tí gì về Pháp, nhưng vì nó có sự chú ý chân thành đối với lời kinh, một chút phước nào đó đã phát sinh cho nó và nhờ phước ấy mà nó được tái sanh làm một nàng công chúa. Lợi ích và quả báo của việc nghe Pháp là như vậy.

Một điều vui là sau kiếp làm công chúa cô trở thành một vị Phạm Thiên nhờ chứng thiền. Rồi sau kiếp làm Phạm Thiên cô tái sanh vào cõi nhân loại trong một gia đình giàu có. Nhưng đáng buồn thay khi biết rằng cô đã miễn cưỡng bỏ lại đằng sau gia đình, bè bạn và tài sản để tái sanh làm một con heo cái. Thực sự đó là điều kinh sợ để nghĩ rằng, từ cõi Phạm Thiên rớt xuống cõi người để rồi chìm sâu thêm vào cõi súc sanh như một con heo cái. Chừng đó thôi cũng đủ để kích thích sự kinh cảm tâm linh, bởi vì bao lâu Thánh Đạo vẫn chưa được an lập, bất kỳ ai cũng có thể thấy mình rớt xuống những cõi sống thấp hèn như vậy. Chính với ý định khơi dậy sự kinh cảm tâm linh và thúc đẩy các vị Tỳ- kheo thực hành Pháp với tất cả lòng nhiệt thành mà Đức Thế Tôn đã nói cho các vị biết lý do chuỗi tái sanh liên tục của con heo cái.

Con heo cái đã chết như thế nào không thấy đề cập trong kinh điển, nhưng có thể đoán chừng là cô đã bị người ta mổ thịt như những người nuôi gia súc hiện nay thường làm. Con heo cái hẳn nhiên phải có một gia đình và bạn bè, và việc ra đi của cô cũng khiến cho họ ưu sầu. Điều an ủi là sau đó cô tái sanh làm người ở sáu chỗ từ Suvaṇṇabhumi

đến Anurādha. Nhưng trong sáu kiếp ấy, mỗi lần cô lìa đời, chắc chắn cũng phải có cái khổ tương đối, từ sầu, bi, ưu não đối với cô và những người thân của cô. Việc cuối cùng cô trở thành Tỳ-kheo Ni Sumana Therī có lẽ là phần phấn khởi nhất của câu chuyện.

Nguyên nhân khiến cho có chuỗi tái sanh hết kiếp này đến kiếp khác của cô là Tham Ái (taṇhā) hay Tập Đế (Samudaya Saccā). Không riêng gì cô, những người khác chưa đoạn trừ được tham ái (taṇhā) cũng sẽ trải qua vòng luân hồi như vậy, đó là họ sẽ chết từ kiếp này rồi lại tái sanh trong kiếp khác liên tục. Do đó, điều hết sức quan trọng là làm sao an trú được trong việc thực hành Thánh Đạo để đoạn trừ tham ái hay nói cách khác là đoạn trừ nhân sanh của khổ. Sumana Therī đầu tiên nghe bài Kinh Đại Niệm Xứ. Cô thực hành chánh niệm theo phương pháp dạy trong bài kinh và đắc địa vị Nhập Lưu (Sotāpanna). Rồi sau đó khi nghe Kinh Āsivisopama, cô thực hành tinh tấn hơn và đắc A-la-hán Thánh Quả trở thành một Thánh Ni A-la-hán. Tham ái (taṇhā) hay nói cách khác tập đế (samudaya) đã được đoạn trừ hoàn toàn trong cô. Vì thế sẽ không còn tái sanh đối với cô và cô sẽ được hưởng tịnh lạc của Niết-Bàn.

222 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Sau đó, Sumana Theri tuyên bố với các đồng phạm hạnh rằng cô sẽ Bát-niết-bàn (Parinibbhuto), sau khi thọ hành (āyusaṅkhāra) trong kiếp hiện tại của cô chấm dứt. Nghe như vậy, các đồng phạm hạnh của cô, gồm cả Tỳ-kheo và Tỳ- kheo Ni, đã thỉnh cầu cô kể lại câu chuyện tiền kiếp. Cô kể: “Tôi từng là một phụ nữ trong thời Đức Phật Kakusan. Khi tôi chết trong kiếp đó, tôi tái sanh làm một con gà mái. Kiếp đó tôi bị một con diều hâu giết chết, nó mổ vỡ đầu tôi và nhai tôi ngấu nghiến. Rồi sau đó tôi tái sanh làm một công chúa trong cõi nhân loại….” Cô tiếp tục kể về những tiền kiếp của cô cho đến kiếp cuối cùng của cô tại ngôi làng Bhokkanta. Cô kết luận, “Như vậy tôi đã trải qua mười ba kiếp, nếm trải bao nỗi thăng trầm trong mỗi kiếp sanh ra ấy. Trong kiếp cuối cùng này, do mệt mỏi với chuỗi tử sanh luân hồi, tôi đã xuất gia làm một Tỳ-kheo Ni và cuối cùng đắc A- la-hán Thánh Quả, tôi hối thúc tất cả các vị, những Tỳ-kheo Tỳ-kheo Ni đạo đức của tôi, hãy ra sức chánh niệm để trở nên hoàn hảo trong Giới, Định và Tuệ”. Rồi cô nhập diệt, để lại bao nỗi kinh cảm trong tâm của thính chúng, gồm các nam nữ cư sĩ, Tỳ-kheo và Tỳ-kheo Ni.

CÂU CHUYỆN SAMAṆA DEVA

Cho dù một người có ra sức nỗ lực hành thiền để diệt trừ tham ái (taṇhā), hay diệt trừ tập đế (samudaya saccā), song chừng nào họ chưa đắc đạo quả trí, tham ái vẫn có thể khởi lên dẫn đến tái sanh. Sự kiện này được xác minh qua câu chuyện của một vị chư thiên tên Samaṇa.

Mahāsi Sayādaw 223

Trong thời của Đức Phật chúng ta, một thanh niên nọ sau khi xác lập niềm tin nơi giáo pháp của Đức Phật đã xin xuất gia và sống với thầy tế độ trong năm mùa hạ. Vị ấy thực hiện đầy đủ những phận sự lớn nhỏ đối với thầy của mình và học thông suốt hai bộ luật dành cho Tỳ-kheo. Vị ấy cũng thành thạo những phương cách để làm cho mình được trong sạch khỏi những tội nặng cũng như tội nhẹ. Rồi sau khi nhận lãnh một đề

mục thiền, vị ấy lui vào một nơi thanh vắng trong rừng và hiến mình cho việc hành thiền không ngừng nghỉ.

Nỗ lực hành thiền của vị ấy rất căng thẳng. Ngay cả giờ nửa đêm vốn được Đức Thế Tôn cho phép như giờ ngủ nghỉ, vị ấy vẫn tiếp tục công việc thực hành của mình. Do nỗ lực ngày đêm và ăn những thức ăn không đủ dưỡng chất như vậy, vị ấy trở nên kiệt sức. Rồi thình lình một cơn đau như cắt, một cơn đột quỵ, cắt đứt dây thần kinh cột sống khiến vị ấy chết ngay lập tức. Như kinh nói thì vị ấy đã chết khi đang thực hiện những phận sự của một vị Tỳ-kheo, mà ở đây là đang hành thiền trong lúc thức.

Theo chú giải, nếu bất kỳ vị Tỳ-kheo nào, trong lúc đang đi lên đi xuống con đường kinh hành hay đang đứng dựa cột, hay đang ngồi, nằm ở đầu đường kinh hành với y hai lớp kê đầu, mà chết, vị ấy được nói là chết trong lúc đang làm công việc thường xuyên. Cũng vậy, được gọi là vị Tỳ- kheo chết trong lúc đang làm công việc thường xuyên, nếu vị ấy chết trong lúc đang thuyết pháp, đặc biệt là thuyết về sự giải thoát khỏi chuỗi sanh tử luân hồi.

Vì vị Tỳ-kheo trong câu chuyện này đang hành thiền trong lúc đi lên đi xuống con đường kinh hành, chúng ta có thể cho rằng vị ấy chết trong lúc đang quán danh (nāma) và sắc (rūpa) của oai nghi đi hợp với lời dạy trong Kinh Đại Niệm Xứ. Mặc dù vị ấy bỏ ra thật nhiều nỗ lực trong việc hành thiền, vị ấy chết mà không đạt đến A-la-hán Thánh Đạo, bởi vì vị ấy vẫn chưa có đủ sự hỗ trợ của các ba-la-mật (pāramīs) cần thiết cho những chứng đắc này.

Sự đoạn trừ hoàn toàn của tham ái (taṇhā) là bất khả trừ phi A-la-hán Thánh Đạo đã được đạt đến. Việc vị Tỳ- kheo này vẫn chưa đạt đến ngay cả giai đoạn nhập lưu sẽ trở nên rõ ràng sau đây. Vì thế, do tham ái có thể tạo ra tái sanh, nên vị ấy đã tái sanh vào cõi trời Đạo Lợi (Tāvatimsā). Một thiên cung lộng lẫy đã sẵn chờ vị ấy do kết quả của phước hành thiền mà vị ấy tích tập. Do tái sanh tức thời (hoá sanh), vị ấy xuất hiện như thể vừa thức dậy sau một giấc ngủ, ở ngay lối vào thiên cung, trong hình tướng của một vị chư thiên rực rỡ với xiêm áo cõi trời.

Ngay lúc ấy khoảng một ngàn công chúa cõi trời lâu nay vẫn chờ đợi sự quang lâm của chủ nhân toà thiên cung, đồng thanh cất tiếng, “Chủ nhân của chúng ta đã đến. Chúng ta hãy tiếp đãi chàng”. Thế là các nàng vây quanh vị ấy, mỗi người cầm một loại nhạc khí trong tay để đón chào vị ấy một cách tưng bừng, vui vẻ. Tuy nhiên vị thiên chủ của toà lâu đài thậm chí còn không nhận ra rằng mình đã tái sanh vào một thế giới mới. Vị ấy có ấn tượng rằng mình vẫn còn là một vị Tỳ-kheo ở cõi người. Khi nhìn thấy những thiểu tư cõi trời này, vị ấy lầm tưởng họ là những nữ thí chủ đến

thăm tu viện của mình. Vị ấy vội kéo thượng y che lại tấm vai trần của mình, ngồi yên, đôi mắt hạ xuống và khoác lên một bộ dạng rất nghiêm trang, dè dặt.

Ngay lập tức các cô nàng nhận ra vị thiên tử mới này ắt hẳn phải là một vị Tỳ-kheo trong kiếp trước, họ bèn nói với vị ấy, “Thưa chủ nhân, nơi đây là chỗ ở của các vị chư thiên. Đây không phải là lúc để giữ giới luật của một vị Tỳ- kheo, mà là dịp để hưởng những lạc thú cõi trời.” Nhưng vị ấy vẫn tiếp tục giữ thái độ nghiêm trang, dè dặt. “Vị chư thiên này không nhận ra là mình đã trở thành một vị chư thiên trong cõi trời. Chúng ta sẽ nhấn mạnh điều này cho vị ấy hiểu bằng những trò vui ồn ào của chúng ta đi.” Nói thế xong, các thiên nữ ấy bắt đầu đàn ca múa hát ầm ĩ. Vị chư thiên lại càng khép chặt thái độ ẩn dật của mình, và giữ vẻ trang nghiêm, đường hoàng thêm nữa, nghĩ rằng những nữ khách này đến trú xứ trong rừng của mình để đắm chìm vào sự vui chơi phù phiếm chăng.

Thấy vậy các tiên nữ đem ra một tấm gương lớn và đặt trước mặt vị chư thiên. Thấy hình mình phản chiếu trong gương, cuối cùng vị ấy nhận ra là mình đã rời bỏ kiếp sống Tỳ-kheo và tái sanh trong cõi chư thiên rồi. Thiên tử Samaṇa lúc đó vô cùng lo lắng. Vị ấy suy xét: “Ta đã không hành thiền để mong tái sanh vào cõi chư thiên như thế này. Mục đích hành thiền của ta là để đạt đến A-la-hán Thánh Quả, cứu cánh tối hậu và lợi ích nhất. Tình trạng của ta bây giờ giống như một võ sĩ thượng đài để giành huy chương vàng vô địch nhưng chỉ được thưởng một bó củ cải !” Cực kỳ dao động trong tâm, vị ấy nghĩ: “Những lạc thú cõi trời thì dễ có.

Thời gian tồn tại của một Bậc Chánh Đẳng Giác là một cơ hội hiếm hoi. Được nghe lời dạy của Đức Phật và đắc Thánh Đạo mới là điều tối quan trọng. Nếu đắm mình trong những lạc thú cõi trời, ắt sẽ nguy cơ bị mất cơ hội gặp Đức Phật.” Vì thế chẳng nhọc công đi vào cung điện nguy nga, vị ấy vội vã lui về diện kiến Đức Phật trong khi giới chế ngự mà vị ấy giữ như một vị Tỳ-kheo vẫn không bị sứt mẻ. Các nàng thiên nữ của vị ấy cũng vội đi theo như thể họ lo không được nhìn thấy vị ấy nữa. Khi đến trước mặt Đức Phật, vị ấy bạch:

“Bạch Đức Thế Tôn. Liệu có cách nào để tiến tới và tránh đi qua Lạc Viên (Nandavana), hay có thể gọi nó là Si Viên (Mohana vana) bởi vì nó kích thích cách cư xử si mê nơi những vị chư thiên đến thăm nó; trong khu vườn này hàng ngàn thiên nữ đang đắm chìm trong ca hát; nơi đây rất nhiều yêu tinh, ma quỷ thường lui tới.”

Ở đây vị chư thiên đã ám chỉ các nàng tiên nữ như những yêu tinh và ma quỷ, Lạc Viên như khu vườn của những kẻ ngu si bởi vì vị ấy vẫn còn kinh tởm đối với các dục lạc như hệ quả của những nỗ lực hành thiền minh sát một cách căng thẳng trong kiếp trước. Chú giải giải thích về câu hỏi cuả vị chư thiên như sau: “Làm thế nào để tiến tới” đó là vị ấy đang thỉnh xin Đức Phật những hướng dẫn về thiền minh sát để đi vào A-la-hán Thánh Quả (Arahatta phāla).

Đức Phật suy xét đến mọi trường hợp liên quan đến vị chư thiên này và dạy cho vị ấy Bát Thánh Đạo bằng ba bài kệ sau:

1. U juko nāma so maggo abhayā nāma sā diss ratho aku jano nāma dhammacakkehi samyutto.

“Này thiên tử, người đang lo lắng về việc chạy trốn, con đường thẳng nhất để nhanh chóng thoát khỏi (nơi ấy) là Con Đường Bát Chánh (Bát Chánh Đạo) thuộc thiền Minh Sát mà ngươi đã bước đi khi còn là một vị Tỳ-kheo vậy.”

Ở đây, vì lợi ích của thính chúng hiện tại, chúng tôi xin nêu ra ý nghĩa có tính cách thanh minh về hàng thứ nhất của bài kệ vừa nói, “con đường thẳng là con đường đó.” Nếu dịch trần trụi như vậy thì sẽ rất khó hiểu đối với thính chúng ở đây, tuy nhiên đối với vị chư thiên thì ý nghĩa của nó hoàn toàn rõ ràng, vì vị ấy nhìn như thể vừa từ chùa, nơi mà vị ấy đã hiến mình cho việc thực hành minh sát, đến thẳng đây vậy.

Sự giải thích của chú giải thì như sau: Khi hướng dẫn tu tập thiền cho một người chưa an lập trong giới (sīla) …, Đức Thế Tôn luôn luôn khuyên người ấy: ‘Hãy thanh tịnh giới (sīḷa) của ngươi trước, sau đó tu tập niệm và định, uốn nắn tri kiến cho chánh trực theo nghiệp và quả của nghiệp.” và hướng người hành thiền an trú vững chắc trong những pháp hành căn bản ban đầu này. Đối cới một người đã hành thiền, ngài chỉ hướng dẫn người ấy trong phạm vi thiền minh sát mà thôi. Vị chư thiên trong câu chuyện đã hành những bài tập thiền minh sát và giới của vị ấy vẫn còn nguyên vẹn không hư hỏng. Cái vị ấy cần, sau khi đã tu tập minh sát đạo đi trước (pubbabhāga magga vipassanā), chỉ là

Thánh Đạo (Ariya Magga). Như vậy để hướng dẫn vị ấy trong thiền minh sát, Đức Thế Tôn đã dạy ba bài kệ này.

Trong sự giải thích của chú giải, sự kiện giới của vị ấy vẫn còn nguyên vẹn không sứt mẻ ngay cả sau khi đã chuyển sang kiếp sống của một vị chư thiên, nên được lưu ý cẩn thận. Vì điều này có nghĩa rằng vị ấy không phạm vào bất cứ giới nào như sát sanh, trộm cắp, hành dâm…, hay nói khác hơn khi tái sanh chư thiên vị ấy vẫn tiếp tục giữ giới. Do đó, cần phải hiểu rằng, dù không chính thức phát nguyện giữ giới, song sīḷa hay giới của một người vẫn còn nguyên vẹn nếu họ tránh những điều ác mà lẽ ra họ sẽ phạm. Và cũng cần lưu ý ở đây rằng những bài kệ này là dạy về thiền Minh Sát.

Như chúng tôi đã giải thích ở trên, “con đường thẳng nhất và tốt nhất để nhanh chóng thoát khỏi Lạc Viên của thiên giới với những nàng tiên nữ ở đó là Minh Sát Đạo mà vị ấy đã bước đi (thực hành) khi còn là một vị Tỳ-kheo.”

Liên quan đến câu hỏi kế tiếp về nơi an ổn thoát khỏi mọi hiểm nguy, Đức Phật nói, “Nơi an ổn thoát khỏi mọi hiểm nguy là Niết-Bàn mà ngươi đã nguyện đạt đến khi còn là một vị Tỳ-kheo.” Điều này có nghĩa rằng vị ấy phải phấn đấu cho đến khi đạt đến Niết-Bàn.

Về việc nên sử dụng cỗ xe nào để vượt qua, Đức Phật nói, “Để vượt thoát một cách êm ái không ai hay biết, ngươi cần một cỗ xe yên lặng đó là cỗ xe Minh Sát được gắn với hai bánh là thân tinh tấn và tâm tinh tấn.”

Sự nỗ lực của tâm trong việc ghi nhận mọi hoạt động của thân và tâm được gọi là tâm tinh tấn (cetasika viriya). Khi ghi nhận những hoạt động của thân như đi, đứng, ngồi, sự nỗ lực của thân đòi hỏi phải có để duy trì thân trong oai nghi tương ứng được gọi là thân tinh tấn (kāya viriya). Thiền trong lúc nằm chỉ liên quan đến tâm tinh tấn chứ không đến thân tinh tấn. Ở đây, vì Đức Phật khuyên nên dùng cỗ xe hai bánh với những bánh xe của thân tinh tấn và tâm tinh tấn, nên điều này phải được xem như Đức Phật muốn nói thiền minh sát đòi hỏi phải có sự ghi nhận với chánh niệm về các hoạt động của thân như đi, đứng, và ngồi. Như vậy, để cỡi trên cỗ xe lớn của minh sát đạo (vipassanā magga) được gắn với hai bánh xe: thân tinh tấn và tâm tinh tấn, chúng ta phải tiến hành ghi nhận một cách chánh niệm từng động tác khi bước đi…hay nói khác hơn là, khi đi chúng ta phải ghi nhận 'đi', 'dở (chân lên)' 'bước tới', 'bỏ hay đạp (chân xuống)' như đã được mô tả trong Kinh Đại Niệm Xứ, đó là, 'gacchanto vā gacchāmiti pajānāti' (khi đi tuệ tri tôi đi).

Trong khi cố gắng ghi nhận như vậy và khi định có được sức mạnh, người hành thiền sẽ đi đến chỗ phân biệt được sắc (rūpa), cái khiến cho có sự cứng nhắc và chuyển động, với danh (nāma), hành động ghi nhận của tâm về sắc ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận. Khi định có được sức mạnh thêm nữa, người hành thiền sẽ phân biệt được nhân từ quả. Vị ấy biết: do có ý định đi, xuất hiện tiến trình đi của thân; do có đối tượng để biết, nên có cái biết. Với sự tiến bộ thêm nữa, sự sanh khởi của từng hiện tượng trong một sát-na — ý định đi, tiến trình đi của thân, tâm ghi nhận — theo sau đó là sự hoại diệt của nó được người hành thiền nhận thức rõ rệt như

thể nó bị nắm bắt trong tay của mình vậy. Lúc đó người hành thiền hiểu một cách giản dị rằng những gì sanh lên và diệt trong khoảnh khắc như vậy là không thường hằng (vô thường); rằng những gì sanh và diệt không ngừng là khổ. Người hành thiền cũng sẽ hiểu rõ rằng các hiện tượng khởi lên theo đường lối tự nhiên của chúng, không theo ý muốn của ai cả và do đó, chúng là vô ngã (anatta), không chịu sự kiểm soát của bất kỳ ai. Sau đó người hành thiền sẽ tiếp tục ghi nhận một cách chánh niệm khi đứng và khi ngồi đúng theo hiện trạng.

Cỗ xe yên lặng đề cập ở đây ám chỉ những chiếc xe ngựa thời xưa. Một số chiếc tự thân nó không có tiếng ồn, nhưng khi chất nặng với hàng hoá hoặc người, có thể phát ra những tiếng cọt kẹt, cọt kẹt. Tuy nhiên 'cỗ xe đạo' (maggayāna) có thể chuyên chở số lượng hành khách không giới hạn và không hề tạo ra một tiếng kêu nào cả. Có đôi lúc, khi nghe những lời dạy của Đức Phật, số lượng hành khách lên đến tám muôn bốn ngàn người cùng đi trên 'cỗ xe đạo', do 'minh sát đạo' lèo lái, đã chuyên chở họ đến trạm cuối cùng, đó là Niết Bàn, một cách yên lặng. Vì vậy, cỗ xe này đã được ca tụng như một xỗ xe không gây tiếng ồn hay cỗ xe yên lặng. Đức Phật đã đưa ra sự gợi ý theo cách này cho vị chư thiên, nghĩa là vị ấy có thể thực hiện một sự trốn thoát yên lặng, không để cho các nàng tiên nữ hay biết, nhờ vào phương tiện chuyên chở này.

2. Hiri tassa apālambo, saryassa parivāranaṃ, dhammāhaṃ sārathiṃ byumi, sammādiṭṭhi pure javaṃ.

Mahāsi Sayādaw 231

Hiri (tàm), ý thức hổ thẹn và ghê sợ tội lỗi có tác dụng như tấm ván dựa của ghế ngồi trên cỗ xe mà nếu không có nó hành khách có thể bị ngã nhào về sau khi chiếc xe di chuyển. 'Cỗ xe đạo' có những tấm ván dựa ưu việt của tàm (hiri) và quý (ottapa), hay ý thức hổ thẹn và ghê sợ tội lỗi này.

Người hành thiền cảm thấy ghê tởm và kinh sợ đối với sự có thể khởi lên của những ý nghĩ bất thiện liên quan đến một số đối tượng mà vị ấy đã bỏ lỡ trong quá trình ghi nhận với chánh niệm của mình. Nó cũng giống như sự ghê tởm mà một người mới tắm rửa sạch sẽ xong cảm thấy khi tiếp xúc với bụi bẩn vậy. Ước muốn cho sự không khởi lên của những ý nghĩ bất thiện và sự ghê sợ đối với những ý nghĩ bất thiện ấy được đặt tên là tàm (hiri) hay gọi cách khác là ý thức hổ thẹn tội lỗi. Cũng có sự sợ hãi những ý nghĩ bất thiện dẫn đến những hành động ác sẽ cho quả báo xấu, và cản trở sự giải thoát khỏi vòng luân hồi. Sự sợ hãi những điều ác và hậu quả xấu của nó này được định danh là Quý (Ottapa), hay sự ghê sợ điều ác.

Nhờ có tàm và quý này người hành thiền hiến mình cho công việc ghi nhận mọi hiện tượng của thân và tâm với thái độ tôn kính không để lỡ bất kỳ hiện tượng nào. Bằng cách này Đạo (magga) được giữ cho phát triển liên tục với từng khoảnh khắc trôi qua. Điều này cũng giống như cách những tấm ván dựa của chiếc xe ngăn không để cho hành khách bị ngã nhào về sau và giữ cho họ ở yên vị trí. Đó là lý do tại sao Đức Phật gọi tàm và quý là những tấm ván dựa của cỗ xe minh sát đạo vậy.

232 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Rồi Đức Thế Tôn tiếp tục giải thích tại sao chánh niệm được ví giống như tấm màn che hay tấm bạt che của cỗ xe đạo. Cũng như tấm bạt được căng trên một chiếc xe có thể ngăn sự nguy hiểm của những hòn đá hay khúc cây ném vào như thế nào, chánh niệm về mọi hiện tượng thân và tâm, khi nó sanh khởi, cũng giữ cho người hành thiền an ổn khỏi sự nguy hiểm của những ác nghiệp như thế ấy. Do đó, bốn niệm xứ, quán thân, thọ, tâm, pháp, được gọi là những tấm bạt che của cỗ xe đạo.

Đức Thế Tôn tiếp tục: "Như Lai gọi chánh kiến thánh đạo (ariya magga samādiṭṭhi), có chánh kiến minh sát (vipassanā samādiṭṭhi) đi trước, là người lái xe."

Trong sáu loại chánh kiến này: 1. Kammassakatā Sammādiṭṭhi (Chánh kiến về nghiệp sở hữu); 2. Jhāna Sammādiṭṭhi (Chánh kiến thiền định); 3. Vipassanā Sammādiṭṭhi (Chánh Kiến Minh Sát); 4. Magga Sammādiṭṭhi (Chánh kiến Thánh Đạo); 5. Phala Sammādiṭṭhi (Chánh kiến Thánh Quả); và 6. Paccavekkhanā Sammādiṭṭhi (Chánh kiến phản khán), thì chánh kiến thánh quả là quả của thánh đạo. Tương tự, chánh kiến phản khán là trí phản khán xuất hiện sau khi chứng đắc thánh đạo và thánh quả. Do đó không cần phải có một nỗ lực đặc biệt nào để phát triển chúng. Tuy nhiên Chánh kiến về nghiệp sở hữu, hay chánh kiến liên quan đến nghiệp và quả của nghiệp, phải

được thiết lập trước khi một người bắt đầu hành thiền. Chánh kiến thiền định liên quan đến sự thanh tịnh tâm vốn làm căn bản cho thiền minh sát. Như vậy trí gần nhất phải được phát triển để thúc đẩy chánh kiến Thánh Đạo là chánh kiến minh sát. Khi minh sát trí được phát triển đầy

Mahāsi Sayādaw 233

đủ thì chánh kiến thánh đạo hay gọi cách khác là chánh kiến liên quan đến thánh đạo (magga) sẽ phát sanh một cách tự động. Nó cũng giống như một đám rước trọng thể đi tiếp theo khi con đường đã được cảnh sát giải toả và quân đội hộ tống. Do đó, Đức Phật nói rằng chánh kiến minh sát đi trước và chánh kiến Thánh Đạo theo sau. Trong khi hành thiền minh sát, các minh sát trí (Vipassanā Ñāṇa) sẽ dẫn đường cho sự phát triển của các thánh đạo. Vào sát na chứng đắc Thánh Đạo, thánh đạo trí (magga ñāṇa) sẽ hướng dẫn cho các đạo khác khởi lên. Vì lý do này, Đức Phật đã gọi chánh kiến minh sát và chánh kiến thánh đạo là những hoa tiêu của cỗ xe đạo. Bài kệ cuối cùng như sau:

Yassa etādisanyānaṃ, Itthiyā purisassa vā, sa ve etena, yānena nibbānasseva santike.

“Bất cứ người nam hay nữ nào có cỗ xe bát thánh đạo đều có thể tiếp cận Niết Bàn bằng cỗ xe ấy.”

Theo bài kệ cuối cùng này thì, chủ nhân của cỗ xe bát thánh đạo, bất kể nam hay nữ, nhất định sẽ ‘đạt đến’ Niết- bàn. Vì thế một điều hết sức rõ ràng là bất kỳ ai ước muốn đạt đến Niết-bàn đều phải phát triển Thánh Đao (Ariya Magga) dựa trên minh sát đạo (vipassanā magga).

Trong cõi thế gian này, ai cũng biết rằng, chủ nhân của một phương tiện chuyên chở nào đó có thể đi đến bất cứ nơi đâu mình muốn, bằng cách dùng nó. Tuy nhiên, chỉ có kiến thức về máy móc xe cộ mà không thực sự có xe thì cũng chẳng đưa họ đi đến đâu được. Cũng vậy, chỉ biết cách

234 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

kể ra các loại Danh và Sắc khác nhau, hay các loại đạo (magga) khác nhau, chẳng ai có thể đạt đến Niết Bàn được. Cho nên phải ghi nhớ dứt khoát rằng chỉ khi nào sở hữu được cỗ xe minh sát đạo (vipassanā magga) qua việc quán sự sanh và diệt thực sự của danh và sắc và cõi trên cỗ xe Bát Thánh Đạo người ta mới có thể đạt đến Niết Bàn. Có thể tóm tắt ba bài kệ đã giải thích ở trên như sau:

1. Con đường thẳng là Thánh Đạo, nơi đến là Niết Bàn, thoát khỏi mọi hiểm nguy. 2. Được gắn với hai bánh xe của tinh tấn, cỗ xe đạo là cỗ xe yên lặng. 3. Tàm (hiri) và Quý (ottapa) có tác dụng như tấm ván dựa trong khi chánh niệm tạo thành tấm bạt che của cỗ xe. 4. Đạo trí (magga ñāṇa) có minh sát trí (vipassanā ñāṇa) đi trước là người lái xe hay hoa tiêu của cỗ xe. 5. Chủ nhân của cỗ xe, có thể là nam hay nữ. 6. Đều có thể thoải mái cõi trên cỗ xe đó để đi đến Niết Bàn.

Sau khi dạy ba bài kệ này xong, Đức Phật cũng thuyết về Tứ Thánh Đế, điều này đến phần Đạo Đế (Magga Saccā) chúng ta sẽ bàn trở lại.

Thiên tử Samaṇa, trong khi nghe bài pháp này, suy tưởng đến việc hành thiền của mình trong kiếp trước. Mặc dù vị ấy vẫn không thể đắc thượng trí khi còn là một vị Tỳ-kheo bất chấp những nỗ lực tích cực trong việc hành thiền của mình, song trong kiếp hiện tại là một vị chư thiên, thân của vị ấy thoát khỏi những bất tịnh, nên chẳng mấy chốc vị ấy có thể phát triển các tuệ minh sát theo tuần tự cho đến khi

Mahāsi Sayādaw 235

đạt Đạo Qủa thứ nhất và chứng Niết Bàn, trở thành một bậc thánh Nhập Lưu (Sotāpanna).

Điểm chính mà chúng ta có thể hiểu từ câu chuyện thiên tử Samaṇa này là, mặc dù vị Tỳ-kheo đã nỗ lực hành thiền minh sát một cách nhiệt tâm, song vì vẫn chưa đạt đến Thánh Đạo để cắt đứt tham ái (taṇhā), nên sau khi chết, tham ái hay gọi cách khác là Tập Đế này đã khiến cho vị ấy phải tái sanh trong hiện hữu mới của một vị chư thiên. Câu chuyện cũng chỉ ra cho chúng ta thấy Thánh Đạo có thể được phát triển như thế nào và vì sao một vị chư thiên lại có thể đắc thượng trí một cách dễ dàng như vậy.

Một điểm khác có thể rút ra trong câu chuyện này là, nếu sự dính mắc hay gắn bó cứ quẩn quanh, nơi một cá nhân hay một đối tượng nào, hữu ái (bhava taṇhā), có thể sẽ tạo ra tái sanh ở gần cá nhân hay đối tượng ấy. Sự dính mắc vào một đối tượng sẽ dẫn đến một hiện hữu mới gần sát với đối tượng ấy như thế nào được xác minh qua câu chuyện nổi tiếng của vị Tỳ-kheo Tissa, người đã chết với tâm luyến ái đối với tấm y mới của mình, và hậu quả là phải tái sanh làm con rệp ngay trên chính tấm y ấy.

Bây giờ chúng tôi sẽ bàn đến câu chuyện giải thích về sự luyến ái đối với vợ đã khiến một người phải tái sanh làm rắn, làm chó và rồi làm một con bò như thế nào.

236 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

LUYẾN ÁI VỢ TÁI SANH LÀM RẮN, CHÓ VÀ BÒ

Trong một ngôi làng nọ ở Sri Lanka (Tích Lan) có một người đàn ông ăn ở bậy bạ với vợ của anh mình. Người phụ nữ này lại luyến ái mạnh mẽ với nhân tình của mình hơn người chồng hợp pháp của cô ta. Vì thế cô ta đã xúi giục tình nhân của mình khử người anh trai của hắn đi. Người đàn ông liền phản đối, “Này mụ! Đừng bao giờ nói như vậy nha.” Nhưng rồi cô ta cứ lập đi lập lại đề nghị của mình tới ba lần, gã nhân tình mới hỏi, “Anh sẽ làm việc đó như thế nào?” Cô ta trả lời, “Anh hãy đi với cái rìu này và chờ ở mé sông gần cây bạch hoa lớn. Em sẽ gọi hắn tới đó.” Nghe như vậy, người đàn ông tiến hành đi đến đó ẩn mình sau những cành cây, và chờ anh mình đến.

Khi người chồng làm xong công việc trở về từ trong rừng, người vợ ra vẻ trìu mến và âu yếm vuốt tóc anh ta rồi nói: “Anh cần phải gội tóc cho sạch anh ạ, đầu anh dơ quá rồi đấy. Sao anh không đi ra bờ sông chỗ cây bạch hoa lớn ấy để gội đầu?” Sung sướng với ý nghĩ, “vợ ta hôm nay thật là dịu dàng và trìu mến đối với ta,” vì thế anh vội đi ra bến tắm ở mé sông. Trong khi anh ta đang cúi xuống để gội đầu thì người em từ nơi ẩn nấp đi ra và, với cái rìu, chặt đứt đầu anh ta một cách tàn nhẫn.

Do tâm luyến ái dính chặt vào người vợ, anh ta tái sanh làm một con rắn lục (một loại rắn ăn chuột, theo các học giả Tích Lan). Vẫn còn luyến ái vợ của mình, con rắn bò vào nhà và từ trên mái nhà nó thòng đầu xuống chỗ người đàn bà. Biết rằng con rắn hẳn phải là chồng cũ của mình, cô

ta kêu người đập chết nó và quăng xác đi thật xa. Ngay cả sau khi đã chết từ kiếp rắn, sự luyến ái của anh ta đối với người vợ cũ vẫn còn mãnh liệt, và anh ta tái sanh làm một con chó ngay trong căn nhà cũ của mình. Dù là chó song nó vẫn dính mắc vào người vợ cũ nên khi cô ta đi đâu con chó đi theo đấy. Người trong làng thấy thế chế nhạo, "Bà thợ săn đi cùng với con chó kìa. Không biết là cô ta đi về hướng nào!" Thế là cô ta lại yêu cầu gã tình nhân giết con chó đi.

Con chó chết, nhưng sự luyến ái của nó vẫn mạnh mẽ và dai dẳng, nó tái sanh làm con bê ngay tại căn nhà ấy. Con bê cũng lẽo đẽo đi theo cô bất cứ chỗ nào cô đi, lôi kéo sự cười đùa và chế nhạo của mọi người một lần nữa, "Nhìn kìa, người chăn bò đã xuất hiện. Không biết đồng cỏ nào cho con bò của cô đi đến ăn cỏ hôm nay!" Và người đàn bà lại yêu cầu gã nhân tình của mình giết chết con bê. Tuy nhiên sự luyến ái dai dẳng của anh ta với người vợ cũ lại khiến cho anh phải tái sanh, lần này trong chính bào thai của cô ta.

Trong cõi nhân loại mà anh trở lại lần này, anh được sanh ra với trí nhớ về các tiền kiếp (jātissara ñāṇa). Dùng trí này, anh nhớ lại bốn kiếp đã qua và vô cùng đau buồn khi biết rằng những kiếp ấy đều bị kết liễu theo đề nghị của người vợ cũ của anh. "Thật mỉa mai thay! Sao ta phải tái sanh trong bào thai của một kẻ thù nghịch như thế này chứ" anh ai oán.

Từ đó anh nhất định không để cho người mẹ, là kẻ thù của anh, chạm vào người. Hễ khi nào người mẹ cố gắng ôm nó, đứa bé gào khóc một cách ầm ĩ. Vì thế ông nội phải đảm

nhiệm công việc chăm sóc đứa bé. Khi đứa bé đến tuổi biết nói, ông nội nó hỏi, "Này cháu yêu, sao mỗi lần mẹ cháu muốn ôm cháu vào lòng, cháu lại khóc ré lên như vậy? "Đối với cháu người đàn bà này không phải là mẹ. Bà ta là kẻ thù đã giết cháu trong bốn kiếp liên tiếp". Nói như vậy xong, đứa bé kế lại cho ông nội nó nghe toàn bộ câu chuyện của bốn kiêp vừa qua của nó. Nghe được câu chuyện buồn thảm này, ông già bật khóc, ôm lấy đứa cháu vào lòng và nói. "Đến đây, này đứa cháu khốn khổ của ông, chúng ta hãy bỏ trốn, Ông thấy ở lại đây chẳng có lợi gì". Thế là họ bỏ trốn và đến sống trong một tu viện, ở đây họ được cho xuất gia, và đúng thời, nhờ hành thiền, đắc Đạo Quả A-la-hán.

Bài học rút ra từ những tình tiết trong câu chuyện này là sự luyến ái làm phát sanh các kiếp sống mới ngay tại nơi có sự luyến ái ấy. Câu chuyện đã xác minh rõ ràng sự thực trong lời dạy của Đức Phật, ponobhavikā... (luyến ái dẫn đến tái sanh). Tuy nhiên sau

các kiếp sống làm rắn, làm chó, làm bê, mà mỗi kiếp chấm dứt bằng một cái chết dữ, trong kiếp sống cuối cùng của một con người, khi anh ta đắc A-la-hán Thánh Quả, tham ái (taṇhā) bị dập tắt hoàn toàn.Sẽ không còn tái sanh đối với anh ta nữa, và anh ta sẽ được giải thoát hoàn toàn khỏi mọi hình thức của khổ đau.

Hãy ghi nhớ kỹ trong tâm bài học của câu chuyện này và cố gắng để giải thoát khỏi mọi khổ đau qua việc hành thiền vipassanā. Những câu chuyện trích dẫn tương tợ như thế này trong Kinh Điển và các bản chú giải Pāḷi không thiếu. Bây giờ chúng tôi sẽ bàn đến một số sự kiện đã gặp trong thời hiện đại.

Mahāsi Sayādaw 239

MỘT VỊ TRƯỞNG LÃO PHÁP SƯ

Trước đây khi chúng tôi sống tại tu viện Taungwine Taikkyaung ở Mawlamyaing (Miến Điện). Lúc bấy giờ có một vị Trưởng lão Pháp sư rất nổi tiếng. Trong một buổi lễ trai tăng nhân dịp tuần thất thứ nhất của một luật sư, vốn là thí chủ của ngài, ngài đã thuyết bài pháp sau để hồi hướng phước cho người quá cố.

“Mạng sống này của ta thực sự là ngắn ngủi, phù du; nhưng cái chết của ta là cố định. Chắc chắn là ta phải chết. Sự sống của ta sẽ chỉ chấm dứt trong cái chết.. Sự sống là vô thường; nhưng ngược lại, cái chết là thường và chắc chắn.”

Ngài đã dùng pháp quán sự chết này như một đề tài của buổi thuyết pháp. Dịp lễ ấy chúng tôi cũng có mặt và được nghe bài pháp của ngài. Vài ngày sau buổi lễ ấy, chúng tôi được nghe tin buồn là vị Trưởng Lão pháp sư đã chết. Lúc đó chúng tôi nghĩ rằng có lẽ ngài chết với tâm quán tưởng sự chết như ngài đã thuyết vài ngày trước. Nghe nói vị Trưởng Lão đã gặp một cái chết dữ, đó là chết dưới tay của những kẻ ám sát, chúng đã dùng dao găm đâm chết ngài.

Khoảng ba năm sau, một đứa bé trai từ Magwe cùng đi với cha mẹ đến vùng Mawlamyaing. Đứa bé ấy cứ quấy rầy cha mẹ, bắt họ phải đưa nó đến Mawlamyaing. Khi đến ngôi chùa của vị Trưởng Lão trước đây, đứa bé nói với cha mẹ nó rằng trong kiếp trước nó là vị Trưởng Lão trụ trì tại ngôi chùa đó. Nó có thể nói mọi thứ về ngôi chùa ấy và

240 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

những gì nó nói đều được thấy là sự thực.Nó nhớ hết các vị sư lãnh đạo ở các ngôi chùa lân cận và gọi họ bằng tên như trong kiếp trước nó thường gọi.

Khi người ta yêu cầu nó nói tên của một người đàn ông mà trước đây là đệ tử thân tín của vị Trưởng lão quá cố, đứa bé trả lời: “sợ lắm, sợ lắm”. Khi được hỏi là nó sợ cái gì, đứa bé kể lại việc người đàn ông ấy đã liên kết với những kẻ sát nhân đâm nó chết như thế nào, và nó đã chạy trốn họ bằng cách chạy đến một bờ sông và tìm thấy một chiếc thuyền rồi thoát thân bằng chiếc thuyền ấy ra sao. Sau khi đến một ngôi làng ở bờ biển Magwe, nó nói nó đã đi vào ngôi nhà của cha mẹ nó hiện nay.

Thực sự ra hình ảnh mà nó thấy nó đã chạy trốn những kẻ sát nhân, rồi sau đó tìm được một chiếc thuyền trên bờ sông, và bơi thuyền đến nhà của cha mẹ nó, tất cả chỉ là thú tướng (gati nimitta), những dấu hiệu về nơi đến (nơi sẽ tái sanh) đã xuất hiện vào lúc cận tử. Đây cũng là một trường hợp đáng để ghi nhớ vì nó xác định sự kiện luyến ái dẫn đến tái sanh, hay dẫn đến một hiện hữu mới như Đức Phật đã nói.

SANH LÀM TRÂU VÌ SỐ TIỀN 40 KYATS9

Trong một con phố nọ ở huyện Monywa, có một người đàn ông làm nghề cho vay tiền trong thời kỳ cai trị của Anh. Một lần, ông ta yêu cầu người nông dân nọ trả nợ

9 Kyats: đơn vị tiền tệ của Miến Điện.

trong khi người này nói số tiền mượn đó anh đã trả rồi. Người cho vay tiền cứ nằng nặc cho rằng anh nông dân này chưa trả. Cuối cùng, ông tuyên bố, “Nếu như tôi thực sự có đòi anh trả hai lần số tiền 40 kyats mà anh nói là đã trả rồi ấy thì cầu cho tôi sanh làm con trâu trong nhà của anh đi.” Với lời thề này, ông ép anh nông dân phải trả số tiền nợ một lần nữa. Như vậy, anh nông dân nghèo buộc phải trả hai lần số tiền mà anh đã mượn.

Không lâu sau đó, người cho vay tiền chết. Và trong nhà anh nông dân, người đã phải trả hai lần số tiền mượn, một con trâu nghé sanh ra. Đoán rằng người cho vay tiền đã tái sanh làm con trâu nghé trong nhà mình, người nông dân nghèo thử gọi con trâu nghé, “Sayā, Sayā, đến đây con,” y như cách anh thường gọi người cho vay tiền trước đây. Lạ thay, con trâu nghé đáp lại lời gọi của anh và đi đến bên anh. Lúc này anh tin chắc rằng người cho vay tiền cũ đã thực sự tái sanh làm con trâu trong nhà anh đúng theo lời thề của ông ta, người nông dân bắt đầu đem chuyện này kể với mọi người. Con gái của người cho vay tiền nghe được điều này liền kiện anh nông dân ra toà vì đã nói xấu cha cô.

Vị thẩm phán nhận xử vụ kiện cho đòi nguyên cáo, bị cáo và con trâu cùng với các nhân chứng của cả hai bên đến. Tại toà, người nông dân gọi con trâu, “Sayā, hãy đến đây” y như cách anh thường gọi người cho vay tiền. Con trâu nghe lời anh và đi đến. Con gái người cho vay tiền thường gọi cha mình là “Shi, Shi”. Khi cô gọi “Shi, Shi” ở toà án, con trâu cũng đi đến bên cô. Vị thẩm phán đi đến kết luận rằng anh nông dân nghèo nói đúng sự thật (không có ý định nói xấu ái

cả) và do đó huỷ bỏ vụ kiện. Từ câu chuyện này, chúng ta thấy không khó để tin rằng từ là một người vẫn có thể tái sanh làm một con trâu như thường. Bởi thế, Đức Phật nói taṇhā hay ái sẽ dẫn đến tái sanh. Cũng cần phải chú ý rằng thề bậy có thể đưa một người đến tai hoạ khủng khiếp như vậy.

MỘT CHÚT GẠO CỦA NGA NYO

Có một ngôi làng khoảng 400 căn nhà gọi là làng Chungyo, cách Taungdwingy khoảng mười dặm về phía tây bắc. Đối với thanh niên trong làng thì Nga Nyo và Ba Saung là đôi bạn thân cùng kiếm sống bằng cách đi bán lá trầu không (cho người ta ăn trầu) ở những ngôi làng quanh đó. Một hôm sau khi đi bán một vòng trở về, nửa đường Ba Saung hết gạo. Anh đã mượn một ít gạo của Nga Nyo để nấu bữa cơm chiều. Sau bữa ăn chiều, cả hai thong dong trở về làng trong đêm trăng sáng, Ba Saung vô tình đạp nhằm một con rắn độc và bị nó cắn chết tại chỗ. Lúc đó hai người bạn mới khoảng chừng hai mươi.

Có lẽ do bám vào ý nghĩ mắc nợ chút gạo đó vào lúc chết mà Ba Saung đã tái sanh làm một con gà trống trong nhà của Nga Nyo. Nga Nyo huấn luyện nó để trở thành một con gà đá và đưa nó vào các cuộc đá độ. Ba trận đầu con gà của Nga Nyo đều thắng, nhưng không may đến trận thứ tư nó thất bại do đối thủ của nó lớn hơn và mạnh hơn. Nga Nyo bộc lộ sự thất vọng của mình và giận dữ nắm chân con gà đập nó xuống đất. Đem con gà dở sống dở chết về nhà, anh

ném nó xuống gần chỗ lu nước và tại đây con bò của Nga Nyo đi đến và le lưỡi liếm nó (tỏ vẻ thương hại).

Con gà tội nghiệp chết và sau đó tái sanh trong bào thai của con bò. Khi con bê đã lớn kha khá, nó được đám bạn của Nga Nyo mua với giá bốn Kyats để đãi tiệc trong đó có anh ta tham dự. Trong khi họ đang chuẩn bị giết và xẻ thịt con bê cho bữa tiệc, hai vợ chồng người thư ký từ Taungdwingyi tình cờ đi đến và chứng kiến sự việc. Tỏ lòng thương cảm con bê, người vợ nói, “Giá con bê này là của tôi, tôi sẽ không đối xử với nó tàn nhẫn như vậy. Cho dù nó có chết một cái chết tự nhiên, tôi cũng không lòng dạ nào ăn thịt nó, mà chỉ đem chôn.”

Một thời gian sau, vợ người thư ký này sanh một đứa bé trai. Đứa bé lặng thinh không nói cho mãi tới năm lên bảy tuổi khi mà, một hôm cha nó nói, “Này con trai, con hãy nói một vài lời với cha mẹ đi. Hôm nay là ngày lãnh lương. Cha sẽ mua và mang về cho con mấy bộ quần áo đẹp.” Giữ lời hứa, chiều hốm đó người cha trở về với mấy bộ quần áo đẹp cho đứa con trai. Anh nói, “Này con, đây là những bộ đồ đẹp cho con. Bây giờ hãy nói với cha mẹ đi nào.” Đứa bé lúc đó chỉ thốt lên, “Chút ít gạo của Nga Nyo.”

Người cha nói, “Này con trái, hãy nói với cha mẹ đi. Không chỉ chút ít gạo, mà cả bao gạo trả nợ cho con cũng được.” Nghe như vậy đứa bé nói “Nếu thế, hãy bỏ một bao gạo lên xe bò đi, chúng ta sẽ đi ngay bây giờ để trả nợ cho con.” Bỏ một bao gạo lên xe theo yêu cầu, họ khởi hành lên đường. Người cha hỏi đứa con, “Bây giờ chúng ta sẽ đi

đâu?” Đứa bé hướng dẫn người cha đánh xe về phía bắc của Taungdwingyi, và cuối cùng họ đến làng Chaungyo, đứa con nói, “Nó đó. Là ngôi làng đó đó,” và tiếp tục hướng dẫn cha nó đi qua những con đường làng cho đến khi tới nhà của Nga Nyo. Sau khi hỏi thăm xem đó có phải thực là nhà của ông Nyo không. Chính Nga Nyo là người

xác nhận đó là nhà của mình và đi ra đón. Khi ông ra đến gần chiếc xe, đứa bé réo gọi ông, "Này, Nga Nyo, anh vẫn còn nhớ tôi chớ?" Người đàn ông cảm thấy bị xúc phạm khi đứa bé đáng tuổi con mình lại gọi mình một cách thô lỗ là Nga Nyo, nhưng trở nên nguôi ngoai khi người thư ký giải thích, "Xin ông chớ giận, Nyo. Đứa bé này đang ở trong trường hợp khá lạ lùng đấy."

Khi họ đi vào trong nhà, đứa bé bắt đầu, "Vậy ra, Nga Nyo, anh không nhớ tôi sao? Chúng ta có lần đi bán lá trầu cùng nhau quanh các ngôi làng đấy. Tôi đã mượn của anh một ít gạo. Rồi tôi bị một con rắn cắn chết trước khi tôi có thể trả món nợ ấy cho anh. Kế đó tôi sanh làm con gà trống trong nhà anh. Sau khi thắng được ba trận cho anh, tôi thua trận thứ tư vì đối thủ của tôi mạnh hơn tôi rất nhiều. Do thua độ ấy anh đã đập tôi chết trong cơn giận. Lúc sắp chết. Dở sống dở chết, anh ném tôi xuống gần cái lu nước rồi một con bò đi đến và liếm vào người tôi. Tôi thụ thai trong bụng nó và tái sanh làm một con bò. Khi tôi vừa trở thành một con bò tơ, các anh đã giết tôi để ăn thịt. Lúc bấy giờ người thư ký và vợ, là cha và mẹ của tôi hiện nay, đến gần bên và tỏ lòng thương cảm đối với tôi. Sau khi tôi chết như một con bò, tôi tái sanh làm con của cha mẹ tôi hiện nay. Bây giờ tôi đến để trả món nợ chút ít gạo tôi vay anh đây."

Mahāsi Sayādaw 245

Tất cả những gì đứa bé kể lại được Nga Nyo xác nhận là đúng sự thực và anh ta khóc nức nở, cảm thấy hối hận vì sự đối xử tệ bạc mà anh đã làm đối với người bạn cũ.

Qua câu chuyện này chúng tôi muốn nhấn mạnh rằng trừ phi ái (taṇhā) được bứng gốc hoàn toàn, bằng không sự tái sanh trong những hiện hữu mới là điều không thể tránh khỏi.

KIẾP SỐNG KHỦNG KHIẾP KHI LÀM DẠ-XOA KHI LÀM BÒ

Khoảng năm 1300 (theo lịch Miến) trong tu viện Payāgyi của Mandalay có một Tăng sinh tên là U Ar Seinna lưu trú. Vị sư này là người có tầm vóc, nước da sáng sủa và có đầy đủ niềm tin trong Pháp (Dhamma). Sư cũng còn là một tăng sinh giỏi, chuyên tâm nghiên cứu văn học Tam Tạng Thánh Điển. Một hôm trong khi đang rửa bát vị sư ấy gọi các bạn đồng tu, "Bạch chư đại đức, tôi mong các đại đức hãy bảo trọng, hãy có hành vi cư xử tốt trong khi các đại đức còn đang sống nhờ vào đồ ăn khất thực của các thí chủ. Tôi cũng đang sống một cuộc sống không dễ duôi, vì đã có những kinh nghiệm bản thân trong ba kiếp sống vừa qua."

Một trong những bạn đồng tu của vị sư ấy mới tò mò hỏi về những tiền kiếp của vị ấy và được vị ấy kể lại như sau: "Tôi đã chết từ kiếp người và trở thành một nữ dạ xoa. Tôi cực kỳ đau khổ trong kiếp đó. Không có gì để ăn, không có nơi tươm tất để ở, cứ phải lang thang đây đó để tìm một chỗ tạm trú. Từ kiếp dạ xoa ấy tôi tái sanh làm một con bò kéo xe; tôi được nhốt chung chuồng với một bạn đồng kéo

246 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

mà mũi của hắn luôn chảy ra một thứ nước hôi thối. Mùi nước mũi của nó trở nên không thể chịu đựng nổi, tôi đã húc vào nó để nó tránh xa tôi ra. Ông chủ đã đánh tôi vì

tội này, nghĩ rằng tôi đang dở thói bắt nạt con bò ấy, và hống hách với nó. Khi tôi chết từ kiếp đó, tôi lại tái sanh làm người và rất lấy làm kinh cảm (kinh động với cảm xúc tâm linh), nên giờ đây tôi biết chấp nhận cuộc sống của một vị Tỳ-kheo."

Câu chuyện này cũng được dùng để nhấn mạnh đến sự kiện rằng bao lâu tham ái (taṇhā) còn tồn tại, tái sanh chắc chắn sẽ xảy ra. Nó cũng chỉ ra cho chúng ta thấy kiếp sống của một dạ xoa khủng khiếp như thế nào và, do thiếu khả năng truyền đạt, một con bò có thể bị người ta hiểu lầm và hậu quả là phải chịu sự ngược đãi ra sao. Những giải thích này cũng được dùng để đánh thức sự kinh cảm tâm linh nơi chúng ta nữa vậy.

ĐƯỢC TÁI SANH LÀM NGƯỜI TRỞ LẠI SAU KHI LÀM BÒ VÀ CHÓ

Khoảng năm 1300 ME (Lịch Miến), vị Trưởng Lão trụ trì của một ngôi chùa làng ở huyện Monywā bị một thủ lĩnh quân phiến loạn buộc tội ngài đã "ngược đãi" những thuộc cấp của y và bắn chết ngài. Vị Trưởng lão ấy hiện giờ đang ở trong cõi người, là một vị Tỳ-kheo trở lại. Nghe nói rằng vị ấy thậm chí còn đậu các kỳ thi kinh điển nữa. Vị Tỳ- kheo này kể lại rằng, "Sau khi bị bắn chết tôi đã tái sanh làm một con bò, rồi sau đó làm một con chó và hiện nay làm người trở lại." Chúng ta thấy, từ mức của một vị Tỳ-kheo trong kiếp người đi xuống mức của một con bò rồi một con

chó dường như rất là thoái hoá. Nhưng đây là sự thật, nếu tham ái (taṇhā) vẫn chưa được đoạn trừ, việc đi xuống nấc thang của sự hiện hữu thấp hơn là điều có thể xảy ra. Như trường hợp của vị Tỳ-kheo Tissa thời Đức Phật trở thành một con rệp do luyến ái tấm y mới chưa mặc của mình chẳng hạn. Vì thế, hiểu rằng bất kỳ ai, với tham ái (taṇhā) chưa đoạn trừ (và như thế tà kiến-diṭṭhi, hoài nghi-viccikicchā cũng còn nguyên vẹn), vẫn phải chịu sự tái sanh, điều thiết yếu là làm sao phấn đấu để đoạn trừ hoàn toàn tham ái hay ít nhất, cũng phải hành làm sao để diệt trừ tà kiến và hoài nghi.

THẬM CHÍ CÓ THỂ TÁI SANH LÀM THẰN LẰN

Khoảng năm 1323 M.E. ở làng Pha Aung We gần Daik-u, có xuất hiện một đứa bé trai lạ, nó nói rằng trước đây nó là một vị sư trú ngụ trong một ngôi chùa ở làng Ywā Waing cách đó khoảng hai dặm. Đứa bé thông minh với trí nhớ rất tốt. Khi người ta đưa nó đến ngôi chùa mà nó nói đã từng ở đó, nó có vẻ biết hết tất cả mọi thứ trong ngôi chùa và có thể nhận dạng từng vật rồi nhắc lại đúng tên của những thí thủ dâng cúng nó. Những gì nó nói được thấy là hoàn toàn chính xác. Đứa bé còn nói sau khi chết trong kiếp làm Tỳ- kheo ấy nó tái sanh làm một con thằn lằn. Rồi trong kiếp làm thằn lằn, nó thọ nạn khi nhảy từ chùa sang cây dừa kế bên. Nó trượt cái cây và rơi xuống đất gãy xương đùi. Vết thương khiến cho nó chết. Khi nó chết, nó cõi trên một chiếc xe bò của một người nông dân từ ngôi làng Pha Aung, mà cánh đồng của ông gần ngôi chùa nó ở, và ở lại trong nhà người nông dân ấy. Những gì đứa bé nói về việc cõi trên chiếc xe

bò là sự xuất hiện của thú tướng (gati nimitta), dấu hiệu về nơi đến (tái sanh) lúc cận tử.

Câu chuyện này cũng khiến cho chúng ta hiểu được rằng khi tham ái còn nấn ná, sự tái sanh hay hiện hữu mới vẫn có thể xảy ra và nên biết sợ hãi với điều này để lo tu tập Thánh Đạo đoạn trừ tham ái. Lý do tại sao chúng tôi đưa ra những câu chuyện của thời hiện đại này là, bởi vì có một số người chủ trương rằng không có gì gọi là đời sau cả. Một số khác thì lưỡng lự, bối rối, không thể đi đến kết luận là có hay không có đời sau. Bất chấp những giải thích rõ ràng trong kinh điển về những kiếp sống mới, nhiều người vẫn hoài nghi về những gì được viết vào thời xưa. Vì thế, để khơi dậy đức tin nơi nghiệp và quả của nghiệp trong đời sau, và để giữ vững được sự tin tưởng ấy, chúng tôi đưa ra những câu chuyện này vậy.

Như đã nói ở trên, do tham ái (taṇhā) mà có tái sanh, nên Đức Thế Tôn đã dạy, "Chính sự đói khát này, chính tham ái này đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia.". Ngài cũng đưa ra sự giải thích rõ ràng về taṇhā hay tham ái. Thế nào là tham ái này? Trước tiên, có sự khát khao đối với các dục lạc. Thứ hai, có sự dính mắc vào niềm tin về sự thường hằng. Và thứ ba có sự chấp giữ vào quan niệm cho rằng không có đời sau. Ba loại ái này là chân lý hay sự thực về nguồn gốc của khổ (tập đế).

Mahāsi Sayādaw 249

DỤC ÁI (KĀMA TAṆHĀ)

Trong ba loại ái này, dục ái (kāma taṇhā) là lòng khao khát các dục trần khả ái, thuộc bản thân mình hay đối với người khác. Khát ái nảy sanh khi thấy một cảnh sắc đẹp là dục ái (kāma taṇhā). Ở đây cảnh sắc không chỉ liên quan đến diện mạo, màu sắc..., mà con liên quan đến toàn bộ hình dáng, thân thể của người đàn ông hay đàn bà vốn tác dụng như căn bản của sự thấy, những y phục họ mặc và những vật khác thuộc về cô ta hay anh ta. Cũng vậy, đối với các cảnh trần khác như âm thanh, mùi, vị, đàn ông, đàn bà..., tạo ra những cảnh khả ái, và lòng khao khát đối với chúng được gọi là dục ái (kāma taṇhā). Tóm lại, lòng mong muốn hay khao khát đối với bất kỳ một dục trần khả ái nào đều là kāma taṇhā.

Mong muốn trở thành một con người, một vị chư thiên, mong muốn được sinh làm một người nam hay một người nữ; khát khao được hưởng thụ các dục lạc như một con người, như một vị chư thiên, như một người đàn ông hay một người đàn bà — tất cả những khát khao này cũng gọi là dục ái (kāma taṇhā). Do đó, chúng ta có thể nói rằng thích thú trong những ý nghĩ hay đối tượng khả lạc, khả ái là kāma taṇhā hay dục ái.

Khi thấy, nghe, ngửi, nếm, hay xúc chạm một dục trần, nếu ta xem nó là lạc, một sự ưa thích lập tức phát sanh đối với dục trần ấy. Nghĩ nó là lạc có nghĩa là vô minh (avijjā). Vô minh vốn che đậy bản chất thực của dục trần và làm phát sanh quan niệm sai lầm về nó. Vô minh nhận cái vô thường là thường, khổ là lạc, xem các hiện tượng danh và

250 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

sắc vốn không có linh hồn hay tự ngã là ngã hay thực thể sống, và xem thân mình cũng như thân của người khác vốn bất tịnh là tịnh.

Như vậy, do nghĩ cái vốn không lạc là lạc, ưa thích đã phát sanh đối với nó; do ưa thích và mong muốn (nó) dẫn đến tham ái; tham ái thúc đẩy người ta lao vào những hoạt động nhằm hoàn thành tham ái ấy. Những hoạt động có chủ ý như vậy là Nghiệp (kamma) và các Hành (saṇkhāras) vốn trách nhiệm cho sự hình thành các uẩn danh và sắc mới của một hiện hữu mới. Vì thế mỗi lần ưa thích hay ước muốn một dục trần nào đó có nghĩa là đã mạo hiểm lao vào một sanh hữu mới. Do ảnh hưởng của tham ái (taṇhā), Hành Tác Thức (Abhisaṅkhāra viññāṇa) hay gọi cách khác là Tốc Hành Tâm Cận Tử (maraṇā sannajavana) đã bám chắc vào Nghiệp (kamma), Nghiệp Tướng (kamma nimitta) và Thú Tướng (gati nimitta), ba dấu hiệu xuất hiện vào lúc lâm chung. Do sự bám chắc vào các đối tượng được thấy ở ngưỡng cửa tử này, sát-na sau khi tâm tử diệt Kiết Sanh Thức khởi lên bám vào cảnh thấy cuối cùng ấy, làm phát sanh một sự tái sanh mới. Vì vậy tham ái (taṇhā) này được mô tả là 'ponobhavikā' — làm phát sanh sự hiện hữu mới.

HỮU ÁI (BHAVA TAṆHĀ)

Theo Chú giải, hữu ái (bhava taṇhā) là tham ái đi kèm với thường kiến (sassata diṭṭhi). Ở đây, bhava có nghĩa là trở thành hay hiện hữu. Vì vậy bhava taṇhā là tham ái dựa trên niềm tin vào sự thường hằng và vững bền của hiện hữu.

Mahāsi Sayādaw 251

Thương Kiến là tà kiến cho rằng có một linh hồn hay thực thể sống không bao giờ chết cũng không bao giờ tan biến; mặc dù thân xác vật lý thô này có chết đi, song linh hồn hay thực thể sống này không phải chịu sự tan hoại. Nó nhập vào một thân xác mới và tồn tại ở đó. Cho dù thế gian này có sụp đổ và tan hoại, linh hồn vẫn thường tại vĩnh cửu và không bao giờ chết.

Những tín ngưỡng tôn giáo ngoài Phật Giáo hầu hết bám vào thường kiến này. Một số tin rằng, sau khi chết, con người sẽ trường tồn trên thiên giới hoặc chịu kiếp đoạ đày vĩnh viễn trong địa ngục theo ý Thượng Đế. Số khác thì quan niệm rằng một chúng sanh chuyển di từ một hiện hữu này sang một hiện hữu khác theo nghiệp (kamma) và tồn tại vĩnh hằng ở đó. Số khác nữa lại tin rằng một chúng sanh cứ luân chuyển từ kiếp sống này sang kiếp sống khác theo một tiến trình nhất định và rồi giải thoát.

Nói tóm lại, bất cứ tín ngưỡng nào chấp giữ quan niệm cho rằng "có một linh hồn hay thực thể sống di chuyển từ kiếp này sang một kiếp sống mới không bị tan hoại" là thường kiến (sassata diṭṭhi). Ví như, con chim đậu trên một cái cây, khi cái cây này đổ thì nó bay sang cây khác. Khi cây thứ hai đổ nó lại tiếp tục bay sang cây thứ ba… Cũng vậy, linh hồn hay thực thể sống, vào lúc xác thân thô mà trên đó nó nương dựa tan hoại, sẽ di chuyển sang một thân xác khác, còn tự thân nó vẫn bất diệt không bị tiêu hoại.

Tham ái đi kèm với thường kiến như vậy gọi là hữu ái (bhava taṇhā). Tham ái này lấy làm vui thích trong quan niệm

252 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

cho rằng có một linh hồn hay thực thể sống thường hằng, bền vững. Cái Ta bất diệt này cảm giác các cảm thọ và sẽ tiếp tục cảm giác những cảm thọ ấy trong tương lai; do tin như vậy, nó lấy làm thích thú trong mọi đối tượng nó thấy, nghe, ngửi, xúc chạm, hay biết và nó cũng thấy thích thú trong những đối tượng mà nó hy vọng sẽ đi đến hưởng thụ trong tương lai. Ước muốn được hưởng một cuộc sống an vui và thịnh vượng trong hiện tại và trong tương lai. Nghĩa là trong tương lai, nó muốn được tái sanh trong những kiếp sống mới tốt đẹp hơn, hạnh phúc hơn để thọ hưởng sự giàu sang của con người hay chư thiên. Một số thì mong muốn luôn luôn được tái sanh là người nam, một số thì luôn luôn làm người nữ. Tất cả những điều này là sự thể hiện của Hữu Ái.

Mỗi lần tham ái sanh khởi, đối với các dục trần sẵn có trong hiện tại hay đối với kiếp sống họ đang sống, hay một kiếp sống nào đó trong tương lai mà họ mong đợi sẽ được tái sanh vào, chính là do hữu ái này. Có thể nói hữu ái là thế lực tạo điều kiện hay sức mạnh tiềm tàng đang xây dựng cho sự xuất hiện của một kiếp sống mới. Đó là lý do tại sao Đức Phật dạy: 'ponobhavika...có thể làm phát sanh một hiện hữu mới (tái sanh). Hữu ái được tóm tắt lại như thế này:

Khát khao hiện hữu với quan niệm cho rằng sự sống là bất diệt là Hữu Ái (Bhava Taṇhā)

Mahāsi Sayādaw 253

PHI HỮU ÁI (VIBHAVA TAṆHĀ)

Trong từ 'Vibhava Taṇhā', vibhava có nghĩa là không trở thành, không hiện hữu, sự huỷ diệt của hiện hữu. Tham ái với quan niệm cho rằng "chỉ khi còn sống mới có sự hiện hữu, và không còn gì cả sau khi chết", được gọi là Phi Hữu Ái (vibhava taṇhā). Đây là loại tham ái đi kèm với đoạn kiến (uccheda diṭṭhi), quan kiến cho rằng "không có gì còn lại sau khi chết; chỉ có sự huỷ diệt hoàn toàn." Đây là giáo lý do Ajita, lãnh đạo của một giáo phái trong thời Đức Phật thuyết giảng. Giáo lý của ông có thể tóm tắt như vầy: Một cá nhân do Tứ Đại tạo thành. Khi người ấy ấy chết, địa đại hay chất đất trong thân người ấy nhập vào khối địa đại hiện hữu trong các vật thể vô tri ở bên ngoài. (Những gì nó muốn nói là: địa đại tự nó vốn đã thể hiện như sự cứng, thô trong lúc thân còn sống, sẽ tự nhập vào địa đại vô tri bên ngoài, đó là địa đại của xác chết. Đúng thời nó biến thành chất đất (pathavī rūpa), và chất đất này lại biến đổi thành chất đất của các loại cây cối v.v...)

Thuỷ đại hay chất nước của thân sống sẽ chảy vào lại khối nước vô tri. (Đó là, trạng thái ướt, trạng thái lỏng của xác chết sẽ trở thành trạng thái ẩm ướt của khối nước vô tri bên ngoài)

Hoả đại hay chất lửa của thân sống nhập vào khối hơi nóng vô tri bên ngoài và phong đại hay chất gió thì chảy vào khối không khí vô tri bên ngoài. Toàn bộ khả năng biết

(các giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi…) chuyển vào hư không. (Các nhà đoạn kiến không công nhận sự hiện hữu tách biệt

254 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

của nhãn thức, nhĩ thức…Họ cho rằng các hình thức vật chất của mắt, tai…tự chúng thấy, nghe, nếm, xúc chạm. Trong khi ý (mana) tự nó là khả năng suy nghĩ. Họ giải thích sự diệt của thức dưới dạng sáu căn, mà theo họ, sẽ nhập vào hư không hay biến mất vào hư không…)

Dù người ấy là người trí hay kẻ ngu, khi chết, họ cũng hoàn toàn biến mất như nhau. Không còn lại gì sau khi chết. Kẻ ngu không phải chịu khổ trong một kiếp sống mới vì những ác nghiệp quá khứ của họ. Người trí cũng không có kiếp sống mới để hưởng quả báo của những thiện nghiệp họ đã làm.)

Trên đây là một trong số những lời dạy của Ajita, người chấp vào chủ thuyết đoạn kiến. Chúng ta có thể thấy hệ tư tưởng này sẵn sàng được chấp nhận bởi những người hay do dự khi tránh điều ác và làm điều thiện. Vì theo hệ tư tưởng này, người ta mặc nhiên công nhận rằng không có sự sống, không có sự hiện hữu, sau khi chết, song điều này cũng chẳng khác gì thú nhận rằng có sự sống trước khi chết vậy. Câu hỏi có thể phát sanh là "Vậy sự hiện hữu trước khi chết đó là cái gì?" Trả lời, (theo phương pháp lý luận của họ), đó chỉ có thể là tự ngã (atta), hay chúng sanh (satta) đang sống vậy thôi. Như vậy, mặc dù Ajita chủ trương một cá nhân là do tứ đại tạo thành, thì phải nói rằng, đối với ông ta, tự ngã hay chúng sanh vẫn hiện hữu. Do sự chấp trước vào tự ngã này, những người theo đoạn kiến lý lẽ rằng thay vì phí thì giờ làm những việc phước thiện cho kiếp tương lai, hãy tận dụng mọi cơ hội trong khoảnh khắc hiện tại để hưởng thụ các lạc thú. Tham ái đi kèm với quan niệm cho rằng không

Mahāsi Sayādaw 255

có gì còn lại sau khi chết, mọi thứ đều hoại diệt, được gọi là Phi Hữu Ái (vibhava taṇhā), chúng ta có thể tóm tắt nó như sau:

Tham ái khởi lên cùng với đoạn kiến là Phi Hữu Ái.

Phi hữu ái này thích ý niệm cho rằng sau khi chết, sự hiện hữu bị huỷ diệt không cần bất kỳ nỗ lực đặc biệt nào. Lý do tại sao? Những người chấp giữ tà kiến này thường không thực hành các điều thiện và tránh các điều ác. Những điều ác mà họ phạm cũng nhiều vô số kể. Nếu kiếp sống mới xảy ra sau khi chết, những ác nghiệp này sẽ cho quả bất thiện và tất nhiên là họ không thích thú gì. Chỉ khi nào không có gì xảy ra sau khi chết, nghĩa là không có sự hiện hữu mới, những ác nghiệp của họ mới bị xoá; họ sẽ không phải chịu trách nhiệm đối với chúng và thoát khỏi mọi hậu quả của những ác nghiệp ấy không bị trừng phạt. Vì vậy ý niệm chết là hết này này cực kỳ hấp dẫn đối với những người đoạn kiến.

Mặt khác, do tin rằng thời gian để hưởng thụ là hiện tại, tức kiếp sống hiện tại trước khi chết, họ háo hức chạy theo những dục trần khả ý. Vì vậy trong sự theo đuổi những gì họ xem là vừa lòng, thích ý, tất cả họ đều hướng ra ngoài. Sự hăng say theo đuổi các

dục lạc này dẫn đến chỗ tạo tác các nghiệp, và mỗi hành nghiệp như vậy sẽ góp phần vào sự hình thành của kiếp sống mới.

Và mỗi lần có sự thích thú hoặc hưởng thụ các dục lạc của kiếp sống hiện tại, xung lực của tham ái (taṇhā) này được

truyền vào dòng tâm thức. Hậu quả là, vào lúc sắp chết, tốc hành tâm cận tử hay gọi cách khác là Hành Tác Thức (abhisaṅkhāra viññāṇa) bám chặt vào các dấu hiệu của sự chết, đó là nghiệp, nghiệp tướng, và thú tướng. Trong khi đang bám vào những đối tượng này, nếu cái chết đến cùng với tâm tử, tâm tục sanh sẽ khởi lên để cho một hiện hữu mới, do một trong ba dấu hiệu này làm duyên. Như vậy, một người chủ trương đoạn kiến, dù thích hay không thích, vẫn phải tái sanh trong một hiện hữu mới do tham ái (taṇhā) đối với những vật khả ý của họ. Và sự hiện hữu mới này rất có thể phải ở trong những trạng thái hạ liệt và đau khổ vì trước đây họ đã không tạo tác được gì ngoài những ác nghiệp.

Do đó, Đức Phật đã dạy rằng loại Phi Hữu Ái này cũng làm phát sanh hiện hữu mới (ponobhavikā). Như vậy cả ba loại ái này— dục ái, hữu ái, và phi hữu ái, đều dẫn đến kiếp sống mới và khổ đau. Tóm tắt:

Nhân đích thực của khổ nằm trong ba loại tham ái (dục ái, hữu ái, và phi hữu ái)

Ba loại ái vừa nói ở trên là nguồn gốc của khổ bắt đầu từ sanh (Jāti), đến chấp thủ năm uẩn (upādānakkhandhā), và do đó được định danh là Tập Đế (samudaya saccā).

Về vấn đề tham ái này sanh khởi ở đâu và bám rễ ở đâu, Kinh Đại Niệm Xứ tuyên bố: “Chỗ nào trên đời này, có những pháp thích ý, vừa lòng, ở đó tham ái này sẽ sanh và bám rễ.”

Ở đây, khi nói ‘tham ái sanh’là muốn nói đến sự sanh khởi thực sự của tham ái do gặp những pháp thích ý, vừa lòng. Tham ái này gọi là ‘Triền Phiền Não’, tức phiền não đã bột phát (pari+uṭṭhāna+ kilesaparyuṭṭhāna , kilesa). Còn ‘bám rễ’ có nghĩa là, do không quán tính chất vô thường của các pháp thích ý nên tham ái đối với chúng vốn ngủ ngầm, bám rễ để sanh lên khi những hoàn cảnh thuận lợi cho phép. Đây là tham ái ngủ ngầm, tham ái nằm ngầm trong các đối tượng giác quan khi thoát khỏi bị quán (tính chất vô thường), được gọi là ārammananusaya (phiền não ngủ ngầm trong đối tượng). Thiền Minh Sát đoạn trừ được loại phiền não này.

Các pháp thích ý, vừa lòng từ đó tham ái sanh đã được mô tả một cách tỉ mỉ trong Kinh Đại Niệm Xứ và có thể tóm tắt như sau:

1. Nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân và ý (sáu căn môn)
2. Cảnh sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp (sáu cảnh, hay sáu dục trần)
3. Nhãn thức, nhĩ thức…(sáu loại thức)
4. Sáu loại xúc (nhãn xúc, nhĩ xúc…ý xúc)

5. Sáu loại thọ do xúc sanh…

Trong khi hành thiền minh sát, những pháp thích ý, vừa lòng này phải được quán. Không nhận ra chúng là vô thường, bất toại nguyện v.v…bằng sự ghi nhận với chánh niệm sẽ dẫn đến sự sinh sản ra hai loại tham ái. Hai loại tham ái này, đó là Ái Tuỳ Miên (anusaya taṇhā), hay tham ái ngủ ngầm đối với những đối tượng vừa ý do thoát khỏi sự

quán hay thoát khỏi sự ghi nhận chúng đúng như thực, vào lúc thấy, nghe…, và Ái Bột Phát (pariyutthāna taṇhā), ái đã thực sự khởi lên từ những đối tượng vừa ý ấy, tạo thành thánh đế về nguồn gốc của khổ (khổ tập thánh đế). Điều này cần phải được hiểu biết một cách thấu đáo và ghi nhớ cẩn thận.

Phần khổ tập thánh đế đến đây kể như đã được giải thích tương đối đầy đủ.

Hết Phần V

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

PHẦN VI

DIỆT ĐẾ (NIRODHA SACCĀ)

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ – yo tassāyeva taṇhāya asesavirāganirodho cāgo paṭinissaggo mutti anālayo.

“Này các Tỳ-kheo, bây giờ Như Lai sẽ giảng về Diệt Đế (Thánh đế về sự Diệt của Khổ), chân lý đích thực mà các Bậc Thánh nên biết. Đó chính là ly tham, đoạn diệt, không có dư tàn khát ái ấy, sự quăng bỏ, từ bỏ, giải thoát, không có chấp trước khát ái ấy.”

Như vậy thánh đế về sự diệt khổ chính là sự diệt của tham ái, tập đế (samudaya saccā), gọi cách khác là khổ tập thánh đế. Nhờ minh sát trí (vipassanā ñāṇa) và Thánh đạo trí (Ariya magga ñāṇa) tham ái không có cơ hội phát sanh và diệt mất. Nó cũng giống như đêm tối bị xua tan bởi ánh sáng mặt trời vậy. Khi A-la-hán thánh đạo trí (Arahantta magga Ñāṇa) xuất hiện, tham ái không còn cơ hội để sanh và bị tuyệt diệt. Với sự diệt của tham ái (taṇhā), các uẩn danh và sắc cho một kiếp sống mới không thể xuất hiện và ngưng hiện hữu hoàn toàn. Sự không khởi lên hay sự diệt của tham ái này được gọi là Thánh Đế về Sự Diệt của Khổ (Khổ Diệt Thánh Đế). Sự diệt của tham ái bằng A-la-hán thánh đạo trí là sự diệt

hoàn toàn không còn dư tàn của tham ái và là hình thức diệt cao quý nhất và cao tột nhất.

Có những hình thức diệt thấp hơn, chẳng hạn như sự diệt bằng Bất Lai Thánh Đạo (anāgāmi magga) vốn chỉ dập tắt hoàn toàn dục ái (kāma taṇhā); sự diệt bằng Nhất Lai Thánh Đạo (sakadagāmi magga) chỉ diệt được những hình thức thô của dục ái; sự diệt bằng Nhập Lưu Thánh Đạo (sotāpatti magga) chỉ loại trừ được những dục ái nào đưa

đến tái sanh trong những cõi khổ. Do những sự diệt này chỉ liên quan đến sự diệt phần nào tham ái nên có thể xem chúng như những loại Diệt Đế (nirodha saccā) cấp thấp. Có một hình thức diệt khác xảy ra do hành thiền trên tính chất vô thường, bất toại nguyện và vô ngã của các hiện tượng.Thực ra, trong suốt giai đoạn quán trên những tính chất ấy, tham ái không có cơ hội phát sanh và vì vậy sự diệt tạm thời của tham ái xảy ra mà thôi. Nó có thể được xem như sự diệt nửa vời của tham ái bằng sự phát triển minh sát trí. Mỗi lần một người chuyên tâm hành thiền minh sát, có thể nói rằng họ đang thực hiện sự diệt tạm thời của tham ái này.

Kinh điển Pāḷi đưa ra những giải thích sau về sự diệt của ái bằng cách trả lời câu hỏi tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đâu, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đâu? “Chỗ nào trên đời này có những pháp thích ý, vừa lòng, ở đó ái này có thể được xả ly, có thể được diệt trừ.”

Ở đây, các pháp thích ý, vừa lòng, như đã giải thích ở trên, là sáu căn môn: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, và ý; sáu trần cảnh: sắc, thanh, hương, vị, xúc, và pháp; sáu thức: nhãn

thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, và ý thức. Về chi tiết có thể tham khảo trong Kinh Đại Niệm Xứ.

Xả ly và diệt trừ về ý nghĩa giống như nhau. Tương tự, từ bỏ (cāgo), xả ly (paṭinissaggo-); giải thoát (mutti —); vô chấp trước hay không tham muốn (analayo— <>) … tất cả đều bao hàm cùng một ý nghĩa như nirodha, tức sự diệt, hay huỷ diệt.

SỰ DIỆT CỦA THAM ÁI XẢY RA NHƯ THẾ NÀO

Khi người hành thiền, nhờ ghi nhận ‘thấy’ ‘thấy’ vào sát-na thấy, trở nên tin chắc về bản chất vô thường, khổ, vô ngã đích thực của chúng, vị ấy sẽ không bị mù quáng bởi ảo tưởng về sự thường, lạc, ngã, tịnh trong các căn và cảnh (trần) như con mắt (nhãn), cảnh sắc, nhãn thức…Vị ấy nhất thời được giải thoát khỏi vô minh (avijja). Sau khi đã thấy thực tại đúng như thực và được giải thoát khỏi vô minh, cảm giác vừa ý, hay thích thú đối với những đối tượng ấy sẽ không khởi lên. Đây là sự diệt tạm thời hay sự tàn tạ nhất thời của tham ái. Do sự tàn tạ của tham ái, thủ (upādāna), nghiệp (kamma) và hành (saṅkhāra) vốn lết theo sau tham ái không thể khởi sanh. Do đó thức, danh&sắc, lục nhập, xúc, và thọ, những quả nghiệp bất thiện và hành, không thể xuất hiện. Đây là cách tham ái cùng với khổ bị dập tắt một cách tạm thời; sự dập tắt này được gọi là nhất thời đoạn diệt hay nhất thời Niết Bàn.

Theo cách tương tự, người hành thiền, nhờ ghi nhận ‘nghe’, ‘nghe’; ‘ngửi’, ‘ngửi’… ‘nhĩ thức’, ‘tỷ thức’…mỗi lúc nghe, ngửi v.v…, và trở nên chắc chắn về bản chất vô thường, khổ, và vô ngã đích thực của tai, âm thanh, mũi, mùi, lưỡi, vị…Vị ấy được giải thoát khỏi ảo tưởng về sự thường, lạc, ngã tịnh liên quan đến các đối tượng này. Như vậy, ngay lúc đó vị ấy sẽ có sự diệt tạm thời của ái, và khổ hay nói cách khác là sẽ có nhất

thời Niết Bàn.

Nhờ thiền minh sát thúc đẩy sự diệt tạm thời này mà thắng trí được phát triển, Niết Bàn được chứng đắc bằng phương tiện nhập lưu thánh đạo trí (sotāpanna ñāṇa). Nhập lưu thánh đạo trí diệt những dục ái (kāma taṇhā) nào có thể khiến cho phải tái sanh trong những trạng thái khổ (bốn ác đạo). Bởi thế người hành thiền được giải thoát hoàn toàn khỏi những khổ đau của khổ cảnh (apāya =,), và cái khổ của hơn bảy kiếp trong những cõi vui dục giới (kāmasugati). Đây là sự diệt của khổ như kết quả của tham ái diệt. Tuy nhiên, không nên nghĩ rằng đạo quả nhập lưu (sotāpanna magga phala) lấy sự diệt ái làm đối tượng quán của nó. Nó chỉ an trú diệt như kết quả của sự diệt khổ cố hữu trong các uẩn danh và sắc mà thôi.

Khi Nhất lai thánh đạo trí (sakadāgāmi ñāṇa) chứng đắc Niết Bàn, những hình thức thô hơn của dục ái cùng với những nỗi khổ của hơn hai kiếp trong cõi dục đã được dập tắt. Khi Bất lai thánh đạo trí (Anāgāmi ñāṇa), chứng đắc Niết Bàn, những hình thức vi tế của dục ái và những nỗi khổ của hơn một kiếp trong cõi sắc giới (rūpa loka), hay trong cõi vô sắc giới (arūpa loka), được dập tắt. Đây cũng là sự diệt khổ

Mahāsi Sayādaw 263

như kết quả của sự diệt ái. Trong hai đạo quả này cũng vậy, tâm chỉ an trú diệt như kết quả của sự diệt khổ cố hữu trong các uẩn danh sắc mà thôi.

Khi Niết Bàn được chứng đắc bằng A-la-hán thánh đạo trí (Arahatta magga ñāṇa), mọi hình thức của khổ được đoạn diệt hoàn toàn. Đây cũng là sự diệt khổ như kết quả của diệt ái. Chúng ta có thể tóm tắt lại như sau:

Khi ái diệt thì khổ diệt.

Chỉ khi tham ái được đoạn trừ hoàn toàn, sự giải thoát khổ thực sự mới hoàn tất. Thoát khổ bằng những phương tiện khác, không phải là sự giải thoát đích thực mà chỉ là sự giải khuây tạm thời; đúng thời khổ lại tái diễn. Giống như chúng ta phải duỗi chân tay để giảm nhẹ sự cứng nhắc do co. Cái đau tạm thời được loại trừ chỉ để trở lại khi mệt mỏi phát sanh do duỗi. Cũng vậy, sự tê cứng do ngồi lâu có thể được giải toả bằng cách đứng dậy đi tới đi lui nhưng chẳng bao lâu sự tê cứng sẽ quay trở lại do mệt mỏi. Khi một người bị cơn đói tấn công, cái khổ có thể được giải toả bằng cách ăn vào một chút thức ăn; nhưng sau vài giờ cơn đói lại bắt đầu trở lại. Bệnh tật cũng thế, có thể được chữa bằng sự điều trị thuốc men thích hợp nhưng những chứng bệnh khác sớm muộn gì cũng phát sanh để làm phiền trở lại.

Những hoàn cảnh khó khăn của cuộc sống có thể được giải quyết bằng cách dự phần vào một công việc làm ăn hay buôn bán thích hợp nào đó, điều này đôi khi cũng đưa đến sự thành công và thuận lợi, giúp người ta có được địa vị

264 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

cao hay trở thành một người giàu có. Tuy nhiên với những thăng trầm của cuộc sống, từ địa vị cao ấy lắm khi người ta có thể rớt xuống và trở nên khánh tận. Cho dù cả cuộc

đời có thể trôi qua êm ả, không có gì rắc rối, người ta chắc chắn vẫn phải đối diện với những khổ đau vào lúc chết. Nhờ những thiện nghiệp như bố thí, giữ giới, họ có thể được tái sanh làm người trong những hoàn cảnh thuận lợi hoặc tái sanh như một vị vua cõi trời đầy quyền lực. Tuy nhiên, khi quả nghiệp thiện họ làm trước đó đã mãn, tái sanh trở lại trong những cõi khổ là điều không thể tránh được. Nếu một người ra sức phấn đấu để có được một kiếp sống dài lâu và hạnh phúc bằng cách thực hành thiền định thuộc sắc giới và vô sắc giới, họ có thể đạt đến cõi phạm thiên sắc giới và vô sắc giới, ở đây họ có thể sống một cách an vui trong nhiều đại kiếp. Nhưng rồi cũng có lúc, khi những thiện nghiệp thiền cạn kiệt. Lúc đó họ phải đương đầu với sự kiện có thể xảy ra là rớt xuống những kiếp sống thấp thỏi khổ đau trở lại, như trường hợp của con heo cái đã đề cập ở chương Nhân Sanh Của Khổ (samudaya saccā — tập đế) trước đây.

Như vậy, trừ phi tham ái được đoạn trừ hoàn toàn, không hình thức giải thoát nào có thể được xem là sự giải thoát bảo đảm chân thực. Sự giải thoát hoàn toàn và vĩnh cửu khỏi mọi hình thức của khổ chỉ thành tựu khi tham ái bị diệt trừ hoàn toàn. Chính vì thế mà Đức Phật dạy, “tassayeva taṇhāya asesa virāga nirodhā”, sự đoạn trừ, sự diệt tận của tham ái (taṇhā) là diệt khổ thánh đế.

Điều này phù hợp với giáo lý duyên sanh vốn tuyên bố rằng khi những nhân duyên như vô minh…diệt, các quả

của chúng, như hành (saṅkhāra)… cũng diệt. Vì thế, trong Tăng Chi Kinh (Aṅguttara) Đức Phật dạy “Này các Tỳ-kheo, thế nào diệt khổ thánh đế?” Do sự suy tàn và đoạn diệt của vô minh, các hành (saṅkhāra), hay hành nghiệp diệt; do hành, nghiệp diệt thức tái sanh diệt; do thức diệt danh và sắc diệt; do danh và sắc diệt lục nhập diệt; do lục nhập diệt (sáu giác quan hay sáu căn) xúc diệt; do xúc (sự tiếp xúc giữa căn và cảnh) diệt thọ diệt; do thọ diệt ái diệt; do ái diệt thủ diệt; do thủ diệt hữu diệt; do hữu (tiến trình trở thành) diệt tái sanh diệt; do tái sanh diệt, già chết, sầu, bi, khổ, ưu,và não diệt. Như vậy sự diệt của toàn bộ khối khổ này xảy ra (mà không có bất kỳ linh hồn hay thực thể nào và cũng chẳng có gì liên quan đến lạc (sukha) ở đây). Này các Tỳ-kheo đây gọi là thánh đế về sự diệt của toàn bộ khối chỉ có khổ này.

Trong bài kinh trên, trình tự diệt, chẳng hạn, do vô minh diệt, hành nghiệp diệt, được nêu ra theo một dãy có thứ tự hẳn hoi để biểu thị sự tương quan của từng nhân với quả của nó. Song điểm quan trọng cần lưu ý ở đây là một khi vô minh đã suy tàn và đoạn diệt , thì tất cả những quả của nó như hành, thức, danh sắc…, đều diệt.

Từ Pāḷi ‘nirodha’ hay ‘nirodho’trong kinh điển chỉ có nghĩa là sự diệt, chứ không phải nơi diệt hay điều kiện diệt. Mặc dù các bản chú giải đề cập nirodha một cách bóng bẩy như một nơi diệt hay điều kiện của sự diệt, song cần phải thận trọng quan sát để thấy rằng ý nghĩa đích thực của nó là sự không-sanh của những điều kiện có liên quan nhân quả với nhau như vô minh, hành, thức…, sự diệt hoàn toàn, sự

cắt đứt hoàn toàn của chúng, gọi cách khác là Diệt Khổ Thánh Đế hay Niết-Bàn.

Chúng tôi đã đề cập tương đối đầy đủ về diệt khổ thánh đế. Để có thêm chi tiết hãy tham khảo trong cuốn sách "Liên Quan Đến Niết-Bàn". Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục giải thích Thánh Đế về Con Đường Đưa Đến sự Diệt của Khổ (Đạo Diệt Khổ Thánh Đế).

ĐẠO ĐẾ (MAGGA SACCĀ)

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ – ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ – sammādiṭṭhi sammāsaṅkappo sammāvācā sammākammanto sammāājīvo sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhi.

"Này các Tỷ kheo, những gì Như Lai sẽ giảng bây giờ là Thánh Đế về Con Đường đưa đến sự diệt của khổ (Đạo Diệt Khổ Thánh Đế). Thế nào là Đạo Đế này? Đó là Thánh đạo tám ngành, tức là Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định."

Ở một phần trước chúng tôi đã bàn khá đầy đủ về Đạo Đế. Bây giờ chúng tôi dự định lướt qua một số chi trong đó với những nhấn mạnh cần thiết. Trong tám chi đạo, Chánh tri kiến và Chánh tư duy tạo thành nhóm tuệ (paññā), Chánh ngữ, Chánh nghiệp, và Chánh mạng tạo thành nhóm

Mahāsi Sayādaw 267

giới (sīḷa), Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định, tạo thành nhóm định (samādhi).

Về giới đạo và định đạo có lẽ không cần phải gải thích tỉ mỉ lại nữa. Trong nhóm tuệ , chánh kiến (sammā diṭṭhi), cần phải giải thích thêm. Do đó, chúng tôi sẽ trích dẫn lại lời giải thích của Đức Phật về chánh kiến như sau:

GIẢI THÍCH VỀ CHÁNH KIẾN

"Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh kiến? Này các Tỷ kheo, tri kiến về Khổ, tri kiến về Khổ tập, tri kiến về Khổ diệt, tri kiến về Khổ diệt đạo. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh kiến."

Trên đây là định nghĩa về chánh kiến do Đức Phật đưa ra. Nói ngắn gọn lại, chánh kiến là biết đúng theo thực tại tứ thánh đế và hiểu chúng đúng như chúng phải được hiểu. Bản dịch của chú giải về sự giải thích này như sau:

HÀNH THIỀN TRÊN TỨ ĐẾ

Thiền trên Tứ Đế hay trên bốn sự thực đã được Đức Phật dạy bắt đầu bằng những từ 'tuệ tri tứ đế'. Trong tứ đế này, hai đế đầu, đó là, khổ đế và tập đế (nhân sanh của khổ) liên quan đến vòng luân hồi (vaṭṭa,). Hai đế sau, đó là diệt đế và đạo đế liên quan đến sự xuất ly luân hồi (Vivaṭṭa, ,). Người hành thiền chỉ dùng hai đế đầu như

268 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

những đối tượng của thiền minh sát chứ không dùng hai đế sau thuộc về Vivaṭṭa saccā.

(Điều đó có nghĩa rằng người hành thiền chỉ quán hai sự thực đầu thuộc hiệp thế trong lúc hành thiền minh sát; chứ không thể chuyên chú trên hai chân lý siêu thế cuối vốn không phải là những đề tài thích hợp cho việc hành thiền. Tại sao? Phụ chú giải nói rằng hai chân lý siêu thế này vượt ngoài phạm vi hiểu biết của hàng phàm nhân.)

Thực sự mà nói, hàng phàm nhân không thể lấy đối tượng thiền là đạo và quả cho thiền minh sát của họ (vì chưa có), Niết Bàn cũng không nằm trong tầm minh và trí của họ trước khi đạt đến giai đoạn Chuyển Tộc trong thiền. Tâm Chuyển Tộc (Gotrabhu) chỉ khởi lên sau trí thuận thứ (anuloma ñāṇa) khi mà minh sát trí (vipassanā ñāṇa) đã được phát triển sung mãn; liền sau Chuyển Tộc là sự chứng ngộ Đạo và Quả Niết Bàn. Do đó, hiển nhiên rằng một phàm nhân không ở trong địa vị để có thể lấy Niết Bàn hay đạo và quả làm đối tượng thiền cho mình được. Vì thế phải lưu ý cẩn thận rằng bất kỳ sự hướng dẫn hay dạy thiền nào khởi sự với việc quán Niết Bàn đều hoàn toàn sai.

Câu hỏi có thể phát sanh là liệu Niết Bàn có thể được dùng như một đối tượng cho pháp tuỳ quán sự tịch tĩnh (upasamānupassanā-, tịch tĩnh tuỳ quán) hay không. Câu trả lời là: việc quán trên những đức của Niết Bàn như ly tham (virāga), có thể được dùng như một đề mục thiền định để đạt đến sự định tâm hay tịnh chỉ. Nhưng việc thực hành này chỉ nhằm mục đích duy nhất là thành tựu sự nhất tâm;

chứ không đưa đến chứng đắc thánh đạo và thánh quả liền. Trong bất kỳ trường hợp nào cũng vậy, pháp hành thiền này chỉ thích hợp nhất đối với các Bậc Thánh đã chứng đắc Niết Bàn chứ không phải cho hàng phàm nhân. Vì vậy, cố gắng để thành tựu đạo quả bằng cách chuyên chú vàoNiết Bàn ngay từ ban đầu rõ ràng là pháp hành sai lầm.)

Người hành thiền học vắn tắt nơi vị thầy để biết rằng năm uẩn là khổ đế và tham ái là tập đế (nhân sanh của khổ). Hoặc vị ấy có thể học một cách toàn diện hơn để biết rằng năm uẩn bao gồm sắc uẩn (rūpakkhandhā), thọ uẩn (vedanakkhandhā), tưởng uẩn (saññānakkhandhā), hành uẩn (saṅkhārakkhandhā) và thức uẩn (viññāṇakkhandhā). Sắc uẩn (rūpakkhandhā) có nghĩa là sắc tứ đại và các sắc y đại sanh (upādārūpas),...Nói chung, vị ấy sẽ học một cách vắn tắt hoặc toàn diện về hai đế đầu từ người thầy như vậy. Sau đó vị ấy đọc đi đọc lại chúng nhiều lần và quán chúng trong lúc hành thiền. Đối với hai đế sau, người hành thiền chỉ cần nghe từ vị thầy để biết rằng diệt khổ thánh đế và đạo diệt khổ thánh đế là pháp đáng mong muốn, đáng ca ngợi. (Điều này có nghĩa rằng chỉ cần nghe về hai chân lý siêu thế này và khuynh hướng tâm về chúng là đủ.)

Người hành thiền làm theo cách đã mô tả ở trên, thể nhập hay chọc thủng qua bốn chân lý (đế) một lúc và nhận thức thấu đáo chúng. Vị ấy nắm bắt đầy đủ bốn chân lý một lúc bằng tuệ minh sát. Nhờ trí thể nhập (paṭivedha) vị ấy hiểu rằng khổ là pháp phải được hiểu biết một cách đúng đắn và thấu đáo rằng tham ái là pháp phải được đoạn trừ; rằng Diệt (nirodha, Niết Bàn) là pháp phải được chứng đắc và rằng Đạo là

pháp phải được tu tập. Bằng sự hiện quán (abhisamaya [abhi- samaya]) vị ấy tuệ tri khổ là pháp phải được hiểu biết thấu đáo; tham ái là pháp phải đoạn trừ; diệt là pháp cần phải chứng đắc và đạo phải được tu tập.

Như đã mô tả ở trên, trước khi đạt đến thánh đạo, tri kiến về hai đế đầu của người hành thiền, đó là khổ đế và tập đế, phát sanh nhờ học và nghe từ vị thầy, nhờ hỏi và tụng đọc thường xuyên cũng như nhờ tinh thông nó bằng sự suy quán. (Bốn tiến trình đầu tiên, học, nghe, hỏi, tụng đọc, để có được trí này chỉ là văn tuệ, tuệ do học hỏi kinh điển; sự nắm bắt do suy quán chung quy cũng chỉ là trí do thiền minh sát). Trí liên quan đến diệt khổ thánh đế và đạo diệt khổ thánh đế có được chỉ bằng cách nghe (vị thầy giảng) về chúng. Sau khi hành thiền minh sát, vào sát-na chứng đắc thánh đạo, ba đế đầu được nắm bắt đầy đủ nhờ đã hoàn thành công việc hiểu biết đúng và thấu đáo về khổ đế, đã hoàn thành công việc đoạn trừ nguồn gốc của khổ (tập đế), và công việc tu tập đạo lộ dẫn đến sự diệt khổ. Còn diệt khổ thánh đế được nắm bắt đầy đủ bằng sự chứng đắc thực thụ.

Như vậy, phù hợp với lời giải thích của chú giải, lúc ban đầu sự hiểu biết (của người hành thiền) chỉ cần do nghe (vị thầy) nói rằng diệt đế và đạo diệt khổ thánh đế là những pháp đáng mong muốn và đáng ca ngợi, đồng thời khuynh hướng tâm về chúng, là đủ. Do đó, rõ ràng là không cần thiết phải có một nỗ lực đặc biệt nào để quán trên hai đế này. Tuy nhiên, tri kiến hiểu biết về hai đế đầu (khổ đế, và tập đế) phải có được bằng cách vừa do nghe về chúng cũng như vừa do tu tập minh sát trên chúng.

Mahāsi Sayādaw 271

CẦN BAO NHIÊU VĂN TUỆ (SUTAMAYA-TUỆ DO NGHE)?

Như chúng tôi đã trích dẫn lời chú giải, chỉ cần biết rằng năm uẩn là khổ đế, và tham ái là tập đế, chừng ấy thôi là đủ. Ở đây, năm uẩn phải hiểu là năm thủ uẩn (upādānakkhandhā) đã đề cập trong kinh (Chuyển Pháp Luân) này. Như chúng tôi đã giải thích đầy đủ ở trên, năm uẩn là những đối tượng tự biểu thị vào lúc thấy, nghe,..., còn tập đế chúng tôi cũng đã nói tới trong phần liên quan. Đối với sự hiểu biết về quy luật duyên sanh, theo phụ chú giải của bộ Thanh Tịnh Đạo, thì những gì Tôn giả Assaji dạy: ye dhammā hetuppabhavā...Các pháp phát sanh do nhân, nhân ấy Như Lai đã dạy...tạo thành toàn bộ quy luật duyên sanh theo cách tóm tắt.

Chú giải Đại Phẩm của Tạng Luật cũng xác nhận điều đó khi cho rằng, bằng những lời "ye dhammā hetuppabhavā" (các pháp phát sanh do nhân) Tôn giả Assaji đang dạy về năm uẩn hay khổ đế và bằng những lời "tesaṃ hetum tathāgato aha" (nhân ấy Như Lai đã dạy rõ) ngài đang dạy về nhân sanh của khổ hay tập đế. Như vậy, rõ ràng là sau khi đã học tóm tắt, do nghe, về khổ đế và tập đế, người hành thiền cũng còn phải học vắn tắt về quy luật duyên sanh. Những ai cho rằng Thiền Minh Sát không thể thực hành nếu không thông suốt pháp duyên sanh với những lược đồ của nó, thì điều này đã đi ngược lại những giải thích của chú giải và phụ chú giải, đồng thời làm tổn hại nghiêm trọng đến việc thực hành Phật giáo (paṭipatti sāsanā).

272 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Trong Tiểu Kinh Ái Đoạn Tận (Cūlataṇhāsaṅkhāya sutta) của Trung Bộ, liên quan đến tri kiến vắn tắt cần phải có do học, chúng ta tìm thấy đoạn kinh sau, “Này thiên chủ, trong giáo pháp này, vị Tỳ-kheo đã được nghe rằng thật không thích hợp, không thích đáng để chấp vào quan niệm cho rằng tất cả pháp (dhammas) là thường, lạc, ngã, và tịnh.”

Điều này có nghĩa rằng, nếu vị Tỳ-kheo đã từng được nghe rằng năm uẩn danh và sắc vốn tự biểu thị ở sáu cửa giác quan (sáu căn môn) mỗi lần có sự thấy, nghe, …, và rằng sẽ là không thích hợp, không thích đáng để xem chúng như thường, lạc, ngã; rằng chúng là vô thường, phải chịu khổ và vô ngã, thời vị ấy đã có tri kiến tóm tắt (văn tuệ) đủ để đi vào hành thiền.

Rồi Đức Phật tiếp tục: “Vị Tỳ-kheo ấy, đã học bằng cách nghe cho đến mức độ như vậy, hiểu biết tất cả pháp bằng thiền quán và kinh nghiệm thực tiễn.” Sau đó Đức Phật dạy cách hành thiền để đạt đến trí phân biệt danh và sắc (nāmarūpapariccheda ñāṇa),…Chúng tôi sẽ tóm lại đoạn trên như sau:

1. Tất cả Pháp (dhamma) là vô thường, khổ và vô ngã. 2. Trí có được do nghe (suta) là đủ. 3. (đủ) để có thể phân biệt được giữa danh và sắc của các uẩn, bằng thiền. 4. Và để nhận ra bản chất vô thường và bất toại nguyện của chúng.

Mahāsi Sayādaw 273

Số 1 và 2 ở trên chỉ ra cho thấy tri kiến vắn tắt do nghe (văn tuệ - sutamaya ñāṇa) là vừa đủ để tiến hành thiền quán. Số 3 chỉ cho thấy nhờ ghi nhận mọi hoạt động của sự thấy, nghe…vào lúc chúng xảy ra, trí có được ấy có thể giúp người hành thiền phân biệt được giữa danh và sắc (nghĩa là có được trí phân biệt danh sắc - nāmarūpapariccheda ñāṇa) và biết được nguyên nhân của hiện tượng thấy, nghe,…(tức có được trí phân biệt nhân duyên – paccayapariggaha ñāṇa). Hai loại trí này được gọi là Thông Trí Tuệ (abhiññā paññā,), và là trí biến tri (ñātapariññā) trong ba loại biến tri (pariññā).
Số 4 có nghĩa là trí hiểu rõ tất cả pháp và thấu suốt được bản chất vô thường, khổ và vô ngã của chúng hợp với câu “sabbaṃ dhammaṃ abhiññāya, sabbaṃ dhammaṃ parijānāti10” (hiểu biết toàn diện tất cả pháp, biến tri tất cả pháp)”. Những trí này tạo thành tri kiến thâm sâu thuộc tirana pariññā (, độ biến tri) và pahāna pariññā (, đoạn biến tri).

Điểm chính mà chúng tôi muốn nhấn mạnh ở đây là chỉ cần học bằng cách nghe (vị thầy giải thích rằng các pháp là vô thường, khổ, và vô ngã) là người hành thiền đã có đủ trí văn (sutamaya ñāṇa) để tiến hành nỗ lực cho sự chứng đắc A-la-hán Thánh Đạo và Thánh Quả. Như vậy sự quả quyết cho rằng, không có một tri kiến toàn diện về quy luật duyên sanh (pháp duyên sanh), thì không nên hành thiền đã đi ngược lại lời dạy của Đức Phật trong Kinh Cūlataṇhāsaṅkkhaya (Tiểu Kinh Ái Đoạn Tận), làm thối chí những người có khuynh

10 Parijānāti, (pari+ñā+nā) ()To perceive, learn, know exactly

hướng muốn hành thiền và gây bất lợi cho sự phát triển pháp hành Phật Giáo.

Nếu, theo sự xác nhận của họ, thiền chỉ có thể được thực hành sau khi đã thông suốt quy luật duyên sanh cùng với lược đồ giải thích (vòng thập nhị nhân duyên)...của nó, thì đối với một số người không có thời gian hoặc không có cơ hội để nghiên cứu quy luật duyên sanh hay lĩnh hội nó một cách khó khăn, chậm chạp, có thể sẽ mất cơ hội đắc đạo quả cho dù họ có đầy đủ Ba-la-mật, đủ những điều kiện và khả năng để đắc chúng. Đơn cử một ví dụ, thời Đức Phật, một vị Tỳ-kheo tên Chu-la-pan thá-ká (Cūlapanthaka) không thể nhớ nổi một bài kệ chỉ có 45 mẫu tự, mặc dù vị ấy đã cố học nó trong bốn tuần lễ. Như vậy, để học toàn bộ pháp duyên sanh một cách bao quát sẽ là một công việc bất khả đối với vị ấy. Thế mà vị Tỳ-kheo này đã đắc đạo quả A-la- hán, cùng với thắng trí, tri kiến siêu nhiên nhờ thực hành bài tập thiền do Đức Thế Tôn dạy chỉ trong vòng một buổi sáng!

Tôi muốn nhân cơ hội thuyết bài Kinh Chuyển Pháp Luân này, cảnh cáo những người đa văn ấy không nên đưa ra những lời lẽ quyết đoán có thể làm thối chí và nản lòng những người đang hành thiền hay những người có khuynh hướng muốn hành thiền.

Nếu một người có ý định sống một mình để nỗ lực hành thiền, chắc chắn họ cần phải học một cách bao quát về các uẩn, xứ, giới, Đế, các căn và pháp duyên sanh. Nhưng nếu một người sẽ thực hành dưới sự hướng dẫn của một bậc thầy đa văn, thiện xảo, có giới đức, thì tất cả cái mà họ cần

Mahāsi Sayādaw 275

phải biết, đó là tất cả pháp đều vô thường, phải chịu khổ, và vô ngã. Cũng được xem là đủ nếu người ấy đã học và nghe rằng một phàm nhân bị chi phối bởi hai sự thực hay đế hiệp thế có tương quan nhân quả lẫn nhau, đó là năm uẩn vốn là khổ đế và tham ái vốn là khổ tập đế hay nhân sanh của khổ.

Phần lớn những người Phật tử Miến Điện đã được trang bị kiến thức nhiều đến mức này; tuy nhiên nếu người nào đó không có, họ vẫn có thể học nó, ngay trước khi bắt đầu hành thiền hay trong khoá thiền bằng cách nghe những bài giảng pháp của vị thiền sư. Tất cả cái được đòi hỏi là phải khởi sự việc hành thiền đúng với những chỉ dẫn mà một vị thầy đa văn, thiện xảo, có giới đức và đáng tin cậy đưa ra.

Về vấn đề khởi sự thực hành thiền minh sát như thế nào đã được mô tả trong phần ba của tập sách này. Tóm lại, việc thực hành bao gồm tu tập đạo ở ba giai đoạn: Đạo căn bản, đạo đi trước, và Thánh đạo. Tu tập đầy đủ ba đạo này sẽ đưa đến Niết-Bàn.

Đạo căn bản (Mūla magga), được hình thành từ chánh kiến về nghiệp sở hữu (kammassakata sammādiṭṭhi), giới (sīla) và cận định (upacāra samādhi) hoặc an chỉ định (appanā samādhi)mà chúng tôi đã đề cập đầy đủ ở một phần trước. Về yếu tố thứ nhất, chánh kiến về nghiệp sở hữu, đa số người Phật tử Miến Điện đã được an lập trong đức tin về nghiệp sở hữu này từ khi còn nhỏ. Đối với giới đạo (sīla magga), nếu một hành giả cư sĩ chưa được an lập trong giới, người ấy có thể hoàn tất yếu tố này bằng cách giữ giới ngay trước khi bước vào hành thiền. Vị hành giả Tỳ-kheo sẽ làm cho giới

trong sạch bằng

276 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

cách sám hối hay thực hiện những thủ tục giải tội nếu vị ấy cảm thấy còn hoài nghi về sự thanh tịnh giới của mình. Còn về định (samādhi), vị hành giả nên hành một đề mục thiền định nào đó, như niệm hơi thở (ānāpāna) chẳng hạn, và hành đề mục ấy cho đến khi đắc an chỉ định hoặc cận định. Nếu thời gian và cơ hội không cho phép, hành giả có thể bắt đầu việc thực hành của mình bằng cách quán tứ đại, nhờ phương tiện này hành giả có thể đạt đến sát na định minh sát (vipassanā khaṇika samādhi), một loại định gần giống như cận định. Nói chung định này có thể xua tan các triền cái nhờ vậy mà hành giả thành tựu được sự thanh tịnh của tâm. Đây chỉ là sự mô tả tóm tắt về cách làm thế nào để thiết lập Đạo Căn Bản (Mūla Magga).

TU TẬP ĐẠO ĐI TRƯỚC HAY MINH SÁT ĐẠO

Sau khi tu tập đạo căn bản như đã mô tả ở trên, hành giả khởi sự quan sát thực tại của khổ đế hay gọi cách khác là quán năm thủ uẩn (upādānakkhandhā) bằng cách ghi nhận liên tục các hiện tượng thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, vào lúc chúng xảy ra. Sự giải thích đầy đủ về các thủ uẩn(upādānakkhandhā) cùng với việc không ghi nhận và thấy chúng đúng như thực, dẫn đến sự chấp thủ vào chúng như thường, lạc, ngã, tịnh như thế nào và nhờ chánh niệm, tỉnh giác, thấy ra được bản chất thực của chúng, sự dính mắc này được diệt trừ ra sao đã được đưa ra ở Phần Ba và Phần Bốn của cuốn sách này.

Mahāsi Sayādaw 277

Khi định đã được thiết lập đầy đủ, hành giả trở nên nhận thức rất rõ từng mỗi sự ghi nhận về sự sanh và diệt của danh (nāma) và sắc (rūpa) cũng như bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của chúng. Sự nhận thức này phát triển như thế nào có thể được giải thích như thế này: Trong khi ghi nhận từng hoạt động phồng, xẹp, ngồi, chạm, co, duỗi, nhấc (chân), bước tới, chuyển động, nghỉ, hành giả bắt đầu nhận ra tâm hay biết khác biệt với thân vật lý. Sự phân biệt này là Danh Sắc Phân Tích Trí (nāmarūpa pariccheda ñāṇa), nền tảng ban đầu cho sự phát triển các tuệ minh sát (vipassanā ñāṇa). Đức Thế Tôn đã mô tả trí này được tu tập như thế nào bằng cách đưa ra ví dụ về một viên ngọc trong Kinh Sa-Môn Quả của Trường Bộ và Kinh Mahāsakuludāyi của Trung Bộ11.

11 Ví như, này Udayi, một hòn lưu ly bảo châu, đẹp đẽ, trong suốt, có tám mặt, khéo dũa, khéo mài, sáng chói, không uế trược, đầy đủ tất cả mỹ tướng. Và một sợi dây được xâu qua hòn ngọc ấy, sợi dây màu xanh, màu vàng, màu đỏ, màu trắng, hay màu vàng nhạt. Một người có mắt cầm hòn ngọc ấy trên tay sẽ thấy: "Hòn lưu ly bảo châu này, đẹp đẽ, trong suốt, có tám mặt, khéo dũa, khéo mài, sáng chói, không uế trược, đầy đủ tất cả mỹ tướng. Và sợi dây này được xâu qua hòn ngọc ấy, sợi dây màu xanh, màu vàng, màu đỏ, màu trắng hay màu vàng nhạt". Cũng vậy, này Udayi, Ta thuyết giảng con đường tu hành cho các đệ tử. Và các đệ tử của Ta y cứ con đường tu hành này biết được như sau: "Thân này của ta là sắc pháp, do bốn đại thành, do cha mẹ sanh, nhờ cơm cháo nuôi dưỡng, vô thường, biến hoại, phấn toái, đoạn tuyệt, hoại diệt, trong

thân ấy thức ta lại nương tựa và bị trói buộc. Và ở đây, này Udayi, các đệ tử của Ta phần đông an trú, sau khi chứng ngộ nhờ thắng trí và chứng đắc cứu cánh viên mãn."

278 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

DANH KHÁC BIỆT VỚI SẮC VÍ DỤ VIÊN NGỌC

Có một viên ngọc tên Veluriya, trong viên ngọc ấy một sợi chỉ màu nâu, hay vàng, đỏ, trắng...được xỏ vào, và đặt trên lòng bàn tay để quan sát. Người sáng mắt có thể phân biệt được viên ngọc với sợi chỉ; người ấy có thể thấy rõ sợi chỉ màu gắn vào trong thân viên ngọc. Cũng vậy, người hành thiền có thể phân biệt được tâm hay biết với đối tượng được biết; vị ấy cũng biết tâm (hay thức) hay biết lao về phía đối tượng được biết như thế nào. Trong ví dụ này đối tượng vật chất giống như viên ngọc, tâm hay biết như sợi chỉ. Tâm hay biết này lao về phía đối tượng cũng giống như sợi chỉ gắn vào trong viên ngọc. Sự khác nhau giữa danh (nāma) và sắc (rūpa) có thể được minh hoạ bằng ví dụ như vậy. Ở đây cần phải thận trọng lưu ý rằng trong ví dụ không đề cập đến có bao nhiêu loại sắc, bao nhiêu loại tâm và tâm sở...liên quan đến cái biết; nó chỉ đề cập việc phân biệt tâm hay biết với đối tượng vật chất được biết mà thôi.

Hơn nữa trong Thanh Tịnh Đạo chúng ta thấy có sự mô tả như sau về việc danh (nāma) trở nên hiển hiện đối với vị hành giả đang quán sát: "Đối với vị hành giả, sau khi đã phân biệt được tính chất của sắc bằng phương pháp này hay phương pháp khác, lúc ấy trong sự tương quan, khi sắc trở nên hoàn toàn rõ rệt, không rối ren và sáng sủa đối với vị ấy, vô- sắc hay danh (nāma) vốn có sắc làm đối tượng cũng tự trở nên rõ rệt và hiển nhiên như vậy." Thanh Tịnh Đạo còn nói: "Chính khi được Danh hỗ trợ, Sắc sanh; chính khi được Sắc hỗ trợ, Danh sanh. Khi Danh có ý muốn ăn, uống, nói

Mahāsi Sayādaw 279

năng và chọn một oai nghi, thì chính Sắc làm các việc ấy." Từ những đoạn trích trong Thanh Tịnh Đạo này, rõ ràng chỉ đơn thuần suy nghĩ về các loại danh và sắc khác nhau sẽ không dẫn đến tuệ phân biệt danh sắc hay Danh Sắc Phân Tích Trí (nāmarūpa pariccheda ñāṇa) thực thụ. Danh sắc phân tích trí này chỉ phát triển khi tâm hay biết và đối tượng bị biết được nhận thức riêng rẽ trong lúc quán các hiện tượng sanh và diệt của danh và sắc khi chúng xảy ra.

Khả năng để phân biệt danh (nāma), tâm hay biết với sắc (rūpa) này tạo thành chánh kiến (sammādiṭṭhi). (Mặc dù đã được học từ sách vở và biết rằng danh, tâm hay biết, biệt lập với sắc), song trước khi hành thiền và ở giai đoạn ban đầu của pháp hành, hành giả vẫn không thể phân biệt được tâm hay biết với sắc bằng kinh nghiệm thực tiễn. Chỉ khi Danh Sắc Phân Tích Trí (nāmarūpa pariccheda ñāṇa) đã phát triển, sự phân biệt giữa hai yếu tố này mới tự động xảy ra. Khi ghi nhận hiện tượng suy nghĩ hay cảm giác đau, đúng như nó xảy ra, hành giả quán riêng rẽ tâm suy nghĩ và đối tượng hoặc cảm giác đau và vị trí đau trên thân. Sự nhận thức được danh khác với sắc này, là biết thực tại đúng như thực, là chánh kiến. Lúc đó hành giả bắt đầu tin chắc rằng chỉ có thân vật chất và tâm hay biết; ngoài chúng ra, không có cái gọi là linh hồn hay thực thể sống. Đây cũng là biết thực tại đúng như thực, là chánh kiến.

Khi định lực phát triển thêm, trong lúc ghi nhận phồng, xẹp, ngồi, chạm, v.v..., hành giả nhận ra rằng, có xúc chạm là do có thân vật lý để xúc chạm; có cái thấy là do có con mắt và cảnh sắc, nghe do có tai và âm thanh, co (tay,

chân) do có ý muốn co. Vị ấy cũng nhận ra rằng sở dĩ vị ấy không biết được thực tại là do thất niệm, không ghi nhận hiện tượng khi nó xảy ra. Do không ghi nhận hiện tượng khi nó xảy ra, và biết được bản chất thực của chúng, vị ấy phát sanh tâm ưa thích hay tham; rồi từ tham vị ấy phát triển thành chấp thủ. Vị ấy cũng biết rằng khi có sự chấp thủ, vị ấy bắt đầu dự phần vào những hoạt động bằng thân hay lời nói. Những hoạt động bằng thân hay lời nói này tạo ra những quả báo của chúng, quả thiện khi hành động là thiện và quả bất thiện khi hành động là bất thiện. Theo cách này vị ấy có được trí về nhân và quả trong phạm vi những ba-la-mật đã tích tạo trước đó của vị ấy. Đây cũng là trí biết thực tại đúng như thực, là chánh kiến.

Khi định lực tăng trưởng thêm nữa, trong suốt quá trình ghi nhận sự phồng, xẹp, ngồi, chạm, thấy, nghe, suy nghĩ, cảm giác đơ cứng, cảm giác nóng bức, cảm giác đau đớn, vị hành giả quán rõ được sự tập khởi (sanh) của đối tượng cũng như sự diệt của nó, sự bắt đầu và chấm dứt của từng hiện tượng. Bằng kinh nghiệm cá nhân, vị ấy tin chắc rằng mọi hiện tượng đều vô thường, sanh lên và diệt ngay tức khắc. Vị ấy cũng ngộ ra rằng sự sanh và diệt không ngừng này tạo thành cái khổ (dukkha) đáng sợ và cái gì không nằm trong quyền kiểm soát và ý muốn của bất kỳ ai, cái đó là vô ngã. Trí này cũng là chánh kiến, biết thực tại đúng như thực.

Khi định lực được phát triển thêm nữa, mặc dù vị hành giả đang ghi nhận những hoạt động phồng, xẹp, ngồi, chạm, co, duỗi, nhấc (chân, tay), di chuyển tới trước, hạ

xuống (chân tay), vị ấy không còn biết đối tượng theo hình dạng khác nhau của chúng, như thân, bụng, chân tay...nữa. Vị ấy chỉ để ý đến hiện tượng diệt đang tiếp diễn nhanh chóng mà thôi. Nhờ nhận ra sự biến diệt nhanh chóng của đối tượng cũng như tâm ghi nhận này mà vị ấy hiểu rõ được bản chất thực sự của vô thường, khổ và vô ngã. Đối tượng của sự hay biết diệt ngay khoảnh khắc nó xuất hiện và do đó không có cái ngã (atta) nào để cột sự chấp thủ của một người vào đó. Tâm hay biết cũng diệt nhanh đến nỗi mà không có cái ngã (atta) hay thứ gì bám được vào nó. Như vậy, với mỗi sự ghi nhận, trí hiểu biết về bản chất thực của vô thường, khổ và vô ngã cũng được phát triển. Tất cả những điều này tạo thành chánh kiến.

Từ lúc trí phân biệt danh và sắc phát sanh cho đến giai đoạn phát triển chánh kiến minh sát, tâm nhất hướng vào sự nhận thức thực tại đúng như nó là. Điều này tạo thành chánh tư duy. Dĩ nhiên, chánh định cũng dự phần trong đó để giữ cho tâm gắn chặt trên đúng đối tượng và chánh niệm hay biết về nó. Nói chung, trong lúc hành giả chú tâm vào một trong bốn niệm xứ, quán thân, thọ, tâm và pháp, tất cả những điều này có mặt. Và vì vị ấy quán với một sự nỗ lực, do đó cũng có chánh tinh tấn.

Như vậy, bất cứ khi nào hành giả chuyên chú hành thiền, luôn có năm đạo dự phần, ba từ nhóm định: chánh tinh tấn, chánh niệm, và chánh định và hai từ nhóm tuệ: chánh kiến, và chánh tư duy. Năm đạo này dự phần một cách lô-gích với nhau trong mỗi hành động ghi nhận, tức sự hay biết có chánh niệm. Chú giải đã đặt tên cho chúng là Sở Tác Đạo (kāraka

magga). Ngoài ra, cũng có ba đạo thuộc nhóm giới : chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng dự phần theo cách giữ cho các giới không bị sứt mẻ và theo cách hoàn thành sự tiết chế.

Và đây là cách những dính líu như vậy xảy ra: hành giả minh sát khởi sự giữ giới thậm chí trước cả lúc vị ấy bắt đầu hành thiền và giữ giới một cách trong sạch. Trong suốt khoá thiền, giới không bị ô nhiễm, tính trong sạch của nó được duy trì. Có thể nói rằng giới trong lúc hành thiền càng lúc càng trở nên trong sạch hơn.

Như vậy với ba giới đạo (sīla magga) này cộng thêm năm đạo trước đó, người hành thiền đang phát triển cả thảy tám đạo ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận và hay biết các hiện tượng. Đại kinh Sáu xứ (Mahàsalàyatanika sutta) của Trung Bộ đưa ra sự mô tả như sau về cách tám đạo được phát triển:

“Này các Tỳ-kheo, khi con mắt (nhãn) được thấy đúng như thực (vào khoảnh khắc ghi nhận), khi cảnh sắc, nhãn thức, nhãn xúc, và thọ khởi lên do duyên nhãn xúc, được thấy đúng như thực, thời không có ưa thích đối với con mắt, cảnh sắc, nhãn thức…Do thấy con mắt, cảnh sắc…đúng như thực và không phát triển ưa thích cũng như chấp thủ đối với chúng. Đối với một người chỉ thấy sự khiếp đảm nơi chúng như vậy, năm thủ uẩn (upādānakkhandhās), lẽ ra đã sanh nếu không ghi nhận, sẽ không có cơ hội để trở thành hiện thực. Tham ái đối với những vật này cũng chấm dứt, bị huỷ diệt.

“Quan kiến của người như vậy là chánh kiến; tư duy của người ấy là chánh tư duy; tinh tấn là chánh tinh tấn; niệm là chánh niệm; định là chánh định. Ngay cả trước khi bắt đầu hành thiền, người ấy đã khéo an lập trong chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng. Theo cách này, người hành thiền được an lập trong Bát Thánh Đạo.”12

12 Bản dịch của HT Minh Châu là: “Này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn mắt, thấy và biết như chơn các sắc, thấy và biết như chơn nhãn thức, thấy và biết như chơn nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ, thấy và biết như chơn cảm thọ ấy; vị ấy không ái trước đối với con mắt, không ái trước đối với các sắc, không ái trước đối với nhãn thức, không ái trước đối với nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; vị ấy không ái trước đối với cảm thọ ấy.

Khi vị ấy trú, quán sát vị ngọt, không bị ái trước, hệ lụy và tham đắm, nên năm thủ uẩn đi đến tàn diệt trong tương lai. Và ái của vị ấy, đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm sự hoan lạc chỗ này chỗ kia; ái ấy được đoạn tận; những thân ưu não của vị

ấy được đoạn tận; những tâm ưu não được đoạn tận; những thân nhiệt não được đoạn tận; những tâm nhiệt não được đoạn tận; những thân khổ não được đoạn tận; những tâm khổ não được đoạn tận; vị ấy cảm thọ thân lạc và tâm lạc.

Kiến gì như chơn của vị ấy, kiến ấy là chánh kiến. Tư duy gì như chơn của vị ấy, tư duy ấy là chánh tư duy. Tinh tấn gì như chơn của vị ấy, tinh tấn ấy là chánh tinh tấn. Niệm gì như chơn của vị ấy, niệm ấy là chánh niệm. Định gì như chơn của vị ấy, định ấy là chánh định. Thân nghiệp, ngữ nghiệp, sinh mạng của vị ấy được thanh tịnh tốt đẹp. Và Thánh đạo Tám ngành này đi đến tu tập và phát triển sung mãn cho vị ấy."

284 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Đây chỉ là một giải thích tóm tắt những lời dạy của Đức Phật về cách Bát Thánh Đạo phát triển khi người hành thiền quán đối tượng ở sát na thấy, bản chất thực của năm pháp có mặt, đó là, con mắt, cảnh sắc, nhãn thức, nhãn xúc, và thọ. Để có một sự mô tả chi tiết hơn, người đọc có thể tham khảo bài kinh 'Đại kinh Sáu Xứ' (Mahàsalàyatanika sutta) của Trung Bộ.

Chú giải nói rằng Bát Thánh Đạo được thiết lập ở sát na thành tựu Thánh Đạo (ariya magga). Điều này có thể được xem như một hình thức giải thích quá cao. Tuy nhiên, chúng tôi thích chấp nhận quan điểm cho rằng, ở đây thay vì thánh đạo, kinh chỉ muốn nói minh sát đạo (vipassanā magga) thôi, vì thánh đạo là cứu cánh phải được thành tựu nhờ hoàn thành minh sát đạo vậy. Cách giải thích của chúng tôi sẽ được thấy là phù hợp với sự kiện rằng trí liên quan đến bản chất thực của con mắt, cảnh sắc, nhãn thức, nhãn xúc và thọ, chỉ đến do hành thiền minh sát. Ngược lại, thánh đạo không lấy con mắt, cảnh sắc,...làm đối tượng của nó; nó chỉ hoàn thành nhiệm vụ biết mà thôi.

Tương tự như vậy, nhờ ghi nhận hiện tượng nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, năm pháp nổi bật vào lúc xảy ra ấy, có thể được tuệ tri và do đó Bát Thánh Đạo cũng được phát triển.

Từ trước đến đây những gì đã được giải thích đều liên quan đến việc dự phần của giới đạo (sīla magga), theo cách giữ cho giới không bị ô nhiễm, vào sát-na thiền minh sát.

Mahāsi Sayādaw 285

SỰ TIẾT CHẾ TRONG LÚC THIỀN MINH SÁT

Đối với những đối tượng danh và sắc mà thực tại của nó được thấy đúng vào sát-na ghi nhận (chúng), sẽ không có cơ hội để phạm tà ngữ, như nói dối.... Ở đây chỉ cần suy xét một lúc về nó quý vị sẽ hiểu ra vấn đề. Đối với một đối tượng mà một người không thích cũng không ghét, sau khi đã thấy được bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của nó, thời cần phải nói dối ở chỗ nào? Tương tự, nói lời chia rẽ, nói lời thô ác, nói lời vô ích..., nói chung những tà ngữ, sẽ không có cơ hội phát sanh với đối tượng ấy. Cũng thế, sẽ không có vấn đề phạm những tà hạnh, như sát sanh, trộm cắp, tà dâm, hay phạm vào tà mạng ở đây. Như vậy, mỗi lần thực tại được thấy trong lúc ghi nhận, chánh ngữ theo nghĩa tiết chế tà ngữ, chánh nghiệp theo nghĩa tiết chế tà nghiệp, và chánh mạng theo nghĩa tiết chế tà mạng, được hoàn thành liên quan đến đối tượng đang quán xét. Chính

theo cách tiết chế này mà giới đạo, đó là chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng, đã dự phần vào sự phát triển của chánh kiến đạo.

Vì thế, mỗi lần ghi nhận sự phồng, xẹp, ngồi, xúc chạm, suy nghĩ, cảm giác tê cứng, cảm giác nóng, cảm giác đau, thấy, nghe..., chánh kiến đã được phát triển cùng với Bát Thánh Đạo. Trong bốn sự thực (đế) thì khổ đế là pháp cần phải hiểu rõ và hiểu đúng. Khổ đế ở đây là năm thủ uẩn vốn nổi bật tại sáu cửa giác quan ở mỗi khoảnh khắc thấy, nghe, xúc chạm, hay biết...Như vậy, bằng cách ghi nhận từng mỗi hiện tượng xảy ra ở sáu cửa giác quan khổ đế sẽ được hiểu đúng và rõ ràng. Mỗi lần khổ đế được phát triển

286 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

bằng cách ghi nhận thấy, nghe...như vậy, Bát Thánh Đạo vốn là pháp phải được tu tập, đã được tu tập.

Có thể nói quán khổ đế bằng cách ghi nhận sự thấy, nghe...là đã phát triển Bát Thánh Đạo. Khổ đế trở nên hiển hiện nhờ ghi nhận thấy, nghe...trong suốt quá trình hành minh sát hay còn gọi 'đạo đi trước' (pubbabhāga magga) là cảnh sở duyên (ārammana), tức đối tượng phải được hiểu đúng và rõ ràng. Đạo đế (magga saccā) phải được tu tập để hiểu rõ khổ đế là cảnh năng duyên (ārammanika), nghĩa là tâm hay biết cảnh phải được khéo tu tập.

Phải hiểu cẩn thận rằng chỉ bằng cách quán khổ đế (dukkha saccā) thì mới phát triển được Bát Thánh Đạo. Và chỉ khi hoàn thành minh sát đạo thì mới có thể chứng đắc Niết- Bàn.

Chúng tôi xin lặp lại rằng khổ đế là cảnh sở duyên (ārammana), tức đối tượng phải được biết, và đạo đế là cảnh năng duyên, tức tâm hay biết cảnh. Một sự lập lại như vậy là cần thiết bởi vì có những sự quyết đoán trái ngược với lời dạy của Đức Phật và làm tổn hại đến sự tăng trưởng của Giáo Pháp, cho rằng "quán những đối tượng của khổ như sắc (rūpa), danh (nāma), các hành (saṅkhāra), sẽ chỉ dẫn đến chỗ cảm thấy khổ; phải quán Niết Bàn để thành tựu sự an lạc, hạnh phúc.

Mahāsi Sayādaw 287

TRI KIẾN VỀ TỨ ĐẾ QUA MINH SÁT TRÍ

Nhờ ghi nhận tất cả hiện tượng xảy ra ở sáu căn môn và biết chúng chỉ có bản chất vô thường, khổ và vô ngã là hiểu được khổ đế. Như vậy với mỗi khoảnh khắc ghi nhận, phận sự có được tuệ thể nhập kể như sự liễu giải, hay hiểu biết khổ đế, pariññāṇa paṭivedha, đã được hoàn thành.

Sau khi đã thấy được bản chất vô thường, khổ và vô ngã của các hiện tượng bằng cách ghi nhận chúng, cơ hội để sự ưa thích hay tham ái phát sanh đối với các đối tượng danh và sắc sẽ không có. Đây là sự đoạn trừ nhất thời của tham ái, tức tập đế hay sự thực về nguồn gốc của khổ. Như vậy với mỗi khoảnh khắc ghi nhận, phận sự có được tuệ thể nhập kể như sự đoạn trừ (nhân sanh khổ), pahānapaṭivedha, đã được hoàn

thành. Ở đây tuệ có được không phải bằng việc quán đối tượng mà nó chỉ biết sự kiện đoạn trừ (đang xảy ra) mà thôi.

Với sự diệt của ái, "thủ (upādāna), nghiệp (kamma), hành (saṇkhāra), thức (viññāṇa), và danh-sắc (nāma rūpa)" hay gọi cách khác "phiền não luân (kilesā vatta), nghiệp luân (kamma vatta) và quả luân (vipāka vatta)" vốn sẽ nối theo sau nó, sẽ không có cơ hội phát sanh. Tạm thời chúng bị kiềm chế. Đây là Niết Bàn tạm thời hay gọi cách khác là sự diệt (nirodha) tạm thời, được thành tựu bằng phương tiện minh sát. Như vậy minh sát trí (vipassanā ñāṇa) được phát triển bằng sự diệt tạm thời cũng tương tợ như sự chứng ngộ bằng Thánh đạo. Tất nhiên không phải do quan sát trực tiếp đối tượng mà sự thành tựu này xảy ra mà nó chỉ là một sự hoàn thành việc

288 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

diệt tạm thời ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận mà thôi. Đây gọi là có được tuệ thể nhập kể như sự chứng ngộ, sacchikirriya paṭivedha, hay biết về nó bằng minh sát.

Với mỗi hành động quan sát, Bát Thánh Đạo có chánh kiến minh sát dẫn đầu sẽ phát triển bên trong tự thân người hành thiền. Đây gọi là có được tuệ thể nhập kể như sự tu tập (bhāvanāpaṭivedha). Tuy nhiên, trí này không xảy ra do quan sát trực tiếp; vì nó là kinh nghiệm cá nhân, sự suy quán sẽ tỏ lộ cho thấy rằng sự phát triển hay tu tập đã xảy ra trong tự thân vậy thôi.

Vì thế, như đã giải thích ở trên, ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận và hay biết, khổ đế đã được hiểu biết đúng đắn và rõ ràng; đây là tuệ thể nhập kể như sự liễu giải (pariññāṇa paṭivedha. Tập đế được kiềm chế tạm thời; đây là tuệ thể nhập kể như sự đoạn trừ (pahānapaṭivedha), tức sự hoàn thành của tuệ do sự đoạn trừ. Sự diệt (nirodha) tạm thời được chứng ngộ qua sự diệt; đây là tuệ thể nhập kể như sự chứng ngộ (sacchikirriya paṭivedha).Và minh sát đạo được tu tập, đây là bhāvanā paṭivedha, tuệ thể nhập do tu tập. Như vậy cả bốn đế đã được bao hàm ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận: khổ đế bằng sự quan sát đối tượng; tập đế, diệt đế, và đạo đế được hoàn thành bằng sự từ bỏ, chứng ngộ, và tu tập.

Theo cách này, minh sát đạo tuệ tri tứ đế đúng như nó phải được tuệ tri, và khi nó chín muồi và hoàn thành viên mãn, thánh đạo (ariya magga) sẽ xuất hiện và Niết Bàn được chứng đắc. Vào sát-na đạo xuất hiện, thánh đạo có chánh kiến dẫn đầu được thiết lập đầy đủ. Thánh đạo xuất hiện chỉ

Mahāsi Sayādaw 289

một lần duy nhất. Nhờ sự xuất hiện, dù chỉ một lần ấy, nó hoàn thành các phận sự đoạn trừ phiền não, tức là tuyệt diệt những phiền não cần phải được tuyệt diệt, tập đế (samudaya saccā); tuệ tri khổ đế; và cũng làm phận sự tu tập đạo đế. Có thể nói, theo cách này, chánh kiến thuộc thánh đạo tuệ tri tứ đế cùng một lúc.

TỨ ĐẾ ĐƯỢC TUỆ TRI BẰNG THÁNH ĐẠO CÙNG MỘT LÚC NHƯ THẾ NÀO?

Đây là cách nó xảy ra: khi diệt đế (nirodha saccā) hay gọi cách khác là Niết Bàn Tịch Tịnh được tuệ tri qua sự chứng đắc thực sự, phận sự tuệ tri khổ đế được hoàn thành nhờ nhận ra rằng danh- sắc và các hành, vốn sanh và diệt không ngừng, quả thực là khổ. Sau khi đã nhận ra chúng như chỉ là sự thể hiện của khổ, người hành thiền sẽ không còn thích thú, tham ái hay chấp thủ gì với chúng nữa.

Sự đoạn trừ ái (taṇhā) xảy ra ở bốn giai đoạn: nhờ đạt đến sơ đạo (tu-đà-hoàn đạo), tham ái (taṇhā) vốn sẽ đưa đến các cõi khổ (địa ngục, ngạ quỷ,...) và tham ái sẽ khiến cho phải tái sanh hơn bảy lần trong các cõi vui dục giới (sugati: cõi trời và cõi người...), không thể phát sanh. Nhờ nhị đạo (tư-đà-hàm đạo), những hình thức thô hơn của ái dục và ái vốn sẽ khiến cho phải tái sanh hơn hai lần trong cõi vui dục giới được loại trừ. Tam đạo (a-na-hàm đạo) diệt những hình thức vi tế hơn của ái. Nhờ tứ đạo (A-la-hán đạo), ái sắc (rūpa rāga) và ái vô sắc (arūpa rāga) hay gọi cách khác là khát ái đối với hiện hữu không thể phát sanh. Ở đây cần phải ghi nhớ rằng tham ái đối với sự hiện hữu (hữu ái) dù vẫn còn trong những người ở địa vị a-na-

hàm (thánh bất lai) nhưng không đi kèm với thường kiến (sassata diṭṭhi).

Sự không sanh khởi của ái này đồng nghĩa với sự hoàn thành của tuệ thể nhập theo cách đoạn trừ. Đối với các thánh đạo, vì chúng được kinh nghiệm trong tự thân mỗi người, nên sự tuệ tri được hoàn thành theo cách tu tập. Vì lẽ đó, chú giải nói rằng: "Đối với ba đế, khổ (dukkha), tập (samudaya) và đạo (magga), sự tuệ tri được hoàn thành lần lượt bằng liễu tri (pariññā), đoạn trừ (pahāna), và tu tập (bhāvanā)."

Như đã giải thích ở trên, thánh đạo trí (ariyamagga ñāṇa), do tuệ tri diệt đế (nirodha saccā) bằng cách chứng ngộ (Niết-Bàn), sẽ hoàn thành phận sự tuệ tri ba đế còn lại. Cũng vậy, minh sát trí (vipassanā ñāṇa), do quán và tuệ tri khổ đế, cũng sẽ hoàn thành phận sự tuệ tri ba đế còn lại.

Chúng tôi xin tóm tắt lại điều này như sau:

1. Khi đạo (magga) thấy một trong bốn đế. 2. Nó hoàn thành phận sự tuệ tri cả bốn (đế), (Tuệ thể nhập đối với cả bốn đế được thiết lập.)

Khi minh sát đạo (vipassanā magga), đã được tu tập để quán và tuệ tri khổ đế, trở nên đủ mạnh, tám thánh đạo sẽ được thiết lập và lao vào Niết-Bàn giới (Nibbānic dhātu), ở đây tất cả khổ liên quan đến các hành danh và sắc thuộc đối tượng cũng như tất cả khổ liên quan đến các hành của tâm hay biết, diệt.

1. Với sự diệt của ái có sự diệt của khổ.

2. Và Chánh Đạo chứng ngộ sự diệt này.

Sự diệt của ái được kèm theo bởi sự diệt của tất cả khổ trong ngũ uẩn. Do đó, vào sát-na Thánh Đạo được thiết lập, đối tượng của sự quán không chỉ là sự diệt của ái mà còn là sự diệt của tất cả khổ trong ngũ uẩn nữa. Những gì được hàm ý trong lời dạy 'về sự diệt

của ái' phải được hiểu như bao gồm luôn "sự diệt của tất cả khổ thuộc các hành (saṅkhāra)", bởi vì chỉ có "sự diệt của tất cả khổ thuộc các hành" mới tạo thành Niết-Bàn đích thực, diệt khổ thánh đế. Do đó, Niết-Bàn đã được định nghĩa như là sự diệt của tất cả hành (saṅkhāras). Như vậy sự thiết lập của Thánh Đạo rõ ràng chỉ theo nghĩa đã đạt đến giai đoạn ở đây tất cả danh (nāma), sắc (rūpa) và các hành (saṅkhāra) ngưng hiện hữu, trở thành không mà thôi.

MINH SÁT CŨNG LÀ MỘT THÀNH PHẦN CỦA NIRODHAGĀMINI PAṬIPADĀ

Bởi vì Thánh Đạo dẫn đến sự diệt của tất cả khổ thuộc các hành (saṇkhāra), nên nó được đặt cho một cái tên đầy đủ là "dukkha nirodhā gāmini paṭipadā ariya saccā", thánh đế về con đường dẫn đến sự diệt của khổ (đạo diệt khổ thánh đế). Nhưng không có minh sát đạo (vipassanā magga), một mình thánh đạo không thể đạt đến Niết-Bàn ở đây tất cả khổ chấm dứt được. Phù hợp với các ba-la-mật trước đó của một người, và chỉ sau khi họ đã hành minh sát nhiều lần, nhiều giờ, nhiều ngày, nhiều tháng, với sức đẩy của minh sát này, thánh đạo xuất hiện như thể nó nổi lên từ chính minh sát đạo vậy. Chính vì lý do này mà minh sát đạo được gọi là đạo đi

trước (pubbabhāga magga), và thánh đạo phải được xem như mục đích tối hậu. Mặc dù Đạo được nhìn như thể gồm hai phần, đạo đi trước và mục đich tối hậu, song sự phát triển của nó xảy ra như một tiến trình liên tục của sự nỗ lực. Vì vậy, chú giải Sammohavinodani nói rằng minh sát đạo phải được xem như một phần tử cấu thành căn bản của nirodhagāmini paṭipadā (con đường dẫn đến sự diệt): "Tám đạo đã nói là thánh đạo siêu thế (ariya magga) với tám phần tử cấu thành. Thánh đạo này cùng với minh sát đạo hiệp thế phải được kể như (tạo thành) "dukkha nirodhā gāmini paṭipadā ariya saccā", thánh đế về con đường dẫn đến sự diệt của khổ hay đạo diệt khổ thánh đế."

Những gì hàm ý ở đây là: Mặc dù đạo đế trong bốn thánh đế là một đạo siêu thế, song nó không thể sanh một mình mà không có minh sát đạo hay gọi cách khác là đạo đi trước (pubbabhāga magga). Chỉ sau khi đã tu tập minh sát đạo và khi minh sát trí (vipassanā ñāṇa) được hoàn thành đầy đủ thì thánh đạo mới xuất hiện. Do đó thánh đạo cùng với minh sát đạo đi trước vốn phải được tu tập như bước khởi đầu, được gọi là dukkha nirodhā gāmini paṭipadā, đạo diệt khổ.

Tóm Tắt:

1. Ba thánh đạo, căn bản (mūla), đi trước (pubba), thánh (ariya) đạo.

2. Tu tập chúng dẫn thẳng đến Niết-Bàn.

(Dứt phần VI của bài Kinh Chuyển Pháp Luân)

Mahāsi Sayādaw 293

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

PHẦN VII

Ở phần VI chúng tôi đã đề cập đến Đạo Đế (Magga Saccā). Trong phần VII này chúng tôi sẽ tiếp tục xét đến sự thực trí (saccā ñāṇa), trí biết rằng đó là sự thực (đế); phận sự trí (kicca ñāṇa), tức trí biết rằng một phận sự liên quan đến sự thực hay đế này đã được thực hiện.

SỰ THỰC TRÍ ĐỐI VỚI KHỔ ĐẾ

Idaṃ dukkhaṃ ariyasaccanti me, bhikkhave,pubbeananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

“Đây là thánh đế về khổ hay đây là sự thực về khổ mà các bậc Thánh phải liễu tri. Như vậy này các Tỳ-kheo, đối với các pháp (ta) chưa từng được nghe trước đây, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.”

Đây là cách trí biết rằng đó là sự thực (đế) phát sanh đối với khổ đế. Ở một phần trước, chúng tôi đã liệt kê khổ đế như sanh là khổ, già là khổ…rồi. Ở đây chúng tôi sẽ chỉ lập lại một ít để làm cho nó sáng tỏ hơn mà thôi. Chữ ‘Đây’ trong câu ‘Đây là khổ đế’ muốn nói tới các loại khổ khác nhau bắt đầu với sanh (jāti) và chấm dứt với các thủ uẩn

(upādānakkhandhās). Mục quan trọng ở đây là ‘Thủ Uẩn’ mà phần lớn mọi người đều hiểu như đã học từ kinh sách. Rất ít người hiểu được nó như một kinh nghiệm tự thân, và dĩ nhiên đây là điều chính yếu phải làm. Chúng tôi sẽ lượt qua điều này trở lại để chỉ ra cách làm thế nào để có thể hiểu được Thủ Uẩn như một kinh nghiệm tự thân.

Bất cứ cái gì trở nên nổi bật ở ngay sát-na thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, đều tạo thành thủ uẩn (upādānakkhandhās). Các bậc thánh chỉ thấy cái khổ đáng sợ trong những đối tượng này; trong khi phàm phu nhìn chúng theo cách khác. Phàm phu không xem chúng như sự thể hiện của phiền não và khổ, mà như khả lạc và tốt đẹp. Họ nghĩ đó là niềm vui khi được thấy những cảnh đẹp, nghe những tiếng nói ngọt ngào, ấn tượng, ngửi những mùi thơm, nếm những thức ăn ngon và thọ hưởng những cảm giác thú vị của sự xúc chạm…Những chúng sanh ở cõi dục xem cảm giác xúc chạm là điều thú vị nhất. Chìm đắm trong những hình ảnh tưởng tượng và mơ mộng cũng là một niềm vui đối với họ. Sẽ là một điều khủng khiếp đối với họ và là một sự mất mát lớn nếu mọi thứ kể cả những mơ mộng của họ đột ngột biến mất. Thực sự thì tất cả những gì được thấy, được nghe…ấy đều là các thủ uẩn (upādānakkhandhās), hay khổ đế. Thiền minh sát được thực hành nhằm làm cho người ta hiểu được sự thực của khổ này, bằng cách nhận thức rõ bản chất vô thường…đáng sợ và đích thực, do sự sanh và diệt không ngừng của chúng.

Đối với Đức Phật, sau khi hoàn thành viên mãn minh sát đạo, ngài đã thấy được sự tịnh lạc cao quý nhất, đó là

Niết-Bàn, nhờ đắc A-la-hán thánh đạo trí (Arahatta magga ñāṇa). Và sau khi chứng ngộ Niết-Bàn, ngài thấy chỉ có khổ trong các thủ uẩn (upādānakkhandhās). Sự nhận thức này đã đến với ngài, không phải do nghe từ người khác, không phải do những pháp hành mà ngài đã học từ các vị đạo sĩ Āḷāra và Udaka. Điều này xảy ra nhờ kinh nghiệm trực tiếp của tự thân sau khi ngài đã phát triển Bát Thánh Đạo. Đó là lý do tại sao ngài tuyên bố: "Đối với các pháp chưa từng được nghe trước đây, nhãn đã khởi lên trong ta..."

Với những lời này ngài cũng tự xưng rằng mình quả thực đã trở thành một bậc Chánh Đẳng Giác (Sammā Sambudha), bậc đã tự mình đi tìm và thấy được chân lý nhờ sự tự chứng và trực giác trí, không do bất kỳ nguồn hướng dẫn hay chỉ dạy nào trợ giúp. Một lời tuyên bố công khai như vậy thực sự là cần thiết. Thời bấy giờ, những hình thức khổ hạnh như nhịn ăn...mà tín đồ của phái Ni-kiền-tử (Nigandas) thực hành, được người ta kính trọng như một pháp hành cao quý và thiêng liêng. Chính nhóm năm vị Kiều Trần Như trước đó cũng có ấn tượng cho rằng nó là như vậy. Chỉ khi Đức Phật tuyên bố công khai rằng "ngài đã phát hiện ra pháp hành và có được tri kiến này, không phải do nghe người khác, cũng không phải do suy đoán, hay suy luận, mà bằng sự tự chứng của ngài, bằng kinh nghiệm cá nhân và trực giác trí của ngài," lúc đó những người nghe mới tin chắc là ngài đã đạt được sự giác ngộ tối cao, đã trở thành một vị Phật (bậc Giác Ngộ) đích thực.

Có được trực giác trí không cần sự trợ giúp bên ngoài là lĩnh vực độc nhất của chư Phật Chánh Đẳng Giác và Độc

296 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Giác. Các vị đệ tử Phật đạt đến giai đoạn giác ngộ và tri kiến như vậy là nhờ nghe những lời dạy của Đức Phật và trau dồi chúng qua pháp hành. Ngày nay cũng thế, nếu có nguyện vọng, người ta có thể đắc trực giác trí ấy bằng cách phát triển chúng qua pháp hành hợp theo những lời dạy của Đức Phật lưu giữ trong Kinh Điển như Kinh Đại Niệm Xứ ... chẳng hạn. Như vậy, nhờ thực hành theo sự chỉ dẫn trong Kinh, các thủ uẩn sẽ được thấy đúng như thực, đó là, chỉ có khổ. Ngoài ra, lời tuyên bố của Đức Phật lúc ấy cũng có ý định khích lệ nhóm năm vị Kiều Trần Như ra sức nỗ lực để thấy được bản chất thực của các thủ uẩn.

Trong lời tuyên bố của Đức Phật vừa nói ở trên, sự phát triển của tri kiến siêu nhiên đã được mô tả như 'nhãn đã khởi lên, trí đã khởi lên, tuệ đã khởi lên, minh đã khởi lên, ánh sáng đã khởi lên', ở đây năm sự mô tả đã được đưa ra cho một hình thức tri kiến duy nhất. Chú giải Tương Ưng Kinh nói rằng: "nhãn, trí, tuệ,...là những từ đồng nghĩa và muốn nói đến cùng một sự việc, đó là tri kiến. Do khả năng thấy, nên tri kiến được gọi là nhãn; do khả năng biết, nên nó được gọi là trí; do khả năng biết theo phép phân tích trên nhiều phương diện hay nhiều cách khác nhau, nó được gọi là tuệ; do khả năng biết một cách thấu suốt, nên nó được gọi là minh; do khả năng toả ra ánh sáng, nên nó được gọi là quang."

Vô Ngại Giải Đạo (Paṭisambhidā magga) giải thích những từ này giống như nhau. Từ cakkhu trong Pāḷi truyền đạt ý niệm thấy, vì thế mà gọi là nhãn. Những từ Pāḷi khác đã được dùng vì mục đích truyền đạt ý nghĩa hay khái niệm

Mahāsi Sayādaw 297

mong muốn cho những thính chúng khác nhau. Vì vậy, để mô tả tri kiến thấy một cách rõ ràng như thể với con mắt vật lý, nó được gọi là nhãn. Chú giải đưa ra một ví dụ để minh hoạ, một người kia bị mù nhiều năm, nay phục hồi thị lực nhờ dùng đúng thuốc hay nhờ một chuyên gia về mắt phẫu thuật. Trước khi điều trị, anh ta không thấy gì hết; bây giờ anh ta thấy mọi thứ một cách rõ ràng. Cũng vậy, trước khi người hành thiền phát triển được minh sát trí hay thánh đạo trí, người ấy vẫn ở dưới ảo tưởng cho rằng năm thủ uẩn, tiêu biểu cho sự khổ, là tốt đẹp và vừa ý. Nhưng khi, nhờ ghi nhận với chánh niệm liên tục vào lúc thấy, nghe,... minh sát trí trở nên mạnh mẽ, người hành thiền nhận thức một cách rõ ràng rằng các hiện tượng thấy, nghe, hay gọi cách khác là các thủ uẩn (upādānakkhandhās), thực sự là cái khổ đáng sợ do bản chất sanh diệt không ngừng của chúng. Điều này cũng giống như phục hồi được thị lực sau một thời gian bị mù. Với sự phát triển của thánh đạo trí (ariya magga ñāṇa), sự nhận thức của vị ấy về bản chất đích thực của khổ thậm chí sẽ nhạy bén hơn nữa. Như vậy, bởi vì nó thấy rõ như thể (thấy) bằng con mắt, tri kiến này được gọi là nhãn.

Liên quan đến 'trí đã sanh khởi' (ñāṇaṃ udapādi); ñāṇa là một từ Pāḷi mang nghĩa biết. Còn về 'tuệ đã sanh khởi' (paññā udapādi), Vô Ngại Giải Đạo (Paṭisambhidā magga) nói rằng paññā là một từ Pāḷi mang nghĩa biết theo phép phân tích trên nhiều phương diện hay nhiều cách khác nhau. Đối với pháp hành minh sát, trong lúc đang ghi nhận phồng, xẹp,...danh và sắc được thấy tách rời nhau như sự chuyển động và tâm biết. Người không quen không thể kinh ngiệm được sự khác biệt này trong con người của họ.

298 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Người hành thiền cũng có thể phân biệt được nhân và quả, đó là biết sự sanh mới khác với sự diệt của nó. Vị ấy biết rằng, do sự sanh và diệt không ngừng mà các uẩn (được xem) là vô thường, khổ; và chúng tự sanh, tự diệt, không chịu sự kiểm soát của bất kỳ ai, nên chúng không có tự ngã, không có thực chất (vô ngã). Cái biết của vị ấy không phải là cái biết mơ hồ, lờ mờ, không rõ rệt, mà là một sự hiểu biết rõ rệt, xác định như nhìn một vật trong lòng bàn tay mình vậy. Sự hiểu biết như vậy được mô tả như cái biết theo phép phân tích trên nhiều phương diện khác nhau, hay cái biết của tuệ (paññā).

Trong 'Vijjā udapādi' (minh đã sanh khởi), vijjā là một từ Pāḷi có nghĩa là sự thấu suốt (minh). Không nên lầm lẫn từ này với từ 'vijjadhāra'chú thuật sư (), một người thành thạo trong các chú thuật (mantras), được mô tả trong các cuốn sách như người có khả năng bay qua hư không. Ở đây Vijjā không biểu thị một con người mà muốn nói tới khả năng thấu suốt, vì vậy gọi là minh.

Có thể nói minh là một trạng thái vi tế, khó hiểu. Ở đây, chúng tôi phải liên hệ lại một trường hợp đã xảy ra khá lâu. Trong một buổi luận pháp giữa chúng tôi với vị Sayādaw trưởng làng, chúng tôi có thông báo cho vị ấy biết rằng tuệ (paññā) đã sanh khởi trong lúc ghi nhận hiện tượng sanh và diệt vào sát-na sanh khởi của nó. Vị Sayādaw không chấp nhận loại nhận thức ấy là tuệ (paññā). Ngài cho rằng tuệ là cái thấu suốt; chỉ khi biết một cách thấu suốt mới gọi là tuệ (paññā). Khi chúng tôi hỏi cách làm thế nào để một người

tạo ra 'cái biết thấu suốt', ngài ngập ngừng một lát, rồi nói, "À,biết một cách thấu suốt là biết một cách thấu suốt."

"Biết một cách thấu suốt xuất phát từ chữ 'paṭivedha', một từ Pāḷi có nghĩa là thông đạt (). Nó hơi giống như 'sambodhāya' (chánh giác), như đã giải thích ở Phần Hai của cuốn sách này. Bị che lấp bởi một bức màn hay một bức tường, các vật đằng sau đó không thể thấy được. Nhưng khi chọc một cái lỗ trên bức màn hay mở một cánh cửa sổ trên bức tường, thì nhờ những khe hở này các vật trở nên rõ rệt để có thể thấy được. Cũng vậy, trí này chọc thủng qua bức màn vô minh (moha). Thoạt tiên, do vô minh che đậy, những gì được thấy, nghe,...không được thấy hay biết như vô thường, khổ, và vô ngã; người ta tin chúng là thường (nicca), lạc (sukha), và hữu ngã (atta). Đây là vô minh, và si mê. Khi minh sát trí (vipassanā ñāṇa) trở nên mạnh mẽ, tri kiến rõ ràng sanh khởi như thể bức màn vô minh đã bị chọc thủng. Sự nhận thức như vậy được gọi là biết một cách thấu suốt hay minh. Đức Thế Tôn đã tuyên bố rằng minh đã sanh khởi nơi ngài.

Về "quang đã sanh khởi" (aloko udapādi) , theo Vô Ngại Giải Đạo (Paṭisambhidā magga), aloko hay quang chỉ là một từ được dùng để biểu thị sự thắp sáng, hay làm cho sáng lên. Ở đây, quang không chỉ có nghĩa là ánh sáng bình thường được thấy bằng con mắt. Nó muốn nói đến tri kiến biện biệt mọi hiện tượng một cách rõ ràng, minh bạch. Trước đây, bản chất thực của vô thường, khổ, vô ngã không được thấy và biết do chúng bị bóng tối che phủ. Khi minh sát trí (vipassanā ñāṇa) và thánh đạo trí (magga ñāṇa) phát triển, bản chất thực của chúng

trở nên rõ ràng. Do đó sự nhận thức như vậy được mô tả như "quang sanh hay ánh sáng đã sanh khởi" theo phép ẩn dụ.

Từ một hình thức tri kiến phi thường đã được mô tả theo năm cách "nhãn, trí, tuệ, minh, và quang" như vậy là cốt để làm cho người nghe dễ hiểu hơn mà thôi. Có thể nói đây là lời dạy đã được trù định để đáp ứng những yêu cầu của người nghe. Nó cũng giống như đôi khi chúng ta phải dùng hai hay ba từ đồng nghĩa trong vị trí của một từ để cho thính chúng có thể nắm bắt được ý nghĩa của những gì chúng ta muốn nói vậy.

Những từ Pāḷi và ý nghĩa của chúng chúng tôi đã giải thích ở trên đều liên quan đến Sự Thực Trí (saccā ñāṇa). Như vậy, đến đây chúng tôi đã đề cập đầy đủ về Sự thực trí. Bây

giờ chúng tôi sẽ tiếp tục nói đến nhiệm vụ của nó, vốn phải được hoàn thành liên quan đến khổ đế.

PHẬN SỰ TRÍ ĐỐI VỚI KHỔ ĐẾ

‘ Taṃ kho panidaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññeyya ’ nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

“Đây là Thánh đế về Khổ cần phải được liễu tri.” Như vậy, này các Tỷ-kheo, đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.”

Mahāsi Sayādaw 301

Đây là cách tri kiến đã sanh khởi liên quan đến những gì cần phải làm đối với Khổ đế. Cần lưu ý cẩn thận là nhiệm vụ phải được thực hiện đối với (Khổ) Đế này là tuệ tri nó, liễu tri nó. Đối với người hành thiền thiết tha đạt đến Thánh Đạo, Thánh Quả và Niết Bàn, phận sự của vị ấy là phải cố gắng nắm bắt khổ đế một cách đúng đắn và rõ ràng, đó là, vị ấy phải hiểu rõ từng thành phần riêng biệt của đế này bắt đầu từ sanh (Jāti) cho đến chấp thủ năm uẩn (upādānakkhandhā).

Trong những phần tử cấu thành của khổ đế, như sanh là khổ,..., yếu tố chủ chốt là năm thủ uẩn. Nhờ biết rõ năm thủ uẩn này đúng như chúng thực sự là, công việc tuệ tri khổ đế kể như đã hoàn tất. Do đó, Mahāvagga Saccā Saṃyutta (Tương Ưng Sự Thực thuộc Đại Phẩm) nói rằng: “Thế nào, này các Tỳ-kheo, là khổ đế? Điều đó phải được trả lời rằng năm thủ uẩn tạo thành khổ đế.”

Năm thủ uẩn đã được chúng tôi giải thích chi tiết ở phần bốn của cuốn sách này. Phàm những gì xuất hiện ở sáu cửa giác quan, vào lúc thấy, nghe,...đều tạo thành năm thủ uẩn. Điều này sẽ trở thành kinh nghiệm tự thân bằng cách ghi nhận từng hiện tượng xuất hiện ở sáu cửa giác quan khi nó xảy ra. Nhờ những nỗ lực (ghi nhận) này tính chất thô, cứng, mịn, nhẹ của địa đại (pathavi dhātu) sẽ được tự thân kinh nghiệm, cũng vậy, tính chất kết dính, lưu chảy, và ẩm ướt của thuỷ đại (āpo dhātu); nóng, lạnh và ấm của hoả đại (tejo dhātu), sự đơ cứng, sức ép và chuyển động của phong đại (vāyo dhātu) sẽ được tự thân kinh nghiệm. Tất cả những tính chất này phải được hiểu biết một cách chính xác và riêng biệt bằng kinh nghiệm tự thân. Điều này có tác động như thế

302 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

nào đã được giải thích đầy đủ ở trước. Một cách ngắn gọn là nó tạo ra một sự chú tâm cao độ vào những cảm giác xúc chạm vốn trở nên rõ rệt ở bất kỳ nơi nào trên thân hành giả. Lúc đó, một trong bốn đại sẽ thông báo sự hiện hữu của nó qua những đặc tính nội tại hay đặc tính riêng của nó.

Sau khi đã biết rõ bốn đại, nhờ ghi nhận thấy, nghe,...căn vật lý mà sự thấy, nghe...dựa vào đó, những đối tượng (trần cảnh) sắc, thinh,.. và thức uẩn cùng với các tâm sở đồng sanh của chúng sẽ trở nên rõ rệt. Ở mỗi sát-na ghi nhận hiện tượng “phồng, xẹp, ngồi,

xúc chạm, hay biết, cảm giác đơ cứng, cảm giác nóng, cảm giác đau; thấy, nghe,…” người hành thiền tự thân nhận thức được sự sanh mới liền theo sau bởi sự diệt tức thời của cả hai: đối tượng của sự hay biết cũng như tâm ghi nhận. Như vậy, người hành thiền biết dứt khoát rằng nó là vô thường (hutvā abhāvato aniccā) bởi vì nó diệt liền mỗi khi sanh; vị ấy cũng biết rằng nó là cái khổ đáng sợ (udayabbya patipilanatthena dukkhā), bởi vì nó bị bức bách bởi sự sanh và diệt không ngừng; vị ấy biết rằng nó không phải tự ngã (avasa vattanatthena anattā) để tuân theo sự kiểm soát, vì nó xảy ra theo đường lối tự nhiên của nó, không tuân theo ý muốn của ai. Có được kinh nghiệm tự thân nhờ quan sát liên tục hiện tượng sanh và diệt và ghi nhận các đặc tính vô thường, khổ và vô ngã theo cách này là biến tri khổ đế (pariññeyya —what should be known accurately, , sở biến tri).

Đức Thế Tôn đã đạt đến sự chứng ngộ, không phải do nghe người nào khác nói rằng khổ đế hay các thủ uẩn vốn thực sự sanh và diệt, phải được tuệ tri, hay phải được hiểu

biết một cách đúng đắn và chính xác. Chính vì vậy ngài mới tuyên bố ‘pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.’(đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.) Và về sau, sự chứng ngộ chỉ xảy ra sau khi nghe pháp từ Đức Phật hay từ các vị đệ tử khác của Đức Phật. Mặc dù lời tuyên bố trong Kinh Chuển Pháp Luân dứt khoát rằng khổ đế phải được biến tri (hiểu biết một cách đúng đắn, và rõ ràng), một số người vẫn xem việc hiểu rõ khổ đế hay các thủ uẩn bằng cách ghi nhận hiện tượng sanh và diệt đang thực sự xảy ra là điều không cần thiết. Họ cho rằng chỉ cần nghe nói về Danh và Sắc cũng như về tính chất vô thường, khổ, và vô ngã của chúng là đủ để đáp ứng mục đích rồi. Chúng tôi thực sự lấy làm buồn và đáng tiếc cho những người này.

Như vậy, Phận Sự Trí (Kicca Ñāṇa) là sự nhận thức được rằng khổ đế hay gọi cách khác là năm thủ uẩn phải được tuệ tri qua sự quan sát của tự thân. Nó biết phận sự nào phải được thực hiện đối với khổ đế. Sự nhận thức này đến trước sự chứng đắc thánh đạo. Thậm chí trước khi một hành giả bắt đầu hành thiền, vị ấy cũng phải ý thức được rằng mình phải biết rõ tính chất vô thường, khổ, và vô ngã bằng cách ghi nhận mỗi khi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ,…Trong khi thực hành minh sát, vị ấy cũng phải biết về công việc này nữa. Chỉ lúc đó vị ấy mới có thể dành hết sự chú tâm vào sự sanh và diệt của các thủ uẩn (upādānakkhandhā) và phát triển minh sát trí một cách toàn diện. Các đệ tử của tôi, những hành giả Tứ Niệm Xứ, đã hoàn thành nhiệm vụ

mà Phận Sự Trí (kicca ñāṇa) này đòi hỏi từ lúc nhận sự hướng dẫn của chúng tôi về phương cách hành thiền, sau khi đã học để biết rằng bất cứ những gì xuất hiện vào khoảnh khắc thấy, nghe,…phải được chi nhận một cách cẩn thận. Trong khi ghi nhận, cho dù mới đầu hành giả không biết phải ghi nhận cái gì, song chẳng bao lâu vị ấy cũng

biết được là phải quan sát cái gì. Sự phân biệt này là phận sự trí, tức trí biết nhiệm vụ phải thực hiện.

Sở dĩ chúng tôi dành nhiều thời gian để nói về 'phận sự trí' này bởi vì chúng tôi nghĩ biết được ý nghĩa của nó thực sự rất quan trọng. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn đến Kata Ñāṇa (Dĩ Tác Trí).

DĨ TÁC TRÍ ĐỐI VỚI KHỔ ĐẾ

"Taṃ kho panidaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññāta ' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

("Thánh đế về Khổ này đã được liễu tri. Như vậy, này các Tỷ-kheo, đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.")

Hiểu rõ khổ đế hay năm thủ uẩn bằng cách ghi nhận thấy, nghe,...và thường xuyên hay biết tính chất vô thường, khổ và vô ngã tạo thành minh sát trí (vipassanā ñāṇa). Tuy nhiên, chỉ một mình minh sát trí thôi thì vẫn chưa thể hoàn thành viên mãn nhiệm vụ tuệ tri (pariññā), tức viên mãn công

việc hiểu biết khổ đế một cách đúng đắn và đầy đủ. Tưởng về thường, lạc, ngã, tịnh vẫn có thể khởi lên đối với những đối tượng mà hành giả không ghi nhận. Có thể nói, chỉ khi minh sát trí đã phát triển đầy đủ và Thánh Đạo Trí xuất hiện để kinh nghiệm trạng thái tịnh lạc của Niết-Bàn, lúc đó tri kiến về vô thường, khổ, và vô ngã mới được hoàn tất và bền vững. Đây là sự hoàn thành của công việc tuệ tri khổ đế.

Ngay cả như thế, Nhập Lưu Thánh Đạo Trí vẫn chưa đủ để hoàn mãn công việc này. Chỉ bằng cách chứng đắc A- la-hán Thánh Đạo Trí, khổ đế mới được tuệ tri hoàn toàn một trăm phần trăm, có thể nói là vậy. Đối với Đức Thế Tôn, công việc (tuệ tri khổ đế) đã được hoàn mãn từ lúc ngài đạt đến A-la-hán Thánh Đạo, A-la-hán Thánh Quả và chứng đắc Giác Ngộ. Vì lý do đó ngài tuyên bố rằng công việc tuệ tri khổ đế đã được Như Lai hoàn tất. Nhãn đã sanh khởi, trí đã sanh khởi, tuệ đã sanh khởi, minh đã sanh khởi, quang đã sanh khởi, để thấy rằng công việc đã được hoàn tất và không còn gì phải làm thêm nữa.

Những hành giả hiện nay đang tham gia vào việc hành thiền cũng có cùng một mục đích này trong dự kiến, đó là tuệ tri khổ đế và cuối cùng hoàn tất công việc liễu tri bằng cách đạt đến A-la-hán Thánh Đạo, A-la-hán Thánh Quả. Sau khi chứng đắc A-la-hán Thánh Đạo và A-la-hán Thánh Quả, cuối cùng sự nhận thức sẽ đến với họ, qua sự phản khán (hồi quan phản chiếu), rằng công việc đã được hoàn thành viên mãn: "...sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc cần làm (tuệ tri Tứ Đế) đã làm xong..."

Đến đây, chúng tôi đã bàn xong ba loại trí — sự thực trí (saccā ñāṇa), phận sự trí (kicca ñāṇa), và dĩ tác trí (kata ñāṇa) liên quan đến khổ đế. Tóm lại,

1. Vào sát-na thấy, nghe…nhận thức rõ rằng tất cả mọi hiện tượng sanh và diệt đều là khổ, khổ đế, tạo thành sự thực trí (saccā ñāṇa). 2. Nhận thức rõ rằng khổ đế này phải được tuệ tri bằng sự ghi nhận với chánh niệm, tạo thành phận sự trí (kicca ñāṇa). 3. Nhờ phản khán, biết rằng khổ đế đã được tuệ tri, tạo thành dĩ tác trí (kata ñāṇa).

Trong ba trí này, sự thực trí xuất hiện trong lúc hành thiền minh sát khi hành giả nhận ra rằng hiện tượng sanh và diệt chỉ là khổ. Điều này xảy ra trước khi Thánh Đạo xuất hiện. Ngay cả vào sát-na Thánh Đạo xuất hiện, thấy sự tịch tịnh của Niết-Bàn, trí này cũng khởi lên bằng cách nhận thức rõ khổ đế trong tất cả mọi hiện tượng sanh và diệt. Sau khi Thánh Đạo xuất hiện cũng thế, trí này dự phần bằng sự phản khán. Như vậy, sự thực trí (saccā ñāṇa) là tri kiến về tứ đế sanh khởi trước, sau và vào sát-na Thánh Đạo. Thực sự ra những gì được nhận thức vào sát-na Thánh Đạo chỉ là diệt đế (nirodha saccā, diệt khổ thánh đế). Ba đế còn lại (khổ đế bằng sự tuệ tri-pariññā, tập đế bằng sự đoạn trừ - pahāna, và đạo đế bằng sự tu tập - bhāvanā) được nói là đã chứng đắc nhờ hoàn thành công việc tuệ tri bằng tuệ thông đạt (paṭivedha).

Liên quan đến khổ đế, vào lúc sát na chứng diệt loé lên, phận sự tuệ tri liên tục danh và sắc là khổ, kể như đã

Mahāsi Sayādaw 307

hoàn thành. Cho nên, các bậc Thánh (đặc biệt các vị A-la- hán) đã đạt đến Đạo Quả, nhờ suy xét, đều biết rằng danh và sắc sanh và diệt không ngừng là khổ. Do đó mới nói rằng công việc của tuệ thông đạt (paṭivedha), tuệ tri bản chất của khổ, đã được hoàn tất vào sát-na đạo. Trong lúc hành minh sát, tri kiến về khổ này phát sanh nhờ thực sự ghi nhận hiện tượng sanh và diệt. Đây gọi là tuệ tri khổ đế (dukkha saccā) hay gọi cách khác là pariññā paṭivedha.

Về phận sự trí (kicca ñāṇa), đó là sự nhận thức rằng khổ đế phải được tuệ tri, nó phải được hoàn tất trước khi đạt đến Thánh Đạo. Chỉ khi đã có tri kiến trước đó về những phận sự nào phải được thực hiện thì những phận sự này mới có thể được thực hiện để chứng đắc Thánh Đạo.

Trong trường hợp của khổ đế cũng vậy, nó phải được hiểu rõ ở một giai đoạn sớm hơn. Điều cần thiết là phải nhận thức được một cách rõ ràng bản chất vô thường bằng cách ghi nhận hiện tượng sanh và diệt biểu hiện rõ rệt nơi các uẩn mỗi lúc xuất hiện. Chỉ với sự hiểu biết trước như vậy công việc cần thiết của việc quán sát các hiện tượng mới được thực hiện, và Thánh Đạo mới xuất hiện sau khi đạt đến sự thành thục của minh sát. Đối với tập đế (samudaya saccā), diệt đế (nirodha saccā), và đạo đế (magga saccā), một sự hiểu biết trước về những phận sự phải được thực hiện đối với mỗi đế như vậy là tuyệt đối cần thiết. Chỉ lúc đó Thánh Đạo mới có thể phát triển.

Như vậy, rất lâu trước khi đạt đến Thánh Đạo, nhất thiết phải có sự hiểu rõ rằng khổ đế phải được tuệ tri; tập đế

phải được đoạn trừ; diệt đế phải được chứng ngộ; và đạo đế phải được tu tập.

Tri kiến (hiểu biết) rằng những phận sự này đã được thực hiện chỉ đến sau khi chứng đắc A-la-hán Thánh Đạo và Thánh Quả nhờ suy xét thấy rằng Phạm Hạnh đã thành (vusitam brahmacāriyam); những gì cần làm đã được làm xong (katam karaṇīyaṃ). Dĩ tác trí (kata ñāṇa) là trí biết rằng những gì cần phải làm đã được làm. Qua sự chứng diệt, A-la-hán thánh đạo cũng thực hiện ba công việc khác nữa, đó là, tuệ tri khổ đế, đoạn trừ tập đế và tu tập đạo đế. Chính Dĩ Tác Trí biết rằng cả bốn phận sự này đã được thực hiện.

Những giải thích cô đọng ở trên về sự thực trí (saccā ñāṇa), phận sự trí (kicca ñāṇa), và dĩ tác trí (kata ñāṇa) đã được thực hiện hợp theo tinh thần Phụ Chú Giải Mulatika về Kathā Vatthu. Như vậy chúng tôi đã đề cập tương đối đầy đủ về ba loại trí liên quan đến khổ đế. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn về ba trí này liên quan đến tập đế.

SỰ THỰC TRÍ ĐỐI VỚI TẬP ĐẾ

‘Idaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasacca ’ nti bhikkhave, tathāgatānaṃ pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

(Đây là thánh đế về khổ tập (nhân sanh khổ) mà các bậc Thánh phải biết. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.)

Trong đoạn kinh trên chữ ‘Đây’ muốn nói đến dục ái (kāma taṇhā), hữu ái (bhava taṇhā), và phi hữu ái (vibhava taṇhā), đã được giải thích ở một phần trước. Khổ xuất phát từ những ái này như thế nào, được giải thích như sau: Dục ái tìm thấy sự thích thú trong các đối tượng dục lạc vốn phải tầm cầu và làm ra. Trong khi theo đuổi chúng, một số người phải nếm trải những khổ đau cùng cực, ngay cả đến mức mất cả mạng sống. Bất kỳ cố gắng nào nhằm kiềm chế tham ái đã sanh cũng dẫn đến khổ đau và bất hạnh. Đi tìm những vật không dễ có được cũng là khổ. Rồi việc phải chăm lo, giữ gìn những tài sản đã hoạch đắc được cũng là công việc rất phiền hà và khó khăn. Ngay cả những người nghiện thuốc và nhai trầu cũng phải chịu khổ khi hết những vật mà họ ưa thích. Người nghiện rượu và ma tuý còn cảm thấy khổ hơn trong những hoàn cảnh thiếu thốn tương tự.

Con người sinh ra một mình. Lúc trẻ, họ vui sống cuộc đời độc thân không có những phiền toái của gia đình. Nhưng khi lớn lên, họ cảm thấy cần một người bạn đồng hành. Và rồi dục ái (kāma taṇhā) xúi giục, họ bắt đầu tìm một người. Khi họ nhắm đến một đối tượng không thể đạt tới được, mối tình của họ kết thúc trong sầu khổ. Và nếu cuối cùng ước nguyện của họ thành công, nghĩa là kiếm được người bạn đời họ cần, phiền não chẳng bao lâu sẽ bắt đầu khi họ tự thấy mình không thích hợp với nhau. Ngay cả

khi có được sự hoà hợp với nhau trong cuộc sống hôn nhân, phiền não cũng xuất hiện khi một trong hai người bất ngờ đổ bệnh. Chăm sóc người bệnh quả là một công việc khó nhọc. Đúng thời, cái chết đến với một người, để lại cho người kia sống trong những nỗi thống khổ của bi ai và sầu muộn. Rõ ràng

tất cả những khổ đau này đều bắt nguồn từ dục ái (kāma taṇhā).

Nhưng đa số mọi người đều có ảo tưởng cho rằng ái dục này là cội nguồn của hạnh phúc. Họ xem việc hưởng thụ các dục lạc là niềm vui thú ở trên đời. Khi tham ái không bi đánh thức, do thiếu những đối tượng khả lạc hay không có những cảm thọ lạc, cuộc sống đối với họ trở nên đơn điệu và buồn tẻ. Đi viếng chùa hay viếng tháp thì tẻ nhạt; nghe những bài pháp về thiền minh sát còn chán hơn. Trái lại, những sô giải trí như chiếu phim, nhạc kịch,...lại đem đến cho họ sự hứng thú, sung sướng, và vui vẻ. Như vậy, ái này được nuôi dưỡng cẩn thận bằng việc săn đuổi những dục trần khả ái. Những theo đuổi dục lạc điên rồ này được thực hiện dựa trên sự tin tưởng rằng chúng đem đến niềm vui và hạnh phúc. Sở dĩ người ta tin như vậy là vì vô minh đã đưa ra cho họ những hướng dẫn sai lạc.

Tuy nhiên, những gì có vẻ thú vị và vui sướng ấy, trong thực tế, thật kinh hoàng và đáng sợ bởi vì bản chất sanh và diệt không ngừng của chúng. Dục lạc thì không bao giờ biết chán vì lòng tham (taṇhā) không đáy. Ngay cả sau nhiều ngày, nhiều tháng, nhiều năm hưởng lạc, tham ái vẫn không hề thoả mãn. Vì thế mà con người cứ phải lo lắng chạy đuổi theo các lạc thú không ngừng để giữ cho niềm vui của họ không bị đứt đoạn. Nhưng cuối cùng, khi cái kho dự trữ các dục lạc và cảm thọ cạn kiệt, họ phải cam chịu những bất toại nguyện lớn lao. Đây là sự giải thích ngắn gọn cách tham ái làm phát sanh phiền não và khổ đau trong cuộc sống hiện tại.

Nhưng nguyên nhân đích thực của khổ nằm trong sự kiện rằng tham ái (taṇhā) này khiến cho có sự luân hồi sanh tử bất tận. Những cảnh sắc và âm thanh khả ái kích thích sự khoái cảm và tham muốn, và tham muốn này làm phát sanh chấp thủ. Do chấp thủ , người ta phải dốc hết sức ra để có được nó. Điều này tạo thành Saṇkhāra (hành nghiệp). Do các hành này là nhằm hoàn thành những tham muốn và do tốc hành tâm (javana) của sát na cận tử, hay gọi cách khác là hành tác thức (abhisaṅkhāra viññāṇa—) có được lực đẩy của nó từ tham ái (taṇhā) bám chặt vào đối tượng xuất hiện lúc đó, thức tái sanh khởi lên liền ngay sau tâm tử. Từ khoảnh khắc thức tái sanh an lập trong hiện hữu mới, có thể nói rằng tất cả những phiền muộn và đau khổ liên quan đến kiếp sống mới đã bắt đầu. Tất cả những phiền muộn này, ngay từ khoảnh khắc của thức tái sanh, đã có gốc của chúng trong tham ái. Đối với các vị A-la-hán, do tham ái đã được đoạn trừ, các vị không còn gặp bất kỳ khổ đau nào của kiếp sống mới nữa. Như vậy dục ái (kāma taṇhā) là nhân đích thực của khổ đau như sanh, già, chết...hay còn gọi là tập đế (samudaya saccā).

Những người phát nguyện đạt đến các cõi sắc và vô sắc thì ra sức nỗ lực để chứng đắc các thiền sắc giới (rūpāvacara jhāna) và vô sắc giới (arūpāvacara jhāna). Nhờ những thiền chứng này họ được tái sanh trong các cõi Phạm thiên hữu sắc và vô sắc. Là các vị Phạm Thiên (Bhramas), họ thoát khỏi những cái khổ về thân vật lý cũng như những khổ tâm. Thọ mạng của họ không tính bằng năm mà được đo lường dưới dạng chu kỳ thế gian (đại kiếp). Từ quan niệm thế gian thì cuộc sống của họ được đánh giá là một cuộc sống hạnh

phúc. Nhưng khi thọ mạng của họ chấm dứt, họ vẫn phải đối đầu với cái chết và chịu những nỗi thống khổ của sự chết (marana dukkha). Họ cũng phải chịu những sầu ưu vì ước nguyện bất tử của họ không được hoàn thành. Sau khi chết cũng vậy, những phiền muộn và khổ não chờ đợi họ trong cõi dục mà họ tái sanh vào. Như vậy, hữu ái (bhava taṇhā), hay khát khao hiện hữu trong thế giới phạm thiên thực sự cũng là khổ đế.

Mong muốn không-hiện hữu sau khi chết (phi hữu ái- vibhava taṇhā) cũng là nguyên nhân của khổ bởi vì nó khuyến khích những điều ác trong cuộc đời này. Thay vì chùn bước trước điều ác những người chủ theo chủ nghĩa hư vô sẵn sàng làm bất cứ điều gì trong việc theo đuổi chúng và thích thú trong những việc làm ấy. Do những bất thiện nghiệp (akusala kamma) ấy họ phải tái sanh vào bốn cõi khổ (địa ngục, ngạ quỉ, súc sanh, và A-tu-la) trong nhiều kiếp và chịu đựng những nỗi thống khổ cũng như bất hạnh của các cõi này. Do đó, rõ ràng phi hữu ái (vibhava taṇhā), phát sanh từ đoạn kiến này, là nguồn gốc thực sự của khổ hay tập đế (samudaya saccā).

Cả ba loại ái này đều là nhân căn để của khổ, Đức Phật đã chứng thực được điều đó và tuyên bố ngài đã thấy được chúng như thế nào: “Nhãn, thấy rằng đây là Khổ Tập Thánh Đế, đã sanh khởi nơi Ta.” Biết được đây là khổ tập thánh đế là sự thực trí (saccā ñāṇa). Sự thực trí biết (tập) đế sanh khởi trước và sau sự đến của Thánh Đạo. Vào sát-na Đạo, phận sự biết (tập) đế cũng được hoàn thành, theo cách từ bỏ hay đoạn trừ, pahāna paṭivedha (thể nhập bằng đoạn trừ).

Tóm lại, cái biết tứ đế trước, sau và vào sát-na Đạo là sự thực trí (saccā ñāṇa).

PHẬN SỰ TRÍ ĐỐI VỚI TẬP ĐẾ

‘Taṃ kho panidaṃ dukkhasamudayaṃariyasaccaṃpahātabba’ nti, bhikkhave, tathāgatānaṃ pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.’

(Đây là Thánh đế về Khổ tập cần phải đoạn tận, này các Tỷ-kheo, đối với các pháp từ trước Ta chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta, minh đã sanh khởi nơi ta, quang đã sanh khởi nơi ta.)

Nếu muốn giải thoát khổ, nguồn gốc của khổ hay tập khởi của khổ phải được loại trừ. Cũng như để chữa hiệu quả một chứng bệnh, nguyên nhân căn để của tình trạng khó

chịu ấy phải được loại trừ bằng việc áp dụng thuốc thích hợp. Các bác sĩ Miến Điện chẩn đoán nguyên nhân của một căn bệnh dựa vào những rối loạn ở máu, gió, mật, đàm, khí hậu, thực phẩm…Trong khi các bác sĩ Tây phương theo dấu nguyên nhân đến chứng bệnh khác mang những mầm bệnh. Khi những nguyên nhân sanh bệnh đã được chẩn đoán đúng và rồi được loại trừ bằng sự điều trị thuốc men thích hợp, bệnh được chữa khỏi hoàn toàn. Cũng vậy, cái khổ của tái sanh trong vòng luân hồi có thể tránh khỏi bằng cách loại trừ nhân căn để của nó, vốn là tham ái (taṇhā), tập đế. Do đó, (tập) đế này được xem như pháp cần phải được đoạn trừ (pahātabba dhamma).

Sự đoạn trừ này tác động như thế nào? Đó là điều chính yếu nhất cần phải biết. “Không để cho tham ái (taṇhā) xuất hiện, không để chotham ái sanh khởi; Ta sẽ giữ tâm (trong sáng) như nó là, không có tham ái. Ta sẽ chỉ có cái tâm không tham ái này thôi.” Liệu có thể duy trì một trạng thái tâm như vậy được không? Những người tin có thể làm được như vậy cứ thử cố gắng đạt đến trạng thái tâm ấy và thấy xem mình có thể duy trì được nó trong bao lâu. Liệu người đã lập gia đình có không bị quấy rầy bởi những ý nghĩ yêu đương, sự âu yếm đối với vợ chồng và những xúc cảm tình dục đòi hỏi sự đáp ứng không? Liệu có không khởi lên ý nghĩ thèm một điếu thuốc hay một têm trầu, hay thưởng thức một bữa ăn ngon? Và còn về mong muốn có được hạnh phúc và tài sản thì sao? Những câu hỏi này không thể giải quyết một cách dễ dàng bằng cách gạt chúng qua một bên, cho rằng chúng chỉ là những chuyện vặt, chỉ là những chuyện thường tình, tự nhiên không quan trọng. Chúng ta phải chịu đựng sự sanh khởi của tham ái này chỉ vì chúng ta không thể đè nén được chúng. Nhưng sự thực vẫn là và điều này cần phải ghi nhớ trong tâm một cách nghiêm túc, rằng tham ái là một pháp cần phải đoạn trừ (pahātabba dhamma) khi có thể.

Thực sự ra, có ba loại ái (taṇhā) cần đoạn trừ: 1. Ái thúc đẩy những hành động của thân và lời nói (thân hành và khẩu hành); 2. Ái kích thích tâm say đắm trong những khoái cảm tưởng tượng và những ý nghĩ kỳ quặc; và 3. Ái ngủ ngầm chờ cơ hội để tự thể hiện. Trong ba loại ái này, ái thúc đẩy những thân hành và khẩu hành được xếp loại như phiền não vi phạm (vitikkama kilesā) có thể được đoạn trừ bằng giới (sīḷa). Một người giữ giới kỹ càng sẽ không trộm cắp bất cứ

vật gì của người khác, cho dù anh ta cảm thấy muốn vật ấy; không phạm tội tà dâm (đối với người giữ phạm hạnh thì không hành dâm); không nói dối và tránh những thức uống có cồn và ma tuý. Ở mức này, người ấy tránh được những phiền não vi phạm (vitikkama kilesā). Đây là cách ái được loại trừ bằng giới (sīḷa).

Ái thể hiện trong những khoái cảm và lạc thú tưởng tượng được xếp loại như phiền não bột khởi (pariyuṭṭhāna kilesā), loại phiền não có thể được loại trừ bằng tâm định. Nếu một người thường hành một trong những đề mục thiền, như niệm hơi thở chẳng hạn, họ có thể thoát khỏi những ý nghĩ ham muốn, và tưởng tượng về các dục trần, trong lúc ấy. Như vậy, trừ phi chăm chú vào một trong những bài tập thiền, bằng

không nếu cứ để cho tâm tự do theo đường lối tự nhiên của nó, nó sẽ cuốn hút vào những suy nghĩ về các dục trần khả ái, phần lớn là khát khao các dục lạc. Nếu người nào tin rằng họ có thể giữ cho tâm của họ y như nó là không có những ái dục, người đó kể như không biết được tâm của mình vậy.

Thực tế mà nói, ngay cả trong lúc hành thiền không ngừng nghỉ, trước khi năng lực định có đủ sức mạnh, ái bột khởi hay những suy nghĩ về dục lạc vẫn cứ liên tục xuất hiện. Chỉ khi đắc thiền, do hành thiền định, những ý nghĩ về dục lạc loại thô này mới dừng lại, nhưng ngay cả như thế, nó cũng chỉ kéo dài trong thời gian nhập thiền mà thôi. Đây là cách định loại trừ dục ái bằng vikkhambhana pahāna (trấn phục xả đoạn , đoạn từ bằng đè nén).

Hữu ái (bhava taṇhā), tham muốn hiện hữu và phi hữu ái (vibhava taṇhā) mong muốn không hiện hữu, vẫn tồn tại ngay cả trong những người có những thiền chứng. Chúng cũng tồn tại trong các vị Phạm Thiên. Do đó hữu ái và phi hữu ái không thể đoạn trừ được bằng thiền định. Không cần nói ai cũng biết rằng những người bình thường không có kinh nghiệm trong thiền không thoát khỏi tham ái đối với cuộc sống và sự hiện hiện hữu của họ. Tuy nhiên, những kẻ vô văn phàm phu như vậy không biết rằng sự thích thú trong cuộc sống và sự hiện hữu của họ là tham ái (taṇhā) hay phiền não (kilesā). Thậm chí họ còn đưa ra quan niệm cực kỳ sai lầm cho rằng 'người ta có thể giữ được tâm trong sạch không có những phiền não (kilesā). Và tâm không phiền não tức là Niết Bàn'. Điều này rõ ràng đi ngược lại lời dạy của Đức Phật.

Tham ái có thể thực sự chưa sanh khởi, nhưng sẽ xuất hiện khi những điều kiện chính đáng có mặt, trong trường hợp này nó được gọi là phiền não tuỳ miên hay phiền não ngủ ngầm (anusaya kilesā). Phiền não này có hai loại: 1. Ārammana nusaya, phiền não tiềm tàng ngấm ngầm trong đối tượng; 2. Santāna nusaya, phiền não ngủ ngầm trong tự thân (tức trong tương tục của ngũ uẩn.)

Có thể có những đối tượng tự thể hiện vào lúc thấy hay nghe nhưng lúc đó nó không được ghi nhận như vô thường, khổ, vô ngã. Tuy nhiên, vào lúc hồi tưởng lại, phiền não (kilesā) có thể khởi lên liên quan đến chúng. Những phiền não như vậy được gọi là phiền não tiềm tàng ngủ ngầm trong đối tượng. Ārammana nusaya kilesā, phiền não ngủ ngầm trong

đối tượng này có thể được dập tắt bằng minh sát trí (vipassanā ñāṇa), tất nhiên thiền minh sát chỉ có thể loại trừ những phiền não nào sanh khởi trong những đối tượng được quán mà thôi. Những đối tượng thoát khỏi sự quán, hay những phiền não tiềm tàng vẫn không bị tác động.

Những phiền não (kilesā) chưa bị Thánh Đạo đoạn trừ và đang chờ cơ hội để sanh khởi trong tương tục ngũ uẩn của một người được gọi là Santāna nusaya, phiền não ngủ ngầm trong tự thân. Phiền não loại này chỉ có thể loại trừ bằng Thánh Đạo Trí (Ariya

Magga Ñāṇa). Chính sự diệt trừ dễ dàng của Santāna nusaya bằng thánh đạo này mà thiền minh sát phải được tu tập.

PHIỀN NÃO NGỦ NGẦM THỰC SỰ HIỆN HỮU

Mặc dù Kinh và Vi Diệu Pháp (Abhidhamma) nói rõ rằng có sự hiện hữu của phiền não ngủ ngầm (anusaya kilesā) . Một số người vẫn quả quyết cho rằng không có thứ gì gọi là phiền não ngủ ngầm cả, chỉ do khả năng lưu giữ của tâm mà phiền não phát khởi vậy thôi. Điều này rõ ràng đã biểu lộ sự bất kính hoàn toàn đối với những lời dạy của Đức Phật.

Cứ suy xét một lúc xem. Ở những đứa bé trước tuổi dậy thì, sự khát khao dục lạc dưới hình thức ham thích người khác phái, vẫn chưa tự thể hiện. Điều này không phải vì chúng không có phiền não (kilesā), mà chỉ vì vào lúc ấy cơ hội cho phiền não (kilesā) này sanh khởi vẫn chưa có. Nó vẫn ngủ ngầm trong chúng và chỉ xuất hiện khi những điều kiện thích hợp có mặt. Mọi người đều biết rằng, khi đến tuổi dậy thì,

chỉ cần thấy hay nghe tiếng nói của người khác phái lập tức những dục vọng liền khởi lên trong chúng. Nó chỉ xảy ra một cách tự nhiên chứ không phải do chúng đã được thấy hay được nghe về chuyện này trước đó và ghi nhớ nó trong tâm. Thực sự điều này xảy ra là vì có những phiền não (kilesā) ngủ ngầm trong những đứa bé ấy và bây giờ chúng tìm được cơ hội để sanh khởi mà thôi.

Lại nữa, lấy trường hợp của một số người có đức tin nơi Tam Bảo, đó là có lòng tin đối với Đức Phật, Giáo Pháp, và Chư Tăng. Nhưng khi bị các vị đạo sư của các tôn giáo khác tác động, họ bắt đầu ấp ủ hoài nghi, vicikicchā, về Phật, Pháp, Tăng. Một số thậm chí còn thay đổi tín ngưỡng của mình để đi theo tà kiến. Hoài nghi và tà kiến khởi lên trong họ không phải do khả năng ghi nhớ trong tâm; mà ngày nào chưa bị loại trừ bằng Thánh Đạo (Ariya Magga) chúng luôn luôn có mặt trong họ vậy.

Các bậc thánh thời Đức Phật đã diệt trừ được tà kiến và hoài nghi bằng nhập lưu thánh đạo (sotāpanna magga) do vậy không vị đạo sư nào, ngay cả vua trời Đế Thích và Ma-Vương (Māra) có thể tác động làm cho họ chấp nhận tà kiến, nuôi dưỡng hoài nghi về tam bảo. Điều này là do những phiền não ngủ ngầm trong họ đã bị thánh đạo loại trừ.

Những bậc thiện nhân có cơ hội nghe hay đọc bài Kinh Chuyển Pháp Luân này nên ghi nhớ dứt khoát trong tâm rằng có những phiền não đang nằm ngầm trong tâm mình chỉ chờ cơ hội để khởi lên và rằng tham ái này, vốn là

nhân đích thực của khổ, phải được đoạn trừ bằn thánh đạo qua việc tu tập thiền minh sát (vipassanā bhāvanā).

Tóm lại, biết rằng đây là pháp (dhamma) cần phải đoạn trừ là phận sự trí (kicca ñāṇa) đối với sự thực về nguồn gốc của khổ (tập đế). Phận sự trí biết những gì cần phải làm đối với tập đế này phải được tu tập trước khi thánh đạo xuất hiện. Như vậy, phận sự trí

là tri kiến đi trước (nó) biết những gì cần phải được biết, những gì cần phải được đoạn trừ, những gì cần phải được chứng ngộ, và những gì cần phải được tu tập.Đối với Đức Thế Tôn, phận sự trí này xuất hiện, không phải do nghe từ người khác. Do đó Ngài thừa nhận: "Đây là Thánh Đế về nguồn gốc của khổ phải được đoạn trừ. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta. Rồi Đức Thế Tôn tiếp tục giải thích cách ngài đã hoàn thành phận sự đoạn trừ (tập đế).

DĨ TÁC TRÍ ĐỐI VỚI TẬP ĐẾ

Taṃ kho panidaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ pahīna ' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesucakkhuṃudapādi,ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

(Đây là thánh đế về nguồn gốc của khổ (tập đế) đã được đoạn trừ. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.)

Trên đây là lời giải thích về cách trí hồi quan hay trí phản khán nhớ lại sự hoàn thành công việc đoạn trừ, xảy ra sau khi vị ấy đã đoạn trừ xong những gì cần phải đoạn trừ, đó là đoạn trừ tham ái (taṇhā) hay tập đế. Trí nhớ lại sự hoàn thành của công việc phải được thực hiện này được gọi là dĩ tác trí (kata ñāṇa).

Liên quan đến tập đế, điều đặc biệt đáng lưu ý ở đây là bốn thánh đạo nhận thức Niết-Bàn bằng cách chứng đắc. Ở giai đoạn đầu tiên của sự nhận thức này, những tham ái dẫn đến bốn cõi khổ được đoạn trừ; ở giai đoạn thứ hai, những hình thức thô của tham dục, hay còn gọi là dục ái (kāma taṇhā), bị thủ tiêu. Ở lần thứ ba, những hình thức vi tế của dục ái này biến mất. Tất cả những tham ái còn lại được đoạn trừ hoàn toàn khi Niết-Bàn được nhận thức ở lần thứ tư. Sự đoạn trừ của tham ái như vậy được gọi là biết tập đế bằng bốn thánh đạo hay thể nhập bằng đoạn trừ (pahāna paṭivedha). Hành động đoạn trừ này tạo thành cái biết những gì cần phải được biết bằng thánh đạo. Như vậy tập đế là pháp phải được đoạn trừ và sự đoạn trừ này được gọi là thể nhập đoạn trừ (pahāna paṭivedha). Dĩ tác trí (kata ñāṇa) cũng rất quan trọng. Mục đích của việc hành thiền thực sự là để loại trừ các phiền não (kilesā) và tham ái (taṇhā). Nói chung, sự chứng đắc thắng trí, sự hoàn thành những gì cần phải được làm, chỉ được hoàn tất và bảo đảm khi tham ái và các phiền não này được đoạn trừ. Điều chính yếu là phải tự mình xét kỹ xem đã thực sự thoát khỏi tham ái và những phiền não này hay chưa. Ngay cả ở giai đoạn chứng đắc thấp nhất, đó là chứng đắc nhập lưu thánh quả, tham ái thúc đẩy những bất thiện nghiệp đưa đến các cõi khổ cũng đã được đoạn trừ; và người hành

thiền cũng thoát khỏi những tham ái xúi giục sự vi phạm vào ngũ giới. Sự thích thú và khoái cảm đi kèm với tham ái và tà kiến cho rằng có một cái tôi hay thực thể sống, phải được đoạn trừ. Chỉ khi một người được giải thoát hoàn toàn khỏi những tham ái này, sự tuyên bố chứng đắc nhập lưu (sotapanna) mới được chấp nhận, nếu không thì bất kỳ lời tuyên bố chứng đắc nào cũng cần phải xét lại.

Chúng tôi đã đề cập tương đối đầy đủ về ba loại trí, sự thực trí (saccā ñāṇa), phận sự trí (kicca ñāṇa), và dĩ tác trí (kata ñāṇa) liên quan đến tập đế. Bây giờ chúng tôi sẽ tiếp tục bàn về ba trí liên quan đến diệt đế.

SỰ THỰC TRÍ ĐỐI VỚI DIỆT ĐẾ

‘‘‘ Idaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasacca ’ nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.”

(“Đây là thánh đế về sự diệt khổ. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.”)

Chữ ‘Đây’ trong đoạn kinh văn trên muốn nói đến “sự diệt hoàn toàn của tham ái (taṇhā) hay tập đế đã được giải thích nhiều lần, khi tham ái bị thủ tiêu, tất cả những thống khổ của danh, sắc và các hành (saṅkhāras) cũng diệt. Đức Phật nói sự thực trí (saccā ñāṇa), biết sự diệt này là thánh đế về sự

diệt khổ, đã khởi lên nơi ngài. Sự thực trí này khởi lên trước và sau thánh đạo và được chứng ngộ vào sát-na đạo.

Về việc trí này khởi lên trước đạo như thế nào, cần phải hiểu là các vị đệ tử Phật đòi hỏi phải có trí này do nghe người khác, tức phải có trí văn. Tuy nhiên Đức Thế Tôn đắc trí này bằng trực giác trí của ngài ngay cả trước khi chứng đắc nhập lưu đạo. Vì thế, ngài tuyên bố: “Đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.” Vào sát-na đạo, sự thực trí này là một với thánh đạo trí (ariya magga ñāṇa) nhận thức Niết Bàn bằng sự chứng ngộ.

PHẬN SỰ TRÍ ĐỐI VỚI DIỆT ĐẾ

‘ Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhaṃariyasaccaṃsacchikātabba ’ nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.”

(“Đây là thánh đế về sự diệt khổ cần phải chứng ngộ. Như vậy này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.”)

Đây là trí (Ñāṇa) biết rằng diệt đế, tức Niết-Bàn, sự diệt của tham ái (taṇhā), là pháp phải được chứng ngộ. Trí này được gọi là phận sự trí (kicca ñāṇa) vì lẽ nó là trí biết

phận sự nào phải được thực hiện đối với diệt đế (nirodha saccā).

Mahāsi Sayādaw 323

Và đây là cách sự chứng ngộ xảy ra: vào sát-na Hành Xả Trí (Saṅkhār-Upekkhā-Ñāṇa) được thiết lập vững chắc và đầy đủ, khi (hành giả) quan sát một trong những hiện tượng sanh và diệt, nhịp độ nhận thức càng lúc càng trở nên nhanh hơn cho đến khi các hành (saṅkhāras) là đối tượng quán và tâm biết lao nhanh vào trạng thái diệt ở đây tất cả hành khổ đều chấm dứt. Vào lúc chứng ngộ sự diệt của tất cả pháp hữu vi (các hành) như thế, tham ái (taṇhā) cũng đi đến sự diệt. Vì vậy sự diệt ái được định danh là diệt đế (nirodha saccā) và được nhận thức bằng thánh đạo qua sự chứng ngộ. Sự chứng ngộ này gọi là thể nhập bằng chứng ngộ (sacchikiriya paṭivedha).

Diệt đế là chân lý phải được chứng ngộ và sự chứng ngộ như thế gọi là thể nhập bằng sự chứng ngộ (sacchikiriya paṭivedha).

Mục đích của việc ghi nhận mọi trường hợp thấy, nghe, xúc chạm, biết,..là để hoàn thành công việc thể nhập bằng sự chứng ngộ qua sự chứng đắc diệt đế. Đức Phật đã hoàn thành phận sự sacchikiriya paṭivedha này bằng sự chứng ngộ Niết Bàn qua A-la-hán thánh quả trên 'bồ đoàn bất bại' dưới gốc cây Bồ Đề. Ngài đã kể lại cách ngài phát triển phận sự trí, sau khi duyệt lại sự hoàn tất của công việc (bằng phản khán trí), như sau.

DĨ TÁC TRÍ ĐỐI VỚI DIỆT ĐẾ

"Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ sacchikata ' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

324 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

("Đây là Thánh Đế về sự diệt khổ đã được chứng ngộ. Như vậy này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.")

Đây là sự giải thích về cách phản khán trí (thấy lại) sự hoàn thành công việc xảy ra sau khi ngài chứng ngộ diệt đế (Niết Bàn) bằng A-la-hán thánh đạo và quả trí. Kế tiếp chúng tôi sẽ bàn về ba trí liên quan đến đạo đế (magga saccā).

SỰ THỰC TRÍ ĐỐI VỚI ĐẠO ĐẾ

"Idaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca ' nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi."

("Đây là thánh đế về sự thực hành (con đường) đưa đến diệt khổ. Như vậy này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.")

Thực ra Đế (saccā) này có một cái tên rất dài, đó là Đạo Diệt Khổ Thánh Đế, hay Thánh Đế Về Con Đường Đưa Đến Sự Diệt của Khổ, nhưng các bản chú giải đã rút ngắn nó lại chỉ còn là đạo đế (magga saccā). Trong bài giảng, chúng tôi sẽ dùng tên cái ngắn này cho tiện.

Mahāsi Sayādaw 325

Biết rằng bát thánh đạo là pháp hành, hay thánh đế về con đường dẫn đến sự diệt khổ, dẫn đến sự tịch tịnh của Niết Bàn, được gọi là sự thực trí (saccā ñāṇa).

Các vị đệ tử Phật, chưa đắc thánh đạo, sẽ chỉ biết được đạo đế này do nghe về nó. Nói chung, hàng phàm nhân chưa chứng ngộ thánh đạo bằng kinh nghiệm tự thân, cần phải học để biết đạo đế. Theo các bản chú giải: "Đạo đế (magga saccā) là một pháp đáng mong ước, đáng mong mỏi, đáng tán dương." Như vậy, nhờ học đạo đế (bát thánh đạo), tâm sẽ khuynh hướng về việc thực hành nó. Đối với đạo đế, công việc tiên khởi được hoàn tất chỉ bằng cách khuynh hướng tâm về nó. Cũng vậy, đối với diệt đế hay Niết Bàn, pháp mà hàng phàm nhân không thể nhận thức được, chú giải nói rằng nó chỉ đòi hỏi họ hướng tâm về nó như một pháp đáng mong ước, đáng mong mỏi, đáng tán dương, nhờ hành động ấy, phận sự tiên khởi phải thực hiện đối với diệt đế đã được hoàn thành.

Do đó, phải ghi nhớ rằng, đạo đế không phải là pháp cần suy nghĩ về và quán trên đó; Niết Bàn cũng vậy, không cần phải quán trước hay tư duy về nó. Đối với Đức Phật, ngay khi ngài đạt đến tri kiến về diệt đế bằng tuệ trực giác ngài cũng có được tri kiến về đạo đế này bằng trực giác trí của ngài. Đó là lý do vì sao ngài thừa nhận rằng: "đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta."

326 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Vào sát-na chứng đắc thánh đạo, chỉ diệt đế hay gọi cách khác sự tịch tịnh của Niết Bàn, được nhận thức bằng sự chứng ngộ mà thôi. Các pháp thuộc thánh đạo được chứng ngộ theo cách này thực sự xuất hiện trong tự thân một người và như vậy công việc tu tập các pháp ấy trong họ đã được hoàn thành. Sự kiện này được gọi là thể nhập bằng tu tập (bhāvanā paṭivedha).

Những gì muốn nói ở đây là khi thánh đạo xuất hiện trong một người, nghĩa là người ấy đã thấy thánh đạo; và đồng thời công việc biết thánh đạo đã được hoàn tất. Còn về vấn đề làm sao để biết thánh đạo đã được tu tập trong một người, trí phản khán sẽ tiết lộ rõ điều này. Tuy nhiên, không thể tu tập thẳng vào thánh đạo. Hành giả phải bắt đầu bằng cách tu tập đạo đi trước (pubbabhāga magga) như một bước đầu tiên. Chính vì lý do này thiền minh sát (vipassanā) được xem như một pháp hành đúng đắn dẫn đến sự diệt (nirodha). Ở Phần VI chúng tôi đã đề cập và chú giải Sammohavinodani cũng khuyên rằng thiền vipassanā phải được xem như một pháp hành đúng đắn.

PHẬN SỰ TRÍ ĐỐI VỚI ĐẠO ĐẾ

“Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhagāminīpaṭipadāariyasaccaṃ bhāvetabba ’ nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesucakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.”

(“Đây là thánh đế về con đường dẫn đến sự diệt khổ và con đường này phải được tu tập. Như vậy, này các Tỳ- kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn

đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.”)

(Trí) biết rằng đạo đế (magga saccā) là một pháp phải được tu tập trong tự thân được gọi là phận sự trí (kicca ñāṇa). Nó là trí biết những gì phải được làm đối với khổ đế (dukkha saccā), tức biết khổ đế phải được tuệ tri. Biết những gì phải làm đối với đạo đế, tức biết đạo đế phải được tu tập trong tự thân mỗi người. Điều này cần phải ghi nhớ rõ ràng.

Việc biết đạo đế là pháp phải được tu tập được Đức Phật dạy lần đầu tiên trong bài Kinh Chuyển Pháp Luân. Như vậy tu tập đạo (bát thánh đạo) chính là thực hành để chứng ngộ Niết Bàn hợp với ước nguyện của Đức Phật. Tuy nhiên, việc thực hành không thể bắt đầu với sự tu tập thẳng vào đạo đế liền. Hành giả phải bắt đầu với đạo đi trước (pubbabhāga magga) hay gọi cách khác là minh sát đạo (vipassanā magga). Như vậy để tu tập thánh đạo, hành giả phải bắt đầu với việc tu tập minh sát đạo.

Và để tu tập minh sát đạo, hành giả phải quán trên khổ đế (dukkha saccā). Khổ đế có nghĩa là năm thủ uẩn (upādānakkhandhā), đã được chúng tôi giải thích chi tiết ở Phần Bốn. Khi hành giả quán trên các uẩn xuất hiện ngay sát-na sanh là hành giả đã tu tập trí đầu tiên, tức trí phân biệt giữa đối tượng của sự biết và tâm hay biết. Trí này được theo sau bởi trí hiểu biết về quy luật nhân và quả. Khi hành giả tiếp tục, hành giả sẽ đi đến chỗ hiểu biết về bản chất của sự trôi chảy không ngừng, đó là sự sanh và diệt không ngừng của

danh-sắc (nāma-rūpa). Vì lẽ danh sắc danh lên chỉ để diệt ở sát-na kế tiếp, nên nó là không bền, vô thường, khổ, vô ngã (vì nó sanh và diệt theo đường lối tự nhiên của nó). Sự chứng ngộ tự thân về những thực tại này là chánh kiến (sammā diṭṭhi). Như chúng tôi đã giải thích trước đây, khi chánh kiến được tu tập, chánh tư duy và các đạo (magga) khác cũng được tu tập. Và làm thế nào để tu tập những đạo này cũng đã được giải thích.

Có thể tóm tắt việc tu tập như sau: trước tiên ghi nhận bất cứ cảm giác xúc chạm nào mà hành giả trải nghiệm lúc ấy. Để đơn giản hoá pháp hành, chúng tôi khuyên nên bắt đầu với việc quán sự phồng và xẹp của bụng. Tất nhiên, khi đang quan sát sự phồng, xẹp của bụng, có thể hành giả sẽ bắt đầu suy nghĩ đến một điều gì khác. Trong trường hợp như vậy, hành giả phải ghi nhận những ý nghĩ ấy khi chúng khởi lên. Đối với những cảm giác đau nhức, tê cứng, nóng lạnh, ngứa ngáy…cũng vậy, hành giả phải ghi

nhận khi chúng khởi sanh. Khi thay đổi những oai nghi của thân, khi thấy hay nghe một điều gì... cũng phải ghi nhận. Như vậy, trong khi quan sát mọi hiện tượng, ở mỗi sát-na ghi nhận, thì tri kiến hiểu biết về thực tại đúng như nó là, chánh kiến và minh sát đạo đã được tu tập. Khi minh sát thiết lập đầy đủ, bát thánh đạo cũng được tiến triển, vì thế việc quán trên các hiện tượng danh sắc hay các uẩn, khổ đế (dukkha saccā), cũng có nghĩa là sự tu tập bát thánh đạo.

Tóm Tắt:

Mahāsi Sayādaw 329

1. Chỉ bằng cách tu tập đạo đi trước hay còn gọi là minh sát đạo, Thánh Đạo mới có thể đạt đến. 2. Để tu tập minh sát đạo, hiện tượng thấy, nghe, hay còn gọi là khổ đế (dukkha saccā) phải được quan sát cẩn thận. 3. Ở mỗi khoảnh khắc ghi nhận hiện tượng thấy, nghe hay khổ đế, bát thánh đạo kể như đã được tu tập.

Vì vậy, chúng tôi soạn lại cho dễ nhớ:

Căn bản, Đạo đi trước, Thánh đạo Tu tập chúng dẫn đến Niết-Bàn.

Có một số người trước đây từng bị ấn tượng sai lầm cho rằng phải thâu thập kiến thức sách vở về các pháp uẩn và tính chất vô thường, khổ, vô ngã của chúng...thì mới đáp ứng được mục đích tu tập. Chỉ sau khi họ đã hành thiền hợp theo tinh thần tứ niệm xứ (sātipatthāna) và có được những kinh nghiệm đặc biệt, họ mới bắt đầu thấy ra những sai lầm của mình. Lúc đó họ dám tuyên bố công khai về những chứng nghiệm của mình rằng trừ phi một người thực sự thực hành việc quan sát các hiện tượng thấy, nghe,...ngay sát-na xuất hiện của chúng, bằng không phận sự tuệ tri, pariññā kiccā, khổ đế, vẫn chưa được hoàn thành, phận sự tu tập bát thánh đạo cũng vẫn chưa được hoàn thành. Đây là sự thú nhận của những người đa văn học rộng trong kinh điển. Như vậy, bằng kinh nghiệm tự thân họ đã hiểu được con đường chính đáng để đạt đến những chứng đắc cao hơn. Giáo lý của Đức Phật thể hiện trong bài kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakka) này cho chúng ta thấy rằng: “bát

330 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

thánh đạo là pháp phải được tu tập bằng sự quán chiếu trên hiện tượng danh và sắc vào sát-na xuất hiện của chúng, là pháp phải được ghi nhận với tất cả sự nghiêm túc. Điều này cần phải ghi nhớ cẩn thận.” Biết phận sự phải làm đối với đạo đế là phận sự trí (kicca ñāṇa), trí này phải được học trước. Chỉ lúc đó minh sát đạo (vipassanā magga) mới có thể được tu tập bằng cách quan sát các hiện tượng danh sắc, hay các thủ uẩn (upadānakkhandhā) hay khổ đế (dukkha saccā) vào lúc chúng xuất hiện; và chỉ bằng cách tu tập minh sát đạo (vipassanā magga), hành giả mới có thể phát triển được thánh đạo (ariya magga) và chứng ngộ Niết-Bàn.

DĨ TÁC TRÍ ĐỐI VỚI ĐẠO ĐẾ

‘ Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhagāminīpaṭipadāariyasaccaṃ bhāvita ’ nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā

udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.”

(“Đây là thánh đế về con đường đưa đến sự diệt khổ và thánh đế này đã được tu tập. Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với các pháp từ trước chưa từng được nghe, nhãn đã sanh khởi nơi ta, trí đã sanh khởi nơi ta, tuệ đã sanh khởi nơi ta; minh đã sanh khởi nơi ta, và quang đã sanh khởi nơi ta.”) Có thể nói đây là sự thừa nhận của Đức Phật về việc dĩ tác trí (kata ñāṇa) đã sanh khởi như thế nào qua sự phản khán, tức hồi nhớ lại sự hoàn thành của công việc tu tập đạo đế cho đến khi chứng đắc A-la-hán thánh đạo. Ba trí : sự thực trí, phận sự trí, và dĩ tác trí liên quan đến tứ đế đến đây

đã được giải thích một cách đầy đủ trong mười hai cách, đó là bốn lần ba trí (3trí x4 đế=12 cách). Có thể tóm tắt lại mười hai cách này như sau:

1. Biết Tứ Đế trước, sau, và vào sát-na đạo là sự thực trí (saccā ñāṇa). Biết rằng đây là khổ đế, đây là tập đế, đây là diệt đế, đây là đạo đế, là sự thực trí (saccā ñāṇa). Trí này cũng xuất hiện trước thánh đạo (magga). Đối với các vị đệ tử, sự thực trí liên quan đến diệt đế và đạo đế có được trước Đạo là do nghe (sutamaya:văn tuệ). Diệt Đế (nirodha saccā) cũng được nhận thức qua sự chứng ngộ vào sát-na đạo. Ba đế còn lại được nhận thức vào sát-na đạo bằng sự hoàn thành các phận sự tuệ tri, đoạn trừ, và tu tập, đó là, bằng cách hoàn thành ba phận sự (tisu kiccato), như chú giải nói. Còn việc những trí này được nhận thức sau khi chứng đạo như thế nào đã quá rõ không cần phải giải thích ở đây.

2. Sự hiểu biết trước những gì phải được biết, những gì phải được đoạn, những gì phải được chứng, và những gì phải được tu là phận sự trí (kicca ñāṇa) “Rằng khổ (dukkha) phải được tuệ tri (hiểu biết rõ ràng và đầy đủ), tập (samudaya) phải được đoạn trừ, diệt (nirodha) phải được chứng ngộ, và đạo (magga) phải được tu tập trong tự thân mỗi người.” Biết rõ những điều này tạo thành phận sự trí (kicca ñāṇa). Trí này khởi lên trước khi bắt đầu thiền minh sát cũng như trong lúc thiền minh sát, và trước khi thánh đạo (ariya magga) xuất hiện.

3. Biết rằng phận sự cần làm đã được hoàn thành là Dĩ tác trí (kata ñāṇa). Trong những công việc hiệp thế có trí hiểu biết về sự hoàn thành khi công việc cần làm đã được làm xong. Cũng vậy, khi bốn nhiệm vụ: tuệ tri, đoạn trừ, chứng ngộ và tu tập đã được làm xong, sự kiện này được biết qua trí phản khán. Đây gọi là dĩ tác trí, trí biết về sự hoàn thành những gì cần phải làm. Những gì chúng tôi đã mô tả là mười hai loại trí (ñāṇa) làm thành từ bốn loại sự thực tri, bốn loại phận sự trí, và bốn loại dĩ tác trí. Trong mười hai trí này, điều quan trọng nhất là phải biết rõ cách sự thực trí sanh khởi và bốn phận sự cần phải làm. Chúng tôi sẽ tóm tắt lại như sau:

1. Khổ đế phải được hiểu biết rõ ràng và đầy đủ (tuệ tri); sự hiểu biết này gọi là thể nhập bằng sự tuệ tri (pariññā paṭivedha). 2. Tập đế (samudaya) phải được đoạn trừ, sự đoạn trừ này được gọi là thể nhập bằng sự đoạn trừ (pahāna paṭivedha). 3. Diệt đế phải

được chứng ngộ, sự chứng ngộ này được gọi là thể nhập bằng sự chứng ngộ (sacchikriya paṭivedha). 4. Đạo đế phải được tu tập, sự tu tập này được gọi là thể nhập bằn g sự tu tập (bhāvanā paṭivedha). Tứ đế được biết cùng một lần vào sát-na thánh đạo (ariya magga). Thực sự, vào sát-na đạo, chỉ một mình diệt đế hay Niết Bàn được nhận thức bằng sự chứng ngộ. Ba đế còn lại

Mahāsi Sayādaw 333

(khổ đế, tập đế, và đạo đế) được nhận thức qua sự hoàn thành của những công việc đòi hỏi (phải làm) lần lượt bằng pariññā paṭivedha, pahāna paṭivedha, bhāvanā paṭivedha13. Do đó chú giải nói: “Ba đế được biết bằng sự hoàn thành các công việc và diệt đế bằng sự chứng ngộ.”

5. Khi đạo thấy một trong bốn đế. 6. Cả bốn tuệ thể nhập đều đã được hoàn tất.

Với thánh đạo như thế nào, thì vào sát na thực hành minh sát cũng vậy, nhờ quán một mình khổ đế kể như đối tượng, công việc biết ba đế còn lại cũng đã được làm. Điều này xảy ra theo cách như vầy: các trần cảnh được nhận thức qua thiền minh sát như sự thể hiện của vô thường, khổ, vô ngã, chắc chắn không thể làm khởi lên tham ái (taṇhā) vốn thích thú trong những đối tượng ấy do ảo tưởng về thường, lạc, ngã, tịnh. Đây là thể nhập bằng nhất thời đoạn trừ (tadaṅga pahāna paṭivedha). Vô minh (avijja), sẽ không hiểu lầm đối tượng quán như thường, lạc, ngã, tịnh, và do đó hành (saṅkhāra), thức (viññāṇa)…cũng không có cơ hội để sanh và diệt. Đây là sự chứng ngộ bằng sự diệt tạm thời (tadaṅga nirodha). Minh sát đạo nhận thức các pháp như vô thường, khổ, vô ngã đã được tu tập ở chính sát na hay biết này. Đây là thể nhập bằng sự tu tập (bhāvanā paṭivedha). Như vậy, trong khi hành thiền minh sát bằng cách biết khổ đế qua sự quán, ba đế còn lại kể như đã được hoàn tất bằng sự hoàn thành

13 thể nhập bằng sự tuệ tri, thể nhập bằng sự đoạn trừ, thể nhập bằng sự tu tập.

334 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

những công việc thể nhập đoạn trừ, thể nhập chứng ngộ, và thể nhập tu tập. Vì vậy có thể nói rằng vào sát na thực hành minh sát cả bốn đế được nhận thức cùng một lần.

Chấm Dứt Phần VII của bài Kinh Chuyển Pháp Luân

Mahāsi Sayādaw 335

ĐẠI KINH CHUYỂN PHÁP LUÂN

PHẦN VIII

KHI ĐỨC PHẬT KHÔNG THỪA NHẬN SỰ GIÁC NGỘ

“ Yāvakīvañca me, bhikkhave, imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃñāṇadassanaṃnasuvisuddhaṃ ahosi, neva tāvāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmake sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya ‘anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho ’ ti paccaññāsiṃ [abhisambuddho paccaññāsiṃ (sī. syā. kaṃ.)].

(“Bao lâu, này các Tỳ-kheo, tri kiến về thực tại và tuệ giác liên quan đến tứ thánh đế trên ba phương diện và mười hai cách vẫn chưa rõ ràng nơi ta, chừng đó ta chưa thừa nhận rằng ta đã tự mình liễu tri, đã tự mình đạt đến, đã tự mình chứng ngộ một cách chân chánh Vô Thượng Chánh Đẳng Giác, trong thế giới này với các hàng chư thiên, ma vương, phạm thiên, với quần chúng sa môn, bà la môn, vua chúa và con người của nó.”

(“Cho đến khi nào, này các Tỷ-kheo, trong bốn Thánh đế này, với ba chuyển và mười hai hành tướng như vậy, tri kiến như thật không khéo thanh tịnh ở nơi Ta; thời này các Tỷ-kheo, cho đến khi ấy, trong thế giới này với Thiên giới, Ma giới, Phạm thiên giới, với quần chúng Sa-môn, Bà-la- môn, chư Thiên và loài Người, Ta không chứng tri đã chánh giác vô thượng Chánh Đẳng Giác.” HT Minh Châu)

336 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Sammāsambodhi (Chánh Đẳng Giác) là A-la-hán Thánh Đạo Trí (Arahatta Magga Ñāṇa), một loại trí chỉ có chư Phật mới đạt đến được. Chư Phật đạt đến A-la-hán thánh đạo trí này bằng trí tuệ trực giác với những nỗ lực tự thân không có bất kỳ sự chỉ dẫn nào từ người khác. Nhờ trí này, chư Phật biết mọi sự mọi việc một cách đúng đắn và hoàn hảo bởi vì nó khởi lên đồng thời với nhất thiết tri trí (sabañ̃ñutāñāṇa). Do đó, A-la-hán thánh đạo của chư Phật được gọi là Sammāsambodhi (Chánh Đẳng Giác), sammā là chân chánh, saṃ là tự mình và bodhi có nghĩa là sự hiểu biết, sự hiểu biết chân chánh do tự mình biết. Đối với các vị Độc Giác Phật (Pacceka Buddha), A-la-hán thánh đạo trí của các vị chỉ được gọi là sambodhi, sự hiểu biết do tự mình biết, chứ không có sự phẩm định của sammā (chân chánh). A-la-hán thánh đạo trí của các vị đệ tử thì chỉ gọi là bodhi (giác hiểu), tức sự giác ngộ không có sự phẩm định của sammā và saṃ.

A-la-hán thánh đạo trí đã khởi lên đối với chư Phật và được các ngài tự mình biết một cách chân chánh, do đó gọi là Sammāsambodhi (Chánh Đẳng Giác). Sanh cùng với trí này là nhất thiết tri trí. Sau khi đã có được nhất thiết trí, Phật

ấ

Mahāsi Sayādaw 337

chắn, có thể nói rằng sự thừa nhận đã được từ chối cho đến hừng đông ngày hôm sau ngày rằm tháng tư, ngay trước khi ngài đạt đến A-la-hánh thánh đạo.

Qua việc thông báo không thừa nhận Phật Quả cho đến lúc đó, ngài đã làm cho mọi người sáng tỏ rằng tuyên bố Phật Quả trong giai đoạn mà ngài còn đang thực hành các pháp khổ hạnh là điều không thể chấp nhận được.

Trong đoạn kinh văn trên, ba phương diện muốn nói đến sự thực trí, phận sự trí, và dĩ tác trí cho mỗi trong bốn đế. Còn mười hai cách có nghĩa là bốn lần ba trí hay tứ đế nhân với ba phương diện. A-la-hán thánh đạo trí cùng với mười hai trí, xuất hiện trước và sau nó, này là như thực trí (yathābhuta ñāṇa), trí thấy thực tại đúng như thực. Vì lẽ, bao lâu như thực trí này vẫn chưa rõ ràng đến ngài, Đức Thế Tôn vẫn từ chối thừa nhận ngài đã đạt đến Chánh Đẳng Giác (Sammāsambuddhi).

Câu hỏi có thể phát sanh là, “Sự từ chối thừa nhận này được tuyên bố giữa những ai?” Câu trả lời là, “Trong thế giới này.” Trong thế giới này, có những vị chư thiên quyền lực với trí tuệ sắc bén; và có những ma vương (māras) đối kháng với giáo pháp, cũng có những vị phạm thiên quyền lực hơn, trí tuệ hơn những chư thiên và ma-vương. Nếu sự chứng đắc Phật Quả được tuyên bố trước khi tri kiến về tứ đế phát sanh rõ ràng đến ngài, ngài sẽ khó lòng đưa ra những câu trả lời thoả mãn cho những câu hỏi, những chất vấn, những tranh luận mà các vị chư thiên, ma vương, và phạm thiên này nêu lên. Bỏ qua một bên những vị chư thiên và

phạm thiên vốn không gần gũi với con người ấy ra, trong thế giới loài người, trên mặt đất này, có những sa-môn, bà-la- môn, và những vị vua được định danh là thiên tử cũng như hàng phàm nhân có trí. Cũng sẽ rất khó cho ngài để trả lời những chất vấn có tính cách thẩm tra và những câu hỏi mà họ đưa ra. Sống vào thời đó có những vị giáo chủ của các giáo phái khác như Purana Kassapa, người từng tuyên bố biết tất cả về quá khứ, hiện tại, và tương lai. Khi một người đa văn học rộng, có thể là sa-môn hay người thế tục, đưa ra một lời tuyên bố gì, các vị giáo chủ của họ sẽ tìm ra những bất cập trong lời tuyên bố của họ. Nếu Đức Phật tuyên bố Phật Quả trước khi thực sự chứng đắc chánh đẳng giác trí (sammāsambodhi ñāṇa), ngài cũng có thể phải đối diện với tình trạng khó xử tương tự.

Có lần, thậm chí Đức Phật đã phải đương đầu với đức Vua Pasenadi Kosala, dựa vào địa vị làm vua của mình, ông đã đưa Đức Phật vào cái thế phải tìm một sự thẩm xét. Ông hỏi “Thưa Sa-môn Gotama, có phải ngài tuyên bố đã tuệ tri, đã thành tựu, đã chứng đắc sự Giác Ngộ toàn hảo, vô song hay nói khác hơn đã chứng đắc Phật Quả không?” Thời ấy các vị giáo chủ như Purana Kassapa, v.v... thường đưa ra những lời tuyên bố mạnh bạo về Phật Quả trước công chúng, nhưng khi được đức Vua Pasenadi Kosala kiểm tra họ đã ấp úng trong lời tuyên bố của họ. “Trong khi các vị giáo chủ lão thành của các giáo phái khác do dự khi tuyên bố Phật Quả, thì ngài, thưa Sa-môn Gotama, ngài trẻ tuổi hơn, ít kinh nghiệm trong đời sống tâm linh hơn, có phải ngài thực sự thừa nhận rằng mình đã trở thành một vị Phật không? đức vua cứ

khăng khăng những nghi vấn của mình bằng cách lập đi lập lại câu hỏi như vậy.

Đức Phật, là một vị Phật đích thực, đã đưa ra cho đức vua những câu trả lời thoả mãn. Hoàn toàn tin chắc vào những chứng đắc của ngài, vua Pasenadi Kosala xin quy y Đức Phật, Giáo Pháp, và chư Tăng, và từ đó trở thành một vị đệ tử hộ pháp của Đức Phật. Do đã biết trước trong tâm những người như vậy sẽ thẩm tra và xét nét sự chứng đắc của ngài, Đức Phật nói, “Ta chưa tuyên bố giữa thế giới này với các hàng chư thiên, ma vương, phạm thiên, với quần chúng sa môn, bà la môn, vua chúa và con người của nó, rằng ta đã đạt đến Phật Quả.”

Với những lời này Đức Phật đã để cho người hiểu rằng bao lâu ngài chưa trở thành một vị Phật thực sự, chừng đó ngài sẽ không tuyên bố về nó. Nhưng khi đúng thời để tuyên

bố Phật quả của mình, ngài sẽ tuyên bố. Và đây là cách ngài đưa ra lời tuyên bố.

SỰ THỪA NHẬN PHẬT QUẢ

“Yato ca kho me, bhikkhave, imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ suvisuddhaṃ ahosi, athāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmake sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya ‘ anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho ’ ti paccaññāsiṃ.

(“Nhưng, này các Tỳ-kheo, khi tri kiến về thực tại và tuệ giác liên quan đến tứ thánh đế trên ba phương diện và mười hai cách đã trở nên rõ ràng với ta. Ta tuyên bố trong

thế giới này với các hàng chư thiên, ma vương, phạm thiên, với quần chúng sa môn, bà la môn, vua chúa và loài người của nó, rằng ta đã tự mình liễu tri, đã tự mình đạt đến, đã tự mình chứng ngộ một cách chân chánh Vô Thượng Chánh Đẳng Giác.”)

“Và cho đến khi nào, này các Tỷ-kheo, trong bốn Thánh đế này, với ba chuyển và mười hai hành tướng như vậy, tri kiến như thật đã được khéo thanh tịnh ở nơi Ta; cho đến khi ấy, này các Tỷ-kheo, trong thế giới này với Thiên giới, Ma giới, Phạm thiên giới, với quần chúng Sa-môn, Bà- la-môn, chư Thiên và loài Người, Ta mới chứng tri đã chánh giác vô thượng Chánh Đẳng Giác.” HT Minh Châu)

Những gì ngài tuyên bố trong đoạn kinh văn trên phải hiểu là chỉ khi như thực trí (yathābhuta ñāṇa), hay tri kiến thấy thực tại đúng như thực, đã hiển lộ rõ ràng nơi ngài trong mười hai cách xuất phát từ ba trí: sự thực trí, phận sự trí, và dĩ tác trí liên quan đến mỗi trong tứ đế, ngài thừa nhận đã đạt đến, đã chứng đắc Chánh Đẳng Giác, đã giác ngộ viên mãn Phật Quả tối thượng. Lời tuyên bố này được đưa ra không chỉ cho vùng đó, cho phần thế giới đó mà cho toàn vũ trụ với những vị chư thiên quyền lực có trí tuệ sắc bén của nó, với những ma-vương thù nghịch với chánh Pháp của nó, và với các vị Phạm Thiên quyền lực hơn, trí tuệ hơn, của nó. Tất nhiên điều đó cũng có nghĩa là cho toàn thế giới nhân loại với những sa- môn và bà-la-môn đa văn, học rộng của nó, với các đấng quân vương và thần dân của nó nữa.

Lời tuyên bố này cũng là lời mời công khai bất kỳ vị chư thiên, ma vương, phạm thiên nào có tâm hoài nghi, hay bất kỳ sa-môn, bà la môn, vua chúa, hoặc người có trí nào hoài nghi muốn thẩm tra, xét hỏi lời tuyên bố của ngài và đó cũng là một lời bảo đảm sẽ đưa ra những câu trả lời thoả mãn cho những câu hỏi truy tìm sự thực của họ. Quả thực đây là lời tuyên bố rất can đảm và nghiêm túc không tạo ra một cách hấp tấp, vội vàng, không có sự xác chứng thích đáng, mà chỉ sau khi ngài đã tự mình thẩm xét, và đoan chắc bằng sự hồi quan phản khán (để biết) rằng ngài đã thực sự đạt đến Phật Quả.

LỜI TUYÊN BỐ KẾT LUẬN

Ñāṇañca pana me dassanaṃ udapādi – ‘ akuppā me vimutti [cetovimutti (sī. pī.)], ayamantimā jāti, natthidāni punabbhavo ’” ti.

(“Tri kiến khởi lên nơi Ta: "Bất động là tâm giải thoát của Ta. Đây là đời sống cuối cùng, nay không còn tái sanh nữa"). (“Quả thực tri kiến đã khởi lên nơi ta: Bất động là tâm giải thoát của ta, (Sự giải thoát khỏi các phiền não của ta được thành tựu nhờ A-la-hán Thánh Đạo và Thánh Quả; chứ không phải bằng sự đè nén (vikkhambhana , trấn phục), tức đè nén bằng thiền sắc (rūpa jhāna) và vô sắc (arūpa jhāna). Đó chính là sự đoạn trừ không còn dư tàn, sự chặt đứt gốc rễ của phiền não (kilesā), một sự giải thoát đưa đến an tịnh hoàn toàn. Do đó, ngài biết, nhờ suy xét, rằng sự giải thoát ấy là bất động, bất khả huỷ diệt.) “Đây là kiếp sống cuối cùng; không

còn sự tái sanh nào nữa đối với ta. Này các Tỳ-kheo, tri kiến đã khởi lên nơi ta như vậy,” ngài kết luận. Trong lời tuyên bố kết luận trên, “Bất động là tâm giải thoát của ta” hàm ý rằng sự giải thoát của ngài không giống như sự giải thoát có được bằng thiền sắc (rūpa jhāna) và vô sắc (arūpa jhāna), vốn có thể bị hoại trở lại. Những người đạt đến giai đoạn thiền sắc và vô sắc thoát khỏi các phiền não như ham muốn nhục dục (kāmachanda), sân hận (vyāpāda)…Những phiền não này tạm thời lắng yên và bị đè nén trong họ. Nhưng khi những thiền chứng của họ bị hư hỏng, ham muốn nhục dục và sân hận của họ xuất hiện trở lại. Nói chung thiền (jhana) chỉ trấn áp các phiền não, vikkhambhana. Sự giải thoát mà Đức Phật đạt được là loại tuyệt diệt giải thoát (samuccheda vimutti), đoạn trừ hoàn toàn các phiền não không còn chút tàn dư nào, và thuộc loại tịnh chỉ giải thoát (paṭipassaddhi vimutti), làm lắng yên, làm cho yên tịnh tiềm lực của các phiền não này. Samuccheda vimutti hay tuyệt diệt giải thoát là sự

Thế Tôn hoàn toàn thoát khỏi tham ái có thể tạo ra một sự hiện hữu mới. Đối với các chúng sanh hãy còn bị chất nặng với tham ái, sau khi chết từ một hiện hữu này sẽ tái sanh trong một hiện hữu kế, bám chặt vào một trong những đối tượng, nghiệp (kamma), nghiệp tướng (kamma nimitta), hoặc thú tướng (gati nimitta), xuất hiện vào lúc cận tử của họ. Nói chung, đối với những chúng sanh chưa dứt hết tham ái, luôn luôn có tái sanh, luôn luôn cớ sự hiện hữu mới. Đức Bồ Tát cũng đã trải qua nhiều kiếp tái sanh. Vì vậy vào lúc bắt đầu của Phật Quả, Đức Thế Tôn suy xét: "Lang thang bao kiếp sống Ta tìm nhưng chẳng gặp, Người xây dựng nhà này, Khổ thay, phải tái sanh." "Ôi! Người làm nhà kia Nay ta đã thấy ngươi! Ngươi không làm nhà nữa. Đòn tay ngươi bị gẫy, Kèo cột ngươi bị tan Tâm ta đạt tịch diệt, Tham ái thảy tiêu vong." (“Trải bao kiếp tái sanh ta đã đi tìm Kẻ Xây Ngôi Nhà (Taṇhā) này nhưng vô vọng, bởi vì ta không được trang bị với con mắt của A-la-hán thánh đạo trí, (aneka jāti saṃsāraṃsandhāvissaṃ). Giờ đây, với sự chứng đắc nhất thiết tri trí (sabaññutāñāṇa) cùng với A-la-hán thánh đạo, ta đã tìm thấy

ngươi. Hỡi này, người thợ xây, tham ái, ngươi sẽ không bao giờ xây được căn nhà (ngũ uẩn) này nữa.") Bằng cách này, Đức Thế Tôn đã đưa ra một sự giải thích về trí hồi quan hay phản khán của ngài. Mặc dù sự hiện hữu mới đối với Đức Thế Tôn không còn nữa vì không còn tham ái, song ngài vẫn phải sống kiếp sống hiện tại vốn do tham ái (taṇhā) sinh ra trước khi có sự đoạn trừ của nó. Với tuệ phản khán ngài nói, "Đây là kiếp cuối cùng của ta. Không còn sự tái sanh nào nữa đối với ta." Đây là những lời kết của bài Kinh Chuyển Pháp Luân (Dhammacakka Sutta).

VẤN ĐỀ CẦN SUY XÉT

Nghiên cứu cẩn thận bài Kinh Chuyển Pháp Luân, bắt đầu với "dveme, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā…" (Có hai cực đoan này, này các Tỷ-kheo, một người xuất gia không nên thực hành theo…) và kết thúc với những chữ "ayamantimā jāti, natthidāni punabbhavo" (đây là đời sống cuối cùng, nay không còn tái sanh nữa) cho chúng ta thấy rằng bài kinh đề cập đến đạo lộ Đức Thế Tôn đã bước đi, các pháp (dhamma) ngài đã khám phá ra và ngài đã khám phá ra chúng như thế nào. Mặc dù những chi tiết về việc thực hành đạo lộ được đề cập rất ít theo cách trực tiếp; chỉ có những dòng mở đầu "không nên đắm chìm trong hai cực đoan" truyền đạt một loại chỉ dẫn thực tiễn nào đó phải hành theo. Do đó vấn đề cần suy xét là các vị đệ tử đầu tiên của Đức

Mahāsi Sayādaw 345

Phật đã đạt đến thắng trí thuộc thánh đạo và thánh quả như thế nào, bằng những pháp môn thực hành ra sao và họ đã đạt đến mục đích cuối cùng của họ theo cách nào. Vấn đề này chúng tôi sẽ giải thích như sau:

THẮNG TRÍ DÀNH CHO NHỮNG NGƯỜI NGHE PHÁP

Trong những bài pháp do Đức Phật giảng dạy, dù không có những chỉ dẫn rõ ràng như "Hãy thực hành theo cách này; hãy ghi nhớ trong tâm theo cách nọ," song những lời dạy của ngài phải được xem như chứa đựng những lời khuyến giáo và hướng dẫn thực tiễn về những gì cần phải hành theo, và những gì cần phải tránh. Theo các bậc cổ đức, "Mỗi lời của Đức Phật đều mang theo một huấn thị." Để chứng minh, chúng ta hãy xét đoạn kinh: Asevanā ca bālānaṃ Paṇḍitanañca sevanā Pujā ca pujaniyānaṃ Etaṃ maṅgalamuttanaṃ (Không thân cận kẻ ngu, Gần gũi bậc hiền trí. Kính lễ bậc đáng kính Là phúc lành cao thượng.) Bài kệ nằm trong Kinh Hạnh Phúc (Maṅgala Sutta) này chỉ kể ra ba điều hạnh phúc, đó là "Không thân cận kẻ ngu dốt, hãy gần gũi bậc hiền trí, kính lễ bậc đáng kính, đây là

346 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

những hạnh phúc cao thượng." Trong bài kệ này, không có sự khuyến giáo trực tiếp về những hạng người nào không nên gần gũi, những người nào nên thân cận và nên kính lễ những ai. Tuy nhiên, nó vẫn được xem như một sự khuyến giáo. Cũng vậy, chúng ta không tìm thấy bất kỳ một sự khuyến giáo, hay huấn từ trực tiếp nào trong Kinh Chuyển Pháp Luân. Đức Thế Tôn chỉ nói đơn giản, "Tránh xa hai pháp hành cực đoan, Như Lai đã khám phá ra Trung Đạo một cách sâu sắc." Điều này phải được xem như

muốn nói, “Giống như ta, các ngươi phải tránh hai cực đoan và đi theo pháp hành trung đạo.” Khi nói “Trung đạo dẫn đến nhãn (sanh),…” thì đơn giản phải xem như, “Nếu các người tu tập theo trung đạo, nhãn cũng sẽ sanh khởi trong các người; thắng trí cũng sẽ đến với các người, các người sẽ có được những lợi ích cho đến khi chứng ngộ Niết Bàn.” Khi ngài kể ra bát thánh đạo, điều đó phải được xem như ngài đang đưa ra những chỉ dẫn nhằm thúc đẩy giới đạo (sīla magga), định đạo (samādhi magga), và tuệ đạo (paññā magga). Kế tiếp, sự định nghĩa về khổ đế (dukkha saccā) phải được xem như những chỉ dẫn để người ta gắng sức hiểu khổ đế một cách toàn diện. Cũng vậy, cần phải hiểu rằng, những gì ngài dạy về tập đế (nhân sanh của khổ) cũng là một chỉ dẫn để loại trừ nó; còn diệt đế và đạo đế phải được xem như những chỉ dẫn để tu tập (đạo đế) và chứng ngộ (diệt đế) vậy. Sau đó, khi ngài dạy về bốn sự thực trí (saccā ñāṇa), điều này phải được xem như ngài đang khuyến giáo rằng hãy

nỗ lực để đạt đến bốn sự thực trí liên quan đến tứ đế; rồi khi ngài dạy về bốn phận sự trí (kicca ñāṇa) thì đó cũng là một chỉ dẫn để hiểu khổ đế bằng cách quán các hiện tượng vô thường, khổ, vô ngã. Điều này quả thực rất hiển nhiên. Khi Đức Phật mô tả nó là một pháp cần phải hiểu biết một cách đúng đắn và toàn diện (tuệ tri), rõ ràng điều ấy có nghĩa rằng một nỗ lực phải được thực hiện để thành tựu sự tuệ tri khổ đế. Khổ Đế đã được giải thích trước đây như bao gồm sanh là khổ,…chấp thủ năm uẩn là khổ, tự chúng thể hiện trong thân khi thấy, nghe,…Như vậy có thể hiểu rằng điều ấy có nghĩa là phải quán tính chất vô thường bằng cách ghi nhận mọi trường hợp thấy, nghe… “Đạo đế là con đường phải được tu tập” muốn nói đến sự tu tập bằng cách ghi nhận từng hiện tượng thấy, nghe…Tương tự “tập đế phải được đoạn trừ” hàm ý ‘tham ái’ phải được dập tắt bằng cách quán khổ đế. “Diệt đế là pháp phải được chứng ngộ” muốn nói rằng sau khi đã tuệ tri khổ đế, qua việc quán và tu tập minh sát đạo (vipassanā magga), cuối cùng diệt đế sẽ được chứng ngộ. Khi Đức Phật nói với mọi người rằng ngài đã tuệ tri những gì cần phải được tuệ tri bằng cách tu tập theo trung đạo hay bát thánh đạo như thế nào, thính chúng của ngài liền hiểu rằng họ cũng sẽ phải tuệ tri những gì cần phải tuệ tri bằng sự tu tập theo trung đạo như vậy. Điều này cũng giống như một người kể lại việc họ đã chữa lành chứng bệnh của mình bằng cách dùng một loại thuốc hiệu quả nào đó. Những

người có cùng chứng bệnh sẽ hiểu ra rằng họ cũng có thể chữa lành chứng bệnh của họ bằng loại thuốc tương tự như vậy. Thính chúng của Đức Phật thời đó gồm những người đã hoàn thành các ba-la-mật để đạt đến tri kiến cao thượng bằng cách nghe bài pháp đầu tiên của Đức Phật. Nói chung họ đã ở trong cái thế sẵn sàng hiểu được những gì ngài muốn nói. Do đó, có thể hiểu rằng (khi Đức Phật thuyết pháp) họ liền quán trên khổ đế ngay sát-na chúng xảy ra, tu tập minh sát trí (vipassanā ñāṇa) theo tuần tự, và cuối cùng chứng ngộ Niết Bàn bằng phương tiện bốn thánh đạo. Chắc chắn, những người đang ngồi nghe hôm nay cũng vậy, nhờ quán trên khổ đế, bằng cách ghi nhận hiện tượng sanh và diệt, sẽ tuệ tri tứ đế đúng như chúng phải được tuệ tri và chứng đắc

tri kiến cao thượng của thánh đạo và thánh quả. Hiểu được bài pháp theo như cách tôi vừa giải thích, một trong những thính chúng có mặt khi Đức Phật thuyết bài pháp đầu tiên, Tôn-giả Kiều Trần Như (Koṇḍañña), đã ghi nhận được mọi hiện tượng nghe, biết, cảm giác thành kính và vui mừng, cảm giác hoan hỷ, sự xúc chạm, hay sự thấy… xuất hiện đối với vị ấy vào sát-na sanh, phát triển minh sát đạo và chứng đắc đao quả nhập lưu (sotāpatti). Vị ấy đã chứng ngộ đạo quả nhập lưu như thế nào sẽ là đề tài thảo luận của chúng tôi lát nữa đây.

Mười tám Koṭi (kô-ti)14 Phạm Thiên cũng thành tựu sự chứng ngộ tương tự. Theo Kinh Mi-Tiên (Milinda Pāḷi), vô số chư thiên dục giới (kāmāvācara) cũng hành thiền theo cách này và đạt đến tri kiến cao thượng của thánh đạo và thánh quả. Do tất cả những chúng sanh này đã phát triển ba-la-mật đủ để tiếp nhận pháp và đạt đến tri kiến cao thượng và do Đức Phật đã bao quát hết tất cả pháp mà ngài sẽ giảng dạy, Đức Phật đã kết luận bài kinh bằng những từ như vừa trích dẫn ở trên. Các vị trùng tuyên kinh điển ở kỳ Kết Tập lần Thứ Nhất đã giữ lại sự giải thích về phần cuối của bài pháp này và cách nhóm năm vị Tỳ-kheo (Kiều Trần Như) được bài pháp làm cho hoan hỷ bằng những lời như sau:

NHỮNG LƯU GIỮ CỦA SANGHĀYANĀ TRONG CUỘC KẾT TẬP LẦN THỨ NHẤT

Idamavoca bhagavā. Attamanā pañcavaggiyā bhikkhū bhagavato bhāsitaṃ abhinandunti.

(Thế Tôn thuyết giảng như vậy, Chúng năm Tỷ-kheo hoan hỷ, tín thọ lời Đức Thế Tôn dạy.) Các vị Trưởng Lão của cuộc Kết Tập lần Thứ Nhất cũng ghi lại cách Tôn-giả Kiều Trần Như đạt đến tri kiến cao thượng như vậy.

14 1 Koṭi=10 triệu, 18 kô-ti= mười tám triệu.

Imasmiñca pana veyyākaraṇasmiṃ bhaññamāne āyasamato koṇḍaññassa virajaṃ vītamalaṃ dhammacakkhuṃ udapādi – ‘‘ yaṃ kiñci samudayadhammaṃ, sabbaṃ taṃ nirodhadhamma ’’ nti. (Trong khi lời dạy này được tuyên bố, Tôn giả Kondanna đã khởi lên pháp nhãn thanh tịnh, không cấu uế hay gọi cách khác là nhập lưu thánh đạo trí (sotāpatti magga ñāṇa), như sau: "Phàm pháp nào có bản chất sanh, pháp ấy cũng có bản chất diệt".) Điều đáng lưu ý ở đây là: Trong khi bài kinh này được thuyết giảng hay vừa được thuyết giảng xong, pháp nhãn hay nhập lưu thánh đạo trí đã khởi lên cho Tôn Giả Kiều Trần Như. Nói tóm lại, kỳ Kết Tập lần Thứ Nhất cho rằng Tôn Giả Kiều Trần Như đã trở thành một bậc thánh nhập lưu nhờ chứng đắc đạo quả nhập lưu. Và điều này xảy ra khi nào? Ngài đã đắc nó trong lúc “Đức Thế Tôn đang giảng giải bài kinh.” Đây là cách dịch chính xác về thì (tense) theo văn phạm như đã được ghi lại trong kinh, đó là, bhanamāne, bhaniyamāne. Phụ chú giải Sāratta Dipānī chép lại đúng theo thì ấy. Tuy nhiên, chú giải Vô Ngại Giải Đạo lại thích dùng thì hoàn thành (perfect tense), tức thì quá khứ gần với thì hiện tại, bhanite, có nghĩa là ‘sau khi đã được Đức

Thế Tôn đã giảng giải xong.' Chúng tôi đã dịch theo cách tương tự, nghĩa là 'khi bài kinh vừa được giảng giải xong'.

Mahāsi Sayādaw 351

TÔN GIẢ KIỀU-TRẦN-NHƯ ĐÃ ĐẮC TRI KIẾN CAO THƯỢNGTRONG KHI NGHE PHÁP NHƯ THẾ NÀO

Tôn Giả Kiều Trần Như có thể đã tu tập Bát Thánh Đạo và đắc đạo quả nhập lưu lúc Đức Phật đang nói về Trung Đạo hay Bát Thánh Đạo trong thời pháp của ngài. Khi Đức Phật nói về tứ Thánh Đế cũng vậy, có thể vị này đã quán trên đó để biết những gì cần phải được biết và đạt đến tri kiến cao thượng của thánh đạo và thánh quả. Đặc biệt khi Tôn Giả nghe Đức Phật nói rằng khổ đế phải được tuệ tri và đạo đế phải được tu tập, rất có thể ngài đã quán trên khổ đế hay năm thủ uẩn và nhờ tu tập minh sát đạo, ngài đã đắc tri kiến cao thượng thuộc đạo quả nhập lưu. Còn về việc quán khổ, bằng cách ghi nhận âm thanh của pháp ở mỗi sát-na nghe, Tôn Giả đã biết được thực tại đúng như thực cũng như bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của chúng, và tu tập Bát Thánh Đạo theo cách này. Khi sự cảm kích sâu lắng về ý nghĩa của bài pháp khởi lên, ngài cũng quán trên đó. Sự cảm kích pháp và sự cảm kích âm giọng thuyết pháp (của Đức Phật) cũng có thể được ngài ghi nhận ngay lúc nó xuất hiện. Hân hoan đi liền sau sự cảm kích, và hỷ (pīti) cùng sanh với nó cũng được quán. Điều hoàn toàn có thể xảy ra là hỷ đã được ngài dùng như một đối tượng cho sự quán của ngài. Kinh điển Pāḷi thường đề cập rằng, vào khoảnh khắc khi mà tâm đã được sửa soạn thích hợp, mềm mại, nhu nhuyến, thoát khỏi các triền cái, phấn

352 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

chấn và hân hoan, đầy đủ niềm tin và lòng mộ đạo, nhiều người đã đắc tri kiến cao thượng khi nghe bài kinh về tứ thánh đế này. Bát Thánh Đạo cũng được tu tập bằng cách ghi nhận những gì đang xảy ra trong thân, những cảm thọ khổ hay cảm thọ lạc trong thân, và bằng cách quán trên hành động cung kính đảnh lễ Đức Phật. Thấy, nghe,...đã đề cập ở trên đối với danh (nāma) và sắc (rūpa) đang sanh trong hiện tại không chỉ là paññatti (chế định pháp), không chỉ là những từ ngữ hay tên gọi; mà chúng là chân đế pháp (paramattha dhammas), những thực tại tối hậu vốn thực sự hiện hữu, thực sự xảy ra. Các thủ uẩn cũng là những thực tại. Khổ đế cần phải tuệ tri cũng là một thực tại, paramattha dhamma. Khi ghi nhận các hiện tượng, hợp theo lời dạy trong kinh rằng khổ đế phải được tuệ tri, thì khổ đế phải được tuệ tri qua sự hiểu biết bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của chúng. Mỗi lần tuệ tri theo cách này, tham ái vốn có thể sanh sẽ không có cơ hội để sanh do khái niệm thường, lạc, ngã, tịnh đã bị diệt trừ. Đây là sự đoạn trừ tạm thời của tập đế (samudaya). Si mê hay vô minh không hiểu biết về đối tượng quán cùng với phiền não (kilesā), nghiệp (kamma) và quả (vipāka) có thể sanh cùng với nó sẽ biến mất và diệt với mỗi sát-na ghi nhận. Đây là sự diệt tạm thời được thành tựu với mỗi sát-na ghi nhận. Tất nhiên minh sát đạo cũng đã được tu tập ở mỗi sát-na quán này. Như vậy, bằng việc ghi nhận những gì được thấy, nghe...trong lúc ấy, Tôn Giả Kiều-Trần-Như đã phát

triển minh sát biết tứ Đế đúng như nó phải được biết và đạt đến đạo quả nhập lưu trong khi đang nghe bài kinh Chuyển Pháp Luân; hay nói cách khác vị ấy đã trở thành một bậc thánh nhập lưu nhờ chứng đắc thánh đạo và thánh quả tu-đà- hoàn ngay khi chấm dứt bài kinh.

THÁNH ĐẠO TRÍ VÔ TRẦN VÀ LY CẤU NHƯ THẾ NÀO

Nhập lưu trí (sotāpanna ñāṇa) mà Tôn Giả Kiều-Trần- Như đắc được ca ngợi trong kinh như vô trần và ly cấu. Sẽ là điều thích hợp để suy xét xem nhập lưu trí này vô trần và ly cấu ra sao. Phụ chú giải Sāratta Dīpanī nói: Vô trần có nghĩa là thoát khỏi bụi và chất dơ của tham dục (rāga) vốn sẽ dẫn đến bốn ác đạo; ly cấu là thoát khỏi những phiền não của tà kiến (diṭṭhi) và hoài nghi (vicikicchā). Đây là một sự mô tả có tính cách bóng bẩy về các phiền não đã bị nhập lưu đạo huỷ diệt. Nhưng chú giải Vô Ngại Giải Đạo xem cả hai, bụi cũng như phiền não đều là tham dục (rāga). Tham dục có khuynh hướng che đậy, bao phủ và vì vậy nó cũng giống như chất bụi. Lại nữa, tham dục giống như những chất bất tịnh hay phiền não vì nó làm hư hỏng và đem lại sự huỷ diệt. Ở đây một sự suy xét khác phát sanh: Phải chăng "thoát khỏi bụi trần và phiền não" có nghĩa là a) pháp nhãn hay thánh đạo trí khởi lên không đi kèm bụi trần và phiền não; hay b) bụi trầnvà phiền não không cản trở hoặc gây trở ngại cho thánh đạo trí nhờ thế Niết-Bàn có thể được thấy?

Tuy nhiên, cần phải nhớ rằng thánh đạo (magga) không bao giờ phối hợp với phiền não. Do đó, hiển nhiên rằng ở đây không ám chỉ thánh đạo không đi kèm bụi và phiền não. Như vậy "thoát khỏi bụi trần và phiền não" phải được hiểu theo nghĩa 'không cản trở hay gây chướng ngại cho thánh đạo trí.' Đây là cách vượt qua các triền cái: trong khi kiến và nghi, sẽ bị huỷ diệt bằng nhập lưu thánh đạo, thì tham dục vốn sẽ dẫn đến các cõi khổ, vẫn còn hiệu lực, bất chấp thiền minh sát, Niết-bàn vẫn chưa được thấy bằng phương tiện nhập lưu trí. Nó cũng giống như sự không có khả năng thấy vì có cườm trong mắt vậy. Nhưng khi minh sát trí (vipassanā ñāṇa) đã được hoàn thành viên mãn, và có sức mạnh, kiến, nghi và tham dục vốn sẽ dẫn đến các cõi khổ sẽ bị suy yếu đi, chúng không còn cản trở việc thấy Niết-bàn nữa, cũng như khi lớp cườm mỏng bớt đi nó không còn che phủ hoàn toàn thị lực được nữa. Lúc đó nhập lưu thánh đạo trí có thể thấy rõ và chứng ngộ Niết-bàn. Khả năng thấy rõ và chứng ngộ Niết-bàn này được mô tả như "vô trần, (virāga -ly tham); ly cấu (vitamala). Chỉ sau khi minh sát đã làm hết sức diệt trừ của nó Thánh đạo trí mới đoạn trừ (phiền não) Sự giải thích ở trên hợp với cách mô tả bóng bẩy về "pháp nhãn" và với sự giải thích trong Thanh Tịnh Đạo cũng như Mahāṭika, vốn tuyên bố rằng đạo trí siêu thế đoạn trừ không còn dư tàn chỉ những phiền não đã được minh sát trí hiệp thế làm suy yếu đến mức tối đa.

THÁNH ĐẠO TRÍ TIẾN HOÁ TỪ MINH SÁT TRÍ

Đặc biệt phải lưu ý ở đây rằng đạo trí siêu thế không phải từ không mà có. Cũng như tâm kế tiếp sanh lên từ tâm đi trước như thế nào thì theo tính đồng nhất, đạo trí cũng có thể nói là sanh lên từ minh sát trí. Như vậy những phiền não như (tà) kiến, hoài nghi,...vốn đã bị minh sát trí làm cho suy yếu không thể nào còn ngăn che việc thấy Niết-bàn được nữa. Bằng nhưng từ "vô trần, ly cấu" kinh muốn nói tới sự không còn khả năng ngăn che Niết-bàn của tham dục (rāga), v.v này nữa vậy. Kinh Brahmāyu, một bài kinh thuộc Trung Bộ (Majjhima Paṇṇāsa) mô tả ba đạo thấp (tu-đà-hoàn, tư-đà-hàm, a-na-hàm) là pháp nhãn (dhamma cakkhu). Tuy nhiên, cũng trong Trung Bộ Kinh, bài Kinh Giáo Giới La-Hầu-La, thì cả bốn đạo và bốn quả đều được mô tả như pháp nhãn. Do đó, khi những chứng đắc cao hơn này được tuyên bố như "vô trần, ly cấu," thì điều đó có nghĩa rằng kāma (dục), rāga (tham) và vyāpāda (sân) đã bị minh sát trí làm cho suy yếu đến mức không thể nào còn ngăn che việc thấy Niết-bàn được nữa. Sở dĩ chúng tôi phải tốn sức đào sâu vào những điểm này là để làm cho mọi người hiểu một cách dễ dàng rằng thánh đạo trí không từ không mà có, mà tiến hoá từ minh sát trí nhờ các điều kiện đã đầy đủ (pakatupanissaya, thường cận y duyên, trợ giúp bằng cách thường làm trở thành thói quen).

356 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Câu hỏi có thể phát sanh là: pháp nhãn hay nói cách khác nhập lưu thánh đạo trí này khởi lên như thế nào? Trí này khởi lên do nhận thức được rằng "pháp nào có bản chất sanh thời cũng có bản chất diệt." Về vấn đề này, có hai cách nhận thức. Vào sát na sanh diệt trí (udayabbaya ñāṇa) phát triển, nhìn thấy các hiện tượng sanh lên và diệt ngay lập tức, người hành thiền ngộ ra rằng những gì sanh lên đều phải tan hoại. Đây là sự nhận thức bằng minh sát trí (vipassanā ñāṇa). Khi hành xả trí (saṅkharūpakkhā nāṇa) được thiết lập đầy đủ, trong lúc ghi nhận tiến trình hoại diệt liên tục của danh (nāma) và sắc (rūpa), người hành thiền sẽ đến một giai đoạn ở đây danh, sắc và các hành xuất hiện để rồi tan biến vào một trạng thái diệt hoàn toàn. Đây là sự nhận thức trạng thái tịnh lạc của Niết-bàn bằng chứng ngộ thực sự, khi tất cả mọi hiện tượng sanh lên đều đi đến sự diệt hoàn toàn. Đây gọi là sự nhận thức bằng thánh đạo trí (ariya magga ñāṇa). Pháp nhãn hay nhập lưu trí được phát triển bằng loại nhận thức thứ hai. Vì lý do đó, khi tất cả các hành danh và sắc đều tan biến vào một trạng thái diệt hoàn toàn, sự chứng đắc nhập lưu thánh đạo đã được biểu lộ một cách rõ ràng. Một khi đã chứng ngộ bằng nhập lưu trí, tri kiến vốn nhận thức rằng "các pháp sanh để rồi diệt" tồn tại một cách vững chắc, không gì có thể lay chuyển (bất động). Chính vì vậy, Kinh Giáo Giới La-Hầu-La mới mô tả sự chứng ngộ của tất cả bốn đạo trí với cùng những từ "pháp nhãn vô trần, ly cấu

Mahāsi Sayādaw 357

đã khởi lên: rằng các pháp có bản chất sanh đều có bản chất diệt." Tất cả danh sắc đều diệt khi Niết-bàn trở thành đối tượng của đạo trí (magga ñāṇa). Chú giải Cūlaniddesa tuyên bố rằng: "Bằng phương tiện nhập lưu trí, bốn tâm tương ưng tà kiến (diṭṭhi sampayutta), và một tâm sanh cùng với hoài nghi (vichikiccāsahagata), cả năm tâm bất thiện này đều diệt," song có số người lại dạy hoặc viết sách cố gắng bác bẻ lại lời tuyên

bố này. “Vào sát- na nhập lưu đạo và nhập lưu quả, tất cả danh-sắc và các hành được nhận thức đã diệt.” Dường hư họ cho rằng “đối tượng của đạo quả nhập lưu chỉ là sự diệt của năm tâm bất thiện này. Đây là một quan niệm rất sai lầm, lý do đơn giản là Niết-bàn không phải là sự diệt một phần của bất thiện (akusala), cũng không phải là sự diệt một phần của các pháp danh-sắc. Thực sự như vậy, Niết-bàn có nghĩa là sự diệt hoàn toàn của tam luân (vatta), đó là phiền não luân, nghiệp luân, và quả luân, sự diệt hoàn toàn của tất cả các hành danh và sắc, tất cả các pháp hữu vi. Như vậy đối với câu hỏi “thánh đạo lấy gì làm đối tượng của nó?” câu trả lời sẽ là thánh đạo có đối tượng của nó là Niết-bàn, và Niết-bàn như vừa giải thích, là sự diệt hoàn toàn của tất cả danh-sắc hữu vi. Như vậy, sự quả quyết cho rằng, “Vào sát na chứng đạo quả nhập lưu, người ta chỉ nhận thức sự lao vào diệt của đối tượng biết cũng như tâm hay biết,” là một lời tuyên bố có căn cứ về những gì đã được qua sát thực sự.

358 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Một nghiên cứu cẩn thận về bài kinh Ajita trong Pārāyana vagga mà sự giải thích đã được đưa ra trong chú giải Cūlaniddesa vừa nói, sẽ hé lộ cho chúng ta thấy lời tuyên bố ở đây: “Trong trạng thái bình yên của Niết-bàn này tất cả danh và sắc đều diệt.” Hơn nữa, nếu đặt vấn đề, “Niết-Bàn là đối tượng của nhập lưu đạo có giống như Niết- bàn là đối tượng của các đạo cao hơn khác hay không?” câu trả lời sẽ là “Có, hoàn toàn như nhau, không có gì khác cả.” Nếu nhập lưu đạo lấy sự diệt của năm tâm bất thiện là đối tượng của nó và các đạo khác lấy sự diệt của các tâm tương ứng mà chúng đã diệt, thời các đối tượng của bốn đạo sẽ là bốn Niết-bàn khác nhau. Tuy nhiên, không có sự khác nhau như vậy và do đó hiển nhiên rằng đối tượng của tất cả bốn đạo chỉ là một Niết-bàn duy nhất mà thôi. Vì những lý do chúng tôi vừa nêu này, lời tuyên bố “đối tượng của nhập lưu đạo chỉ là sự diệt của năm tâm bất thiện” là một quan niệm hoàn toàn sai lầm. Sở dĩ chúng tôi phải nói ra ngoài đề tài chính một chút là nhằm chỉ ra một số những quan niệm sai lầm cho mọi người thấy. Bây giờ tôi sẽ trở lại với đề tài chính bằng cách lập lại ý nghĩa của đoạn Kinh: “Trong lúc bài pháp đang được thuyết giảng hay vừa được thuyết giảng xong, pháp nhãn vô trần, ly cấu hay gọi cách khác nhập lưu thánh đạo trí đã khởi lên cho Tôn-giả Kiều Trần Như, “Pháp nào có bản chất sanh pháp ấy có bản chất diệt.”

Mahāsi Sayādaw 359

PHẢI CHĂNG ĐẮC ĐẠO TRÍ LÀ NHỜ BIẾT THƯỞNGTHỨCBÀIKINH?

Đây là một điểm cần tranh luận. Phải chăng đó là một sự thực? rằng trong đoạn kinh vừa dẫn, không hề đề cập đến việc Tôn-giả Kiều Trần Như đã tiến hành tu tập minh sát. Nói khác hơn kinh chỉ nói rằng pháp nhãn đã khởi lên trong lúc Đức Thế Tôn đang thuyết giảng hay vừa thuyết giảng xong bài kinh. Như vậy, liệu có thể nói rằng nhập lưu thánh đạo trí phát triển là do biết thưởng thức và hoan hỷ với bài kinh không? Trong trường hợp đó, tất cả những chi tiết về cách Tôn-giả Kiều Trần Như đã tự mình tiến hành tu tập minh sát là thực sự thừa thãi. Đây là một điểm cần tranh luận. Những chi tiết hoàn toàn không thừa thãi. Chính trong Kinh Chuyển Pháp Luân đã nói rõ rằng

bát thánh đạo phải được tu tập. Ngoài ra, sự giải thích của chú giải về chánh định (sammādiṭṭhi) cũng nói rằng khổ đế (dukkha saccā) và tập đế (samudaya saccā) phải được tuệ tri bằng cách quán trên chúng, và chỉ khi đạo đi trước hay minh sát đạo đã được hoàn thành đầy đủ thánh đạo trí mới khởi lên. Chú giải cũng xác định rõ là không quán bất kỳ một trong bốn niệm xứ (thân, thọ, tâm, và pháp), thì chắc chắn không thể nào đạt đến minh sát tuệ (vipassanā paññā) và thánh đạo tuệ (ariya paññā). (Tham khảo lại Phần Ba của tập sách này). Kinh điển Pāḷi cũng nói rõ rằng chánh niệm đạo (sammā sati magga) chỉ có thể phát triển bằng sự tu tập tứ niệm xứ.

Vì những lý do này, chúng ta có thể tin chắc rằng không tu tập minh sát đạo thì thánh đạo không thể nào phát sanh. Những chi tiết này được đưa ra để làm cho mọi người dễ hiểu hơn việc thiền minh sát có thể được tu tập trong lúc nghe pháp như thế nào. Do đó, phải chấp nhận rằng, nhờ hành theo một trong những pháp môn thiền đã giải thích ở trên Tôn-giả Kiều Trần Như đã lập tức đắc đạo quả nhập lưu. Sau khi đã mô tả việc Tôn giả Kiều Trần Như đắc nhập lưu thánh đạo trí, các vị Trưởng lão của kỳ kết tập lần thứ nhất tiếp tục mô tả cách bài Kinh Chuyển Pháp Luân được ca ngợi.

CHƯ THIÊN VÀ PHẠM THIÊN CA NGỢI

Pavattite ca pana bhagavatā dhammacakke bhummā devā saddamanussāvesuṃ – “ etaṃ bhagavatā bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmi’ nti. (Nay vô thượng Pháp luân này được Thế Tôn ở Ba-la- nại, chỗ chư Tiên đọa xứ, tại Vườn Nai, chuyển vận một Pháp luân chưa từng được ai chuyển vận, dù co đó là một Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên, Ma vương, Phạm thiên, hay bất cứ một ai ở đời".) Điều đáng lưu ý là: Khi Đức Thế Tôn vận chuyển Bánh Xe Pháp (Pháp Luân, theo chú giải, có nghĩa là

paṭivedha ñāṇa, tuệ thể nhập và tri kiến hiểu biết về cách làm thế nào để phổ biến pháp và cần phổ biến những gì, desanā ñāṇa. Như vậy, dạy bài Kinh Chuyển Pháp Luân có nghĩa là vận chuyển bánh xe Pháp.) Nói cách khác, khi Đức Thế Tôn thuyết giảng bài Kinh Chuyển Pháp Luân, các vị chư Thiên trên Địa Cầu (Bhumā devas) đã đồng thanh công bố: “Vô thượng Pháp luân (bài kinh Chuyển Pháp Luân vô song) đã được Thế Tôn vận chuyển ở Ba-la-nại, chỗ chư Tiên đọa xứ, tại Vườn Nai, một sự chuyển vận mà không có Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên, Ma vương, Phạm thiên, hay bất cứ một ai ở đời có thể đảo ngược hay ngăn cản được.” Sau khi nghe được lời công bố này của chư thiên địa cầu, các vị chư thiên cõi Tứ Đại Thiên Vương (Catumahājika devā), và các vị chư thiên ở các cõi cao hơn, như chư thiên cõi Đạo Lợi (Tāvatiṃsā devā), chư thiên Dạ Ma (Yāmā devā) chư thiên cõi Đâu-Suất (Tusitā devā), chư thiên cõi Hoá Lạc thiên (Nimmānaratī devā) chư thiên cõi Tha Hoá Tự Tại (Paranimmitavasavattī devā) và chư thiên các cõi Phạm Thiên (Brahmakāyikā devā) đều đồng thanh công bố: “Vô thượng Pháp luân (bài kinh Chuyển Pháp Luân vô song)

đã được Thế Tôn vận chuyển ở Ba-la-nại, chỗ chư Tiên đọa xứ, tại Vườn Nai, một sự chuyển vận mà không có Sa-môn, Bà-la-môn, chư Thiên, Ma vương, Phạm thiên, hay bất cứ một ai ở đời có thể đảo ngược hay ngăn cản được." Itiha tena khaṇena (tena layena) [( ) natthi (sī. syā. kaṃ.)] tena muhuttena yāva brahmalokā saddo abbhuggacchi.

Như vậy, trong sát-na ấy, trong khoảnh khắc ấy, trong giây phút ấy, tiếng ấy lên đến Phạm thiên giới.

ĐẤT TRỜI RUNG CHUYỂN VÀ SỰ XUẤT HIỆN CỦA HÀO QUANG SÁNG NGỜI

Ayañca dasasahassilokadhātu saṅkampi sampakampi sampavedhi, appamāṇo ca uḷāro obhāso loke pāturahosi atikkamma devānaṃ devānubhāvanti. Và mười ngàn thế giới chuyển động, rung động, chuyển động mạnh. Và một hào quang vô lượng, quảng đại phát chiếu ra ở đời, vượt quá uy lực chư Thiên. (Toàn thể vũ trụ gồm mười ngàn thế giới rung chuyển, rung động trong bốn hướng. Một hào quang siêu việt và vô lượng, do giáo pháp vĩ đại này tạo ra, vượt qua ánh hào quang của chư thiên xuất hiện trên địa cầu.)

LỜI CẢM HỨNG CỦA ĐỨC THẾ TÔN

Atha kho bhagavā imaṃ udānaṃ udānesi – " aññāsi vata, bho, koṇḍañño, aññāsi vata, bho, koṇḍañño " ti! Iti hidaṃ āyasmato koṇḍaññassa ' aññāsikoṇḍañño ' tveva nāmaṃ ahosīti. (Lúc đó, ngay sau khi thuyết xong bài kinh, ngay sau khi pháp nhãn hay nhập lưu thánh đạo trí xuất hiện cho Tôn- giả Kiều Trần Như, Đức Thế Tôn thốt lên lời cảm hứng này: Ồ, này các hiền giả, quả thực Kiều Trần Như đã hiểu! Quả thực Kiều Trần Như đã hiểu. Như vậy chính do lời cảm hứng này mà Tôn-giả Kiều Trần Như được mang tên là Aññāsī

Koṇḍāñña, Kiều Trần Như đã hiểu.) Đến đây kết thúc bài Kinh Chuyển Pháp Luân. Đoạn kết luận vừa thuật lại đã đánh dấu sự chấm dứt của bài Kinh Chuyển Pháp Luân như đã được ghi lại trong Kinh Điển Pāḷi, Đại Phẩm của Tương Ưng Bộ Kinh (Mahā Vagga Saṃpayutta). Ở đoạn kết của bài Kinh, khi quán xét lại Đức Thế Tôn nhận thấy Tôn-giả Kiều Trần Như đã đạt đến tri kiến cao thượng của nhập lưu thánh quả. Vì thế vô cùng hoan hỷ ngài thốt lên, "Quả thực, Kiều Trần Như đã nhận thức được, Kiều Trần Như đã nhận thức được." Chính liên quan đến lời cảm hứng này mà Tôn-giả Kiều Trần Như thường đực gọi là Aññāsī Koṇḍāñña, hay Kiều Trần Như đã hiểu. Theo Tương Ưng Bộ Kinh thì bài kinh Chuyển Pháp Luân chấm dứt ở đây. Luật Tạng (Vinaya Pāḷi) từ đó vẫn tiếp tục đưa ra một sự giải thích về việc Hội Chúng Tỳ Kheo (Tăng Già) xuất hiện như thế nào. Bây giờ, chúng tôi sẽ thuật lại lời giải thích này.

TÔN GIẢ KIỀU TRẦN NHƯ THỈNH CẦU XUẤT GIA

Atha kho āyasmā aññāsikoṇḍaññho diṭṭhadhammopattadhammo viditadhammo pariyogāḷhadhammo tiṇṇavicikiccho vigatakathaṃkatho vesārajjappatto aparappaccayo satthusāsane bhagavantaṃ etadavoca – ‘‘ labheyyāhaṃ, bhante, bhagavato santike pabbajjaṃ, labheyyaṃ upasampada ’’ nti.

(Sau khi Đức Thế Tôn nói lên lời cảm hứng như vậy, Tôn-giả Kiều Trần Như đã thỉnh cầu bằng những lời sau: “Bạch Ngài, (Bhante), xin ngài cho phép con được xuất gia (pabbajjaṃ: xuất gia sa-di) trong sự hiện diện của Đức Phật; cho phép con được nhập vào Tăng Đoàn của Đức Phật (trở thành một vị Tỳ-kheo, upasampadaṃ)”

KHÔNG DỄ TỪ BỎ TÍN NGƯỠNG TRUYỀN THỐNG CỦA MÌNH

Tôn-giả Kiều Trần Như trước đây đi theo tín ngưỡng khác. Để từ bỏ tín ngưỡng cũ của mình và mong muốn được nhận vào Tăng Đoàn của Đức Phật là việc khó có thể xảy ra đối với người chỉ có đức tin bình thường. Thời nay cũng vậy, việc những người theo tín ngưỡng khác gia nhập Tăng Đoàn của Đức Phật sau khi chấp nhận Phật Giáo là chuyện không phải dễ. Nói gì đến việc đắp y, đối với một số người, ngay cả xin quy y Tam Bảo và thọ trì ngũ giới với mục đích hành thiền cũng đã là một công việc khó khăn rồi. Ngoài Tôn-giả Kiều Trần Như ra, bốn vị còn lại trong nhóm có vẻ như còn chưa dứt khoát trong việc xin phép nhập vào Tăng Đoàn của Đức Phật. Vậy thì tại sao Tôn-giả Kiều Trần lại làm điều ấy? Câu trả lời là Tôn-giả Kiều Trần Như đã có đầy đủ những đức và phẩm chất mà kinh mô tả bằng những biệt danh như bậc Kiến Pháp (Diṭṭhadhammo)… Thế nào là bậc Kiến Pháp (thấy pháp), khi thấy diệt đế (nirodha saccā) là Tôn-giả đã chứng đắc Niết-bàn. Rồi sau

khi đã thấy sự tịch tịnh của Niết-bàn, ngài thấy trạng thái sanh và diệt không ngừng của danh sắc hữu vi như là khổ. Ngài cũng nhận ra rằng tham ái vốn thích thú trong (danh sắc ấy) là nhân sanh đích thực của khổ. Đồng thời ngài hiểu ra rằng đạo đế, gồm chánh kiến, chánh tư duy,…là chánh đạo sẽ đưa đến sự tịch tịnh của Niết-bàn. Tự mình chứng ngộ tứ thánh đế như vậy, niềm tin vững chắc khởi lên nơi ngài rằng Đức Phật cũng đã chứng ngộ tứ thánh đế. Sự tin tưởng như vậy được gọi là đức tin do trí sanh (aveccappasāda ñāṇa). Nó cũng giống như niềm tin của một bệnh nhân đặt nơi người thầy thuốc mà cách điều trị của ông đã chữa lành chứng bệnh của họ một cách hiệu quả. Như vậy vì đã thấy tứ thánh đế chính xác như Đức Phật giảng dạy, Tôn-giả Kiều Trần Như được gọi là bậc Kiến Pháp, và cầu xin xuất gia. Để chắc chắn Kiến pháp (diṭṭhadhammo) có nghĩa là thấy với nhãn trí chứ không phải với nhục nhãn, nó được phẩm định bằng từ đã Đắc Pháp (Pattadhammo,)—sau khi đã đến, đã đạt đến; rồi để thể hiện ý đạt đến bằng trí chứ không phải bằng bất cứ phương tiện nào khác nó lại được phẩm định bằng từ đã Hiểu Rõ Pháp (viditadhammo , dĩ tri pháp). Và để bảo đảm rằng trí ấy không chỉ là một phần, một mảnh mà là toàn diện, từ phẩm định Đã Thâm Nhập Pháp (pariyogāḷhadhammo) được đề cập với nghĩa đã đi sâu vào, đã chọc thủng vào, nghĩa là vị ấy đã thể nhập hoàn toàn vào mọi phương diện của pháp.

Tất cả những từ

366 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

này phản ánh tính chất phong phú của từ vựng Pāḷi những ngày ấy. Thấy và biết tứ thánh đế bằng chính trí của mình là điều rất quan trọng. Chưa thực sự thấy chân lý, chỉ tuyên xưng đức tin của người Phật tử sẽ không loại trừ được những hoài nghi về Phật, Pháp, Tăng. Những hoài nghi về Tam Bảo có thể xuất hiện dưới một vài trường hợp. Hoài nghi cũng có thể khởi lên đối với việc hành giới, định, và tuệ mà một người đang theo đuổi. Nhờ tự minh biết được những gì cần phải biết, chúng ta có thể thoát khỏi những hoài nghi đến một mức độ nào đó. Một vị hành giả đang thực hành việc ghi nhận mọi trường hợp thấy, nghe, hay biết,...khi định lực tăng trưởng, sẽ biết đối tượng mình quan sát một cách rõ ràng, đó là biết sắc (rūpa) tách biệt với danh (nāma) hay tâm hay biết. Rồi, nhờ kinh nghiệm tự thân, vị ấy biết rằng cái thấy xảy ra là do có đối tượng và con mắt; có hành động đi là do có ước muốn đi. Do không ghi nhận đối tượng, vị ấy nhận lầm nó là lạc; nghĩ nó là lạc, vị ấy thích thú trong đó. Do thích thú, vị ấy kháo khát muốn có được nó. Để thoả mãn những đòi hỏi của tâm tham, vị ấy vận dụng những hành động thích hợp. Tất cả những diễn biến này trở thành trí hiểu biết bằng kinh nghiệm cá nhân của vị ấy. Vị ấy cũng biết mình phải đương đầu với những khó khăn và những tình huống xấu do nghiệp bất thiện của mình; hoặc được hưởng những điều tốt đẹp là do thiện nghiệp của mình. Khi trí hiểu biết của vị ấy tăng trưởng

Mahāsi Sayādaw 367

tới mức này, vị ấy có thể thoát khỏi những hoài nghi không biết rằng có linh hồn hay một thực thể sống hay không. Khi tiếp tục thực hành, vị ấy nhận thức được đối tượng danh sắc sanh và diệt ngay cả khi vị ấy đang quan sát chúng. Rồi sau đó, khi đang tiếp tục với công việc ghi nhận vị ấy trở nên tin chắc về bản chất vô thường, khổ và vô ngã của chúng. Sự nhận thức đặc biệt này củng cố cho niềm tin của vị ấy, rằng "Đức Phật, người thuyết bài Pháp này, chắc chắn đã tự mình chứng ngộ chân lý, những lời dạy của ngài (Pháp) là chơn chánh và Tăng, những người đang thực hành theo những lời dạy của ngài, là Tăng đích thực đang thực hành đúng chánh đạo." Rồi đến một giai đoạn khi tất cả danh và sắc hữu vi tan biến vào một trạng thái diệt hoàn toàn. Đây là sự chứng ngộ của tự thân về trạng thái tịch tịnh của Niết Bàn, hay nói cách khác là diệt đế (nirodha saccā). Đồng thời, ba đế còn lại cũng được chứng ngộ nhờ đã hoàn tất công việc tuệ tri khổ, đoạn trừ tập, và tu tập đạo trong tự thân. Biết tứ đế, đúng như chúng phải được biết, niềm tin của vị ấy vào Phật, Pháp, Tăng trở nên bất động nhờ đã ăn rễ vững chắc. Niềm tin trong việc thực hành giới, định, và tuệ của vị ấy cũng được thiết lập vững chắc. Với niềm tin đã ăn rễ vững chắc này, vị ấy vượt qua mọi hoài nghi (vicikicchā). Tôn Giả Kiều Trần Như đã tự mình thấy tứ đế và như vậy đã bỏ lại mọi hoài nghi , do dự lại phía sau, vượt qua hoài nghi (tiṇṇavicikiccho , , siêu việt hoài nghi, độ nghi). Cũng vì lý do

368 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

này ngài đã tỉnh cầu Đức Phật cho phép xuất gia. Khi ngài thoát khỏi hoài nghi, ngài cũng thoát khỏi tình trạng do dự, phân vân, thiếu quả quyết, ở đây từ vigatakathaṃkatho là đồng nghĩa với tiṇṇavicikiccho — Vị ấy cũng thỉnh cầu xuất gia vì lý do này. Hơn nữa vị ấy thỉnh cầu Đức Phật vì vị ấy đã có được sự can đảm của niềm tin trong pháp, vesārajjapatto, , , vô sở uý, tự tin), một sự can đảm phát sanh do trí hiểu biết về chân lý, và cũng bởi vì vị ấy đã trở nên độc lập hoàn toàn với những người khác hay không dựa vào người khác (aparappaccayo, (), bất duyên (kỳ) tha đích), nghĩa là về vấn đề giáo pháp của bậc đạo sư vị ấy đã có được sự hiểu biết bằng chính kinh nghiệm tự thân. Hầu hết đức tin của những người theo các tín ngưỡng khác trong thế gian này đều dựa vào người khác chứ họ không tự biết về chúng. Có số thờ cúng các vị chư thiên ở cội cây, hay chư thiên ở rừng, núi là do tập tục cha truyền con nối, chứ chẳng ai thấy hay gặp các vị chư thiên ấy. Có số thờ cúng vị thiên vương, vua của các vị chư thiên, phạm thiên, hay các thiên thần trên cõi trời. Không ai có sự hiểu biết cá nhân về những đối tượng thờ cúng này. Họ sẵn sàng tin những gì cha mẹ hay thầy tổ,... của họ bảo họ tin. Trong số những người tín ngưỡng theo Phật Giáo cũng vậy, trước khi chứng những gì cần chứng, đức tin của họ hoàn toàn dựa vào những vị lớn tuổi, cha mẹ, và thầy tổ. Khi, nhờ tinh tấn

thực hành thiền định và thiền minh sát họ có được trí hiểu biết của chính mình, sự tự tin mới phát triển đến một mức nào đó. Và khi đạt đến giai đoạn chứng thiền, và đạo quả, họ có được sự hiểu biết cá nhân về những chứng đắc ấy, lúc đó đức tin của họ không còn dựa vào người khác nữa.

PHÚ HỘ CITTA VÀ GIÁO CHỦ NĀTAPUTTA

Thời Đức Phật có một người đàn ông giàu có tên là Citta, đã đắc Bất Lai Thánh Đạo (anāgāmi magga). Một hôm ông tình cờ đến nơi cư ngụ của Nātaputta, giáo chủ phái Nigandha. Giáo chủ Nātaputta cũng được gọi là Mahāvira được những người theo đạo Jain (Kỳ-na giáo) sùng kính như một vị Thượng Đế. Ông nổi tiếng trước khi có sự giác ngộ của Đức Phật. Nātaputta đã nói với phú hộ Citta, "Này gia chủ, sa- môn Cồ Đàm thầy của ông dạy rằng có bậc thiền (jhāna) và định (samādhi) không tầm (vitakka), không tứ (vicāra). Ông có tin như vậy không? Gia chủ Citta trả lời, "Tôi thừa nhận có bậc thiền và định không tầm và tứ không phải vì đức tin của tôi nơi Đức Phật." Đại giáo chủ Nātaputta đã diễn giải sai câu trả lời này. Vì thế ông nói với các đệ tử của ông: "Hãy xem, này các đệ tử, gia chủ Citta rất là thẳng thắn và trung thực. Điều gì ông không tin, ông nói là ông không tin. Đúng vậy, vấn đề (định không tầm không tứ) này thực sự không thể tin được. Nó là điều không thể xảy ra, giống như cố gắng lấy lưới để

bắt không khí; hay lấy nắm tay hay bàn tay để hốt nước chảy trong sông Hằng vậy.Định thoát khỏi tầm và tứ là chuyện không thể có được." Nghe như vậy gia chủ Citta đã hỏi lại đại Giáo Chủ Nātaputta, "Theo ngài, biết và tin cái nào cao thượng hơn?" ông trả lời, "Tất nhiên, biết cao thượng hơn tin." Gia chủ Citta lúc đó vặn lại, "Tôi có thể

nhập sơ thiền có tầm và tứ; nhị thiền không tầm không tứ; tam thiền không hỷ; và tứ thiền không lạc bất cứ lúc nào tôi muốn. Vấn đề bảo rằng 'có thiền định không đi kèm tầm và tứ,' nếu tôi tự thân kinh nghiệm thiền định không tầm, không tứ, này liệu tôi có cần dựa và các bậc cao quý hay các bậc sa-môn khác, để tin hay không?" Trong câu chuyện trên, gia chủ Citta đã tự thân kinh nghiệm thiền định không kèm tầm và tứ nên không cần dựa vào người khác để tin sự thực này. Cũng vậy, Kiều Trần Như đã tự thân kinh nghiệm tứ đế nên đối với vấn đề Giáo Pháp — bát thánh đạo và giới, định, tuệ, ngài không cần dựa vào ai khác. Do tự thân kinh nghiệm, không dựa vào ai khác như vậy, ngài đã thỉnh cầu Đức Phật cho phép gia nhập vào Tăng Đoàn. Đoạn này rất thôi thúc, rất kích thích đến nỗi tôi không thể không lập lại nó một lần nữa với sự phiên dịch đầy đủ.

Mahāsi Sayādaw 371

PHÁT TRIỂN NIỀM CẢM HỨNG TÂM LINH

"Khi Đức Thế Tôn thốt lên lời cảm hứng như vậy, Tôn Giả Kiều Trần Như, sau khi đã thấy pháp (tứ thánh đế), sau khi đã đắc pháp, đã đạt đến tứ thánh đế, đã hiểu rõ tứ thánh đế, đã thâm nhập tứ thánh đế, bỏ lại phía sau sự do dự, đã vượt qua mọi hoài nghi, xin được nhận vào Tăng Đoàn và Đức Thế Tôn đã chấp nhận điều đó bằng cách nói "Ehi Bhikkhu." (Hãy đến, này Tỳ-kheo).

THỜI KỲ ĐẦU CỦA GIÁO PHÁP SỰ HƯỚNG DẪN VÀ THỰC HÀNH RẤT HỆ THỐNG

Đại Phẩm của Luật Tạng tiếp tục: Sau khi các Tôn Giả Vappa và Bhaddiya đã được nhận vào tăng đoàn bằng cách xuất gia 'Ehi Bhikkhu' (Thiện lai Tỳ- kheo), Đức Thế Tôn tiếp tục đưa ra những chỉ dẫn về Pháp và hướng dẫn hai vị còn lại là Tôn Giả Mahānāma và Tôn Giả Assaji, mà không tự mình đi khất thực

. v

372 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

pháp, sau khi đã hiểu rõ pháp, sau khi đã thâm nhập pháp, bỏ lại phía sau mọi do dự, đã vượt qua tất cả hoài nghi, thoát khỏi tình trạng lưỡng lự và không quyết định dứt khoát, đã có được sự can đảm của niềm tin đối với Giáo Pháp của Đức Phật, đã có kinh nghiệm tự thân về pháp, đối với Pháp không còn y tựa vào người khác, đã thỉnh cầu Đức Thế Tôn như sau: "Bạch ngài, xin ngài cho phép chúng con được sống đời xuất gia như các sa-di trong sự hiện diện của Đức Phật; cho phép chúng con được nhận vào Tăng Đoàn của Đức Phật (upasampadaṃ, tu lên bậc trên hay xuất gia Tỳ-kheo)" Và Đức Thế Tôn đã trả lời, "Hãy đến, này các Tỳ-kheo, Pháp đã được khéo giảng. Hãy đến và thực hành đời phạm hạnh vì mục đích đoạn tận khổ đau." Lời mời này của Đức Thế Tôn tạo thành đạo luật xuất gia và do đó hai vị Tôn Giả Mahānāma và Assaji trở thành Tỳ-kheo trong Tăng Đoàn của Đức Phật. Trong Đại Phẩm của Tạng Luật đề cập rằng bốn vị Tỳ-kheo này đắc tri kiến cao thượng theo hai nhóm, mỗi nhóm hai vị, trong khi các bản chú giải của nó lại nói là các vị đắc tri kiến cao thượng theo tuần tự từng vị một. "Cần phải hiểu rằng pháp nhãn sanh khởi lần lượt cho Tôn Giả Vappa vào ngày

thứ nhất của tuần trăng khuyết tháng Wāso (tức ngày 16 tháng 6 ÂL), cho Tôn Giả Bhaddiya vào ngày thứ hai của tuần trăng khuyết (tức ngày 17 tháng 6 ÂL), cho Tôn Giả Mahānāma vào ngày thứ ba của tuần trăng

khuyết (tức ngày 18 tháng 6 ÂL) và cho Tôn Giả Assaji vào ngày thứ tư của tuần trăng khuyết (tức ngày 19 tháng 6 ÂL). Hơn nữa, phải lưu ý đặc biệt ở đây rằng trong suốt thời gian này Đức Thế Tôn đã ở lại tại chùa không đi ra ngoài khất thực, để sẵn sàng trợ giúp cho bốn vị Tỳ-kheo trong việc loại trừ những bất tịnh (chướng ngại) và những khó khăn có thể phát sanh với các vị trong quá trình hành thiền. Mỗi khi có những chướng ngại phát sanh nơi các vị Tỳ-kheo, Đức Thế Tôn, bằng đường hư không, liền đến giúp họ loại trừ chúng. Vào ngày thứ năm của tháng Wāso (20 tháng 6 ÂL) Đức Thế Tôn đã tập trung cả năm vị Tỳ-kheo lại và chỉ dẫn các vị bằng cách thuyết bài Kinh Vô Ngã Tướng (Anatta Lakkhaṇa Sutta).” Theo sự giải thích của chú giải ở trên thì việc Đức Phật du hành qua hư không để loại trừ những chướng ngại cho các vị Tỳ-kheo đã bộc lộ cho thấy tính chất khẩn cấp của sự trợ giúp mà các vị Tỳ-kheo đang hành thiền cần.Thời nay cũng vậy, nếu các vị thiền sư có thể thường xuyên trợ giúp cho người hành thiền và đưa ra những chỉ dẫn thích đáng điều đó sẽ rất lợi ích. Kinh Pāsarasi trong Trung Bộ Kinh đưa ra những giải thích như sau về đề tài này: “Này các Tỳ- kheo, khi ta chỉ dẫn cho hai vị Tỳ-kheo, ba vị kia sẽ đi khất thực. Nhóm sáu người của Như Lai sống nhờ vào đồ ăn mà ba vị này mang về. Khi ta chỉ dẫn cho ba vị Tỳ-kheo, hai vị kia sẽ đi khất thực. Nhóm sáu người của Như Lai sống nhờ vào đồ ăn mà hai vị này mang về. Rồi, do được chỉ dẫn như

vậy, được hướng dẫn như vậy, nhóm năm Tỳ-kheo, sau khi đã tự mình thấy bản chất sanh trong hiện hữu mới, và thấy sự nguy hiểm, sự khốn khổ trong những tái sanh mới, đã nỗ lực tìm cầu Niết-bàn tối thượng, thoát khỏi tái sanh và do đó đã đạt đến Niết-bàn tối thượng, thoát khỏi tái sanh, thoát khỏi sự dao động, phân vân, do dự, có được sự can đảm của niềm tin đối với Giáo Pháp của Đức Phật (không sợ phải đương đầu với sự tra hỏi tại sao ngươi lại thay đổi đức tin), sau khi có được sự hiểu biết cá nhân về pháp, không y tựa vào người khác về pháp nữa, đã thỉnh cầu Đức Phật cho phép xuất gia sống cuộc sống của vị sa-di (sāmanera) và Tỳ- kheo (samana), trong sự hiện diện của Đức Phật. Phần này do các vị Trưởng lão của cuộc Kết Tập lần Thứ Nhất ghi lại, mô tả sự thỉnh cầu của Tôn-giả Kiều Trần Như, nêu lên chi tiết những phẩm chất và sự chứng đắc của ngài để xác minh tính thích hợp (của ngài) nhằm nhận vào Tăng Đoàn, đồng thời phát triển trong người đọc niềm cảm hứng tâm linh cao độ. Càng hiểu biết về pháp nhiều bao nhiêu, chúng ta càng cảm nhận được niềm cảm hứng tâm linh này nhiều bấy nhiêu. Khi Tôn-giả Kiều Trần Như thỉnh cầu theo cách thức như trên, Đức Thế Tôn đã cho phép ngài được nhập vào Tăng Đoàn bằng những lời sau:

SỰ XUẤT GIA BẰNG EHI BHIKKHU

“Ehi bhikkhū” ti bhagavā avoca – ‘svākkhāto dhammo, cara brahmacariyaṃ sammā dukkhassa antakiriyāyā’ti. Sāva tassa āyasmato upasampadā ahosi” ti. Trước tiên Đức Thế Tôn nói: “Hãy đến, này Tỳ-kheo, gia nhập vào tăng đoàn của ta.” Rồi ngài nói tiếp, “Pháp đã được khéo thuyết giảng. Hãy đến và thực hành đời phạm hạnh (Giới, Định và Tuệ) vì mục đích đoạn tận khổ đau.” Lời mời “Hãy đến, này Tỳ-kheo” của Đức Thế Tôn tạo thành đạo luật xuất gia, và vì thế Tôn-giả Kiều Trần Như đã trở thành một vị Tỳ-kheo trong Tăng Đoàn của Đức Phật. Trước đó, phải nhớ rằng Tôn-giả Kiều Trần Như cũng đã là một tu sĩ, một sa-môn nhưng không thuộc Tăng Đoàn của Đức Phật. Do đó Tôn-giả mới thỉnh cầu Đức Thế Tôn cho phép nhập vào Tăng Đoàn, và Đức Phật đã cho Tôn-giả được phép như vậy bằng cách nói “Ehi Bhikkhu”. Đây là sự công nhận về sự gia nhập Tăng Đoàn của Đức Thế Tôn, và Tôn-giả Aññāsī Koṇḍāñña (Kiều Trần Như Đã Thấy) đã trở thành đệ tử của Đức Phật như một thành viên của Tăng Đoàn.

NHỮNG CHÚNG SANH ĐẮCTRIKIẾN CAO THƯỢNG DO NGHEBÀIPHÁPĐẦU TIÊN

Vào lúc thuyết bài Kinh Chuyển Pháp Luân này, chỉ có năm thành viên trong nhóm Kiều Trần Như là thuộc cõi

người. Và trong năm vị, chỉ có một người duy nhất, đó là Tôn-giả Kiều Trần Như, là đắc được tri kiến cao thượng. Nhưng Kinh Mi Tiên Vấn Đáp (Milinda Pañha) nói rằng mười tám Koṭi (kô-ti)15 Phạm Thiên và vô số chư thiên dục giới đã đắc thượng trí lúc đó. Lúc bấy giờ chỉ một mình Tôn-giả Kiều Trần Như cầu xin gia nhập Tăng Đoàn của Đức Phật và trở thành một sa-môn đệ tử của ngài. Bốn vị còn lại, đó là, Tôn-giả Vappa, Bhaddiya, Mahānama và Assaji vẫn chưa làm như vậy. Sự do dự của các vị có thể được giải thích bằng sự kiện các vị vẫn chưa hoàn thành đầy đủ việc hiểu biết pháp trong tự thân giống như Tôn-giả A-nhã Kiều Trần Như (Aññāsī Koṇḍāñña). Các vị vẫn còn thiếu sự can đảm của niềm tin đối với Lời Dạy của Đức Phật. Tuy nhiên nhờ nghe Kinh Chuyển Pháp Luân, các vị đã phát triển được đức tin (saddhā) nơi pháp. Do đó từ lúc nghe kinh bốn vị đã tiến hành thực tập thiền minh sát dưới sự hướng dẫn của Đức Phật. Đại Phẩm của Tạng Luật đã đưa ra sự giải thích về cách các vị thực tập thiền như thế nào và đã thấy và chứng ngộ pháp ra sao.

CHỈ ĐẮC TRI KIẾN CAO THƯỢNG SAU KHI ĐÃ THỰC SỰ HÀNH

“Sau khi Tôn-giả Kiều Trần Như đã được nhận vào Tăng Đoàn, Đức Thế Tôn tiếp tục đưa ra lời chỉ dẫn và

15 1 Koṭi = 10 triệu, 18Koṭi= 18 triệu

hướng dẫn thực hành pháp cho bốn vị còn lại của nhóm. Nhờ sự hướng dẫn và chỉ dẫn của Đức Thế Tôn, pháp nhãn vô trần, ly cấu đã khởi lên cho Tôn-giả Vappa và Bhaddiya, “phàm pháp nào có bản chất sanh, pháp ấy cũng có bản chất diệt.” Khi pháp nhãn đã khai mở, và các vị trở thành thánh nhập lưu, Tôn-giả Vappa và Bhaddiya cũng đã thỉnh cầu Đức Thế Tôn cho phép nhập vào Tăng Đoàn.

TÔN GIẢ VAPPA VÀ BHADDIYA ĐÃ NỖ LỰC NHƯ THẾ NÀO

Tôn-giả Vappa và các vị còn lại của nhóm năm Tỳ- kheo đã nỗ lực cho sự chứng đắc của mình bằng cách phát triển Bát Thánh Đạo trong tự thân như bài Kinh Chuyển Pháp Luân đã dạy. Và Bát Thánh Đạo được tu tập, như trước đây chúng tôi đã mô tả, bằng cách ghi nhận hiện tượng thấy, nghe,...vốn luôn luôn xảy ra trong họ, nhằm tuệ tri khổ đế, tức hiểu biết rõ ràng về năm thủ uẩn (upādānakkhadhā). Người hành thiền, trước tiên ghi nhận không ngừng sự sanh của danh và sắc khi nó xảy ra, trong quá trình này họ có thể thấy mình bị quấy rầy bởi những ý nghĩ lang thang và sự tưởng tượng. Đặc biệt đối với những người thông thái, hoài nghi và ngờ vực rất có thể sẽ phát sanh. Đối với một số người, những sự đau đớn không thể chịu đựng nổi sẽ phát triển mãnh liệt trong thân họ. Những hiện tượng và dấu hiệu kỳ lạ có thể làm cho họ phân tâm, hay kiến cho họ tự đánh

giá cao về mình (nghĩ lầm đó là những thành tựu của họ). Một số cũng có thể bị trì trệ do sự mất quân bình giữa tín (saddhā) và tuệ (paññā), hay giữa định (samādhi) và tinh tấn (vīriya). Khi thiếu sự nỗ lực tập trung, định trí (samādhi ñāṇa) và nhất tâm sẽ không tiến triển. Ở giai đoạn Sanh Diệt Trí (udayabhaya ñāṇa -), khi các hiện tượng kỳ lạ như ánh sáng, trạng thái hoan hỷ, lạc và chánh niệm cao độ xuất hiện. Nếu những tuỳ phiền não hay khó khăn này phát sanh quá trình thiền, sự hướng dẫn của thiền sư lúc đó rất cần thiết để loại trừ chúng. Không có một vị thầy để hướng dẫn và giúp đỡ, những nỗ lực thiền của hành giả có thể trở thành vô ích. Đó là lý do tại sao Đức Phật đã chờ đợi để sẵn sàng đưa ra sự hướng dẫn trong lúc Tôn giả Vappa tiến hành hành thiền, mà không đi ra ngoài khất thực. Với sự hướng dẫn và trợ giúp này, Tôn giả Vappa đã đắc nhập lưu thánh quả sau khoảng một ngày nỗ lực. Sau khi chứng ngộ tứ thánh đế, ngài được an lập trong những đức và phẩm chất của bậc Kiến Pháp (diṭṭha dhamma). Tự thân biết rõ chân lý, tất cả mọi hoài nghi về Pháp biến mất. Đồng thời có được sự can đảm của niềm tin, sẵn sàng đương đầu với bất kỳ câu hỏi nào liên quan đến Giáo Pháp. Sau khi đã có đủ tư cách như vậy, ngài thỉnh cầu Đức Phật cho phép gia nhập vào Tăng Đoàn. Và Đức Phật chấp nhận lời thỉnh cầu của Tôn giả bằng những lời chào đón "Hãy đến, này Tỳ-kheo" ("Ehi Bhikkhu").

Tôn giả Bhaddiya, Mahānāma và Assaji cũng lần lượt đắc đạo quả nhập lưu và bỏ lại đằng sau mọi do dự, có được sự can đảm của niềm tin trong pháp, đã thỉnh cầu sự cho phép nhập vào Tăng Đoàn vào ngày thứ hai, thứ ba, và thứ tư của tháng Wāso. Đức Phật đã xuất gia cho các vị bằng cách nói "Ehi Bhikkhu". Vào ngày trăng khuyết thứ năm của tháng Wāso, Đức Thế Tôn đã tập trung cả năm vị Tỳ-kheo lại và dạy các vị bài Kinh Vô Ngã Tướng. Vào lúc đó, trong khi nghe pháp, tất cả năm vị đều quán trên năm thủ uẩn và phát triển các minh sát đạo, nhờ vậy đều đắc A-la-hán Thánh Quả.

SÁU VỊ A-LA-HÁN KỂ CẢ ĐỨC THẾ TÔN

“Tena kho pana samayena cha loke arahanto hon’ti.” Các nhà biên soạn của kỳ Kết Tập lần Thứ Nhất đã ghi lại như vậy trong Đại Phẩm của Tạng Luật. “Vào lúc, khi mà Kinh Vô Ngã Tướng đã được thuyết xong, có sáu vị A-la-hán kể cả Đức Phật trên thế gian này, một sự kiện thực sự kỳ diệu, chưa từng nghe thấy.”

CHỈ NGHE PHÁP THÔI KHÔNG ĐỦ THỰC HÀNH LÀ CẦN THIẾT

Theo Tạng Kinh và Luật, sự chứng đắc được thành tựu, như đã nói ở trên, là theo hai nhóm, mỗi nhóm hai vị

380 Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân

Tỳ-kheo, trong khi chú giải đưa ra một sự mô tả chi tiết hơn về cách mỗi vị đắc nhập lưu vào những ngày khác nhau. Có thể nói đó là điểm dị biệt duy nhất giữa bản dịch của kinh tạng Pāḷi và bản dịch của chú giaỉ. Không chỉ do nghe bài pháp, mà chỉ sau khi đã thực hành thực sự các vị mới đắc đạo quả nhập lưu. Các vị không đi ra ngoài khất thực mà làm việc liên tục cả ngày lẫn đêm. Chính Đức Phật cũng suốt ngày ở trong chùa để sẵn sàng đi đến trợ giúp và hướng dẫn cho các vị. Về những điểm này tất cả các bản dịch đều như nhau. Do đó, rất dễ hiểu là Tôn giả Vappa đã bắt đầu công việc (tu tập) vào chiều ngày rằm tháng Sáu và đắc nhập lưu ngày trăng khuyết đầu tiên, tức ngày 16 tháng 6 ÂL nhờ nỗ lực thực hành theo những hướng dẫn của Đức Phật , chứ không chỉ do nghe bài pháp không thôi. Tôn giả Bhaddiya phải phấn đấu khoảng hai ngày và đắc nhập lưu vào ngày trăng khuyết thứ hai; Tôn giả Mahānāma trong khoảng ba ngày và đắc nhập lưu ngày trăng khuyết thứ ba; Tôn giả Assaji phải phấn đấu tới bốn ngày và đắc nhập lưu vào ngày trăng khuyết thứ tư của tháng Wāso. Tất cả các vị đã phải bỏ ra rất nhiều nỗ lực cho sự chứng đắc của mình; các vị đã thành tựu đạo quả nhập lưu dưới sự giám sát và hướng dẫn chặt chẽ của chính Đức Phật. Sự thực này rất rõ ràng. Chúng ta biết các vị Tỳ-kheo thuộc nhóm năm vị này không phải là những người bình thường. Người ta nói rằng các vị là những nhà chiêm tinh của triều đình, đã đoán trước

Mahāsi Sayādaw 381

được tương lai của đức Bồ Tát lúc vừa mới sanh ra. Tuy nhiên, một số bản chú giải thì nói rằng các vị là con của những nhà chiêm tinh này. Các vị là những người đã từ bỏ đời sống gia chủ và trở thành sa-môn lúc đức Bồ Tát vẫn còn niên thiếu. Các vị tất phải có trí tuệ đáng kể mới có thể nắm bắt một cách dễ dàng lời dạy của Đức Phật. Nếu đạo quả nhập lưu có thể đạt đến chỉ bằng cách nghe Pháp, chắc chắn các vị sẽ là những người chứng đắc nó dễ dàng mà không cần phải ra sức phấn đấu trong một ngày, hai ngày,...như vậy. Đức Phật cũng không cần phải thôi thúc các vị nhiệt tâm nỗ lực làm gì, ngài chỉ cần dạy một lần thôi là các vị đã trở thành các bậc thánh nhập lưu rồi và nếu cần thì ngài sẽ chỉ lập lại bài pháp hai lần hay ba lần là đủ. Tuy nhiên, ngài đã đòi hỏi các vị không chỉ nghe pháp mà còn phải hành thiền một cách tích cực nữa. Lý do ngài làm như vậy là rất hiển nhiên: do suy xét, ngài biết các vị thuộc về hạng người Ứng Dẫn (neyya), tức người cần thực hành từ từ dưới sự hướng dẫn. Ngày nay những quả quyết cho rằng “Để đắc đạo quả nhập lưu không cần thiết phải hành thiền định, hay

thiền minh sát làm gì, chỉ cần biết thưởng thức và hiểu những gì người thầy giảng dạy là đủ để đạt đến giai đoạn này rồi.” Những quả quyết này chỉ có tác dụng làm mất nhuệ khí và ngăn cản sự thực hành thiền định và thiền minh sát mà thôi. Do đó phải lưu ý rằng những quan niệm này là vô căn cứ và đang gây đại hoạ cho việc truyền bá Pháp Hành (Patipatti

Sāsanā). Chắc chắn rằng những người tin và theo quan niệm sai lầm này sẽ thấy con đường dẫn đến Niết-Bàn đã bít lại đối với họ.

“Là đệ tử Phật chúng con xin chắp tay cúi đầu đảnh lễ và hết lòng tôn kính Đức Phật cùng với nhóm năm vị Tỳ- kheo đã đoạn trừ các phiền não và trở thành các bậc Thánh A-la-hán, vào ngày trăng khuyết thứ năm của tháng Wāso (tức ngày 20 tháng 6 ÂL) hai ngàn năm trăm năm mươi mốt năm trước, trong vườn Lộc Giả gần Wārānasi.”

Cầu mong những ai được đọc bài kinh này tránh được hai cực đoan, ép xác khổ hạnh và đắm chìm trong các dục lac, tu tập theo Trung Đạo (Bát Thánh Đạo), sớm đạt đến Niết Bàn, đoạn tận mọi khổ đau.

Sādhu! Sādhu!Sādhu!

Chấm Dứt Phần VIII của Bài Kinh Chuyển Pháp
Luân

Phần Giảng Giải Bài Kinh Dhammacakka Đến Đây cũng Chấm Dứt.

Mục Lục PHẦN I Trang Lời Tựa 1 Ngày Thuyết Kinh 3 Ba Loại Giới Thiệu 4 Đức Bồ Tát và Các Lạc Thú Trần Gian 6 Phi Thánh Cầu 7 Thánh Cầu 7 Sự Từ Bỏ của Đức Bồ Tát 10 Tìm Đến Đạo Sĩ Ālāra 11 Thọ Trì Pháp của Thánh Giả Ālāra 12 Cam Đoan Một Lần Nữa 13 Đi Đến Thánh Giả Udaka 16 Hành Khổ Hạnh Trong Rừng Uruvela 18 Ba Ảnh Dụ 19 Khổ Hạnh Dùng Tâm Đánh Bại Tâm 20 An Trú Thiền Chế Ngự Hơi Thở 22 Khổ Hạnh Nhịn Ăn 24 Ma Vương Thuyết Phục 25 Suy Luận Đúng 28 Nhập Sơ Thiền Khi Còn Là Một Ấu Nhi 29 Ăn Uống Trở Lại 30 Giác Ngộ 32 Khổ Hạnh Là Một Hình Thức Tự Hành Xác 35 Suy Xét Đến Việc Thuyết Bài Pháp Đầu Tiên 36 Bỏ Lỡ Đạo Quả Do Bảy Ngày 38 Bỏ Lỡ Cơ Hội Chỉ Một Đêm 39 Hành Trình Đi Thuyết Bài Pháp Đầu Tiên 40 Gặp Đạo Sĩ Loã Thể Upaka 41

Khi Bị Mù Quáng Bởi Quan Niệm Sai Lầm… 43 Đến Vườn Nai (Isipatana) 45 Đức Thế Tôn Tiếp Tục 51 PHẦN II Sự Thoả Mãn Nhục Dục Là Đê Tiện, Dung Tục 54 Dittha Dhamma Nibbāna Vāda 56 Một Pháp Hành Thấp Hèn, Tầm Thường 58 Không Phải Là Pháp Hành của Các Bậc Thánh 58 Không Hướng Tới Lợi Ích 59 Người Tại Gia Có Thể Theo Đuổi Các Dục Lạc…? 60 Bốn Loại Đam Mê Hưởng Thụ Thế Tục 61 Pháp Hành Khổ Hạnh Tự Hành Xác 61 Những Pháp Môn Hành Xác 63 Kinh Điển Của Phái Nigandha 65 Khổ Thân 66 Nỗ Lực Không Lợi Ích 67 Sự Giải Thích Sai Về Khổ Hạnh 69 Sự Hiểu Sai Về Quán Thọ 71 Trung Đạo—Sự Thực Hành và Lợi Ích 75

Làm Thế Nào Để Tránh Hai Cực Đoan 77 Thuốc Giải Độc Cho Thức Ăn Khó Tiêu 79 Nhãn và Trí Được Phát Triển Như Thế Nào 79 Nhãn và Trí Tuần Tự Xuất Hiện 80 Trí Thâm Sâu Hơn Nhờ Thực Hành 83 Giải Thích Của Chú Giải 84 Bắt Đầu Từ Bất Kỳ Bước Nào 85 Những Phiền Não Được Lắng Yên 87 Tà Kiến Trong Pháp Hành 89 Diệt Tạm Thời 90 Sự Sanh Khởi của Thắng Trí 92

Tuệ Thể Nhập 96 Chứng Ngộ Niết Bàn 94 PHẦN III Tường Giải Về Bát Thánh Đạo 98 Chánh Ngữ Đạo 99 Chánh Nghiệp Đạo 101 Chánh Mạng Đạo 102 Làm Giàu Bằng Những Phương Tiện Bất Chánh... 103 Làm Giàu Hợp Với Thiện Pháp... 104 Chánh Tinh Tấn Đạo 104 Chánh Niệm Đạo 109 Dù Bát Thánh Đạo Có Được Thuyết Giảng... 110 Làm Thế Nào Để Tạo Ra Chánh Niệm Minh Sát 113 Minh Sát Trí Phát Sanh Do Chánh Niệm... 116 Không Chánh Niệm Không Có Trí Tuệ 117 Chánh Định Đạo 118 Sự Quyết Đoán Cho Rằng Không Thể Tu Tập.... 120 Chánh Kiến Đạo 124 Kammassakata Sammādiṭṭhi 125 Đạo Phát Triển Trên Ba Giai Đoạn 129 Đắc Thiền Phát Triển Minh Sát Như Thế Nào 132 Phương Pháp Quán Trên Các Tâm Hành Linh Tinh 134 Bắt Đầu Của Minh Sát Đạo 136 Định Đạo Minh Sát Được Tu Tập Như Thế Nào 138 Các Đạo Tuệ Được Tu tập Như Thế Nào 138 Chánh Tư Duy Đạo 140 PHẦN IV Khổ Đế 143 Xét Lại Sự Khác Biệt 144 Định Nghĩa Chính Xác Về Khổ Đế trong Kinh Pāḷi 148

Tứ Thánh Đế 148 Sanh Là Khổ 150 Khổ Khổ 152 Hoại Khổ 153 Hành Khổ 153 Ẩn Phú Khổ 155 Bất Phú Tàng Khổ 155 Lý Do Khổ 156 Trực Tiếp Khổ 156 Nỗi Khổ Trong Thai Mẹ 157 Khổ Lúc Sanh 158 Cái Khổ Trong Suốt Kiếp Sống 160 Già Là Khổ 161 Chết Là Khổ 162 Sầu Là Khổ 164 Bi Là Khổ 165 Khổ Thân Là Khổ 166 Ưu là Khổ 167 Não Là Khổ 168 Oán Tắng Hội Khổ 168 Ái Biệt Ly Khổ 169 Cầu Bất Đắc Khổ 170 Năm Thủ Uẩn Là Khổ 171 Thủ Uẩn Vào Lúc Thấy 172 Thủ Uẩn Vào Lúc Nghe 176 Thủ Uẩn Vào Lúc Ngửi 177 Thủ Uẩn Vào Lúc Ăn 178 Thủ Uẩn Vào Lúc Xúc Chạm 180 Thủ Uẩn Vào Lúc Suy Nghĩ 183 Khổ Do Năm Thủ Uẩn 189

Thủ và Thủ Uẩn 191 PHẦN V Tập Đế 196 Chuyện Đức Vua Campeya Nāga 199 Chuyện Hoàn Hậu Upari 201 Tái Sanh Xảy Ra Như Thế Nào 210 Trong cõi Phạm Thiên Vị Ấy Chói Sáng... 214 Chuyện Samaṇa Deva 222 Luyến Ái Vợ Tái Sanh Làm Rắn, Chó và Bò 236 Một Vị Trưởng Lão Pháp Sư 239 Sanh Làm Trâu Vì Số Tiền 40 Kyats 240 Một Chút Gạo Của Nga Nyo 242 Kiếp Sống Khủng Khiếp Khi Làm Dạ Xoa... 245 Được Tái Sanh Làm Người Trở Lại... 246 Thậm Chí Có Thể Tái Sanh Làm Thằn-Lằn 247 Dục Ái 249 Hữu Ái 250 Phi Hữu Ái 253 PHẦN VI Diệt Đế 259 Sự Diệt Của Ái Xảy Ra Như Thế Nào 261 Đạo Đế 266 Giải Thích Về Chánh Kiến 267 Hành Thiền Trên Tứ Đế 267 Cần Bao Nhiêu Văn Tuệ 271 Danh Khác Với Sắc 278 Ví Dụ Viên Ngọc 281 Sự Tiết Chế Trong Lúc Hành Minh Sát 285 Tri Kiến Về Tứ Đế Qua Minh Sát Trí 286 Tứ Đế Được Tuệ Tri Bằng Minh Sát Đạo 289

Minh Sát Cũng Là Một Thành Phần Của Nirodhagāmini.. 291 PHẦN VII Sự Thực Trí Đối Với Khổ Đế 293 Phận Sự Trí Đối Với Khổ Đế 300 Dĩ Tác Trí Đối Với Khổ Đế 304 Sự Thực Trí Đối Với Tập Đế 308 Phận Sự Trí Đối Với Tập Đế 313 Phiền Não Ngủ Ngầm Thực Sự Hiện Hữu 317 Dĩ Tác Trí Đối Với Tập Đế 319 Sự Thực Trí Đối Với Diệt Đế 321 Phận Sự Trí Đối Với Diệt Đế 322 Dĩ Tác Trí Đối Với Diệt Đế 323 Sự Thực Trí Đối Với Đạo Đế 324 Phận Sự Trí Đối Với Đạo Đế 326 Dĩ Tác Trí Đối Với Đạo Đế 330 PHẦN VIII Khi Đức Phật Không Thừa Nhận Sự Giác Ngộ 335 Sự Thừa Nhận Phật Quả Của Đức Phật 339 Lời Tuyên Bố Kết Luận 341 Vấn Đề Cần Suy Xét 344 Thắng Trí Dành Cho Những Người Nghe Pháp 345 Những Lưu Giữ Của Sanghāyanā Trong Kỳ Kết Tập… 349 Tôn-giả Kiều Trần Như Đắc Tri Kiến Cao Thượng… 351 Thánh Đạo Trí Vô Trần Ly Cấu Như Thế Nào 353 Thánh Đạo Trí Tiến Hoá Từ Minh Sát Trí 355 Phải Chăng Đắc Đạo Là Nhờ Biết Thưởng Thức Pháp 359 Chư Thiên Và Phạm Thiên Ca Ngợi 360 Đất Trời Rung Chuyển và Sự Xuất Hiện Của Hào Quang 362 Lời Cảm Hứng Của Đức Thế Tôn 363 Tôn-giả Kiều Trần Như Thỉnh Cầu Xuất Gia 364

Không Dễ Từ Bỏ Tín Ngưỡng Truyền Thống Của Mình 364 Phú Hộ Cítta và Giáo Chủ Nātaputta Phát Triển Niềm Cảm Hứng Tâm Linh 371 Thời Kỳ Đầu Của Giáo Pháp…. 371 Xuất Gia Bằng Ehi Bhikkhu 375 Những Chúng Sanh Đắc Tri Kiến Cao Thượng… 376 Chỉ Đắc Tri Kiến Cao Thượng Sau Khi Đã Thực Hành 377 Tôn Giả Vappa và Bhaddiya… 377 Sáu Vị A-La-Hán Kể Cả Đức Phật 379 Chỉ Nghe Pháp Thôi Không Đủ… 380

Contents A

A Discourse on the Wheel of Dhamma by The Venerable Mahāsi Sayādaw of Burma

Translated by
U Ko Lay
Buddha Sāsanānuggaha Organization
Mahāsi Translation Committee, Rangoon
A Discourse on the Wheel of Dhamma by The Venerable Mahāsi Sayādaw of Burma

Translated by U Ko Lay

First printed and published in the Socialist Republic of the Union of Burma December 1981

New Edition
Edited by
Bhikkhu Pesala
December 2013
All rights reserved

Contents Editor's Foreword.....vii

Part One Preface to the Discourse.....1 The Date of the Discourse.....2 Three Kinds of Introduction.....3 The Bodhisatta and Worldly Pleasures.....4 The Ignoble Search.....5 The Noble Search.....5 Approaching the Sage Āḷāra.....7 Taking Instructions from Āḷāra.....8 Reassuring Words.....8 Approaching the Sage Udaka.....9 Extreme Austerities in the Uruvela Forest.....11 Extreme Austerity of Crushing the Mind.....12 Absorption Restraining the Breath.....13 Extreme Austerity of Fasting.....14 Māra's Persuasion.....15 Right Reasoning.....16 Absorption While an Infant.....17 Resumption of Normal Meals.....18 The Enlightenment.....19 Extreme Austerity Is a Form of Self-mortification.....21 Considering to Whom to Give the First Discourse.....21 Missing the Path and Fruition by Seven Days.....22 Missing the Great Chance by One Night.....23 Journey to Give the First Sermon.....23 Meeting Upaka the Naked Ascetic.....24 Truth Is Not Seen if Blinded by Misconception.....25 Arrival at Isipatana.....26

Part Two Avoiding the Two Extremes.....31 Sensual Indulgence Is Inferior and Vulgar.....32 The Doctrine of Ultimate Bliss in This Very Life.....33 The Practice of Ordinary People.....33 Not the Practice of the Noble Ones.....34 Not Leading to One's True Welfare .....34 May Householders Indulge in Sensual Pleasures?.....35 Four Kinds of Sensual Indulgence.....35 The Practice of Self-mortification.....36 Methods of Self-mortification.....36 The Niganṭha Teachings.....37 Physical Suffering.....38 Effort without Any Benefit.....38 Wrong Interpretation of Self-mortification.....39 Misconception about Contemplation on

Feeling.....41 The View of a Meditation Teacher.....41

iii

iv Contents

The Middle Path.....43 How to Avoid the Two Extremes.....44 Antidote for Indigestible Food.....44 How Vision and Knowledge Are Developed.....45 Knowledge Deepens through Practice.....47 The Explanation of the Commentary.....48 Starting from Any Stage.....48 Leading to Peace.....49 Wrong Belief in the Practice.....50 Temporarily Putting Away.....51 The Arising of Higher Knowledge.....52 Penetrative Insight.....53 The Realisation of Nibbāna.....53

Part Three The Invitation Ceremony.....56 Elaboration of the Eightfold Path.....57 The Path Factor of Right Speech.....58 The Path Factor of Right Action.....59 The Path Factor of Right Livelihood.....60 Seeking Wealth Unethically Is Wrong Livelihood.....61 Seeking Wealth Ethically Is Right Livelihood.....61 The Path Factor of Right Effort.....61 The Path Factor of Right Mindfulness.....64 Was the Noble Eightfold Path Taught in Detail?.....64 Momentary Concentration for Insight.....67 Genuine Insight Only by Mindful Noting.....69 The Path Factor of Right Concentration.....70 Insight without Absorption.....71 The Path Factor of Right View.....73 Right View About the Ownership of Kamma.....74 The Path in Three Stages.....76 How Jhāna Attainers Develop Insight.....78 Contemplating Miscellaneous Mental Formations.....79 Beginning the Path of Insight.....80 How the Factors of Concentration Are Developed.....81 How the Factors of Wisdom Are Developed.....81 The Path Factor of Right Thought.....82

Part Four The Truth of Suffering.....84 A Critical Examination of Disparities in the Texts.....84 Accurate Definition of the Truth of Suffering.....87 The Four Noble Truths.....87 Suffering of Rebirth.....88 The Suffering of Change.....89 Suffering of Conditioned States.....90 Concealed and Unconcealed Suffering.....90 Direct and Indirect Suffering.....91 Suffering in a Mother's Womb.....92

Suffering at Birth.....93 Suffering Throughout Life.....93 Suffering Because of Aging.....94 Death as Suffering.....94 Grief as Suffering.....95 Lamentation as Suffering.....96 Physical Pain as Suffering.....96 Sorrow as Suffering.....97 Despair as Suffering.....97 Suffering as Association with the Unloved.....98 Suffering as Separation from the Loved.....98 Suffering as Not Getting What One Wants.....99 Suffering as the Five Aggregates.....99 The Aggregates of Attachment on Seeing.....100 Fundamentals of Insight Meditation.....101 The Aggregates of Attachment on Hearing.....102 The Aggregates of Attachment on Smelling.....103 The Aggregates of Attachment on Tasting.....103 The Aggregates of Attachment on Touching.....104 The Aggregates of Attachment on Thinking.....106 Suffering Because of the Five Aggregates.....109 Attachment and the Aggregates of Attachment.....110

Part Five The Truth of the Origin of Suffering.....114 The Story of Campeyya the Nāga King.....115 The Story of Queen Ubbarī.....116 How Rebirth Takes Place.....121 A Brahma Finds Delight In A Pig's Pen.....124 The Story of Samaṇa Deva.....129 Attachment Leading to Animal Rebirths.....137 A Dhamma Teaching Sayādaw.....139 Born as a Buffalo for Forty

Kyats.....140 Nga Nyo's Small Measure of Rice.....141 Terrible Life as a Demon and a Cow.....143 Regaining Human Life after Being a Cow and a Dog.....143 Even Rebirth as a Crowing Lizard Is Possible.....144 Three Kinds of Craving.....145 Sensual Craving.....145 Craving for Existence.....146 Craving for Non-existence.....147

Part Si The Truth of the Cessation of Suffering.....151 How Cessation of Craving Is Brought about.....152 The Truth of the Path.....156 Exposition of Right View.....156 Meditation on the Four Truths.....157 How Much Learning is Necessary?.....159 Development of Preliminary path.....162

Simile of a Gem Strung on a Thread.....163 Abstention from Immorality during Meditation.....167 Knowledge of the Four Truths through Insight.....168 Four Truths Comprehended Simultaneously.....169 Insight Is Also a Constituent of the Path.....171

Part Seven Knowledge Regarding the Truth of Suffering.....172 Duty Regarding the Truth of Suffering.....176 Achievement Regarding the Truth of Suffering.....179 Knowledge Regarding the Origin of Suffering.....182 Duty Regarding the Origin of Suffering.....184 Latent Defilements Actually Exist.....187 Achievement Regarding the Origin of Suffering.....188 Knowledge Regarding the Truth of Cessation.....189 Duty Regarding the Truth of Cessation.....190 Achievement Regarding the Truth of Cessation.....191 Knowledge Regarding the Truth of the Path.....191 Duty Regarding the Truth of the Path.....192 Achievement Regarding the Truth of the Path.....195 Knowing the Four Truths Simultaneously.....196

Part Eight Before the Buddha Claimed Enlightenment.....198 After the Buddha Claimed Enlightenment.....200 Concluding Statement.....201 A Matter for Consideration.....203 Higher Knowledge Gained by Listeners.....203 Records of the First Buddhist

Council.....205 Venerable Koṇḍañña Attains Higher Knowledge.....206 How Path Knowledge Is Stainless.....207 Path Knowledge Evolves from Insight.....209 Was the Path Not Attained by Appreciating the Discourse?.....211 Acclamation by the Deities and Brahmās.....212 The Earthquake and Appearance of Radiance.....213 Utterance of Joy by the Blessed One.....213 Venerable Koṇḍañña's Request for Ordination.....214 Difficult to Give up Traditional Beliefs.....214 Citta the Millionaire and Nigaṇṭha Nāṭaputta.....217 Ordination by the "Come Bhikkhu" Formula.....218 Other Beings Who Attained Higher Knowledge.....219 Higher Knowledge Attained Only by Practice.....219 Systematic Guidance and Practice.....219 Listening is not Sufficient, Practice is Needed.....222 How the Other Four Monks Practised.....223 Six Arahants Including the Blessed One.....224 A Concluding Prayer.....225

INDE

Editor's Foreword As with my other editions of the anslated works of the late Venerable Mahāsi Sayādaw, I have removed many of the Pāḷi words or moved them to parentheses for the benefit of those who are not familiar with Pāḷi technical terms. Where Pāḷi passages are explained word by word, using the Nissaya method, a Pāḷi word or phrase is highlighted in blue, followed by its anslation in English. The original anslation was published in Rangoon in December 1981, about nineteen years aer the Sayādaw gave the Dhamma talks, which spanned a period of several months. To anscribe and anslate many hours of tape-recordings is a huge task, but one productive of great merit as it enables a much wider audience to benefit om the late Sayādaw's profound talks. This edition aims to extend the audience further still by publishing the book on the Internet. Since my target audience may be less familiar with Buddhism than most Burmese Buddhists, and many may know lile about the late Mahāsi Sayādaw, I have added a few footnotes by way of explanation. References are to the Pāḷi text Roman Script editions of the Pali Text Socie — in their anslations, these page numbers are given in the headers or in square brackets in the body of the text thus [254]. This practice is also followed by modern anslations, like that below: 254 Ariyapariyesanā Sua: Sua 26 i.162 Thus a reference to M.i.162 would be found on page 162 of volume one in the Pāḷi edition, but on page 254 of Bhikkhu Bodhi's anslation. It would be on a different page in Miss I.B. Horner's anslation, but since the Pāḷi page reference is given, it can still be found. In the Chaṭṭha Saṅgāyana edition of the Pāḷi texts on CD, the references to the pages of the PTS Roman Script edition are shown at the boom of the screen, and can be located by searching. I have aempted to standardise the anslation of Pāḷi terms to match that in other works by the Sayādaw,

but it is impossible to be totally consistent as the various anslations and editions are om many different sources. In the index you can find the Pāḷi terms in brackets aer the anslations, thus the index also serves as a glossary. The Dhammacakka Sua, being the Buddha's First Discourse, is of great significance and importance. However, being given to the five monks who had accompanied the Bodhisaa on his senuous vii

viii Editor's Foreword

search for the uth, it is also profound and not easily understood by the average lay person who is still addicted to sensual pleasures, and unfamiliar with meditation practice. The group of five monks had, in fact, been practising meditation even longer than the Bodhisaa. Some Commentaries say that they were the royal asologers who were present at his birth, others say that they were their sons, but either way they had renounced household life to become ascetics, with firm confidence in the imminent awakening of the Bodhisaa to Buddhahood in the not too distant future. So, these five ascetics were exceptionally gied individuals, with many years of prior experience in meditation when they listened to the Buddha's First Discourse. Nevertheless, only one of them, the Venerable Koṇḍañña, realised the Dhamma and aained nibbāna, thus becoming a Seam-winner at the end of this brief discourse. The other four all had to practise meditation under the personal guidance of the Buddha for one, two, three, and four days respectively, before gaining the Path of Seam-winning. They had to sive very hard too, probably not even pausing to sleep, while the group of six including the Buddha lived on the almsfood brought back by two or three of them. These days, it is hard to find meditators who are willing to sive hard in meditation. Although I schedule fortnightly one-day reeats, only rarely does anyone aend. These reeats are only twelve hours, so they are, in fact, only half-day reeats — not even a full one-day reeat as practised by the Venerable Vappa to gain the Path. As the Sayādaw sesses in the last of this series of discourses, in A Maer for Consideration, the realisation of the Dhamma can only come about through actual practice, not merely by listening to discourses (nor by reading books). Yet, some do a great disservice to the Buddha's practical teaching by discouraging the practice of concenation and insight meditation. I have heard two exeme views: one that listening to discourses is sufficient so there's no need to practice, and the other that nibbāna cannot be aained in this era, so there's no point in practising. These very dangerous wrong views should be dismissed, and one should practise meditation earnestly in the expectation of developing the path of insight leading to nibbāna. Bhikkhu Pesala December 2013

A Discourse on the Wheel of Dhamma Part One Delivered on Saturday, 29th September, 1962.[1] Preface to the Discourse Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa Today is the new-moon day of September. Beginning om today, I will expound the the Blessed One's first discourse, namely the Dhammacakkappavaana Sua — the Great Discourse on the Wheel of Dhamma. Being the first discourse ever delivered by the Blessed One, it is the most

saightforward of his teachings. Rare is the person, among the lai of this Buddhist couny of Burma, who has not heard of this discourse. Numerous are those who have commied this Sua to memory. In almost every town and village, there are religious groups under the name of “The Wheel of Dhamma Reciting Socie,” devoted to the recitation of the Sua and listening to it. Buddhists regard this Sua with great esteem, and venerate it because it was the first teaching of the Blessed One. There are numerous Nissaya or other forms of anslation, explaining and interpreting the Pāḷi of the Sua in Burmese. However, there is scarcely any work that explicitly shows what practical methods are available om the Sua and how they could be utilised by ardent, sincere meditators who aspire to gain the Path and its Fruition. I have expounded this Sua on numerous occasions, emphasising its practical application to meditation. I formally opened this (Rangoon) Meditation Cene with a discourse of this Sua and have repeatedly delivered the discourse here. Elsewhere too wher- ever a new meditation cene was opened, I always employed this Sua as an inaugural discourse. The Buddhist Canon has three main divisions — the three baskets or Tipiṭaka in Pāḷi. These are the Sua Piṭaka, or the collection of discourses, the Vinaya Piṭaka, or the rules of discipline, and the Abhidhamma Piṭaka, or the Analytical teachings. The Discourse on the Wheel of Dhamma is included in the Sua Piṭaka, which consists

of five sections (nikāya): the Dīghanikāya, the Majjhimanikāya, the Saṃyuanikāya, the Aṅguaranikāya, and the Khuddakanikāya. The Saṃyuanikāya is divided into five groups (vagga): a) Sagāthā- vagga, b) Nidānavagga, c) Khandhavagga, d) Saḷāyatanavagga, and e) Mahāvagga. The Mahāvagga is divided again into twelve chapters such as the Maggasaṃyua, the Bojjhaṅgasaṃyua, the Satipaṭṭhāna-saṃyua, the last of which is the Saccāsaṃyua. The Wheel of Dhamma appears as the first discourse in the second group of the Saccāsaṃyua and was recited as such in the proceedings of the Sixth Buddhist Council (Saṅgāyana). In the Sixth Buddhist Council edition of the Tipiṭaka, it is recorded on pages 368-371 of the third volume of the Saṃyua Piṭaka. There, the inoduction to the Discourse reads: “Evaṃ me sutaṃ, ekaṃ samayaṃ… Thus have I heard. At one time…” These were the inoductory words uered by the Venerable Ānanda when interrogated by the Venerable Mahākassapa at the First Buddhist Council held just over three months aer the passing away of the Blessed One. The Venerable Mahākassapa said to the Venerable Ānanda:– “Friend Ānanda, where was the Dhammacakkappavaana Sua delivered? By whom was it delivered and on whose account? And how was it delivered?” The Venerable Ānanda answered, “Venerable Mahākassapa, thus have I heard:– “At one time the Blessed One was staying at the Sage’s Resort, the Pleasance of Isipatana, (where Pacceka Buddhas and Enlightened Ones alighted om the sky), in the Deer Sanctuary, in the township of Benares. Then the Blessed One addressed the group of five monks. ‘These two exemes, monks, should not be followed by one who has gone forth om the worldly life.’

The Date of the Discourse This inoduction lacks a definite date of delivery of the discourse. As in all other Suas, the date was mentioned merely as “At one time.” Precise chronological data as to the year, month, and day on which each discourse was delivered would have been very helpful. However, chronological details may have been an encumbrance to commiing the Suas to memory, and to their recitation. Thus it is not easy to place a precise date for each the Suas. It should, however, be possible S.v.421 in the Roman script edition of the PTS (ed.)

Three Kinds of Inoduction 3

to work out the exact date on which the Dhammacakka Sua was delivered because it was the first discourse of the Blessed One, and also because reference could be made to internal evidence provided in other Suas and the Vinaya Piṭaka. The Buddha aained Supreme Enlightenment on the night of the full-moon of May in the year 103 of the Great Era. Then he taught this Dhammacakka Sua in the early evening of the full-moon day of the following July. It is exactly 2,506 years now in this year 1324 of the Burmese Era since the Buddha’s final parinibbāna took place. Adding on the 45 years of the dispensation before the parinibbāna, it would total 2,551 years. Thus it was on the first watch of the full-moon of July, 2,551 years ago that this first discourse was delivered by the Blessed One. Western scholars regard this estimation as 60 years too early. According to their calculation, it was only 2,491 years ago that the first discourse was taught. As the event of the Turning of the Wheel of Dhamma took place in the East, I would prefer to go by the oriental calculation and regard the first discourse as being taught 2,551 years ago. The deer park, in which deer were given sanctuary, must have been a forested area with deer roaming about eely. At present, however, the area has been depleted of forest ees and has become an open plain with cultivated patches surrounding human habitations. In ancient times, Paccekabuddhas avelled through the sky by super- normal powers om the Gandhamādana mountain and descended to earth at this isolated place. Likewise, the Enlightened Ones of the distant past came here by psychic powers and alighted on this same spot to teach their first discourse. Hence the name, “The Sage’s Resort.” The inoduction to the Sua says that the Blessed One taught the first discourse to the group of five monks while he was staying in the pleasance of the deer sanctuary in the township of Benares. That is all the information that could be obtained om the inoductory statement, which is bare and inadequate. It needs some elaboration, which I propose to provide by drawing on material om other Suas.

Three Kinds of Introduction The inoduction to a Sua explains on whose account it was taught by the Buddha. Inoductions are of three kinds. In 1962, so 2,602 years ago in 2013 when this edition was published (ed.)

4 A Discourse on the Wheel of Dhamma

1) An inoduction that gives a background story of the remote past. This provides an account of how the Bodhisaa, the future Buddha, fulfilled the perfections required of

an aspirant Buddha, beginning om the time of prophecy proclaimed by Dīpaṅkara Buddha to the time when he was reborn in the Tusita heaven as a king of the deities named Setaketu. There is no need, nor enough time, to deal more with this background story of the distant past. 2) An inoduction touching on the background story of the intermediate period. This deals with the account of what passed om the time of existence in the Tusita heaven to the aainment of Full Enlightenment on the Throne of Wisdom. I will give aention to this inoduction to a considerable extent. 3) An inoduction that tells of the recent past, just preceding the teaching of the Dhammacakka Sua. This is what is learnt om the statement, “Thus have I heard. At one time…” quoted above. I will deal now with relevant exacts om the second category of inoductions, drawing material om the Sukhumāla Sua[1] of the Tikanipāta, Aṅguaranikāya; the Pāsarāsi or Ariyapariyesanā Sua,[2] and Mahāsaccaka Sua[3] of the Mūlapaṇṇāsa, Majjhimanikāya; Bodhirājakumāra Sua[4] and Saṅgārava Sua[5] of Majjhimapaṇṇāsa, Majjhimanikāya; Pabbajjā Sua,[6] Padhāna Sua[7] of the Suanipāta, and many other Suas.

The Bodhisatta and Worldly Pleasures Aer the Bodhisaa had passed away om the Tusita heaven, he entered the womb of Mahāmāyā Devī, the Principle Queen of King Suddhodana of Kapilavahu. The Bodhisaa was born on Friday, the full-moon day of May in the year 68 of the Great Era, in the pleasure-grove of Sal ees called the Lumbinī Grove and was named Siddhaha. At the age of sixteen, he was married to Yasodharā Devī daughter of Suppabuddha, the Royal Master of Devadaha. Thereaer, surrounded by for thousand aendant princesses, he lived in enjoyment of royal pleasures in great magnificence. While he was thus wholly given over to sensual pleasure amidst pomp and splendour, he came out one day accompanied by aendants to the royal pleasure-grove for a garden feast and merry-making. On the way to the grove, the sight of a decrepit, aged person gave him a [1] A.i.145. [2] M.i.162. [3] M.i.237. [4] M.ii.91. [5] M.ii.209. [6] Sn.vv.407-426. [7] Sn.vv.427-451.

shock and he turned back to his palace. As he went out on a second occasion he saw a person who was sick with disease and returned greatly alarmed. When he sallied forth for the third time, he was agitated in heart on seeing a dead man and hurriedly reaced his steps. The agitation that set upon the Bodhisaa are described in the Ariyapariyesanā Sua.

The Ignoble Search The Bodhisaa pondered thus; “When oneself is subject to aging to seek and crave for what is subject to aging is not befiing. What are subject to aging? Wife and children, slaves, goats and sheep, fowl and pigs, elephants, horses, cale, gold and silver, all objects of pleasures and luxuries animate and inanimate are subject to aging. Being oneself subject to aging, to crave for these objects of pleasures, to be enveloped and immersed in them is improper.” “Similarly, it does not befit one, when oneself is subject to disease and death, to crave for sensual objects that are subject to disease and death. To go aer what is subject to aging, disease, and death is improper,

and constitutes an ignoble search (anariyāpariyesanā).”

The Noble Search “Being oneself subject to aging, disease, and death, to go in search of that which is not subject to aging, disease, and death constitutes a noble search (ariyāpariyesanā).” That the Bodhisaa himself was engaged at first in the ignoble search was described in the Sua as follows:- “Now bhikkhus, before my Enlightenment while I was only an unenlightened Bodhisaa, being myself subject to birth I sought aer what was also subject to birth; being myself subject to aging I sought aer what was also subject to aging.” This was a denunciation of the life of pleasure he had lived with Yasodharā amidst the happy socie of aendant princesses. Then, having perceived the wretchedness of such a life, he resolved to go in search of the peace of nibbāna, which is ee om birth, aging, disease, and death. he said, “Having perceived the wretchedness of being myself subject to birth, aging, it occurred to me it would be fiing if I were to seek the incomparable, unsurpassed peace of nibbāna, ee om birth and aging.”

6 A Discourse on the Wheel of Dhamma

Thus it occurred to the Bodhisaa to go in search of the peace of nibbāna, which is ee om aging, disease, and death. That was a very laudable aim and I will consider it further to see clearly how it was so. Suppose there was someone who was already old and decrepit. Would it be wise for him to seek the company of another man or woman who, like himself, was aged and ail; or of someone who though not advanced in age yet would surely be old in no time? No, it would not be wise at all. Again, for someone who was himself in declining health and suffering, it would be quite irrational if he were to seek the companionship of another who was afflicted with a crippling disease. Companionship with someone who though, enjoying good health presently, would soon be oubled with illness, would not be prudent either. There are those who, hoping to enjoy each other’s company for life, got married and seled down. Unfortunately, one of the partners soon becomes a bed-ridden invalid, imposing on the other the onerous du of looking aer their sicken mate. The hope of a happy married life may be dashed when one of the partners passes away leaving only sorrow and lamentation for the bereaved. Ultimately both of the couples would be faced with the misery of aging, disease, and death. Thus it is exemely unwise to pursue sensual pleasures, which are subject to aging, disease, and death. The most noble search is to seek out what is not subject to aging, disease, and death. Here at this meditation cene, it is gratiing that the devotees, monks, and laymen, are all engaged in the noble search for the unaging, the unailing, and the deathless. On his fourth excursion to the pleasure grove, the Bodhisaa met a monk. On learning om the monk that he had gone forth om the worldly life and was engaged in spiritual endeavour, it occurred to the Bodhisaa to renounce the world, become a recluse and go in search of what is not subject to aging, disease, and death. When he had gained what he had set out for, his intention was to pass on the knowledge to the world so that others would also learn to be ee om misery of being subject to aging, disease, and death. A noble thought

indeed, a noble intention indeed! On that same day, about the same time, a son was born to his consort Yasodharā Devī. When he heard the news, the Bodhisaa murmured, “An impediment (Rāhula) has arisen, a feer has been

Approaching the Sage Āḷāra 7

born.” On learning this remark of the Bodhisaa, his father King Suddhodana had his newborn grandson named as “Rāhula” (Prince Impediment), hoping that the child would prove to be an impediment to the Bodhisaa and hinder his plan of renunciation. However, the Bodhisaa had become averse to the pleasures of the world. That night be remained disinterested in the amusements provided by the entertainers and fell into an early slumber. The discouraged musicians lay down their insuments and went to sleep there and then. The sight of recumbent, sleeping dancers that met him on awakening in the middle of the night, repulsed him and made the magnificent apartment seem like a cemetery full of corpses. Thus at midnight the Bodhisaa went forth on the Great Renun- ciation riding the royal horse Kanthaka and accompanied by his groom Channa. When they came to the river Anomā, he cut off his hair and beard while standing on the sandy beach. Then aer discarding the royal garments, he put on the yellow robes offered by the Brahma God Ghaṭīkāra and became a monk. The Bodhisaa was only twen-nine then, an age most favourable for the pursuit of pleasures. That he renounced with indifference the pomp and splendour of a sovereign and abandoned the solace and comfort of his consort Yasodharā and retinue at such a favourable age, while still blessed with youth, is really awe-inspiring.

Approaching the Sage Āḷāra At that time the Bodhisaa was not yet in possession of practical knowledge of leading a holy life. So he made his way to the famous ascetic Āḷāra. He was no ordinary person; of the eight stages of mundane jhānic aainments, he had personally mastered seven stages up to the absorption dwelling on nothingness (ākiñcaññāyatana jhāna) and was imparting this knowledge to his pupils. Before the appearance of the Buddha, such teachers who had achieved jhānic aainments served as ustworthy masters giving practical insuctions on the method to aain jhāna. Āḷāra was famous like a Buddha in those times. The Theravāda literature is silent about him, but in the Lalitavistara, a biographical text of the northern School of Buddhism, it was recorded that the great teacher had lived in the state of Vesālī and that he had three hundred pupils leaning his docine.

8 A Discourse on the Wheel of Dhamma

Taking Instructions from Āḷāra How the Bodhisaa took insuctions om the sage Āḷāra is described thus: “Having gone forth and become a recluse in pursuit of what is holy and good, seeking the supreme, incomparable peace of nibbāna, I drew to where Āḷāra Kālāma was and addressed him thus: ‘Friend Kālāma, I wish to lead the holy life under your docine and discipline.’ When I had thus addressed him Āḷāra replied. ‘Friend Gotama is welcome. Of such a nature is this docine that in a short time, an intelligent man can realise for himself and abide in what his teacher has realised as his

own.” Aer these words of encouragement, Āḷāra gave him practical insuctions on the method.

Reassuring Words Āḷāra’s statement that his docine, if practised as taught, could be realised soon by oneself was very reassuring, and inspired confidence. A pragmatic docine is ustworthy and convincing only if it could be realised by oneself, and in a short time. The sooner the realisation is possible, the more heartening it will be. The Bodhisaa was thus satisfied with Āḷāra’s words, and this thought arose in him. “It is not by mere faith that Āḷāra announces that he has learned the Dhamma, Āḷāra has surely realised the Dhamma himself, he knows and understands it.” That was ue. Āḷāra did not cite any texts as authori. He did not say that he had heard it om others. He clearly stated that he had realised himself what he knew personally. A meditation teacher must be able to declare his conviction boldly like him. Without having practised the Dhamma personally, without having experienced and realised it in a personal way, to claim to be a teacher in mediation, to teach and write books about it, aer just learning om the texts on meditation methods, is most incongruous and improper. It is like a physician prescribing medicine not yet clinically tested and ied by him, and which he dare not administer on himself. Such teachings and publications are surely undependable and uninspiring. However, Āḷāra taught boldly what he had realised himself. The Bodhisaa was fully impressed by him, and the thought arose in him. “Not only Āḷāra has faith, I also have faith; not only Āḷāra has energy, mindfulness, concenation, wisdom, I also have them.” Then he

sove for the realisation of that Dhamma that Āḷāra declared he had learned and realised for himself. In no time he learned the Dhamma that led him as far as the jhānic stage of nothingness. He then approached Āḷāra Kālāma and asked him whether the realm of nothingness, which he had claimed to have realised himself and live in possession of, was the same stage that the Bodhisaa had now reached. Āḷāra replied, “This is as far as my teaching leads, which I have declared to have realised and abide in the possession of it, the same stage as iend Gotama has reached.” Then he uered these words of praise. “Friend Gotama is a supremely distinguished person. The realm of nothingness is not easily aainable. Yet you have realised it in no time. It is uly wonderful. Fortunate we are that we should meet such a distinguished ascetic as your reverence. As I have realised the Dhamma, so you have realised it too. As you have learnt it, so I have learnt to the same extent as you. Friend Gotama is my equal in Dhamma. We have a large communi here. Come, iend, let us together direct this company of disciples.” Thus Āḷāra, the teacher, set up the Bodhisaa, his pupil as a complete equal to himself and honoured the Bodhisaa by delegating to him the task of guiding one hundred and fi pupils, which was exactly half of the disciples under his insuction. However, the Bodhisaa stayed there only for a short time. While staying there, this thought occurred to him, “This docine does not lead to aversion, to the abatement and cessation of passion, to quiescence for higher knowledge and full

enlightenment nor to nibbāna, the end of suffering, but only as far as the aainment of the realm of nothingness. Once there, a long life of 60,000 world cycles follows and aer expiring om there, one reappears in sensual realms, and undergoes suffering again. It is not the docine of the undying that I seek." Thus becoming indifferent to the practice that led only to the jhānic realm of nothingness he abandoned it and departed om Āḷāra's meditation cene.

Approaching the Sage Udaka Aer leaving that place, the Bodhisaa was on his own for some time, pursuing the supreme path of anquili to reach the deathless nibbāna. Then the fame of Udaka Rāmapua, (the son of Rāma, the disciple of the sage Rāma) reached him. He came to where Udaka

was and sought to lead the religious life under the dhamma and discipline of the sage Rāma. His experiences under the guidance of Udaka, how Udaka explained the dhamma, how the Bodhisaa was impressed with that docine, and practised it, how he realised the dhamma and recounted to Udaka what he had gained, is described in almost exactly the same words as before. We have, however, to note carefully that Udaka Rāmapua, as his name implied, was a son of Rāma or a disciple of Rāma. The sage Rāma was accomplished to go through all the eight stages of jhāna and reached the highest jhānic realm of neither perception nor non-perception. However, when the Bodhisaa reached where Udaka was, the old sage Rāma was no more. Therefore in asking Udaka about Rāma's aainments, he used the past tense pavedesi. "How far does this docine lead concerning which Rāma declared that he had realised it for himself and entered upon it?" Then there is the account of how this thought occurred to the Bodhisaa: "It is not only Rāma who had faith, indusy, mindfulness, concenation, and wisdom. I also have them." There is also this passage where it was stated that Udaka set him up as a teacher. "You know this docine and Rāma knew this docine. You are the same as Rāma and Rāma was the same as you. Come, iend Gotama, lead this following and be their teacher." Again the passage where the Bodhisaa recounted "Udaka, the disciple of Rāma, although my companion in the holy-life, set me up as his teacher." These textual references make it clear that the Bodhisaa did not meet the sage Rāma, but only with Rāma's disciple, Udaka who explained to him the docine practised by Rāma. The Bodhisaa followed the method as described by Udaka and was able to realise the stage of neither perception nor non-perception. Having learnt the docine himself and realised and entered upon the realm of neither perception nor non-perception like the sage Rāma, he was invited by Udaka to accept the leadership of the company. Where Udaka resided and how big his following was, is not mentioned in the Theravāda literature. However, the Lalitavistara, the biography of the Buddha of Northern Buddhism, states that Udaka's cene was in the disict of Rājagaha and that he had a company seven hundred song.
It is to be noted that at the time of meeting the Bodhisaa, Udaka himself had not yet aained the jhāna

of neither perception nor non-perception. He explained to the Bodhisaa only what Rāma had achieved. So when the Bodhisaa proved himself to be the equal of his master by realising the stage of neither perception nor non-perception, he offered the Bodhisaa the leadership of the whole company. According to the Subcommentary (Ṭīkā) he later sove hard, emulating the example set by the Bodhisaa, and finally aained the highest jhānic stage of neither perception nor non-perception. The Bodhisaa remained as a leader of the company at the cene only for a short time. It soon occurred to him, “This docine does not lead to aversion, to absence of passion nor to quiescence for gaining knowledge, supreme wisdom, and nibbāna, but only as far as the realm of neither perception nor non-perception. Once there, a long life of 84,000 world cycles is enjoyed only to come back again to the sensual realm, and be subject to much suffering. This is not the docine of the deathless that I seek.” Then becoming indifferent to the docine, which leads only to the realm of neither perception nor non-perception, he gave it up and departed om Udaka’s cene.

Extreme Austerities in the Uruvela Forest Aer he le the cene, the Bodhisaa wandered about the land of Māgadha, searching on his own the peerless path of anquili, the deathless nibbāna. During his wanderings he came to the forest of Uruvela near the large village of Senānigama. In the forest he saw clear water flowing in the river Nerañjarā. Perceiving a delightful spot, a serene dense grove, a clear flowing seam with a village nearby, which would serve as an alms resort, it occurred to him: “Truly this is a suitable place for one intent on siving,” and he stayed on in the forest. At that time the Bodhisaa had not yet worked out a precise system of right suggle. austere practices were, of course, widely known and in vogue throughout India at that time. Concerning these practices three similes came to the mind of the Bodhisaa. A log of sappy wood eshly cut om a sycamore ee and soaked in water cannot produce fire by being rubbed with a similar piece of wet sappy wood or with a piece of some other wood. Just so, while still entangled with objects of sensual desires such as wife and family, while delighting in passionate pleasures and lustful desires are not

yet silenced within, however senuously someone sives, he is incapable of wisdom, insight, and incomparable full awakening. This was the first simile that occurred to the Bodhisaa. Even if the sycamore log is not soaked in water, but is still green and sappy being eshly om the ee it will also not produce any fire by iction. Just so, even if he has abandoned the objects of sensual desires such as wife and family and they are no longer near him, if he still delights in thoughts of passionate pleasures, and lustful desires still arise in him, he is incapable of wisdom, insight, or full awakening. This is the second simile. According to the Commentary this simile has a reference to the practices of the Brahmadhammika ascetics. Those Brahmins led a holy ascetic life om youth to the age of for eight when they went back to married life in order to preserve

the continui of their clan. Thus while they were practising the holy life, they would have been tainted with lustful thoughts. The third simile concerns a dry sapless log not soaked in water. A log of dry wood will kindle fire when rubbed against another. Similarly, having abandoned objects of sensual desires and weaned himself of lustful thoughts and cravings, he is capable of aaining wisdom, insight, and full awakening, whether he practises exeme austeri or whether he sives painlessly without torturing himself.

Extreme Austerity of Crushing the Mind Of the two methods open to him according to the third simile, the Bodhisaa considered following the path of austeri, “What if, with my teeth clenched and my tongue cleaving the palate, I should press down, consain, and crush the naturally arising thoughts with my mind.” The Pāḷi text quoted here corresponds with the text in the Vitakkasaṇṭhāna Sua.[illegible] However, the method of crushing the thought with the mind as described in the Vitakkasaṇṭhāna Sua was one prescribed by the Buddha aer aaining Enlightenment. As such, it involves banishment of a lustful thought that arises of its own accord by noting its appearance as an exercise of insight meditation in accordance with the Satipaṭṭhāna Sua and other similar texts. The method of crushing the thought with the mind as described here [illegible] M.i.119.

Absorption Resaining the Breath 13

refers to the practical exercises performed by the Bodhisaa before he aained the knowledge of the Middle Path and is, therefore, at odds with the Satipaṭṭhāna method. However, the Commentary’s interpretation implies suppression of evil thoughts with moral thoughts. If this interpretation is correct, this method, being in accord with the Satipaṭṭhāna Sua and other texts, would have resulted in Enlightenment for the Bodhisaa. Actually, this method led him only to exeme suffering and not to Buddhahood. Other austere practices taken up aerwards also merely led the Bodhisaa into wrong paths. The austere practices followed by the Bodhisaa at that time appear to be somewhat like that of mind annihilation being practised nowadays by followers of a certain school of Buddhism. During our missionary avels in Japan, we visited a large temple where a number of people were engaged in meditation exercises. Their meditation method consists of bloing out the thought whenever it arises. Thus emptied of mental activi, the end of the road is reached, namely, nothingness. The procedure is as follows:- Young Mahāyāna monks sat cross-legged in a row, about six in number. The abbot went round showing them the stick with which he would beat them. Aer a while he proceeded to administer one blow on the back of each meditator. It was explained that while being beaten it was possible that mind disappeared altogether resulting in nothingness. Truly a sange docine. This is, in fact, annihilation of thought by crushing it with mind, presumably the same technique employed by the Bodhisaa to crush the thought with the mind by clenching the teeth. The effort proved very painful for him and sweat oozed om his armpits, but no superior knowledge was aained.

Absorption Restraining the Breath Then it occurred to the Bodhisaa, “What if I conol respiration and concenate on the breathless jhāna.” With that thought he resained the in and out breaths through the mouth and nose. With the holding of respiration by the mouth and nose, there was a roar in the ears due to the rushing out of the air just like the bellows of a forge making a roaring noise. There was intense bodily suffering, but the Bodhisaa was relentless. He held his breath, not only of the mouth and nose, but also of the ears. As a result, violent winds rushed

up to the crown of the head, causing pains as if a song man had split open the head with a mallet, as if a powerful man were tightening a rough leather sap around the head. Violent winds pushed around in the belly causing pain like being cut by a sharp butcher’s knife. There was intense burning in the belly as if roasted over a pit of live coals. The Bodhisaa overcome physically by pain and suffering, fell down in exhaustion and lay still. When the deities saw him lying prone, they said, “The monk Gotama is dead.” Other deities said, “The monk Gotama is neither dead nor dying. He is just lying still, dwelling in the state of Arahantship.” In spite of all these painful efforts no higher knowledge was gained.

Extreme Austerity of Fasting So it occurred to him, “What if I sive still harder entirely abstaining om food.” Knowing his thoughts, the deities said, “Please, dear Gotama, do not entirely abstain om food, if you do so, we will infuse heavenly nourishment through the pores of your skin. You can live on that.” Then it occurred to the Bodhisaa, “If I claim to be fasting completely, but these deities should thus sustain me, that would be for me a lie,” thus the Bodhisaa rejected the deities’ offer, saying that he refused to be infused with divine nourishment. Then he decided to take less and less nourishment, only as much bean soup as will fit the hollow of one hand. Living, thus, on about five or six spoonfuls of bean soup each day, the body reached a state of exeme emaciation. The limbs withered, only skin, sinews, and bones remained. The vertebrae pro- uded. The widely separated bones jued out, presenting an ungainly, ghastly appearance just as in images of the Bodhisaa undergoing exeme austeri.
The eyes, shrunk down in their sockets, looked like the reflection om water sunk deep in a well. The scalp had shrivelled up like a gourd withered in the sun. The emaciation was so exeme that if he aempted to feel the belly skin, he touched the spine; if he felt for the spine, he touched the belly skin. When he aempted to evacuate the bowels or make water, the effort was so painful that he fell forward on his face, so weakened was he through this exemely scan diet. Illusation: Fasting Buddha (Emaciated Buddha), Kushan Dynas, Gandhara (Pakistan), 2nd-3rd century, schist. Lahore Museum, Punjab, Pakistan.

Seeing this exemely emaciated body of the Bodhisaa, people said, “The monk Gotama is black.” Others said, “The monk Gotama is dark brown.” Others said, “The

monk Gotama has the brown blue colour of a torpedo fish.“ So much had the clear, bright, golden colour of his skin deteriorated.

Māra’s Persuasion While the Bodhisaa sove hard and practised exeme austeri to subdue himself, Māra came and addressed the Bodhisaa persuasively in beguiling words of pi. “Friend Gotama, you have gone very thin and assumed an ungainly appearance. You are now in the presence of death. There is only one chance in a thousand for you to live. Friend Gotama! Try to remain alive. Life is beer than death. If you live, you can do good deeds and gain merits.” The meritorious deeds mentioned here by Māra have no reference whatsoever to the merits accruing om acts of chari and observance of precepts, practices which lead to the path of liberation; nor to merits that result om the development of insight and the aainment of the Path. Māra knew only about merits gained by leading a holy life, abstaining om sexual intercourse and worshipping holy fires. These practices were believed in those times to lead to a noble, prosperous life in future existences. However, the Bodhisaa was not enamoured with the blessings of existences, so he replied to Māra, “I do not need even an iota of the merits of which you speak. Go and talk of merit to those who need it.” A misconception has arisen concerning this uerance of the Bodhisaa that he was not in need of any merits. It is that “meritori- ous deeds are to be abandoned, not to be sought for nor carried out by one seeking release om the cycle of existences like the Bodhisaa.” A person once approached me and sought elucidation on this point. I explained to him that when Māra was talking about merit, he did not have in mind the merits accrued om acts of chari, observance of precepts, the development of insight through meditation or aainment of the Path. He could not know of them. Nor was the Bodhisaa in possession then of precise knowledge of these merito- rious practices; only that the Bodhisaa was then engaged in austerities, taking them to be noble. Thus when Bodhisaa said to

Māra, “I do not need any merit,” he was not referring to the meritorious practices that lead to nibbāna, but only to such deeds as were then believed to assure pleasurable existences. The Commentary supports this view. It states that in saying, “I do not need any merit,” the Bodhisaa meant only the merit of which Māra spoke, namely, acts of merit that are productive of future existences. It can thus be concluded that no question arises of abandonment of meritorious practices that will lead to nibbāna. At that time the Bodhisaa was still working under the delusion that austere practices were the means of aaining higher knowledge. Thus he said, “This wind that blows can dry up the waters of the river. So while I sive senuously why should it not dry up my blood? When the blood dries up, bile and phlegm will run dry. As the flesh gets wasted too, my mind will become clearer — mindful- ness, concenation, and wisdom will be more firmly established.” Māra was also under the wrong impression that abstention om food would lead to liberation and higher knowledge. It was this anxie that motivated him to coax the Bodhisaa away om following the path of starvation. With

the same wrong notion, the group of five ascetics waited upon him, aending to all his needs, hoping that this abstemious practices would lead to Buddhahood and intending to be the first recipients of his teaching on liberation. It is clear therefore that it was a universal belief in those days that exeme self-mortification was the right path to Enlightenment.

Right Reasoning Aer leading the life of exeme self-mortification for six years without any beneficial results, the Bodhisaa began to reason thus: “Whatever ascetics or brahmins in the past had felt painful, racking, piercing feeling through practicing self-mortification, it may equal this suffering, but not exceed it. Whatever ascetics or brahmins in the future will feel painful, racking, piercing feeling though the practice of self-mortification, it may equal this suffering, but not exceed it; whatever ascetics or brahmins in the present feel painful, racking, piercing feelings through the practice of self-mortification it may equal this suffering, but not exceed it. However, by this gruelling asceticism I have not aained any distinction higher than ordinary human achievements. I have not gained the Noble One’s knowledge and

Absorption While an Infant 17

vision, which could uproot the defilements. Might there be another way to Enlightenment apart om this path of self-mortification? Then the Bodhisaa thought of the time when, as an infant, he sat alone under the shade of a rose-apple ee, entering and absorbed in the first jhānic stage of meditation, while his father King Suddhodana was engaged in the ceremonial ploughing of the nearby fields. He wondered whether this method might be the right way to uth!

Absorption While an Infant The Bodhisaa was born on the full moon of May. It appeared that the royal ploughing ceremony was held sometime in June or July a month or two later. The infant child was laid down on a couch of magnificent cloths, under the shade of a rose-apple ee. An enclosure was then formed by seing up curtains around the temporary nursery, with royal aendants respectfully watching over the royal infant. As the royal ploughing ceremony progressed in magnificent pomp and splendour, with the king himself partaking in the festivities, the royal aendants were drawn to the splendid scene of activities going on in the nearby fields. Thinking that the royal baby had fallen asleep, they le him lying secure in the enclosure and went to enjoy the ceremony. The infant Bodhisaa, on looking around and not seeing any aendant, sat up om the couch and remained seated with his legs crossed. By virtue of habit-forming practices throughout many life-times, he instinctively started contemplating the incoming and outgoing breathes. He was soon established in the first absorption, which is characterised by five factors: initial application, sustained application, joy, bliss, and one-pointedness. The aendants had been gone for some time, lost in the festivities. When they returned, the shadows of the ees had moved with the passage of time. However, the shade of the rose-apple ee under which the infant was le lying was found to have remained steadfast without shiing. They saw the infant Bodhisaa siing motionless on the couch. King

Suddhodana, when informed, was suck by the spectacle of the unmoving shadow and the still, siing posture of the child and in great awe, he made obeisance to his son. The Bodhisaa recalled the experience of absorption in breathing meditation he had gained in childhood, and thought, “Might that be

18 A Discourse on the Wheel of Dhamma

the way to the uth?” Following up that memory, there came the realisation that method was the right way to Enlightenment. The jhānic experiences were so pleasurable that the Bodhisaa thought to himself. “Am I aaid of the pleasures of jhāna?” Then he thought: “No, I am not aaid of such pleasures.”

Resumption of Normal Meals Then it occurred to the Bodhisaa: “It is not possible to aain absorption with a body so emaciated. What if I take some solid food, like I used to take. Thus physically nourished and sengthened, I will be able to work to aain the absorptions.” Seeing him partaking of solid food, the group of five ascetics misunderstood his actions. They were formerly royal asologers who had predicted, at the time of his birth, that he would become a Fully Enlightened Buddha. There were eight royal asologers at his birth. When asked to predict what the future held for the royal infant, three of them raised two fingers each and made pronouncements that the infant would grow up to be a Universal Monarch or an Omniscient Buddha. The remaining five raised only one finger each to give a single interpre- tation that the child would undoubtedly become a Buddha. According to the Pāsarāsi Sua Commentary,[1] these five court asologers forsook the world before they got enchained to the household life and took to the forest to lead a holy life. However, the Buddhavaṃsa Commentary and some other texts stated that seven asologers raised two fingers each giving double interpretations while the youngest Brahmin, who would in time become the Venerable Koṇḍañña, raised only one finger and made the definite prediction that the child was a future Buddha. This young Brahmin together with the sons of four other Brahmins had gone forth om the world and banded together to form the group of five ascetics, who were awaiting the Great Renunciation of the Bodhisaa. When news reached them that the Bodhisaa was practicing exeme austerities in the Uruvela forest, they journeyed there and became his aendants, hoping that when he achieved Enlightenment, he will share his knowledge with them, and they would be the first to hear the message.

[1] MA.i.187.

The Enlightenment 19

When the five ascetics saw the Bodhisaa partaking of solid food, they were disappointed. They thought, “If living on a handful of pea soup has not led him to higher knowledge, how could he expect to aain that by eating solid food again?” They misjudged that he had abandoned the suggle and reverted to the luxurious way of life to gain riches and personal glory. Thus they le him in disgust and went to stay in the deer sanctuary in the township of Benares.

The Enlightenment The departure of the five ascetics afforded the Bodhisaa the opportuni to suggle for final liberation in complete solitude. The Commentary on the Mahāsaccaka Sua gives a description of how, working alone with no one near him, for a full fortnight, seated on the throne of wisdom, under the ee of Enlightenment, he aained Omniscience, the Enlightenment of a Buddha. The Bodhisaa had gone forth at the age of twen-nine and spent six years practising exeme austeri. Now at the age of thir-five, still youthful and in good health, within fieen days of resuming regular meals, his body recovered its former sength, and he regained the thir-two physical characteristics of a great man. Having thus regained his sength through normal nourishment, the Bodhisaa practised the in-breathing and out-breathing meditation, and remained absorbed in the bliss of the first jhāna, which was characterised by initial application, sustained application, joy, bliss, and one-pointedness. Then he entered the second jhāna, which was accompanied by joy, bliss, and one-pointedness. At the third stage of jhāna, he enjoyed only bliss and one-pointedness, and at the fourth stage, only equanimi and one-pointedness. Early on the full moon day of May in the year 103 of the Great Era i.e. 2,551 years ago counting back om 1962, he sat down under the Bodhi Tree near the market town of Senānigama awaiting the hour of going for alms. At that time, Sujātā, the daughter of a rich man om the village, was making preparations to give an offering to the ee-spirit of the Bodhi ee. She sent her maid ahead to tidy up the area under the spread of the sacred ee. At the sight of the Bodhisaa seated under the ee, the maid thought that the dei had made himself visible to receive their offering in person. She ran back M.A.i.291.

20 A Discourse on the Wheel of Dhamma

in great excitement to inform her misess. Sujātā put the milk-rice that she had cooked early in the morning in a golden bowl worth a hundred thousand pieces of money, covering the same with another golden bowl. She then proceeded with the bowls to the foot of the Banyan ee where the Bodhisaa remained seated and put the bowls into the hands of the Bodhisaa saying, “May your wish succeed as mine has.” So saying she departed. Sujātā, on becoming a maiden, had made a prayer at the banyan ee; “If I get a husband of equal status with myself and if my first born is a son, I will make an offering.” Her prayer had been fulfilled and her offering of milk-rice that day was intended for the ee dei in fulfilment of her promise. However, later when she learnt that the Bodhisaa had gained Enlightenment aer taking the milk-rice offered by her, she was overjoyed with the thought that she had done a noble deed of the greatest merit. The Bodhisaa then went down to the river Nerañjarā to bathe. Aer bathing, he formed the milk-rice offered by Sujātā into for-nine morsels and ate it. The meal over, he discarded the golden bowl in the river saying, “If I am to become a Buddha today, let the bowl go upseam.” The bowl dried upseam for a considerable distance against the swi flowing current, and on reaching the abode of the nāga-king Kāla, sank into the river below the bowls of the three previous Buddhas (tiṇṇaṃ buddhānaṃ thālāni ukkhipitvā aṭṭhāsi). The Bodhisaa rested the whole day in the

forest glade near the bank of the river. As evening fell, he went towards the Bodhi ee, meeting on the way a grass-cuer named Soiya who gave him eight handfuls of grass. In India, holy men used to prepare a place to sit and sleep on by spreading sheaves of grass. The Bodhisaa spread the grass under the ee on the eastern side. Then with the solemn resolution, “I will not stir om this seat until I have aained supreme wisdom,” he sat down cross-legged, facing east. At this point Māra appeared and contested for the seat under the Bodhi ee with a view to oppose his resolution and prevent him om aaining Buddhahood. By invoking the virtues he had accumu- lated through ages, fulfilling the ten perfections such as chari, he overcame the obsuction made by Māra before the sun had set. Aer thus vanquishing Māra, the Bodhisaa acquired through jhāna, in the first watch of the night, the knowledge of previous existences; in

the middle watch of the night, the divine eye; and in the last watch of the night he contemplated the law of Dependent Origination followed by the development of insight into the arising and ceasing of the five aggregates of aachment. This insight gave him in succession the knowledge pertaining to the four Paths, finally resulting in full Enlightenment or Omniscience. Having become a Fully Enlightened One, he spent seven days on the throne of wisdom under the Bodhi ee and seven days each at six other places, for-nine days in all, enjoying the bliss of the Arahantship and pondering his newly discovered Dhamma.

Extreme Austerity Is a Form of Self-mortification The fih week was spent under the Goat-herd’s Banyan ee (Ajapāla) and while there he reflected on his abandonment of the austere practices:- “Delivered am I om the austere practices that cause physical pain and suffering. It is well that I’m delivered of that unprofitable practice of austeri. How delightful it is to be liberated and have gained Enlightenment.” Māra, who had been closely following every thought and action of the Bodhisaa, ever alert to accuse him of any lapses, immediately addressed the Buddha, “Apart om the austere practices, there is no way to puri beings; Gotama has deviated om the path of puri. While still defiled, he wrongly believes that he has achieved puri.” The Buddha replied, “All the exeme practices of austeri employed with a view to achieve the deathless are useless, unprofit- able much as oars, paddles, and pushing poles are useless on sand banks. Fully convinced that they are unprofitable, I have abandoned all forms of self-mortification (aakilamathānuyoga).” The Commentary also mentions that exeme practices such as fasting or nakedness constitute self-mortification. That exeme austeri is a form of self-mortification should be carefully noted here for beer comprehension of the Dhammacakka Sua when we deal with it.

Considering to Whom to Give the First Discourse Having spent seven days each at seven different places, he went back to the Goat-herd’s Banyan ee on the fiieth day. Seated under the ee, he considered, “To whom should I first teach the Dhamma? Who would quickly comprehend it?” Then it occurred to him, “There

is Āḷāra Kālāma who is learned, intelligent, and wise. He has long been a person with lile dust of defilement in his eye of wisdom. If I teach the docine to Āḷāra Kālāma first he would quickly compre- hend this Dhamma. It is significant that the Buddha ied to seek out someone who would understand his teaching quickly. It is vital to inaugurate new meditation cenes with devotees who are endowed with faith, energy, energy, mindfulness, and wisdom. Only such devotees as possess these virtues can achieve insight quickly and become shining examples for others to follow. Devotees lacking abili or enfeebled in mind and body through age can hardly be a source of inspiration to others. When I first started teaching Satipaṭṭhāna Vipassanā Meditation, I was fortunate in being able to start with three persons (my relatives actually) endowed with exceptional faculties. They acquired the knowledge of arising and passing away (udayabbaya- ñāṇa) within three days of practice and were overjoyed with seeing lights and visions accompanied by feelings of rapture and bliss. Such speedy aainment of results has been responsible for the world-wide dissemination of the Mahāsi Vipassanā Meditation technique. Thus the Buddha thought of first teaching someone who would quickly grasp it. When he considered Āḷāra Kālāma, a dei addressed him, “Lord, Āḷāra Kālāma passed away seven days ago.” Then knowledge and vision arose to the Buddha that Āḷāra had indeed passed away seven days ago and had by virtue of his jhānic achievements reached the realm of nothingness, (ākiñcaññāyatana).

Missing the Path and Fruition by Seven Days “Great is the loss to Āḷāra the Kālāma,” thought the Buddha. Āḷāra was developed enough to readily understand. Had he heard the teaching he could have gained the Path and aained Arahantship instantly. However, his early death has deprived him of this oppor- tuni. In the realm of nothingness, where only mental states exist without any forms, he could not benefit even if the Buddha had gone there and taught him the Dhamma. The life-span in the realm of nothingness is also very long being six thousand aeons. Aer expiring there, he would be reborn in the human realm, but would miss the teachings of the Buddha. Thus as a common worldling, he would remain in the cycles of existence, sometimes sinking to the

nether world to face great sufferings. Thus the Buddha saw that the loss to Āḷāra was very great. It is possible in present times that there are people deserving of higher aainments, passing away without the opportuni of hearing about the Satipaṭṭhāna meditation method, or though having heard it taught, who have not yet made the effort to practise it. The good people assembled here now listening to what I am teaching should be careful that a rare opportuni for their spiritual development is not wasted.

Missing the Great Chance by One Night Then the Buddha thought of teaching the first discourse to Udaka, the son (pupil) of the great sage Rāma. Again a dei addressed the

Buddha, “Lord, Udaka Rāmapua passed away last night.” Knowl- edge and vision arose to the Buddha that the hermit Udaka had indeed died last night in the first watch and by virtue of his jhānic achievements had reached the realm of neither perception nor non-perception, (nevasaññānāsaññāyatana). This realm is also a state of immateriali, a formless state and its life-span extends to eigh-four thousand world cycles. This is the noblest, the loiest of the thir-one planes of existence, but the Dhamma cannot be heard there. On appearing again in the human world, Rāmapua was already so highly developed that he could instantly aain Arahant- ship if he could but listen to the Dhamma. However, he would get no such opportuni, having missed it by dying one night too early. The Buddha was thus moved again to uer in pi, “Great is the loss to the hermit Udaka, the son (pupil) of the great sage Rāma.” The Buddha thought again to whom he should give his first discourse. The group of five ascetics appeared in his divine vision and he saw them living then in the deer sanctuary in the township of Benares.

Journey to Give the First Sermon The Blessed One set out to go there. Some previous Enlightened Ones had made the same journey by means of psychic powers. However, our Buddha, Gotama, proceeded on foot for the purpose of meeting, on the way, the naked ascetic Upaka to whom he had something to impart.

24 A Discourse on the Wheel of Dhamma

The Buddhavaṃsa and Jātaka Commentaries state that the Blessed One started the journey on the full-moon of July. However, as the deer sanctuary, Benares, was eighteen leagues (yojana) or about 144 miles away om the Bodhi ee and as the Blessed One was making the journey on foot, the distance could not have been covered in one day unless done with the help of psychic powers. It would be appropriate, therefore, if we fixed the starting date on the sixth waxing of July.

Meeting Upaka the Naked Ascetic The Blessed One had not gone far om the Bodhi Tree on the way to Gāyā (6 miles) when he came upon the naked ascetic Upaka, a disciple of the naked ascetic Nigaṇṭha Nāṭapua. On seeing the Blessed One he addressed him, “Your countenance iend, is clear and serene, your complexion is pure and bright, in whose name have you gone forth? Who is your teacher? Whose teaching do you profess?” The Blessed One replied:- “Sabbābhibhū sabbavidūhamasmi, sabbesu dhammesu anūpalio. Sabbañjaho taṇhākkhaye vimuo, sayaṃ abhiññāya kamuddiseyyaṃ.” “I am one who has overcome all,﷿ One who knows all, I am detached om all things; Having obtained emancipation by the desuction of desire. Having by myself gained knowledge. Whom should I call my master?” The Blessed One made known his status more emphatically as follows:- “Na me ācariyo ahi, sadiso me na vijjati. Sadevakasmiṃ lokasmiṃ, nahi me paṭipuggalo.” “I have no teacher, one like does not exist, In the world of men and gods, none is my counterpart.” Upon this Upaka wondered whether the Blessed One had gained Arahantship. The Buddha replied:-

• While common worldlings are affected by what is seen or heard, ending up in suffering, the Blessed One anscends all and remains serene, countenance clear.

Truth Is Not Seen if Blinded by Misconception 25

“Ahañhi arahā loke, ahaṃ sahā anuaro. Ekomhi sammāsambuddho, sītibhūtosmi nibbuto.” “I, indeed, am the Arahant in the world. A teacher with no peer, The sole Buddha, Supreme, Enlightened. All passions extinguished, I have gained the peace of nibbāna.” Upaka then asked the Blessed One where he was going, and on what purpose. “Dhammacakkaṃ pavaetuṃ, gacchāmi kāsinaṃ puraṃ. Andhībhūtasmiṃ lokasmiṃ, āhañchaṃ amatadundubhi”nti. “To set in motion the Wheel of Dhamma, I go to the town of Kāsi (Benares). In the world of blind beings, I will beat the drum of the Deathless.” Upon this Upaka asked:- “By the way in which you profess yourself are you worthy to be called an infinite conqueror (anantajino)?” The Buddha replied:- “Mādisā ve jinā honti, ye paā āsavakkhayaṃ. Jitā me pāpakā dhammā, tasmāhamupaka jino”ti. “Those are conquerors who, like me, have reached the extinction of cankers. I have vanquished all thoughts, ideas, and notions of evil (sinfulness). For that reason, Upaka, I am a conqueror, a victorious one.” • Upaka belonged to a sect of naked ascetics under the leadership of Nāṭapua who was addressed by his disciples as “The Conqueror.” The Blessed One in his reply was explaining that only those who have really extinguished the cankers, eradicated the defilements, like him, are entitled to be called a conqueror.

Truth Is Not Seen if Blinded by Misconception Aer this declaration by the Blessed One that he was uly an infinite conqueror, the naked ascetic Upaka muered, “It may be so, iend,” shook his head, and giving way to the Blessed One continued his journey.

• Vin.i.8.

26 A Discourse on the Wheel of Dhamma

It is important to note carefully this event of Upaka’s meeting with the Buddha. Here was Upaka coming face to face with a Fully Enlightened Buddha, but he did not realise it. Even when the Blessed One openly declared that he was indeed a Buddha, Upaka remained sceptical because he was holding fast to the wrong-views of the naked ascetics. In these days too there are people who, following wrong paths, refuse to believe when they hear about the right method of practice. They show disrespect to, and talk disparagingly about, those practising and teaching the right method. Such misjudgements arising out of false beliefs should be carefully avoided. Even though he did not express complete acceptance of what the Buddha said, Upaka seems to have departed with some faith in the Buddha, as he returned aer some time. Aer leaving the Buddha, he later got married to Cāpā, a hunter’s daughter, and when a son was born of the marriage, he wearied of the household life and became a recluse under the Blessed One. Practising the Buddha’s teaching, he became a Once-returner (anāgāmi). On passing away he reached the Pure Abode of Avihā, where he soon aained Arahant-ship. Foreseeing this beneficial result that would accrue out of his meeting with Upaka,

the Blessed One set out on foot on the long journey to Benares and answered all of the questions asked by Upaka.

Arrival at Isipatana When the group of five ascetics saw the Blessed One at a distance coming towards them, they made an agreement among themselves saying, “Friends, here comes the monk Gotama who has become self-indulgent, who has given up the suggle, and reverted to a life of luxury; let us not pay homage to him, nor greet him, and relieve him of his bowl and robes. However, as he is of noble birth, we will prepare a seat for him. He will sit down if he is so inclined.” However, as the Blessed One drew near, because of his illusious glory, they found themselves unable to keep to their agreement. One went to greet him and receive the bowl, a second took his robe, a third prepared a seat for him, a fourth brought water to wash his feet, while the fih arranged a foot stool. However, they all regarded the Blessed One as their equal and addressed him as before by his name Gotama and irreverently with the appellation “Friend (āvuso).” The Blessed One sat on the prepared seat and spoke to them.

Arrival at Isipatana 27

“Monks, do not address me by name as Gotama nor as iend. I have become a Perfect One, worthy of the greatest reverence. Supremely accomplished like the Buddhas of former times, and Fully Enlightened. Listen, monks! The Deathless has been gained, the Immortal has been won by me. I will teach you the Dhamma. If you practise as insucted by me, in no long time, in the present life, you will, through your own direct knowledge, realise, enter upon, and abide in Arahantship, the ultimate and noblest goal of the holy life for the sake of which clansmen of good families go forth om household life into homelessness.” Even with this bold assurance, the group of five monks remained incredulous and retorted: “Friend Gotama, even with the abstemious habits and stern austerities that you practised before, you did not achieve anything beyond the aainments of ordinary men nor aain the sublime knowledge and insight of the Noble Ones, which alone can desoy the defilements. Now that you have abandoned the austere practices and are working for gains and benefits, how will you have aained such distinction, such higher knowledge?” This is something to ponder. These five monks were formerly court asologers who were fully convinced and had foretold, soon aer his birth, that the Bodhisaa would definitely aain Supreme Enlightenment. However, when the Bodhisaa gave up privations and stern exertions, they wrongly thought that Buddhahood was no longer possible. It could be said that they no longer believed in their own prophecy. They remained incredulous now that the Blessed One declared unequivocally that he had won the Deathless, had become a Fully Enlightened One, because they held to the wrong notion that exeme austeri was the right way to Enlightenment. Likewise, nowadays, too, once a wrong notion has been entertained, people hold fast to it and no amount of explaining the uth will sway them and make them believe. They even turn against those who y to bring them to the right path and speak irreverently and disparagingly of their well-wishers. One

should avoid such errors and self-deception. With great compassion for the group of five monks the Blessed One spoke to them thus:- “Monks, the Perfect One, like those of former times, is not working for worldly gains, he has not given up the suggle, nor abandoned the ue path that eradicates the defilements; he has not reverted to luxury,”and declared again that he had become

a Perfect One, worthy of great reverence, supremely accomplished and Fully Enlightened. He urged them again to listen to him. A second time, the group of five monks made the same retort; and the Blessed One, realising that they were still suffering om illusion and ignorance, and out of great pi for them gave them the same answer for the third time. When the group of five monks persisted in making the same remonsations, the Blessed One spoke thus, “Monks, ponder upon this. You and I are not sangers, we lived together for six years and you waited on me while I was practising exeme austerities. Have you ever known me speak like this?” The five monks reflected on this. They came to realise that he had not spoken thus before because he had not aained Higher Knowledge then. They began to believe that he must have acquired the Supreme Knowledge now to speak to them thus. They replied respect- fully, “No. Venerable sir (bhante), we have not known you speak like this before.” Then the Buddha said, “Monks, I have become a Perfect One worthy of the greatest respect (Arahaṃ), supremely accomplished like the Buddhas of former times (Tathāgata) by my own effort I have become Fully Enlightened (Sammāsambuddha), I have gained the Immortal, the Deathless (amatamadhigataṃ). Listen, monks, I will insuct you and teach you the Dhamma. If you practise as insucted by me, you will in no time and in the present life, through your own direct knowledge, realise, enter upon, and abide in Arahantship, the ultimate and the noblest goal of the holy life for the sake of which clansmen of good families go forth om the household life into homelessness.” Thus the Blessed One assured them again. The five monks became receptive and prepared to listen respect- fully to what the Buddha would say. They awaited with eagerness to receive the knowledge to be imparted to them by the Blessed One. What we have stated so far constitutes events selected om the second pe of inoduction, om the intermediate period. We now come to events of the recent past, inoduced with the words, “Thus have I heard,” which gives an account of how the Blessed One began to set in motion the Wheel of Dhamma by giving the first discourse. The time was the evening of the full moon of May 2,551 years ago counting back om this year of 1962. The sun was about to set, but still visible as a bright, red sphere; the bright full-moon was rising

in the East. The Commentary on the Dhammacakka Sua in the Saṃyuanikāya mentions that the first discourse was given while both the sun and the moon were simultaneously visible in the sky.[illegible] The audience consisted of only the five monks om the human world. However, there were 180 million Brahmās, and innumerable deities,

according to the Milindapañha. Thus when the five monks together with Brahmās and deities, who were fortunate enough to hear the first discourse, were respectfully awaiting with rapt aention the Blessed One began teaching the Dhammacakka sua with the words: “Dve me, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā.” “Monks, one who has gone forth om the worldly life should not indulge in these two exeme parts.” Here, “antā,” according to the Commentarial interpretations, connotes grammatically “koṭṭhāsa” or “bhāga,” which means a share or portion of things. However, in view of the docine of the Middle Path taught later in the discourse, it is appropriate to render “antā” as exeme. Again “Part or portion of things” should not be taken as any part or portion of things, but only those parts that lie on the two exemes. Hence our anslation as two exeme parts. The Sinhalese and Siamese Commentaries render it as “Lammaka Koṭṭhāsa” meaning “bad part,” which is somewhat similar to the old Burmese anslation of “bad thing or practice.” Thus it should be noted first that one who has gone forth om the worldly life should not indulge in two exeme parts or practices. “Katame dve? Yo cāyaṃ kāmesu kāmasukhallikānuyogo hīno gammo pothujjaniko anariyo anahasaṃhito, yo cāyaṃ aakilamathānu- yogo dukkho anariyo anahasaṃhito.” “What are the two exeme practices? Delighting in desirable sense-objects, one pursues sensual pleasure, makes efforts to produce such pleasures and enjoys them. This exeme practice is inferior; vulgar, being the habit of villagers; common and worldly, being indulged in by ordinary individuals; ignoble, hence not pursued by the Noble Ones; profitless and not pertaining to one’s ue welfare. Such pursuit of sensual pleasures is one exeme practice to be avoided.” ﬩ Pacchimadisāya sūriyo ahameti, pācīnadisāya āsāḷhanakkhaena yuo puṇṇacando uggacchati.

30 A Discourse on the Wheel of Dhamma

Pleasurable sights, sounds, smells, tastes, and touches constitute desirable sense-objects. Taking delight in such objects and enjoying them physically and mentally, one pursues sensual pleasures. This practice, which forms one exeme practise, is low, vulgar, common, ignoble, and unprofitable. It should, therefore, not be followed by one who has gone forth om household life. The other exeme practice is concerned with inflicting torture on oneself, which can result only in suffering. Abstaining om food and clothing, which one is normally used to, is a form of self-mortification and is unprofitable. Being ignoble, this practice is not pursued by the Noble Ones. Neither does it pertain to one’s ue welfare. Thus the practice of self-mortification, being another exeme practice, should also be avoided. Avoiding these two exemes, one arrives at the ue path known as the Middle Path. Thus the Blessed One continued:– “Ete kho, bhikkhave, ubho ante anupagamma, majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā, cakkhukaraṇī ñāṇakaraṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvaati.” “Bhikkhus, avoiding these two exeme practices, the Tathāgata has gained the higher knowledge of the Middle Path, which produces vision and knowledge, leads to anquili (the stilling of defilements), to higher knowledge, and nibbāna (the end of all suffering).” Avoiding these two exemes, by rejecting wrong paths, the Middle Path is reached. By following this ue

path, Enlightenment is gained, and nibbāna realised. How the Middle Path, which is also known as the Noble Eightfold Path, produces vision and knowledge, and how it leads to anquili and Enlightenment will be dealt with in my discourse next week. May all good people present in this audience, by virtue of having given respectful aention to this Great Discourse on the Turning of the Wheel of Dhamma, with its inoductions, be able to avoid the wrong path, namely, the two exemes and follow the Noble Eightfold Path, thereby gaining vision and higher knowledge which will soon lead to the realisation of nibbāna, the end of all suffering. Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Part Two Delivered on Saturday, 6th October, 1962.[1] This discourse was delivered beginning on the new-moon of September. The inoduction to the discourse took most of my time on that occasion. I could deal only with the opening lines of the Sua. Today I will pick up the thread om there.

Avoiding the Two Extremes “Dveme, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā.” “Monks, these two exeme practices should not be followed by one who has gone forth om household life.” Why shouldn’t they be followed? Because the main purpose of one who has gone forth om household life is to rid himself of defilements such as lust and anger. This objective could not be achieved by indulging in these two exeme practices, because they will tend to promote further accumulations of lust and anger. What are the two exeme practices? Delighting in desirable sense-objects, pursuing and enjoying sensual pleasures constitutes one exeme practice. This practice is inferior; vulgar, being the habit of villagers; common and worldly, being indulged in by ordinary individuals; ignoble, hence not pursued by the Noble Ones; profitless and not pertaining to one’s ue welfare. Such pursuit of sensual pleasures is an exeme practice that should be avoided. There are five kinds of desirable sense-objects: namely pleasurable sights, sounds, smells, tastes, and touches; in brief, all the material objects, animate or inanimate, enjoyed by people in the world. Delighting in a seemingly pleasurable sight and enjoying it constitute the practice and pursuit of sensuali. Here the sense-object of sight means not merely a source of light or colour that comes into contact with the eye, but the man, woman, or the whole of the object that forms the source or origin of that sight. Similarly all sources of sound, smell, and touch, whether a man, woman, or material objects constitute sensual objects. As regards taste, not only the various foods, uits, and delicacies, but also men and women who prepare and serve them are classified as objects of taste. Listening to a pleasant sound, smelling a agrant smell are as sensual as enjoyment of good, [1] The 6th Waxing of Thadingyut, 1324, M.E.

delicious food, the luxury of a comfortable bed or physical contact with the opposite sex.

Sensual Indulgence Is Inferior and Vulgar Delighting in sensual pleasures and relishing them is regarded as a vulgar practice because such enjoyments lead to the

formation of base desires, which are clinging and lustful. It promotes conceit, with the thought that no one else is in a position to enjoy such pleasures. At the same time one becomes oppressed with thoughts of avarice, not wishing to share the good fortune with others, or overcome by thoughts of jealousy or envy, i.e. wishing to deny similar pleasures to others. It arouses ill-will towards those who are thought to be opposed to oneself. Flushed with success and affluence, one becomes shame- less and unscrupulous, bold and reckless in one's behaviour, no longer aaid to do evils. One begins to deceive oneself, with the delusion (moha) of well-being and prosperi. The uninformed worldling (puthujjana) may also come to hold a wrong-view of a living soul (aa) or entertain disbelief in the effects of one's own actions. Since these are the outcome of delighting in and relishing sensual pleasures, they are regarded as inferior and vulgar. Furthermore, indulgence in sensual pleasures is the habitual practice of lower forms of beings such as animals or hungry ghosts. Bhikkhus and recluses, who belong to a higher class of existence should not stoop so low as lower forms of life in the vulgar practice of base sensuali. The pursuit of sensual pleasures does not lie within the province of one who has gone forth. It is the concern of the town and village folks, who regard sensual pleasures as the greatest bliss; the greater the pleasures, the greater the happiness. In ancient times, rulers and wealthy people engaged in the pursuit of sensual pleasures. Wars were waged and violent conquests made, all for the gratification of sense-desires. In modern times too, similar conquests are still being made, in some areas, for the same objectives. However, it is not only the rulers and the wealthy who seek sensual pleasures; the poor are also ardent in the pursuit of worldly goods and pleasures. In fact, as soon as adolescence is reached, the instinct for mating and sexual gratification

makes itself felt. For the householder who is oblivious to the Buddha's teaching, the gratification of sense desires appears to be the pinnacle of happiness and enjoyment.

The Doctrine of Ultimate Bliss in This Very Life Even before the time of the Buddha, there were people who held the belief that heavenly bliss could be enjoyed in this very life. (diṭṭhadhamma nibbāna vāda). According to them, sensual pleasure was blissful, and there was nothing to surpass it. Sensual pleasure was to be enjoyed in this very life. It would be foolish to let precious moments for enjoyment pass, waiting for bliss in a future life, which does not exist. The time for full gratification of sensual pleasure is in this very life. Such is the belief of diṭṭhadhamma nibbāna vāda. This is one of the six-two wrong-views expounded by the Buddha in the Brahmajāla Sua, the first discourse of the Dīghanikāya. Thus enjoyment of sensual pleasure is the preoccupation of town and village people, not the concern of recluses and bhikkhus. For them to pursue sensual desires would mean reverting back to the household life, which they have renounced. People show great reverence to them believing that they are leading a holy life, undisturbed by worldly disactions or the allurements of the opposite sex. People offer the best food and clothing, oen at the sacrifice of the needs of their

family. It would be most improper for bhikkhus to seek worldly pleasures just like householders, while living on the chari. In addition, bhikkhus renounce the world with a vow to work for release om the suffering inherent in the rounds of rebirth and for the realisation of nibbāna. It is obvious that these noble ideals cannot be aained by bhikkhus if they pursue sensual pleasures like householders. Thus one who has gone forth om household life should not indulge in, or delight in sensual pleasures.

The Practice of Ordinary People The majori are ordinary common folk engaged in seeking a living and enjoying sensual pleasures. There are only a few who can rise above the common crowd, who can see the Dhamma and live a holy life. It is not for them to indulge in coarse, worldly pleasures, which is the main concern of the lower class of beings.

34 A Discourse on the Wheel of Dhamma

Not the Practice of the Noble Ones Enjoyment of worldly pleasures is not the practice of the Noble Ones. One may then ask why the Noble Ones like Visākhā, Anāthapiṇḍika and Sakka, the king of Tāvatiṃsa, who had already reached the stage of a Seam-winner, engaged in the pursuit of sensual pleasures. Seam-winners, have not yet eradicated lust and passions; the perception of the agreeableness of carnal pleasures (sukha saññā) still lingers in them. This point is illusated in the Gradual Sayings (Aṅguaranikāya) by the example of a person who is fastidious in the habits of cleanliness, seeking shelter in a filthy place filled with excrement to avoid aack by an elephant in must. This coarse habit, being ignoble and impure, should be avoided by recluses and bhikkhus.

Not Leading to One's True Welfare This practice does not lead to one's own welfare (anahasaṃhito). In the popular view, accumulating wealth, establishing a family life with a circle of iends, in short, siving for success and prosperi in this world, appears to be for one's own welfare. Actually, however, such worldly success and prosperi do not amount to one's ue welfare. One's ue welfare lies in seeking ways to overcome aging, disease, and death, and aaining release om all forms of suffering. The only way to escape om all forms of suffering is through the development of morali (sīla), concenation (samādhi), and wisdom (paññā). Only seeking these is in the interests of one's ue welfare. The pursuit of sensual pleasures cannot lead to the conquest of aging, disease, death, or other forms of suffering. It only tends to breaches of morali, such as commiing sexual misconduct. Seeking worldly success through killing, the, or aud also amounts to the violation of moral precepts. Not to speak of physical actions, the mere thought of enjoying sensual pleasures prohibits the development of concenation and wisdom, and thus forms a barrier to the realisation of nibbāna, the cessation of all suffering. The failure to observe the moral precepts is a sure way to the four lower realms. It should also be noted that undertaking and maintain- ing moral precepts without the simultaneous development of concenation and wisdom will not lead to nibbāna. It only encour-

ages repeated rebirth in happy existences, where manifold sufferings such as aging, disease, and death are still encountered repeatedly. Recluses and bhikkhus, having renounced the world, with the avowed purpose of achieving nibbāna, where all sufferings cease, should have nothing to do with the pursuit of sensual pleasures, which only obsuct the development of morali, concenation, and wisdom. To recapitulate, the enjoyment of sensual pleasures is low and vulgar, being the preoccupation of common people of low intelligence. It is impure, ignoble, and not practised by the Noble Ones. It is deimental to spiritual progress and thus obsucts the ue welfare of those intent on achieving the deathless nibbāna.

May Householders Indulge in Sensual Pleasures? The text only says, “One who has gone forth om household life should not indulge in sensual pleasures.” The question, therefore, arises whether ordinary householders who remain amidst the worldly surroundings could eely pursue sensual pleasures without any resaint. Since the gratification of sense desires is the preoccu- pation of common people, it would be pointless to enjoin than om doing so. However, the householder intent on practising the Noble Dhamma, is advised to avoid these pleasures to the extent necessary for practice. Observing the five precepts requires abstaining om commiing any sins of the flesh. Likewise, wealth should not be sought through killing, the, or aud.

Four Kinds of Sensual Indulgence In the Pāsādika Sua,[illegible] the Buddha enumerated four kinds of sensual indulgence (sukhallikānuyogo). “Cunda, in this world there are some foolish people who takes pleasure and delight in the slaughter of animals. This practice constitutes the first form of sensual indulgence. Taking what is not given constitute the second form of sensual indulgence, while telling lies constitute the third. The fourth form of is indulgence in the five sands of sensual pleasures. The discourse states that the Buddha’s disciples were ee om these forms of sensual indulgence. Lay people, who are observing the eight or ten precepts also have to maintain chasti and abstain [illegible] D.iii.131. The anslation of the Sayādaw’s discourse differs om the text here (ed.)

om partaking of food aer midday, dancing and singing — all of these being forms of sensual indulgence. When one is engaged in meditation practice, one has to forgo all kinds of sensual enjoyments, just like the bhikkhus who have gone forth om the worldly life, because they hinder the development of morali, concenation, and wisdom. Even a lay meditator must not indulge in sensual pleasures. This should suffice regarding one form of exeme practice, namely, sensual indulgence.

The Practice of Self-mortification The practice of self-mortification, which forms the other exeme practice, results only in self-mortification and suffering. It is not the practice of the Noble Ones, hence it is ignoble, impure, profitless and does not pertain to one’s ue welfare. This exeme practice should also be avoided. Self-mortification,

which leads only to suffering, was practised by those who held the belief that luxurious living would cause aachment to sensual pleasures, and that only austere practices such as denying oneself food and clothing would remove sensual desire. Then only the eternal peace, the unaging, disease ee, deathless state could be achieved. Such was the belief of those who practised self-mortification.

Methods of Self-mortification Modest bhikkhus cover themselves with robes for the sake of decency and to protect themselves om heat and cold, om insects, flies, and mosquitoes. However, self-mortifiers go about without any clothing; when the weather is cold, they immerse themselves in cold water, when it is hot, they expose themselves to the sun, standing amidst four fire-places, thus subjecting themselves to heat om five directions. This is known as the five-fold penance by heat. They have no use for regular beds, lying on the bare earth. Some resort to lying on thorns covered only by a sheet of cloth. Some remain in a siing posture for days, while others keep to standing only, neither lying down nor siing. Another form of self-affliction is to lie hanging down, suspended om a ee branch by two legs; to stand on one's head is another.

The Nigaṇṭha Teachings 37

Whereas it is the normal habit of bhikkhus to assuage hunger by partaking of food, some self-tormentors completely abstain om food and water. There are some who eat only on alternate days, while others eat once in two days, three days, etc. Some practitioners abstain om food for 4 days, 5 days, 6 days, 7 days; some even for 15 days on end. Some reduce their meals to just one handful of food, while others live on nothing but green vegetables and grass, or on cow excrement. In the Lomahaṃsa Jātaka&#xfffd;

38 A Discourse on the Wheel of Dhamma

The Buddha asked the naked ascetics who were practising self-mortification: "You state that you go through physical sufferings to exhaust the results of unwholesome kamma om past existences. However, do you know for certain that you had indeed commied unvirtuous acts in previous existences?" Their reply was in the negative. The Buddha further questioned them whether they knew how much unwholesome kamma they had done previously; how much of it they had expiated through self-mortification, and how much of it remained." The replies were all in the negative … they did not know. Then the Buddha explained to them, to give them the seed of intellectual advancement, that it was uitless to practise torturous penance, not knowing if there were any past misdeeds, nor how many of them they had expiated. The Buddha stated further that these who were ying to absolve themselves om the past misdeeds through self-mortification may uly have commied large amounts of unwholesome deeds. The Bodhisaa previously adopted exeme measures of practice not with a view to expiate his past misdeeds, if any, but thinking that they would lead to higher knowledge. However, aer six years of senuous efforts, as stated above, realising that exeme practice would not lead to knowledge or insight and wondering

whether there was another way that would lead to his cherished goal, he abandoned the practice of self-mortification.

Physical Suffering The practice of self-mortification results only in physical suffering. However, it was regarded by naked ascetics as being holy. In order to spare their sensibilities, as explained in the Commentary to the Paṭisambhidāmagga the Buddha did not denounce the practice as being low or base; nor was it described as vulgar, being practiced by ordinary village folk, nor as common because ordinary common people do not indulge in self-mortification. The Buddha described the method simply as painful (dukkho), ignoble (anariyo), not followed by the Noble Ones, and not beneficial (anahasaṃhito).

Effort without Any Benefit The practice of self-mortification does not lead to one's own welfare. Not only is it not concerned with the higher ideals of morali,

Wrong Interpretation of Self-mortification 39

concenation, and wisdom, it does not even give mundane benefits. Being without benefit, and resulting only in physical suffering, the austere practices may even prove fatal to the over-zealous practitioner. Before the appearance of the supremely Enlightened Buddha it was widely held throughout the middle couny of India, that self-mortification was a noble, holy practice that led to liberation om the evil effects of unwholesome kamma. The group of five ascetics also held that view. However, the Buddha said that self-mortification produced only suffering, and so was not practised by Noble Ones, being impure and ignoble. It did not lead to one's own welfare. The Buddha therefore clearly advised those who had gone forth om the world to avoid it. A definite pronouncement regarding the unworthiness of the exeme practice of self-mortification was necessary at that stage because not only was it universally held that only self-mortification would lead to higher knowledge, the group of five ascetics had also accepted this belief. As long as they held fast to this view, they would not be receptive to the docine of the Noble Eightfold Path. Hence the open denunciation by the Buddha that self-mortification was profitless, leading only to physical suffering. The first exeme practice gives ee rein to the mind and body and is therefore to be regarded as too lax. A mind that is not conolled by concenation or insight meditation is liable to sink the into pursuit of sensual pleasures. I heard that some teachers teach the practice of relaxing the mind, giving it a ee rein. However, the nature of mind is such that it requires constant guarding. Even when constantly guarded by mediation, the mind wanders to objects of sensual pleasures. It is obvious that le to itself, unguarded by meditation, the mind will engage in thoughts of sensual pleasures. The second exeme practice inflicts suffering on oneself through denial of normal requirements of food and clothing. It is too rigid, unbending, depriving oneself of ordinary comfort and is thus to be avoided too.

Wrong Interpretation of Self-mortification A wrong interpretation as to what constitutes self-mortification is made by some teachers in conadiction to the teaching

of the Buddha.

40 A Discourse on the Wheel of Dhamma

According to them, the earnest, tireless effort required for meditation amounts to self-mortification. This view is diameically opposed to the exhortation of the Buddha who advised senuous, unrelenting exertion even at the sacrifice of life and limb to aain concenation and insight. “Let only the skin, sinews, and bones remain. Let the flesh and blood dry up. I will exert incessantly until I achieve the Path and Fruition.” Such must be the resolute determination, as urged the Buddha, with which the goal must be pursued. Senuous and relentless effort in meditation practice to achieve concenation and insight should not be misconsued as a form of self-mortification. Leaving aside meditation practice, even keeping the precepts, which entails some physical discomfort, is not to be regarded as a practice of self-mortification. Young people and young novices suffer om pangs of hunger in the evenings while keeping the eight precepts. However, as fasting is done in fulfilment of the precepts, it does not amount to mortification. For some people, the precept of abstaining om taking life is a sacrifice on their part, since they suffer certain disadvantages as a consequence, but as it constitutes the good deed of keeping the precept, it is not to be viewed as a form of self-mortification. In the Mahādhammasamādāna Sua,[1] the Buddha explains that such acts of self-sacrifice in the present are bound to produce beneficial results in the future. The Buddha said, “In this world, some people abstain om taking life, causing some physical and mental sufferings to themselves. They adopt the right-view (of not killing) for which they have to suffer physically and mentally. These people, thus voluntarily going through suffering to keep the precepts will, aer passing away, aain the higher abodes of the deities. These ten meritorious deeds are known as good practices that produce beneficial results aer death through suffering in the present. Any practice that promotes morali, concenation, and wisdom is not profitless, and is not self-mortification, but is beneficial and in line with the Middle Path, which should certainly be followed. It should definitely be noted that those practices that do not develop morali, concenation, and wisdom, but which only result in physical suffering, constitute self-mortification.

[1] M.i.309.

The View of a Meditation Teacher 41

Misconception about Contemplation on Feeling There are some who hold the view that contemplating pleasant feeling constitutes indulgence in sensual pleasures, while contem- plating painful feeling constitutes self-mortification. Thus, they hold that one should avoid both of them and only on contemplate equanimi. This is an irrational misconception, unsupported by any textual authori. The Buddha definitely stated in the Mahāsatipaṭṭhāna Sua that pleasant feeling, painful feeling, and equanimi are all objects for contemplation. The same statement was repeated in many other Suas. Thus it should be definitely noted that any object in the category of the five aggregates

is a legitimate object for contemplation.

The View of a Meditation Teacher A lay meditation teacher is reported to have said, “While engaged in the practice of meditation, taking up any posture, if one begins to feel tired, painful, numb, hot, or unpleasant sensations in the limbs, one should change posture at once. If one persists in the practice of mindfulness in spite of unpleasant sensations, one is engaging in self-mortification.” This statement was apparently made, considering the welfare of meditators, nevertheless it must be said that it is unsound and ill-advised. In the practice of concenation or insight meditation, patience (khantī) and resaint (saṃvara) play an important role. They are important for the successful practice of concenation or insight meditation. One-pointedness of mind can be achieved only through patiently bearing some bodily discomfort. It is within the experience of anyone who has practised meditation in earnest that continually changing the posture is not conducive to the development of concenation. Physical discomfort has to be borne with patience. Self-conol is not self-mortification, in as much as the goal is not suffering, but the promotion of morali, concenation, and wisdom in accordance with the wishes of the Buddha. The Blessed One desired, if possible, an even more relentless effort to achieve the highest goal of Arahantship in one continuous siing, uninterrupted by any change of posture. In the Mahāgosiṅga Sua,[illegible] the Blessed One stated: “A bhikkhu who meditates aer making a [illegible] M.i.219.

firm resolution: ‘I will not break this crossed-legged siing posture until, through not clinging, my mind is liberated om the taints (āsava). Such a bhikkhu would adorn this Gosiṅga forest grove.” Thus to state that patient contemplation of painful feeling is a form of self-mortification is to denounce those meditators who are following the insuction of the Buddha. It amounts to the rejection of the Buddha’s words, and discourages the efforts of meditators who could achieve concenation and insight only through patiently bearing the pain brought about by not changing their posture. It should be carefully noted that the Blessed One advised in the Sabbāsava Sua[illegible] to endure suffering that is severe enough to cost even one’s life. In the Commentary to the Sua, it is mentioned that the Elder Lomasanāga persisted in his meditation practice even when enveloped by snowflakes while siing in the open, round about the full moon of January/February. He overcame the cold enveloping him, without giving up his meditation posture, simply by contem- plating the intense cold of Lokantarikaniraya.[illegible] Such examples of forbearance while engaged in meditation abound in the Suas. Thus comparatively mild forms of pain such as stiffness of limbs, or hot sensations, should be borne with patience, without changing the meditation posture. If possible, persistence should be maintained even at the risk of one’s life, as it will promote self-conol, concena- tion, and insight. However, if the pain becomes unbearable, the posture may be changed very slowly and gently to avoid disturbing mindfulness, concenation, and insight. Those practices that are not concerned with the promotion of morali, concenation and wisdom, but which are undertaken only

for more suffering are definitely forms of self-mortification. On the other hand, arduous efforts, however painful and disessing they may be, if they are made for the development of morali, concena- tion and wisdom, do not constitute self-mortification. It must be M.i.10. “What taints, bhikkhus, should be abandoned by enduring? Here, a bhikkhu, reflecting wisely, bears cold and heat, hunger and thirst, and contact with gadflies, mosquitos, wind, the sun, and creeping things; he endures ill-spoken, unwelcome words and arisen bodily feelings that are painful, racking, sharp, piercing, disagreeable, disessing, and menacing to life. While taints, vexation, and fever might arise in one who does not endure such things, there are no taints, vexation, or fever in one who endures them. These are called the taints that should be abandoned by enduring. (Trns. Bhikkhu Ñāṇamoli and Bhikkhu Bodhi). Hells of inter-galactic regions where no light can peneate (ed.)

definitely regarded as the Middle Path or the Noble Eightfold Path, taught by the Blessed One. The Blessed One himself, aer avoiding the two exeme practices — indulgence in sensual pleasures, which is too lax; and self-mortification, which is too rigid — reached Enlightenment by following the Middle Path.

The Middle Path Ete kho, bhikkhave, ubho ante anupagamma majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaraṇī ñāṇakaraṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvaati.” “Bhikkhus, avoiding these two exeme practices, the Tathāgata has gained the peneative knowledge of the Middle Path, which produces vision and knowledge, leads to peace, to higher knowledge, enlightenment, and the realisation of nibbāna.” With these words, the Blessed One let the group of five ascetics know that aer giving up the two exeme practices, he had found the Middle Path by means of which he had personally gained vision, knowledge, anquili, and enlightenment. For thirteen years om the age of sixteen to the age of twen-nine, he had indulged in sensual pleasures, the path of exeme laxi. At the age of twen-nine, he had given up the lax way of living by going forth om the worldly life. Aer that, for six years he had practised exeme austeri through self-mortification. Aer six years of rigorous aining, he had not gained any higher knowledge, he had not benefited in any way om the aining, and he realised that he had been pursuing the wrong path. Accordingly he gave up the austere practices and resumed normal meals to forti his physical sength to work for jhānic aainments through breathing exercises. The resumption of meals was a well-considered action taken purposely to enable him to engage in meditation on breathing, which is part of the Middle Path. As the food was taken in moderation in a mindful way, it should not be regarded as enjoyment of sensual pleasure, nor was it self-mortification, there being no suffering through denial of food. Thus it was definitely the middle path, unrelated to the two exeme practices.

On regaining physical sength through taking normal meals, the Blessed One worked for and won the four jhānic aainments. These absorptions are the preliminary path (pubbabhāga magga), or the foundation for insight meditation, and thus constitute Right Con- cenation, one of the factors of the Noble Eightfold Path. Based on this foundation of Right Concenation, the Blessed One, with his fully concenated mind, developed insight and Right Understanding. In this way he personally realised the four paths of sainthood, and discovered the Noble Eightfold Path, not through rigorous abstention om food nor through the enjoyment of sensual pleasures, but by following the Middle Path. He stated therefore “Bhikkhus, avoiding these two exeme practices, the Tathāgata has gained the peneating knowledge of the Middle Path,” by which he meant that he had gained the knowledge of the Middle Path, which is neither too lax nor too rigorous, by abandoning the two exeme practices. The two exeme paths are wrong, and must be avoided.

How to Avoid the Two Extremes Of the five sense-objects, namely sight, sound, smell, taste and touch, those objects that would not violate observance of the precepts or which would be helpful to the practice of Dhamma may be enjoyed. Eating suitable food and wearing suitable clothing conibutes to the comfortable practice of the Dhamma, thus avoiding the exeme austeri of self-mortification. Necessary material goods such as food, clothing, medicine, and shelter should be used, accompanied either by wise reflection, or the practice of concenation or insight meditation. Every time contact is made with the five sense-objects, they should be noted as objects of insight meditation. By adopting a reflective mood, or by noting these sense-objects as objects of insight meditation, partaking of necessary food, clothes does not develop into enjoying them with delight or pleasure, thereby avoiding the other exeme of sensual indulgence. The Blessed One therefore declared, “Having avoided these two exeme practices, I have understood the Middle Path.”

Antidote for Indigestible Food Wise reflection or insight meditation amount to the development of mindfulness, concenation, and wisdom, which are factors of the

Noble Eightfold Path. It is like taking antidotes aer taking indigest- ible, unsuitable food. A convalescent, aer a serious illness, has to be careful about his diet. He has to avoid the wrong kind of food, which might be harmful. If he can’t resist the temptation to take unsuitable, indigestible food, he has to take digestive medicine to counteract the harmful effects of the food he has taken. In this way, he could satis his desire to eat what he wants, and at the same time avoid geing the bad effects om it. Similarly, by reflecting on the material goods we use or by noting them as objects of meditation, we have prevented the development of sensual indulgence. For the meditator who notes every time he or she sees, hears, touches, or cognises, and understands the nature of impermanence, unsatisfactoriness, and not-self in every phenomenon that arises and vanishes, greed and haed cannot develop concerning objects that have been cognised. When using any of the four essential requisites — food, clothing,

medicine, and shelter — if one notes every time they are used, no defilements can develop in connection with them. Thus one can make use of the four requisites to abide in comfort, while avoiding the development of delight and pleasure through wise reflection and insight meditation. In this way, the two exemes are avoided. Wise reflection and insight meditation while taking food or using other requisites amounts to practicing the Middle Path. With this practice of the Middle Path by noting every object appearing at the six sense-doors, thereby knowing their ue nature, vision will arise, the eye of wisdom will open up leading to the realisation of nibbāna. Such are the benefits that accrue om following the Middle Path. The Buddha continued to explain: “The Middle Path understood peneatingly by the Tathāgata produces vision, produces knowledge.”

How Vision and Knowledge Are Developed Whoever practises the Noble Eightfold Path, gains vision and knowledge. Here vision and knowledge have the same meaning. The Dhamma is seen clearly, as if by the eyes, hence it is called vision. Vision and knowledge cannot arise through sensual indulgence nor through self-mortification. They appear only by following the Middle Path. The development of vision and knowledge is very important.

46 A Discourse on the Wheel of Dhamma

In the teaching of the Buddha, meditation is practised for the purpose of developing the Eightfold Path. When the Eightfold Path is developed, the ue nature of mind and maer is clearly discerned as if seen by the eyes. The arising and vanishing of mind and maer is also discerned uly as they occur. The impermanent, unsatisfactory, and not-self nature of all material and mental phenomena also becomes very clear, not through reading or listening to the teacher, but intuitively by experiencing it oneself. Finally the nature of nibbāna, the quiescence of all physical and mental formations, the cessation of suffering in the cycle of existence, will be clearly seen and fully realised by one’s own experience. It is important to scrutinise whether such personal realisation has been aained. To meditators engaged in insight meditation, noting mind and maer at the moment of each arising and vanishing, the appearance of vision and knowledge is vivid. At the beginning of meditation, although the meditator notes the rising and falling of the abdomen, and siing, touching, seeing, hearing, etc., every time each phenom- enon occurs, no exaordinary knowledge is gained, as the power of concenation is not established yet. Aer the lapse of a few days, the mind becomes anquil and the power of concenation grows. The mind practically stops wandering to other sensual objects. It remains riveted on the chosen object of meditation. At that time the distinction between maer (rūpa), the object of awareness, and mind (nāma), the mental quali that takes note of it, becomes very pronounced. At the start of the meditation exercise, the meditator can hardly distinguish between the physical phenomenon of the rising and falling of abdomen and the mental act of noting the phenomenon. He or she remains under the impression that these separate phenom- ena are one and the same. As the concenation increases, the object of

awareness becomes automatically differentiated with every noting om the mind that notes it. They appear separate and unmixed. The knowledge then arises that this body is made up of only mind and maer; there is no living enti, only the two elements of material object and the knowing mind co-existing. This knowledge appears not through imagination, but as if it is presented on the palm of the hand; hence it is described also as vision — as if seen by the eyes.

Knowledge Deepens through Practice 47

As concenation increases, the understanding arises that there is seeing because there is the eye and a sight to be seen; there is hearing because there is the ear and a sound, bending because of the desire to bend, setching because of the desire to setch, movement because of the desire to move; there is craving because of ignorance about reali, there is aachment because of craving; and aachment motivates action, which in turn leads to beneficial or harmful results. As concenation continues to grow, it is vividly seen that the object of awareness and the act of noting it, arise and vanish as if under one's own eyes. Thus the meditator will come to know very clearly that nothing is permanent, everything is unsatisfactory, and that there is only ungovernable, unconollable phenomena without any self, individual, or ego enti. When the meditator has fully developed this knowledge about the impermanent, unsatisfactory, and not-self nature of things, he or she will realise nibbāna, the cessation of all mental and physical formations, the end of all suffering, through the knowledge of the Noble Path (ariya magga ñāṇa), which constitutes higher vision, and higher knowledge. Thus the meditator who note mind and maer constantly as they arise, in accordance with the teaching of the Satipaṭṭhāna Sua, becomes personally convinced that the Eightfold Path produces vision and knowledge as stated in the discourse. It is clear that such direct personal experience of the uth, which constitutes higher knowledge, cannot be gained just by learning the Abhidhamma and pondering over its contents. No higher knowledge will arise by mere reflection on texts. In time, when reflective contemplation is neglected, even the texts will fade om memory, because it is only superficial knowledge gained through the exercise of intellect, not personal realisation.

Knowledge Deepens through Practice If the Middle Path is practised to gain direct personal experience, it is usual that knowledge deepens as time goes on. At one time, Venerable Ānanda paid a visit to the bhikkhuṇī's monastery, who recounted to him that they dwelt practising the four foundations of mindfulness and that their knowledge of the Dhamma deepened with the passing of time. Venerable Ānanda agreed and said, "It is usually so." When

48 A Discourse on the Wheel of Dhamma

Venerable Ānanda reported this to the Blessed One, the Blessed One said, "It is so, Ānanda, if any bhikkhu or bhikkhuṇī dwells in the practice of the four foundations of mindfulness, it is to be expected that they will come to know the Noble Truths more

deeply.”

The Explanation of the Commentary The Commentary explained that the knowledge gained at first was concerned with the discernment of the four primary elements, whereas the later enhanced knowledge arose out of discernment of the derived elements (upāda rūpa). Similarly knowledge about all the material elements (rūpa) is allowed by the contemplation and discernment of mental elements (nāma). Likewise knowledge about mind and maer is followed by discernment about their cause. Knowledge about the causes that gives rise to mind and maer is followed by discernment of the three characteristics of their imper- manence, unsatisfactoriness, and insubstantiali. Thus the knowl- edge that arises first leads on to higher knowledge later. In the practice of body contemplation (kāyānupassanā) according to the Sotāpanna Sua, one begins with noting material forms while in the process of going, standing, siing, lying, bending, setching, moving etc. This amounts to noting the characteristics of the air element (vāyodhātu), namely, its quali of pushing, distending, and moving. Only aer thoroughly understanding the nature of the primary elements, can one discern the workings of the derived elements such as the eye, sight, ear, sound, by noting seeing, hearing, etc. Having mastered the nature of all material forms, aention is next given to the arising of mind and mental formations. In this way, superior knowledge appears in sequence.

Starting from Any Stage Having learnt the definition and descriptions of mind, maer, etc., om the Abhidhamma texts, one can start om the derived elements instead of om the primary elements. It is possible too to begin with mind before investigating maer. Puing aside mind and maer, one can start considering causes and effects according to the Law of Dependent Origination, or contemplating the phenomena of arising and vanishing; or the three characteristics the phenomena of arising and vanishing; or the three characteristics.

Leading to Peace 49

Some say that it is a slow process to begin with the analytical knowledge of mind and maer (nāmarūpapariccheda-ñāṇa). It would be much quicker to begin with the awareness of arising and passing away (udayabbaya-ñāṇa), and the knowledge of dissolution (bhaṅga- ñāṇa). They even say they prefer the quicker method. However, studying mind and maer and their definitions and descriptions om the texts and beginning to contemplate them, starting om wherever one wishes, will not give rise to ue insight. Consequently the arising of a later knowledge superior to the precedent one, in accordance with the teaching, cannot be experi- enced this way. Just as a student increases the retentive power of the text he has learnt by rote, by repetitive recitation, so too such practice will help only remember the definitions and descriptions of mind and maer. No exaordinary insight will result om such practice. It has come to our knowledge that at a well-known meditation cene, aempt was made to go through the whole series of various stages of knowledge development, just by following the stages step by step as they have learnt om the texts. Aer

reaching the stage of knowledge of equanimi about formations (saṅkhārupekkhā-ñāṇa), a difficul was encountered when they come to the stages of knowledge of adaptation (anuloma-ñāṇa), maturi knowledge (goabhū-ñāṇa), path knowledge (magga-ñāṇa), and uition knowl- edge (phala-ñāṇa). So they had to go back to the beginning. This is an example to show that insight cannot be realised by shortcuts. By practising meditation in accordance with Satipaṭṭhāna Sua and developing the Noble Eightfold Path, one is bound to experience deeper knowledge aer each precedent knowledge as stated in the Dhammacakka Sua: "Vision arose, knowledge arose."

Leading to Peace The Middle Path also leads to peace (upasamāya), the anquillising of defilements. In one who develops the Eightfold Path, the defilements are anquillised. The path of insight produces momentary anquilli while the Noble Path brings about the complete annihilation of defilements. Sensual indulgence does not lead to the cessation of defilements, but helps to increase them. Once one gives in to the temptation of sensual enjoyment, craving for repeated gratification results. Geing one sense-object leads to the desire to possess more.

Satising one craving develops more craving, and there is no end to craving. One only has to observe the rich people of developed counies. They have everything that they need. Yet they are never satisfied. There is no end to their desires. It is obvious that sensual indulgence does not promote the cessation of defilements, but only multiplies them. Self-mortification also does not lead to the end of defilements. The practitioners of this method may believe that exposure to exeme cold, exeme heat, and sict fasting tend to remove defilements, but in fact, it is one's lowered vitali, as a result of exeme practices, that keeps the defilements in check. During serious illness or suffering om painful diseases, when the physical sength is at a low ebb, defilements remain dormant. However, once normal health and sength is regained, aer the illness, desires for sensual gratification make their appearance as usual. Thus aer giving up the practice of self-mortification, or stopping the practice for some time, when vitali returns, defilements also return as before. Even while self-mortification is being practised, although gross defilements remain suppressed, subtle defilements continue to arise. There will be desire for comfort, ee om the discomfort and pain of austeri. Defilements of wrong-view of self, "I practise austeri," are bound to arise. The wrong-view of conceit, "No one else can do such practice;" and the wrong belief that the practice will lead to liberation.

Wrong Belief in the Practice Regarding a wrong practice as a right practice is called aachment to rites and rituals (sīlabbataparāmāsa). According to the teaching of the Buddha, apart om the Noble Eightfold Path, which leads to the development of morali, concenation, and wisdom, all other practices are wrong practices, and taking them to be right practices amounts to aachment to rites and rituals. Not seeing the uth, leaving aside the right path, hoping for lasting happiness, is aachment to

rites and rituals. Everything that appears at the six doors of senses constitutes the five aggregates of aachment, namely, mind and maer, which is the uth of suffering. Meditating on mind and maer is practising the Path by which the Four Noble Truths will be understood. Believing in and practising any other method, which leaves aside the Path and

which does not lead to understanding the Four Noble Truths is aachment to rites and rituals. There are those who teach, “It is unnecessary to practise meditation or to observe the precepts. It is sufficient to listen to discourses and learn by heart the nature of mind and maer.” We should consider whether such views amount to aachment to rites and rituals. In my opinion, such teachings amount to teaching aachment to rites and rituals as this method excludes the three disciplines of morali, concenation and wisdom. A Seam-winner being well established in the knowledge of the right practice is not liable to hold the wrong-view of aachment to rites and rituals. In future existences there is no danger for a Seam-winner to fall into this wrong belief. This is calming the defilements by virtue of the Noble Path.

Temporarily Putting Away When a sense-object being contemplated is noted as impermanent, unsatisfactory, and not-self, the mental defilements that would accrue by wrongly regarding them as permanent, pleasant, and self, would have no chance to arise. This amounts to temporarily puing away defilements, just as light dispel darkness by virtue of mutual opposition, as explained in the Visuddhimagga. This is how defilements lying dormant in the sense-object (ārammaṇanusaya-kilesā), which would have risen if not noted, are removed by means of momentary insight. Wise people should ponder well over this illusation given in the Visuddhimagga. If, as some people maintain, contemplating the knowledge acquired by mere learning (sutamayapaññā) leads to insight, the question arises, “Which defilements lying dormant in which sense- objects is eradicated by that insight?” It would be difficult to answer that question in the absence of a definite object of awareness. For the meditator who, following the Satipaṭṭhāna method, observes the mental and physical phenomena in the process of their formation, there are definite objects of awareness to note. At the same time there are also objects of awareness that escape being noticed. Thus one can eradicate the defilements lying dormant in the objects one has noted; while those lying dormant in the objects one failed to note, remain. The answer is very simple for that case.

Aer eradicating temporarily the defilements lying dormant in the objects noted, there remain in the meditator latent defilements that are removed only by the Noble Path. Thus the Seam-winner has reached the stage where he or she has eradicated personali-view (sakkāya-diṭṭhi), sceptical doubt (vicikicchā), and aachment to rites and rituals, and all defilements that are liable to cause rebirth in the lower realms. In

the Once-returner (sakadāgāmi), the coarse forms of lust and ill-will are eradicated. The Non-returner (anāgāmi) becomes ee om subtler forms of lust and ill-will while the Arahant is fully liberated om all forms of defilements. In this way the path of insight and the Noble Path are capable of either puing away defilements temporarily or uprooting them permanently. The Blessed One had this in mind when he said that the Middle Path leads to peace (upasamāya saṃvaati).

The Arising of Higher Knowledge The Middle Path also leads to higher knowledge (abhiññāya saṃvaati). Higher knowledge is akin to vision or knowledge, but its effect its more pronounced, hence it is mention separately. The Four Noble Truths become known by virtue of this higher knowledge in consequence of the path of insight and the Noble path. The path of insight developed beforehand enables the insight knowledge that is developed later to know the Four Noble Truths. Actually only the uth of suffering or the aggregates of aachment that are noted in the course of meditation are concerned here. Mind and maer, or the uth of suffering, are seen as imperma- nent, unsatisfactory, or not-self. Every time they are seen thus, there is no chance for craving and aachment to appear. Thus there is liberation om craving and aachment. It is called full comprehen- sion by abandoning (pahānābhisamaya), which is knowing the cause of suffering (samudaya) by abandonment, though not by realisation. Every time mind and maer become subject to awareness, the meditator is ee om ignorance (avijjā) that could lead to the wrong path. Being thus ee om ignorance, one is ee om the ills of mental formations (saṅkhārā) and consciousness (viññāṇa). This is the uth of the temporary cessation of suffering (tadaṅga nirodha saccā). This temporary cessation of suffering is realised by insight at every instant of noting, but not as its object of contemplation.

The Realisation of Nibbāna 53

Every act of awareness develops the path of insight headed by right-view (sammā-diṭṭhi). This is called full comprehension by development (bhāvanābhisamaya), knowing the uth of the path of insight by developing it in oneself. However, this knowledge is not achieved by contemplating at the moment of noting. However, having developed it in oneself, it can be clearly perceived through reflection. Knowing the uth of suffering through noting the mental and physical phenomena leads simultaneously to the knowledge of the three remaining uths too. This is knowing the four uths by means of special insight knowledge. Hence the Middle Path is said to produce higher knowledge of the uths. Furthermore, it also causes the arising of the higher knowledge of the Noble Path (ariya magga ñāṇa). As insight knowledge aains full maturi, nibbāna is realised and the Noble Paths are developed. Then the four uths become known as they should be known by means of Noble Path knowledge. For this reason too the Middle Path is said to lead to higher knowledge (abhiññāya saṃvaati).

Penetrative Insight The Middle Path also leads to peneative insight (sambodhāya saṃvaati). “Abhiññā” means higher knowledge about insight and the Noble Path that

was not previously developed. “Sambodha” refers to peneative insight. Things hidden behind thick curtains or walls become visible when the barriers are removed if the curtains are opened or if windows are added. Likewise the Four Noble Truths are kept hidden behind the veil of ignorance, which notices that which is wrong, but covers up that which is right. By developing the Eightfold Path through the practice of meditation, uths that were not known before become apparent through insight knowledge and knowledge of the Noble Path. Thus ignorance has been peneated and the Noble Truths become plain by means of peneative insight. It is quite obvious that sensual indulgence and self-mortification can never give rise to higher knowledge or peneative insight.

The Realisation of Nibbāna Finally, the Middle Path leads to realisation of nibbāna (nibbānaya saṃvaati). Peneating the Four Noble Truths by means of the Path Knowledge of Arahantship amounts to the realisation of nibbāna.

However, as nibbāna is the final and the noblest goal of those who work for liberation om the cycle of existence it was mentioned again as a separate aainment by the Blessed One. By developing the Noble Eightfold Path, peneation of the Four Noble Truths will be aained by means of the Noble Path. Finally, nibbāna will be realised through the uition of Arahantship. Having thus realised nibbāna, the last conscious moment before parinibbāna will not lead to any new existence of new forms of mind and maer. It is the cessation of all suffering. In this way the Eightfold Path leads to the realisation of nibbāna, the cessation of all suffering. To summarise the benefits to be derived om practising the Middle Path: one will avoid sensual pleasures, one will avoid self-mortifica- tion, one will avoid both exemes, which are wrong paths, one will follow the Middle Path, which is the right path, by following the right path, insight will be developed and nibbāna will be realised. The benefits that will accrue om following the Middle Path have been exhaustively expounded. They represent the highest goal aimed at by all who are working for liberation om the suffering of the cycle of existence. There is nothing more that they should need. It now remains only to know what constitutes the Middle Path. To explain the Path, the Blessed One began with a question in accordance with the aditional usage of the times. “Katamā ca sā, bhikkhave, majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhi- sambuddhā cakkhukaraṇī ñāṇakaraṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvaati?” “What, monks, is the Middle Path understood by the Tathāgata, that produces vision, produces knowledge, and leads to peace, higher knowledge, peneative insight, and nibbāna?” The answer was supplied by the Blessed One himself: “Ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ — sammādiṭṭhi sammāsaṅkappo sammāvācā sammākammanto sammā-ājīvo sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhi.” “Only this Noble Eightfold Path,[1] namely: Right View, Right Thought, Right Speech, Right Action, Right Livelihood, Right Effort, Right Mindfulness, and Right Concenation.” [2] The Blessed One pointed out the Path, as if by pointing a finger at visible objects or holding them in

the palm of his hands.

The Realisation of Nibbāna 55

These are then the factors of Eightfold Path, the Middle Path, which when fully understood by the Tathāgata produced vision, produced knowledge, and lead to peace; higher knowledge, penea- tive insight, and to nibbāna. The definition of the Middle Path has now been given. The detailed exposition of this Eightfold Path will have to wait until next week. By virtue of having given respectful aention to this Great Discourse on the Turning of the Wheel of Dhamma, may all you good people present in this audience be able to avoid the wrong path, namely, the two exemes, and follow the Noble Eightfold Path, or the Middle Path, thereby gaining vision and higher knowledge, which leads to the realisation of nibbāna, the end of all suffering. Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Part Three Delivered on Saturday 13th October, 1962.• Today is the full-moon day of October. The monks have observed the Rains Reeat (vassa) for three months since the first day aer the full-moon of July. Today is the last day of the three month reeat. During the Rains Reeat monks are enjoined not to make overnight journeys except for special reasons as approved by the Buddha. They can leave their residence up to seven days for such special reasons. At the termination of tonight, starting om early dawn of tomorrow, the period of three months comes to an end. Monks can henceforth, move about eely for overnight journeys.

The Invitation Ceremony Accordingly, monks who have business to aend to elsewhere are leaving the residence tomorrow. On the eve of their departure, that is, this evening, they have to observe the invitation (pavāraṇā). It is a ceremony in which a monk invites criticism om his fellow monks in respect of what they have seen, heard, or suspected about his conduct. There may be lapses or faults that one is unaware of oneself, but which are noticed by others. If any fault or offence has been commied unwiingly, the other monks of the assembly can point it out now and suitable corrective measures can be taken, making amends in consequence of such criticisms constitutes the observance of discipline leading to the Purification of Conduct (sīla visuddhi). Only when purification of conduct is assured, one starts practising meditation for the aainment of Purification of Mind (cia visuddhi) and Purification of View (diṭṭhi visuddhi). Inviting criticism is highly conducive to maintaining the puri of Buddha's dispensation and to spiritual aainments such as jhāna, the Path and its Fruition. That is why the Buddha laid down the rule requiring formal invitation to the Saṅgha for criticism when there are five bhikkhus in residence on the full-moon day of October, or to one another if there are fewer than five bhikkhus. This is a rule of discipline that a virtuous bhikkhu should pay great heed to, and in conformi with it should earnestly invite criticism concerning his conduct and behaviour. If any criticism is forthcoming, it should be warmly welcomed in the spirit in which it is given and the necessary atonement should be made accordingly. • The full-moon day of Thadingyut, 1324 M.E.

It is just like being pointed out a smudge or stain on one's face by a iend when one is about to leave for a social function or a public gathering. The iendly intimation is received with appreciation and the smudge on the face is removed in time to avoid derision or sniggering. One is thankful to the iend for having the kindness to point out the stain on one's face. Likewise, a bhikkhu should welcome with gratitude any fault of his being pointed out by his fellow monks, and aend to its removal. This practice is essential for maintaining the puri of the Buddha's teaching. Not just following the adition as a mere formali, but sincerely wishing to eradicate one's own faults and failings, a bhikkhu should invite criticism om his fellow monks and welcome them. At the same time he should also offer in turn criticisms to other bhikkhus if he happens to see any faults in them. By thus pointing out each other's faults and making sincere efforts to remove them, the holy life can be maintained in a state of faultless puri. That was the reason behind the Buddha's laying down of this code of discipline for the bhikkhus. Today fi bhikkhus who resided here during the Rains Reeat assembled in the Uposatha hall to make formal requests to the Saṅgha for criticism. Each monk participated in this invitation ceremony, which has taken nearly an hour. I have come here saight om the assembly to continue the discourse that I gave last week.

Elaboration of the Eightfold Path Last week we dealt with only the headings of the Middle Path otherwise called the Eightfold Path. I will now elaborate on them. 1. Right View (Sammā Diṭṭhi), 2. Right Thought (Sammā Saṅkappa), 3. Right Speech (Sammā Vācā), 4. Right Action (Sammā Kammantā), 5. Right Livelihood (Sammā Ājīva), 6. Right Effort (Sammā Vāyama), 7. Right Mindfulness (Sammā Sati), 8. Right Concenation (Sammā Samādhi). The Eightfold Path can be summarised under three groups: morali (sīla), concenation (samādhi), and wisdom (paññā). Right Speech, Right Action, and Right Livelihood form the morali group or path

factors of morali (sīla maggaṅga). By practising Right speech, Right Action, and Right livelihood, morali is established. Right Effort, Right Mindfulness, and Right Concenation are the path factors of concenation (samādhi maggaṅga). By practising them concenation is established. Right View and Right Thought are the path factors of wisdom (paññā maggaṅga). Developing Right View and Right Thought leads to wisdom of insight (vipassanā paññā), wisdom of the Path (magga paññā), and wisdom of Fruition (phala paññā), that is both mundane and supramundane wisdom. I will now describe each of the path factors in detail, emphasising the practical aspects.

The Path Factor of Right Speech "What, monks, is Right Speech? It is the avoidance of telling lies, of slander, of harsh, abusive language, of idle chaer. This, monks, is called Right Speech."[1] In this definition given by the Buddha, abstinence or avoidance constitutes Right Speech. Thus, it should be noted that, even when occasion arises for

one to uer false speech, slander, abuse, or idle chaer, if one resains oneself om doing so, one is then establishing the practice of Right Speech. In reali, Right Speech is “sammāvācā virati,” one of 52 mental concomitants (cetasikā), a member of the class called abstinences (virati). However, when one reains om false speech etc., one will be engaged only in speech that is uthful, gentle, beneficial, and which promotes harmony. The essential point here is that abstinence om wrong speech amounts to the wholesome deed of observing morali. One who takes the vow of reaining om false speech in observance of the five, eight, or ten precepts has to reain at the same time om three evil vocal acts of slandering, abusing, and idle chaer too. In addition, whenever one sees, hears, smells, touches, or thinks, if one realises by contemplation the real nature of impermanence, unsatisfactoriness, and note-self concerning these sense-objects, no defilements can arise which would cause the uerance of wrong speech. This amounts to temporarily dispelling latent defilements (anusaya kilesā) including wrong speech by means of insight. As insight knowledge gets fully developed, nibbāna is realised through the knowledge of the Noble Path. When that happens, wrong

speech will have been completely eradicated by virtue of Right Speech of the Noble Path. The Visuddhimagga Commentary, therefore, states that the first Path, that of Seam-winning, dispels false speech; the third Path, that on Non-returning, dispels slander and abusive language. Here by speech or language is meant volition, (it is possible to uer harsh language unaccompanied by volition). The fourth Path, that of Arahantship, dispels idle chaer. (It should be understood here, however, that all kinds of lying, slander, and abusive language that would have caused rebirth in the lower realms have already been got rid of by the first Path). The path factor of right speech (sammāvācā maggaṅga) has to be followed until all four Noble Paths have been established. To summarise: uering false speech, slander, abuse, and idle chaer is indulgence in wrong speech; the avoidance of wrong speech is right speech.

The Path Factor of Right Action “What, monks, is Right Action? It is the avoidance of killing, stealing, and unlawful sexual intercourse. This, monks, is called Right Action.” Here too, in the definition of Right Action given by the Buddha, avoidance of the three evil physical acts constitutes Right Action. Thus even when occasion arises for one to commit killing, stealing, sexual misconduct, if one resains oneself om commiing them, one is establishing the practice of Right Action. For example, just scaring away and not killing the mosquito that is biting you amounts to Right Action. Similarly it should be understood with regard to avoidance of stealing or avoidance of sexual misconduct. An explanation is needed here as to what constitutes unlawful sexual intercourse. There are twen kinds of females with whom no male person should have sexual intercourse. Any male who has sexual intercourse with such persons as are under the protection of father, mother, brother, sisters, relatives, clan elders, and colleagues in meditation or a married woman or a beothed girl, commits the evil deed

of sexual misconduct. A married woman or a beothed girl, having sexual relation with another man also commits this evil deed. Avoidance of such evil deeds is Right Action. To summarise: killing, stealing, and sexual misconduct are Wrong Actions. Avoidance of these evil deeds is Right Action.

The Path Factor of Right Action should be developed by observing the precepts. It should be developed by practising insight meditation until the four Noble Paths have been established.

The Path Factor of Right Livelihood “What, monks, is Right Livelihood? In this teaching, the noble disciple avoiding a wrong way of living, gets his livelihood by a right way of living. This, monks, is called Right Livelihood.” Wrong Livelihood is earning one’s living through unlawful, unwholesome means such as killing and stealing. The three evil deeds and four kinds of evil speech amount only to Wrong Action (micchā kammantā) and Wrong Speech (micchā vācā) when they have no connection with earning one’s livelihood. They are not Wrong Livelihood. Thus, for instance, killing flies, mosquitoes, spiders, snakes, or an enemy through anger or fear amounts to an evil deed, which is Wrong Action, but it is not Wrong Livelihood. Killing animals such as pouly, pigs, goats, or fish for the market or for one’s own use definitely constitutes Wrong Livelihood. In general, stealing or aud is motivated by economic reasons. These will therefore be classed as Wrong Livelihood. When however, the reason is not economic, but for revenge or just a compulsive habit, these deeds are merely Wrong Action. Illicit sexual intercourse usually has nothing to do with earning a livelihood; but seduction of women and ruining them for employment in the sex ade are, of course, Wrong Livelihood. Lying is just Wrong Speech when not motivated by economic reasons; but when falsehood is employed in commercial ansactions or in law courts to promote business, it amounts to Wrong Livelihood. Similarly slander, devoid of economic interest, is Wrong Speech. However, nowadays false charges or denunciation are common methods employed to bring discredit to rivals and as they are mostly concerned with business, this may be regarded as Wrong Livelihood. Harsh speech or abusive language is rarely employed in business ansactions and is therefore usually just Wrong Speech. Writing novels, science-fiction, stories, plays, dramas, or films may mostly be regarded as Wrong Livelihood. Such wrong ways of earning a livelihood (by means of killing, stealing, and lying) are deeds that are bere of moral principles maintained by upright people.

Seeking Wealth Unethically Is Wrong Livelihood One who observes the five precepts has to avoid the above seven (three physical and four verbal) evil ways of earning a livelihood. In the Eight Precepts with Right Livelihood as the Eighth (ājīvaṭṭhamaka sīla), avoidance of wrong livelihood is included as one of the factors of the eight precepts. Thus avoiding wrong means of livelihood and earning one’s livelihood in

accordance with the moral principles of upright people constitutes right livelihood.

Seeking Wealth Ethically Is Right Livelihood Just like Right Speech and Right Action, Right Livelihood is also a practice of avoidance. Therefore, avoidance of Wrong Livelihood is to be regarded as Right Livelihood. Right livelihood should be developed by observing precepts. It should also be developed by practising insight meditation until the path factor is fulfilled. For further elaboration on Right Livelihood, please refer to my Discourse on the Sallekha Sua. These three factors Right Speech, Right Action, and Right Liveli- hood belong to the morali group of the Noble Eightfold Path. I will now proceed to discuss the constituents of the concenation group.

The Path Factor of Right Effort “What, monks, is Right Effort? Here, monks, a monk rouses his will, makes an effort, stirs up energy, exerts his mind, and sives for the non-arising of evil, unwholesome states that have not yet arisen. He rouses his will, makes an effort, stirs up energy, exerts his mind, and sives to overcome evil, unwholesome states that have already arisen. He rouses his will, makes an effort, stirs up energy, exerts his mind, and sives for the arising of wholesome states that have not yet arisen. He rouses his will, makes an effort, stirs up energy, exerts his mind, and sives to maintain wholesome states that have already arisen, not to let them fade away, but to bring them to greater growth, to the full perfection of development. This, monks, is called Right Effort.”[1] What is meant by the effort to prevent unarisen unwholesome states om arising is this: whenever one notices, sees, or hears about

[1] D.ii.312, Mahāsatipaṭṭhāna Sua, ans. Maurice Walshe.

killing, stealing, lying, etc., being done by others, one must sive to put oneself above these unwholesome acts. It is just like ying to safeguard oneself against contagious diseases such as influenza during epidemics. Regarding the effort to dispel and overcome evil, unwholesome states that have already arisen, these are of two kinds: unwholesome deeds or speech such as killing, stealing, or lying that one may have already commied (vitikkama akusala) and arisen unwholesome thoughts (pariyuṭṭhāna akusala) of anger or sensual desires; latent unwholesome states (anusaya akusala) that have not yet arisen, but which will arise when the conditions are ripe. Of these two kinds, unwholesome deeds and speech are dispelled by moral aining. Meticulous observance of the precepts automati- cally dispels evil deeds and speech. Evil thoughts of anger or sensual desire are dispelled by concenation and insight meditation. Latent defilements may be momentarily dispelled by insight meditation. They can be entirely rooted out only when the knowledge of the Noble Path is aained. It is with a view to completely uprooting latent defilements, that insight meditation should be practised. This point is subtle and profound and can be fully grasped only by those who have practised insight meditation effectively and adequately. The effort to rouse wholesome states that have not yet arisen means that one should, to the best of one’s abili, perform meritori- ous deeds that one has not done yet. Giving alms (dāna), undertaking and observing precepts, the practice of

anquilli meditation, and the practice of insight meditation are all meritorious deeds. Some distort the ue teaching of the Buddha by teaching that meritorious deeds will prolong the cycle of existences. According to them, meritorious deeds are volitional actions (saṅkhārā), which are conditioned by ignorance (avijjā). The Law of Dependent Origination says, “Conditioned by volitional actions rebirth consciousness arises (saṅkhāra paccayā viññāṇaṃ).” Therefore, according to them, merito- rious deeds (kusala saṅkhārā) will cause the arising of rebirth- consciousness, so they must be abandoned. Such an assertion conadicts the ue meaning of the Buddha’s teaching and is very misleading. In fact, if meritorious deeds were to be given up, one would be le entirely with demeritorious deeds, which would not only prolong the cycle of existences, but would surely lead to the

four lower realms. The real cause for the ceaseless rounds of rebirths is rooted in the defilements of ignorance and craving. These defilements can be removed by meritorious deeds, which should therefore be performed with a view to eradicating these defilements. A simple meritorious deed can lead to rebirth in a fortunate abode (sugati), whereas Dhamma can be studied and practised to become a Noble One, thus escaping om the suffering of the lower realms and the endless cycle of existence. The story of the og dei serves to illusate this point. The og dei was a og in his previous existence when he happened to hear a discourse given by the Blessed One. Without understanding a word of the discourse, the og listened to it with respectful aention and devotion, for which meritorious deed, he was reborn in the deva realm. As a deva he gained the opportuni of listening to the Buddha’s teaching again, by virtue of which he aained the stage of a Seam-winner. Thus effort should be made to rouse any kind of wholesome states that have not yet arisen, especially the meritorious deeds that would lead to the Noble Path. Every time such an effort is made, one is developing the path factor of Right Effort. The effort to maintain wholesome states that have already arisen, not to let them fade away, but to bring them to greater growth, to the full perfection of development is plain enough. A meditator noting everything at the moment of seeing, hearing, smelling, tasting, touching, or knowing is making an effort to prevent unwholesome states om arising. It also means siving to remove the unwholesome states that have already arisen. At the same time the meditator is siving to develop the higher wholesome deeds of insight and knowledge of the Noble Path, meritorious deeds that have not yet arisen. He or she is also siving to maintain and to bring to perfection the wholesome deeds of insight that have already arisen. Thus every time one is noting each phenomenon as a meditation exercise, one is developing the path factor of Right Effort, or the enlightenment factors of the four right exertions (sammappadhāna), which can be summarised as follows: the effort to prevent unarisen unwholesome states om arising, the effort to dispel unwholesome states that have already arisen, the effort to arouse wholesome states that have not yet arisen, the effort to maintain, develop, and to bring to perfection

wholesome states that have already arisen. These are called the four right exertions. Every time one is engaged in the meritorious deeds of chari, morali, and meditation one is developing the path factor of Right Effort, or the four right exertions. It is especially so when one performs these deeds with a view to escaping om the suffering of the cycle of existence. The meritorious deed of insight meditation is, needless to say, synonymous with the path factor of Right Effort. Siving to perform meritorious deeds is Right Effort.

The Path Factor of Right Mindfulness "What, monks, is the path factor of Right Mindfulness? Here, monks, a monk dwells contemplating the body as the body,[illegible] ardent, clearly comprehending, and mindful, having overcome covetousness (abhijjhā) and sorrow (domanassa) for the world. "He dwells contemplating feelings as feelings … the mind as mind,[illegible] mind-objects as mind-objects, ardent, clearly compre- hending, and mindful, having overcome covetousness and sorrow for the world. This, monks, is called Right Mindfulness." These are the Buddha's words elaborating Right Mindfulness.

Was the Noble Eightfold Path Taught in Detail? In the Dhammacakka Sua, as we find it today, the Eightfold Path is just mentioned in the form of headings. When this Dhammacakka discourse was first given by the Buddha, did the Venerable Koṇḍañña together with Brahmās and deities who aained to higher knowledge then, understand merely by the words "Right Mindfulness" that it meant the Four Foundations of Mindfulness by means of which the nature of the body, feelings, the mind, and mind-objects are clearly comprehended? Did they also understand that noting every bodily action, every feeling, every mental phenomenon, every thought or mind-object constitutes Right Mindfulness, and that this should be developed by noting every physical and mental phenomenon?

[illegible] Seeing it as impermanent, painful, unconollable, unbeautiful, unpleasant material aggregates. [illegible] Noting it merely as a process of thinking and consciousness, impermanent, painful, unconollable, etc.

This is a moot point that needs to be pondered, for unless they had a clear comprehension about it, they would not be able to develop Right Mindfulness. In the absence of Right Mindfulness, aaining higher knowledge of the Noble Path and its Fruition is impossible. Two considerations are possible here. The first one is that the Venerable Koṇḍañña and the Brahmās and deities who were already fully ripe with unique perfections (pāramī), destined for final liberation, on just hearing the words "Right Mindfulness," they at once understood that they should note every bodily action etc., to develop the path factor of Right Mindfulness. They accordingly did so and in this way aained higher knowledge. The second consideration is that when the discourse was first given, for clear understanding by his audience the Blessed One

elaborated the factors of the Noble Eightfold Path and expounded on the Four Foundations of Mindfulness. However, at the time of the First Buddhist Council, when reciting the Dhammacakka Sua, the Noble Eightfold Path, as a component of the Four Noble Truths, was condensed in the form of headings only, there being in existence expositions on them separately in other suas being recited in condensed form at the First Council. The answer is yes. The Satipaṭṭhāna Sua in the Majjhimanikāya is a condensation of the Mahāsatipaṭṭhāna Sua in the Dīghanikāya, only the first portion of which was recited at the First Council. However, at the proceedings of the Sixth Buddhist Council, the missing portions of the suas have been filled in and recorded, although the laer portions of the sua were not mentioned in the Majjhimanikāya Commentary. Similarly, some long suas belonging to some other collections (nikāya) were recorded in condensed form in the Khuddakanikāya. Thus it may be taken here that the exposition on Right Mindfulness given at the time of the first discourse was omied and the sua recited in brief during the First Council. Thus the question need not arise as to how the deeper, detailed meaning of the Noble Eightfold Path could be known om mere headings. Nowadays, the Four Foundations of Mindfulness are well known by many. There is the Mahāsatipaṭṭhāna Sua itself which supplies elaborations on the summarised title of the Noble Eightfold Path. There exist also many Commentaries on this sua. Yet, in spite of them, there are only a few who knows how to develop the path factor of Right Mindfulness.

Therefore, my opinion is that the Blessed One expounded the path factors in full detail when he was giving the first discourse for the benefit of many. It must be firmly noted that the path factor of Right Mindfulness is the Four Foundations of Mindfulness. How this path factor should be developed is provided in the Pāḷi text just quoted. This Pāḷi text is exactly the same as the summarised inoductory passage to the Mahāsatipaṭṭhāna Sua. Finding this brief account inadequate for full understanding, one can have recourse to deep study of the Mahāsatipaṭṭhāna Sua itself. According to the Mahāsatipaṭṭhāna Sua, contemplation of the body (kāyānupassanā) may be carried out in two ways: either by contemplat- ing respiration (ānāpānasati), i.e. watching the in-breath and out-breath, or contemplating the thir-two constituent parts of the body such as head-hair, body hair, etc. The Commentary states that these two sections of the Satipaṭṭhāna Sua are meditation objects producing the aain- ment of absorption (appanā jhāna). The remaining nineteen sections of the Satipaṭṭhāna Sua are meditation objects producing access con- cenation (upacāra kammaṭṭhāna), by which insight meditation is meant, which produces only access concenation (upacāra samādhi). It is only required to select any of the meditation objects men- tioned in the remaining nineteen sections for development of the path factor of Right Mindfulness (sammāsati maggaṅga). In accordance with the insuctions in the section on body postures, “While walking, the bodily movements involved in the act of walking should be noted (gacchanto vā gacchāmī’ti pajānāti).” While standing, siing, lying down, the bodily movements involved in each action should be noted. In

accordance with the insuction to note however the body is disposed (Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti tathā tathā naṃ pajānāti) if there are other postures or movements, they should also be noted carefully. Here special aention should be paid to the grammatical tense employed in “gacchanto vā gacchāmī’ti,” etc. It definitely refers to noting the present action only. It should be thoroughly understood that learning by rote and pondering the pes of materiali, as enumerated in the Abhidhamma, does not amount to contemplation of the body (kāyānupassanā satipaṭṭhāna). In addition, as mentioned in the section on mindfulness with clear comprehension (sampajānapabbaṃ) all bodily movements involved in going forward

or coming back, looking ahead or looking aside, bending or setching the limbs, should be noted.

Momentary Concentration for Insight According to the section on aention to the elements (dhātu- manasikārapabbaṃ), the four primary elements should be noted as they become manifest. The Visuddhimagga explicitly states that when the hindrances are completely overcome by contemplating the four primary element, access concenation arises. This access concenation, as explained in the Visuddhimagga Mahāṭīkā, is not in the neighbourhood of absorption (appanā samādhi) and as such, is not ue access concenation. Nevertheless, since it is akin to access concenation in its capaci to overcome the hindrances and producing anquilli, it assumes the name of access concenation by virtue of its capacities. For the purposes of insight meditation, we have used the term momentary concenation for insight (vipassanā khaṇika samādhi) to describe the said concenation. Some people find it difficult to understand this usage and criticise its use. They maintain that insight cannot be developed by means of momentary concenation. They argue that, if it were possible, monastic students studying the scriptures should be able to acquire insight knowledge. We could accept this view if the student’s concenation were song enough to dispel the hindrances and if, at the same time, they were contemplating on the mental and physical phenomena at the moment of their arising, in accordance with the Mahāsatipaṭṭhāna Sua. However, it is plain that the concenation involved in the recitation of, and reflection on, the scriptures that students have learnt by heart is not intense enough to overcome the hindrances nor are they noting mental and physical phenomena at the moment of their arising. Our critic is therefore obviously not conversant with the correct practice of insight meditation. In the Visuddhimagga, momentary concenation for insight is mentioned as momentary unification of the mind (khaṇika- ciekaggatā);[1] in its Subcommentary[2] it is referred to as concenation lasting for a moment (khaṇamaaṭṭhitiko samādhi). Thus based on the authori of the Commentary and the Subcommentary, we have [1] Vism.289, Path of Purification p.282. [2] Vism.Ṭ.278.

employed the tern “momentary concenation for insight” to describe the concenation which is, by virtue of identi, access concenation. Once these explanations are well understood, confusion will surely cease in the minds of our critics. As stated above, if contemplation of materiali is accomplished by noting it as it arises, in accordance with the sections on postures (iriyāpathapabbaṃ), clear comprehension (sampajānapabbaṃ), and aention to elements (dhātumanasikārapabbaṃ), access concenation, which may be termed momentary concenation, is developed. Together with it, insight knowledge, which is also known as the right-view of insight (vipassanā sammādiṭṭhi), is also developed. These are then the path factors of Right Mindfulness, Right Concenation, and Right View, otherwise called the foundation of mindfulness with regard to contemplation of the body (kāyānupassanā satipaṭṭhāna). With regard to the above statement that aention to elements is an object of meditation for access concenation, we have the authori of the Visuddhimagga, which mentions this meditation object as analysis of the four elements (catudhātuvavahāna). No doubt should also be entertained about our assertion that contemplation of body postures and clear comprehension leads to access concenation, because the Commentary to the Satipaṭṭhāna Sua definitely confirms them to be meditation objects for access concenation. In addition, according to the section on contemplation of feelings, mindfulness of feelings, the mind, and mental-objects at the moment of their arising will lead to the development of access concenation and insight knowledge. Therefore the Visuddhimagga gives, at the beginning of the chapter on Purification of View, a description of how a person who begins practising bare insight saight away contemplates the four primary elements followed by discernment of eighteen elements, twelve bases, and the five aggregates. This is in accordance with the teachings of the Buddha as provided in the Mahāsatipaṭṭhāna Sua. By now, having heard the above explanations and considerations, it should be possible to understand how to develop the path factor of Right Mindfulness in conformi with the discourses of the Blessed One. Having understood, one should be able to determine whether mere recitation of, and reflection on, what one has learnt om the scriptures, instead of mindfully noting the body, feelings, the mind, and the mental-objects at

the moment of their arising, leads to the Right Mindfulness. It is plain too that in the absence of the proper path factor of Right Mindfulness that the path factor of Right View can never be established.

Genuine Insight Only by Mindful Noting In order to further sengthen the argument, I will quote a passage om the Mahāsatipaṭṭhāna Sua Commentary:ð “Yasmā pana kāyavedanāciadhammesu kañci dhammaṃ anāmasitvā bhāvanā nāma nahi, tasmā tepi iminā va maggena sokaparideve samatikkantāti veditabbā.” “It should be understood that there is no development of insight pertaining to knowledge of the Noble Path, without contem- plating the body, feelings, mind, and mental objects.” Therefore it should be realised that the minister Santati and Paṭācārā Therī (who were

said to have aained the higher knowledge of the Noble Path and Fruition while listening to a discourse had overcome their sorrow and lamentation only through the practice of the four foundations of mindfulness. The Commentary is very clear on this point. It is not just listening to the teaching, but contemplation on the body, feelings, mind, and mental-objects that helped them to aain higher knowledge. Without contemplating on any of them, it is impossible to develop insight, nor knowledge pertaining to the Noble Path and its Fruition. It is very clear therefore that mere learning of the definition and classifi- cations of mind and maer and reflecting on them without actually noting them as they arise within one's body, will never develop the proper path factor of Right View otherwise called insight knowledge or the knowledge pertaining to the Noble Path. Here, Right Mindfulness alone will not bring about the desired objective. Having achieved Right Mindfulness, it is only by comprehending the uth as it really is that the desired end is aained. Therefore in the summarised inoduction to the Satipaṭṭhāna Sua cited above, it is mentioned to maintain ardent mindfulness with clear comprehen- sion. In the exposition of this summarised inoduction terms such as "pajānāti"— to know in different ways, or "sammudaya dhammānupassi" — to know the cause of arising and ceasing, are employed. ◆ MA.ii.339.

We have therefore, summarised this path factor of Right Mindful- ness as follows: to develop Right Mindfulness, there must be: ardent mindfulness with clear comprehension of every bodily movement, every mental action, every feeling, whether pleasant, unpleasant, or neual, whichever manifests, and every mental-object as it appears. I have taken time to discuss in detail the path factor of Right Mindfulness as it is very important for the understanding of many people. I will proceed with the consideration of the path factor of Right Concenation. For that, I will confine myself only to the most essential points of the teaching concerning the path factor of Right Concenation. To give all expositions on the subject would cover too wide a scope, and would be hard to grasp by those with limited knowledge.

The Path Factor of Right Concentration "What, monks, is Right Concenation? Here, monks, a monk, being detached om all desires and other unwholesome states, enters into and abides in the first absorption accompanied by initial (vitakka) and sustained application (vicāra), filled with joy (pīti) and happiness (sukha), born of detachment om unwholesome thoughts … he enters into and abides in the fourth absorption accompanied by equanimi and purified by mindfulness. This, monks, is called Right Concenation." Here, absorption (jhāna) means not allowing the mind to wander about, but fixing it on a single object to remain anquil. According to the Suas, there are four absorptions: Five factors accompany the first absorption: initial application (vitakka), directing the mind towards the meditation object: sustained application (vicāra), repeated investigation of the object, which has manifested; joy (pīti), rapture or delight, happiness (sukha), bliss or pleasant feeling, one-pointedness (ekaggatā), a

calm, unified mind. In the second absorption: with the fading away of initial and sustained application, only three factors remain, joy, happiness, and one pointedness. In the third absorption: with the fading away of joy, only two factors, happiness and one-pointedness remain. In the fourth absorption: happiness is replaced by equanimi, so that only equanimi and one-pointedness remain.

Insight without Absorption 71

These four absorptions may be mundane (lokiya), also known as form (rūpavacara) and formless (arūpavacara) jhāna, or supramundane (lokuara), if accompanying Noble Path consciousness. Supramun- dane absorption is the genuine path factor of Right Concenation, mundane absorption may be classed as the path factor of Right Concenation if it forms the basis for the development of insight.

Insight without Absorption Hanging on to this statement, some say that insight can be developed only aer achieving purification of mind through aaining absorption (jhāna). Without absorption, purification of mind cannot be aained, and so insight cannot be developed. This is a one-sided, dogmatic view. That access concenation in the neighbourhood of absorption, having the capaci to suppress the hindrances, can help aain the purification of view, leading to the development of insight. That many have achieved Arahantship by thus developing insight, is explicitly stated in the Visuddhimagga. In the Suanta Piṭaka, for example in the Mahāsatipaṭṭhāna Sua, there is very clear teaching that Arahantship may be achieved by contemplating objects such as body postures, which can only give rise to access concenation. The Anussatiṭṭhāna Sua[illegible] of the Aṅguaranikāya states that the concena- tion developed by recollecting the virtues of the Blessed One[illegible] is adequate to use as a basis for the development of higher knowledge up to the state of Arahantship. The Commentaries that expound on the section on clear comprehension also definitely affirm that joy (pīti) can be aroused by recollecting the virtues of the Blessed One and the Saṅgha; and that the joy so aroused can be contemplated as being perishable, as being impermanent, resulting subsequently in the aainment of Arahantship. These authorities state further that innumerable people, hundreds of thousands, millions, and tens of millions, who became liberated during discourses given by the Buddha were not all skilled in absorptions. It is probable that many of them were unequipped with any such aainments. However, they must have achieved purification [illegible] A.iii.312. [illegible] The eight reflections (anussati) consisting of the subjects of Recollection of the Aibutes of the Buddha to Contemplation of the inevitabili of death, reflection on the loathsomeness of food, and analysis of the four elements will lead to neighbourhood-concenation. (Buddhist Meditation and its For Subjects)

72 A Discourse on the Wheel of Dhamma

of mind because their minds were described as responsive, tender, ee om hindrances, exultant, and pure. The Commentaries clearly state that it was at such opportune moments that the Blessed One delivered the most exalted, sublime teaching

of the Four Noble Truths, which the Buddhas alone can expound. They also clearly state that his audience aained higher knowledge as a consequence of listening to such teachings. In view of such consideration, the definition given in the teachings on Right Concenation in terms of the four absorptions should be regarded as a superlative method of description; access concenation, although described as an inferior way, may also be taken as Right Concenation, which can accomplish purification of mind. The said access concenation has the same characteristics of suppressing the hindrances as the first absorption. It is also similar in having the same five jhāna factors of initial application, sustained application, joy, happiness, and one-pointedness. Consequently we take it that the Blessed One had included both the proper access concenation and the nominal access concenation under the category of the first jhāna as an inferior way of definition. Absorption means closely observing an object with fixed aention. Fixed aention to a selected object of meditation such as respiration for anquili concenation gives rise to samatha jhāna, whereas noting the characteristics of mind and maer, while contemplating their three characteristics, gives rise to vipassanā jhāna. I give the following summary for easy recall:– 1. Close observation with fixed aention is called jhāna. 2. There are two pes of jhāna: samatha jhāna and vipassanā jhāna. 3. Fixed aention to develop anquili is called samatha jhāna. 4. Contemplating the three characteristics is vipassanā jhāna. 5. There are three kinds of concenation: momentary (khaṇika), access (upacāra), and absorption or fixed (appanā) concenation. The momentary concenation mentioned above refers to the fairly calm state before access concenation is aained in the course of meditating on objects of anquili meditation (samatha kammaṭṭhāna), and also to concenation for insight (vipassanā samādhi). Of these two, concenation for insight, having the same characteristic as access concenation — suppressing the hindrances — is also called access concenation as explained earlier. That this momentary

concenation, when it becomes well developed, can keep the mind anquil just like absorption, is borne out by the personal experience of meditators practising Satipaṭṭhāna meditation. In the Visuddhimagga Mahā Ṭīkā we find: “Momentary unifica- tion of mind is concenation that lasts only for the duration of the moment of each arising (khaṇikaciekaggatāti khaṇamaaṭṭhitiko samādhi).” When this momentary concenation for insight occurs without interruption with mind and maer as its object maintaining anquili in a single mode at a setch and not being overcome by opposing defilements, it fixes the mind immovably as if in absorption. Accordingly a person engaged in insight meditation and intent on developing himself up to the Path and Fruition stage, should endeavour if possible to aain the first, second, third, fourth jhāna, or all four jhānas. Having aained any of them, one should ain oneself to maintain them and to be skilful with them. Failing, however, to reach the jhānic stage, one should sive to bring about access concenation in the neighbourhood of the jhāna. A meditator whose vehicle is pure insight (vipassanā

yānika), on the other hand, who begins with the contemplation of mind and maer, such as the four primary elements, should y to establish momentary concenation, which is capable of suppressing the hindrances just like the access concenation. When it is fully established, progressive insight will arise beginning with analytical knowledge of mind and maer (nāmarūpapariccheda-ñāṇa). Thus momentary concenation and access concenation are also to be regarded as the path of Right Concenation. I have dealt fairly comprehensively with the path of Right Concenation. I will now proceed to elaborate on the wisdom group, beginning with the path factor of Right View.

The Path Factor of Right View "What, monks, is Right View? It is, monks, knowledge of suffering, knowledge of the cause of suffering, knowledge of the cessation of suffering, knowledge of the way leading to the cessation of suffering. This, monks, is called Right View." In short, rightly knowing the Four Noble Truths is the path factor of Right View. This should be developed as explained above in the

development of Right Mindfulness and Right Concenation. Further elucidation will be provided here for clearer understanding. According to the Aṅguaranikāya Commentary there are five pes of right-view: right-view about ownership of kamma (kammas- sakatā sammādiṭṭhi), right-view of absorption (jhāna sammādiṭṭhi), right-view of insight (vipassanā sammādiṭṭhi), right-view of the Path (magga sammādiṭṭhi), and right-view of the Fruit (phala sammādiṭṭhi). The Commentary on the Mahācaārīsaka Sua mentions also five pes similar to the above, but instead of jhāna sammādiṭṭhi, there is the right-view of reviewing (paccavekkhaṇa sammādiṭṭhi). Combining the two lists, we have six pes of Right View. In the above list, right-view of the uit accompanies the four Fruits that are the results of four Paths. The knowledge of the Noble Path is spontaneously followed by knowledge of Fruition; there is nothing special to be done to aain it. Right view of reviewing also occurs spontaneously aer aaining the Path and its Fruition, so no effort is needed to bring it about. One should sive only to gain the first four pes of right-view, which we will therefore elaborate.

Right View About the Ownership of Kamma "Kammassakatā sammādiṭṭhi" means belief in and acceptance of the view that there is kamma and there are results of that kamma. Any action is kamma, which produces good or bad results. For instance, doers of evil deeds reap evil consequences. Criminals have to face punishment for their crimes, the lightest of which may be condem- nation by socie. Abusive language is likely to lead to a retort; a stern look charged with ill-will, will likely be reciprocated, while a happy smile begets a happy smile. A iendly greeting is likely to be met with a iendly response. A well-behaved child who has had a good education will grow into a prosperous and successful adult. Following a lucrative ade or indusy leads to wealth and prosperi, unprofitable endeavours such as gambling surely leads to ruination. Instances of good or bad results following good or evil actions are within our daily experience. Throughout the endless cycle of existence, this law of kamma prevails,

good action leading to good results, evil action leading to bad consequences. As a result of evil deeds done in past existences one has to suffer evil consequences such as a short life-span with

various ailments, ugliness, pover, and lack of aendants in the present life. Evil acts such as killing, torturing, stealing, robbing, or lying done in this life will bear uit in future existences by being born in the lower realms accompanied by evil reibution. Good deeds done in previous existences, come to uition in the present life as good results, so one enjoys longevi ee om ailments, endowed with beau and wealth, and aended by many followers. Avoiding evil acts of killing, torturing, stealing, robbing, and being well disposed to generous deeds and helping others, one is reborn in higher existences, enjoying the uits of these good deeds. Good and bad results are evident realities. The belief that these realities are the results of good and bad actions is the right-view that one's own kamma is one's own proper. This right-view is not brought about by one's own peneative intuition like insight knowledge. It is mere acceptance of the view based on faith in the words of the elders and scriptures aer weighing the evidence of known instances and their credibili. This right-view is included in the list of ten meritorious deeds and is known as meritorious right-view (sucarita sammādiṭṭhi). The wrong-view (micchādiṭṭhi) that denies the uth of kamma and its result is one of the ten demeritorious deeds and is called demeritorious wrong-view (duccarita micchādiṭṭhi). Please refer to my Discourse on the Sallekha Sua for further elucidation. Meritorious right-view or right-view about the ownership of kamma forms the root of all wholesome actions. Based on this root, evil deeds are avoided and wholesome deeds such as generosi and morali are done. The meritorious deeds of anquili and insight meditation may also be cultivated. For this reason, this right-view and morali are said to be preliminary requirements for the wholesome deeds of concenation and insight. "Since you have asked for a brief teaching to practise in solitude, I urge you to work first for the purification of those states that form the basis to develop concenation and insight. What are these preliminary requirements? They are purified morali and right-view. When you have purified morali and estab- lished right-view, then depending on morali, you may go on to develop the four foundations of mindfulness in three modes: contemplating internal objects, contemplating external objects, and contemplating internal and external objects."

From these words of the Blessed One, it is obvious that right-view about ownership of one's kamma and the path factors of morali are the preliminary requirements that have to be established before a meditator starts practising meditation. It is clear also that for the development of insight, jhāna and access concenation are prerequi- sites to achieve purification of mind. Further, it is evident that in order to establish the Noble Path, the path of insight, otherwise called the preliminary path (pubbabhāga

magga), which is the precursory to it, must first be developed. What I have described is the three stages of the Path: the basic path (mūla magga), the preliminary path (pubbabhāga magga), and the Noble Path (ariya magga). Developing them leads to nibbāna.

The Path in Three Stages Pious Buddhists customarily wish for the speedy realisation of nibbāna whenever they perform any meritorious deed. The highest goal will not, of course, be aained immediately by merely wishing for it. It will be aained only in one of the higher planes, which they will reach by virtue of their good deeds; and then only if they actually develop the Noble Eightfold Path. So, why wait for a future existence? Why not start now and work for liberation in this very life? Consider how liberation may be achieved. Liberation may be achieved by developing the Noble Eightfold Path which must be preceded by the preliminary path. However, to develop this path, the basic requirements must first be fulfilled, that is, the establishment of right-view, the three path factors of morali and the three path factors of concenation. For those who take refuge in the Buddha's dispensation, right- view about the ownership of kamma has already been established. As for path factors of morali, if they are not yet already established in it, lay people can accomplish it by observing the precepts on the eve of starting the meditation practice. If a bhikkhu entertains any doubt about the puri of his morali, he should, at the very outset, sive for its purification by undergoing probation (parivāsa) and rehabilitation (mānaa). If he possesses unallowable proper, he should discard it, and confess his offence. Aer thus ensuring the puri of his morali, a bhikkhu should sive to aain one, two, three, or all four jhānas. If unable to do so, he should work to gain

at least access concenation in the neighbourhood of jhāna. If he cannot work for jhāna, he must y to achieve the momentary concenation for insight, which has the same characteristics of suppressing the hindrances as the access concenation, by contem- plating the four primary elements, etc. This does not involve establishment of concenation as such, but by keeping close awareness of the ue nature of mind and maer, concenation automatically arises. However, by having the aention dispersed over many objects or having it fixed on objects which are not easily discernable, concenation takes a long time to arise. Confining the aention to a limited number of objects that can be distinctly noted will facilitate and hasten the development of concenation. Therefore we insuct our meditators to start with noting the element of motion (vāyo dhātu), the characteristics of which — stiffness, pressure, and motion — manifest in the abdominal region. As the abdomen rises, note "rising," as it falls, note "falling." Begin by noting just these two motions, rising and falling. However, this is not all that needs to be done. While noting the rising and falling of the abdomen, if thinking arises, note that as "thinking," and then revert to noting the rising and falling. If some painful feeling appears in the body, note that, and when it subsides or has been noted for some time, revert to noting rising and falling. If there is bending, setching,

or moving of the limbs, note “bending,” “setching,” or “moving.” Whatever bodily movement there is must be noted. Then revert to the nothing the abdominal movements. When you see or hear anything clearly, note “seeing,” or “hearing” for some time, then return to the rising and falling movements. By thus noting every phenomenon aentively, the mind becomes calm and concenated. At every moment of awareness, the object observed (rūpa), will appear separately om the mind (nāma), that cognises it. It is the beginning of the development of the insight knowledge that distinguishes mind om maer by virtue of the concenated, calm mind. This insight knowledge was meant when the Blessed One said “Vision arose, insight arose …” Elders meant the same when they uered, “Preceding knowledge is superseded by the knowledge following it (pubbenāparaṃ visesaṃ sanjānanti).”

78 A Discourse on the Wheel of Dhamma

How Jhāna Attainers Develop Insight If the meditator sives hard, in the way stated, until aaining jhāna, the knowledge that accompanies the absorption is the right- view of jhāna sammādiṭṭhi, which is not noteworthy for the purposes of insight. What is noteworthy is the jhāna concenation that is useful for purification of mind and as the basis for insight. By employing jhāna as a base the meditator emerges om absorption and starts contemplating on the mental states involved at the moment of jhānic aainment, namely, initial application, sustained application, joy, happiness, one-pointedness, contact, volition, aention, etc. These mental states become very clear to the meditator, as do the physical states on which the absorption depends. Each moment of their existence presents itself clearly, followed at once by its dissolution. The meditator knows easily that because of its incessant passing away, it is impermanent, unsatisfactory, and not-self. The meditator alternately enters absorption and emerges om it to contemplate the mental and physical phenomena involved. While repeating this procedure several times, the path factors of wisdom become songly developed, soon leading to the realisation of nibbāna. The possibili of such realisation is described thus in the Jhāna Sua:[illegible] “Monks, here, a monk enters and abides in the first jhāna. When he emerges om that state, he contemplates the body, feelings, perceptions, mental formations, and consciousness that exist during the absorption and sees them as impermanent, unsat- isfactory, and not-self. Seeing thus he stays with the insight knowledge so gained and aains Arahantship, the cessation of all corruptions.” This is how an aainer of jhāna aains the Noble Path by insight meditation on the jhānic mind and mental concomitants — mental and physical phenomena that have actually arisen and passed away in himself. Here serious consideration should be given to the fact that it is not mere reflection on what one has learnt om books, but actually observation of the arising and passing away of phenomena as it actually happens inside oneself. It is obvious, therefore, that just the aainers of jhāna, aer entering and emerging om jhānic states, have to meditate on the [illegible] A.iv.422.

Contemplating Miscellaneous Mental Formations 79

arising and passing away of phenomena that actually occurred in the immediate preceding moment, so too meditators not endowed with jhāna, have to contemplate the arising and passing away of sensual desires etc., as they occur in the immediate preceding moments. It is indeed very clear. Therefore, those who have not aained jhāna should note firmly that genuine insight cannot be developed by mere reflection on book knowledge, learnt by rote; it can be developed only by watching closely every action of seeing, hearing, smelling, tasting, touching, and thinking, in oneself and discerning their arising and passing away as it occurs in the immediate preceding moment.

Contemplating Miscellaneous Mental Formations There is another method of meditation employed by the aainers of jhāna. Entering into absorption and emerging om it, the meditator contemplates the jhānic mind, mental states, and maer, whatever is easily discernable, paying aention to seeing, hearing, smelling, tasting, touching, or thinking as they occur. This is known as contemplation of miscellaneous mental formations (pakiṇṇaka saṅkhārā). This is the same method employed by bare insight meditators devoid of jhānic aainments. The difference lies in using the jhāna as a basis for insight, and in the ease with which mental and physical phenomena can be contemplated as they appear by virtue of the solid foundation of deep concenation. These are the only differences between the two methods. When fatigue overtakes a meditator while contemplating miscel- laneous objects that appear at the sense-doors, he or she reverts to the absorption. Aer recuperating, he or she continues contemplating mind and maer wherever they appear. In this way, based on absorption, he or she develops insight until it is song enough to lead to the realisation of nibbāna through Path knowledge. This method of contemplation is described in exposition on Dvedhāvitakka Sua in the Commentary to Mūlapaṇṇāsa as follows: “In these words the Buddha talked about the time when Bodhisaa developed insight meditation based on jhāna. Truly, when both concenation and insight of a meditator are not yet fully mature, if he sits very long developing insight meditation fatigue overwhelms him, there is burning sensation in the body as if flames are bursting,

sweat oozing out om the arm-pits; he feels as if hot steamy gas is rushing forth om the top of his head. The tortured mind twitches and suggles. The said meditator reverts back to the jhānic state to reduce the mental and physical sain to get relief om them; and thus reeshing himself, he returns to the task in hand of meditation. By siing long at it he again fatigues himself. Then he seeks relief once more by re-eny into jhānic state. Indeed he should do so. Entering the jhānic state is greatly beneficial to insight meditation. This is how miscellaneous volitional activities are used as objects for meditation starting with jhāna, which the meditator maintains as a base. Meditators not endowed with jhāna, contemplate miscellane- ous volitional activities such as seeing, hearing, thinking, etc. When fatigue overtakes them while doing so, they cannot, of course, seek relief by entering jhāna. They revert to the limited

objective of noting the rise and fall of the abdomen. By limiting the objects of meditation, mental and physical fatigue are alleviated. Thus reeshed they go back to the continuous observation of the miscellaneous volitional activities. In this way when concenation for insight becomes sengthened, the meditator can engage in continuous meditation, day and night, without physical discomfort or mental disess. The meditation objects seem to arise by themselves. With effortless mindfulness, the process of knowing reali as it is, flows smoothly. The uth about the three characteristics appears spontaneously. As this knowledge gains gathers momentum, both the sense-objects and the knowing mind plunge into the state of dissolution and cessation. This is rushing headlong into nibbāna by means of the Noble Path. I have now summarised the basic, preliminary, and Noble Paths. Developing them leads to nibbāna.

Beginning the Path of Insight As has been stated above, of the three stages of the path the basic path comprising right-view and morali has to be accomplished before starting meditation practice. The meditator who uses anquil- li as a vehicle (samatha yānika) has to develop concenation first, before beginning insight meditation, either access concenation or absorption. The meditator whose path is bare insight (suddhavipassanā yānika), on the other hand, accomplishes the basic path factor of concenation while contemplating the four primary elements, etc.,

How the Factors of Wisdom Are Developed 81

by virtue of fixed aention being placed on every sense-object under contemplation. Then the mind does not wander to other objects. Being solely occupied with the task of contemplation, the mind gets purified. Aer purification of mind is achieved, every act of contemplation is the development of the path of insight.

How the Factors of Concentration Are Developed Effort that is put forth to note each phenomenon of rising, falling, siing, touching, thinking, knowing, feeling hot, feeling painful, etc., constitutes the path factor of Right Effort (sammā vāyama maggaṅga). Mindfulness of bodily actions, feelings, mind, and mental-objects involved in the practice of the Four Foundations of Mindfulness is the path factor of Right Mindfulness (sammā sati maggaṅga). Having the mind fixed on the sense-object under contemplation is the path factor of Right Concenation (sammā samādhi maggaṅga), also called momentary concenation for insight (vipassanā khaṇika samādhi). These three are the path factors of concenation.

How the Factors of Wisdom Are Developed Knowing the sense-object under contemplation according to its ue nature is the path factor of Right View (sammā diṭṭhi maggaṅga). Just aer aaining the purification of mind, knowledge arises that is able to distinguish sense-objects om the knowing mind. This analytical knowledge of mind and maer constitutes the Purification of View. This is followed by discernment of the nature of cause and effect while in the course of contemplation. There is bending because of the desire to bend, setching because of the desire to setch, movement

because of the desire to move. One sees because there is the eye and the sight. One hears because there is the ear and the sound. There is wealth because of good kamma, etc., thus discerning clearly the law of cause and effect as it uly is. As meditation continues, the meditator discerns with each noting the origination as well as the dissolution of each phenomenon. This results in realising the uth of impermanence with respect to both the sense-object and the knowing mind. The incessant arising and passing away without any break leads to the conviction that it is all dreadful suffering, insubstantial, and not amenable to one's will. Such clear conviction constitutes the path factor of Right View.

Therefore the Buddha had said that knowledge of the uth of suffering is the path factor of Right View. When the uth of suffering is discerned at every contemplation by means of the three character- istics the task of comprehending the remaining three uths is accomplished. How this is accomplished will be dealt with later in the section on the uth of the path. Inclining the mind to know the ue nature of mind and maer, and their origination and dissolution by way of the three character- istics, constitutes the path factor of Right Thought (sammā saṅkappa maggaṅga). The two paths factors of Right View and Right Thought are the path factors of the wisdom group. The three factors of Right Concenation explained before, plus these two factors of insight form the five path factors that are classified as the five workers (kāraka maggaṅga). These factors are responsible for accomplishing the task of noting and knowing every phenomenon. Hence they are called the workers in the Commentary. The path factors of morali — Right Speech, Right Action, and Right Livelihood — were established even before meditation started, and they remain firm, geing more refined during the course of meditation. With these three factors, all eight path factors of the preliminary path are being developed with each act of noting.

The Path Factor of Right Thought I have dealt elaborately with seven path factors. I will now proceed with the consideration of the remaining one, the path factor of Right Thought (sammā saṅkappa maggaṅga). "What, monks, is Right Thought? The thought of renunciation (nekkhamma saṅkappa), the thought of non-violence (abyāpāda saṅkappa), the thought of non-cruel (avihiṃsā saṅkappa). This is Right Thought." All wholesome thoughts of performing meritorious deeds, seeking ordination, listening to discourses, and practising meditation are thoughts of renunciation. (See also A Discourse on the Sallekha Sua). "Pabbajjā pathamaṃ jhānaṃ, nibbānañca vipassanā Sabbepi kusalā dhammā, nekkhammanti pavuccare." According to the above verse, it is clear that practising insight meditation fulfils the renunciation aspect of right thought. Thoughts

of non-killing and wishing others well form are thoughts of non- violence. Especially when loving-kindness meditation (meā bhāvanā) is being developed this factor is

being fulfilled. Thoughts of consid- erateness and mercy are non-cruel, which is especially fulfilled while engaged in meditation on compassion (karuṇā bhāvanā). In the course of insight meditation, since no thoughts of killing or cruel with respect to the sense-object under contemplation get the opportuni to arise, it should be considered that these two factors of Right Thought are fulfilled with every act of noting. However, the thought involved in insight meditation is not deliberate cogitation or conceiving, it is just inclining the mind towards perceiving the ue reali of mind and maer, the nature of their origination and dissolution, and the uth of the three characteristics. I have fully explained the basic path (mūla magga) as well as the eightfold factors of the path of insight, otherwise known as the preliminary path (pubbabhāga magga). When the path of insight is fully developed, it gets ansformed into Noble Path (ariya magga) leading to the realisation of nibbāna. The preliminary path may be called the forerunner of the Noble Path, which follows it. In other words, they form the first and last parts of the same path. To aain the Noble Path, which forms the last part of the path, the initial part, namely the path of insight first has to be accomplished. In this way, the last stage of the Path, the Noble Path, will develop by itself. To give a simile, to jump across a seam, one should run at full speed and jump. Once one has jumped, no further effort need be exerted. One will automatically land on the other side of the seam. Developing the path of insight may be compared to running at speed and jumping. Landing on the other side is like realising the Noble Path in consequence of the momentum gained om the path of insight. May all the good people in this audience, by virtue of having given respectful aention to this Discourse on the Wheel of the Dhamma, be able to develop the Middle Path, otherwise called the Noble Eightfold Path and by means of the Path and its Fruition according as you wish, aain nibbāna, the end of all suffering. Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Part Four Delivered on Sunday 21st October, 1962.[illegible] For the past eight weeks I have been expounding the Dhamma- cakka Sua, dealing with definitions and explanations of the two exeme practices, how the Blessed One discarded these two exemes and discovered the Middle Path, otherwise called the Noble Eightfold Path, by means of which vision and insight arose in him. I have also explained how the path leads to the calming of the defilements, and to higher knowledge, which gives peneative insight into the Four Noble Truths and leads to the realisation of nibbāna. I have also given a comprehensive exposition of the Eightfold Path and how it may be developed. I will now start considering the Four Noble Truths, which the Blessed One peneated by adopting the Middle Path.

The Truth of Suffering “Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ — jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, byādhipi dukkho, maraṇampi dukkhaṃ, appiyehi sampayogo dukkho, piyehi vippayogo dukkho, yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ — saṃkhiena pañcupādānakkhandhā dukkhā. This Pāḷi passage, which gives the definition and enumeration of the uth of suffering (dukkha saccā), is quoted om the Dhammacakka Sua, as it is now extant. The phrase “byādhipi dukkho” in this passage appears to be exaneous, not being found in the Pāḷi definitions of the uth of

suffering found in other suas. At the same time, the words “soka parideva dukkha domanassupāyasāpi,” which come aer “maraṇaṃ pi dukkhaṃ” in other suas are missing in the current text of the Dhammacakka Sua. There is this difference between the Dhammacakka Sua and other suas in the definition of the uth of suffering.

A Critical Examination of Disparities in the Texts The Sārahadīpanī, a Subcommentary on the Vinaya, has made the following critical remarks on the dispari of the sua texts mentioned above: “The phrase ‘byādhipi dukkho’ does not appear in the detailed definition of the uth of suffering given in the Vibhaṅga of the Abhidhamma Piṭaka. Accordingly, the Visuddhimagga, in giving a  The 8th waning of Thadingyut, 1324 M.E

comprehensive definition of the uth of suffering, does not include this sentence, which exists only in the Dhammacakkappavaana Sua text. A careful investigation should be made as to why this sentence appears only in Dhammacakka Sua and not in any other suas.” It goes on to state: “Again, in the comprehensive definition of the uth of suffering in the Vibhaṅga, the words ‘soka parideva dukkha domanasupāyasa pi dukkha’ come immediately aer ‘maranampi dukkhaṃ.’ These words are missing in the Dhammacakka Sua. Why it this is so should also be closely examined.” The author of the Subcommentary did not seem too happy over these various definitions in the texts. He did not therefore give any exposition on these words “byādhipi dukkho,” which are not present in other suas and on which the Commentary remained silent. I took up the suggestion made by the author of the Subcommentary to conduct an enquiry into these differences and have made the following findings as to how these differences came about. It cannot be that the Buddha did not give a consistent definition of the uth of suffering in every discourse on the subject. I have come to the conclusion that the Vinaya masters who made a specialised study of the Vinaya, not being equally well-versed in maers pertaining to the Suas and Abhidhamma, had caused the insertion of the words “byādhipi dukkho” and the deletion of the words “soka parideva dukkha domanassupāyāsāpi dukkha” in the Dhammacakka discourse in the Vinaya Mahāvagga. Their version of the Dhammacakka Sua in the Vinaya thus differs om that in the Suanta and Abhidhamma. My conclusion is based on the consideration that the Commentar- ies on the Sua and Abhidhamma that give expositions on the short definition of the uth of suffering do not provide any explanatory note on “byādhipi dukkho,” though they do on “soka parideva dukkha domanassupāyāsa pi dukkha,” and on the fact that neither the Commen- taries nor the Subcommentaries made any mention of the differences in the Pāḷi Texts. The author of the Sārahadīpanī Subcommentary was Sāripua Thera who lived during the reign of King Parakkamabāhu I between A.D. 1153 and A.D. 1186. Counting back om 1962, it was about seven or eight hundred years ago. The commentators and subcom- mentators om the Venerable Buddhaghosa down to the Venerable

Dhammapāla lived about 1300 to 1600 years ago. These ancient commentators and subcommentators who wrote exegeses on the Dhammacakka Sua in the Saṃyuanikāya,[1] did not mention the dispari in the texts. Their silence was simply because the Dhamma- cakka Sua as it existed then was no different om that in the Pāḷi texts of other Suas and Abhidhamma. However, by the time the author of the Sārahadīpanī came upon the scene about 500 years later, the dispari had cropped up between the various Pāḷi texts, which he duly discovered. He therefore songly urged for a critical examination and close investigation of the cause for the dispari. If we were to accept that the Buddha gave a definition of the uth of suffering in his very first discourse that differs om other versions, it would amount to maintaining that the Buddha gave the first discourse with one definition of suffering, then changing it later to a different version. This view would be highly improper. A proper method of consideration would be that the Buddha, whose knowl- edge of all things was unimpeded, being blessed with Omniscience (sabbaññuta ñāṇa), had given the same definition consistently throughout, but later the Vinaya masters, owing to defective intelligence and memory, had caused these discrepancies to creep into the texts in the course of handing them down om generation to generation. Instances of textual discrepancies are well known in modern times. The Commentary and Subcommentary texts are found to vary om couny to couny. It is obvious that such disparities were not present in the original texts, but only developed later. Aer careful scrutiny as set out above, I have concluded that other texts are accurate and that the Dhammacakka Sua, now in extent, has, in its section in the definition of the uth of suffering, supplemen- tal words of “byādhipi dukkho” while the words “soka parideva dukkha domanssupāyāsa pi dukkha” are missing. My conclusion is based on the consideration that disease (byādhi) is embraced by the word dukkha in the phrase “soka parideva dukkha domanassupāyāsa pi dukkha,” whereas grief (soka), lamentation (parideva), sorrow (domanassa) and despair (upāyāsa) are not embraced by the term disease (byādhi). I therefore believe that the texts containing “soka parideva dukkha domanassupāyāsa pi dukkha,” without the words “byādhi pi dukkho” are accurate and in accord with the Canonical teachings of the Buddha. [1] S.v.421.

I have scrutinised these disparate texts above, as I intend to use in my discourse the following version, which I believe to be accurate.

Accurate Definition of the Truth of Suffering “Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccam: jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, maranampi dukkhaṃ, soka parideva dukkha domanassupāyāsapi dukkha, appiyehi sampayogo dukkho, piyehi vippayogo dukkho, yampiccaṃ na labhati tampi dukkhaṃ, saṃkhiena pañcupādānakkhandā dukkhā.” “This, monks, is the Noble Truth of Suffering: birth (new becoming) is suffering, aging is suffering, death is suffering, grief, lamentation, pain, sorrow, and despair are suffering, association with the unloved is suffering, separation om the loved is suffering, not geing what one wants is also suffering, in brief, the five

aggregates of aachment are suffering.”

The Four Noble Truths Many religious beliefs exist in the world, each expounding its own view of what it considers to be the essential uth. The teachings in other systems of religions are not based on personal realisation of the uth, but merely on speculation. Their followers accept such teachings not through personal experience either, but only on faith. All such teachings that fall outside of Buddhism are included in the six-two kinds of wrong-views enumerated by the Blessed One in the Brahmajāla Sua. However, speculation has no place in the Buddha’s teachings. The uth that he taught was discovered through his own insight. The Four Noble Truths he taught with their definition had been gained through his superior peneative insight, developed by following the Noble Eightfold Path, which, as stated above, leads to higher knowledge, producing peneative insight. These Four Noble Truths are: the uth of suffering (dukkha saccā), the uth of the origin of suffering (samudaya saccā), the uth of the cessation of suffering (nirodha saccā), and the uth of the path leading to the cessation of suffering (magga saccā). It is vital to know these Four Noble Truths. Only with the comprehension of the uth of suffering, may suffering be avoided, for which the cause of suffering must also be known. Again, to achieve the cessation of suffering, there must be knowledge of what

the cessation of suffering really is. Finally, the cessation of suffering cannot be brought about without practical knowledge of the way to accomplish it. Hence knowledge of the four uths is indispensable. Having discovered these four essential uths, the Buddha enumerated them in sequence. The first uth dealt with was the uth of suffering, which he described as: birth (new becoming), aging, death, grief, lamentation, physical pain, sorrow or mental pain, despair, association with the unloved, separation om loved ones, not geing what one wants, in brief, the five aggregates of aachment. This is the anslation of the Pāḷi passage quoted above.

Suffering of Rebirth By new becoming (rebirth) is meant the dissolution of mind and maer at the last moment in the previous existence and, aer death, the first moment of genesis of new mind and maer in the next existence as conditioned by kamma. This first genesis, which serves as a connecting link with the past life is termed relinking or conception (paṭisandhi), the initial formation of esh mind and maer. If this formation takes place in a mother’s womb, then it is conception in a womb (gabbhaseyyaka paṭisandhi), which may be of two pes: oviparous (aṇḍaja paṭisandhi), when the conception takes place in an egg, and viviparous (jalābuja paṭisandhi), when the embryo eely develops in the womb until birth occurs. Conception in a womb, according to the Buddhist scriptures, has its origin in the semen and blood of the parents. Western medical science holds the view that conception results om the union of the father’s sperm and the mother’s ovum. The two views may be reconciled by accepting that the father’s sperm and mother’s blood are involved in a conception. This union of sperm and blood of the parents, leading to the formation of new mind

and maer, constitutes what is known as rebirth which may occur either in lower realms (apāya) or in the human world as conditioned by past unwholesome kamma or wholesome kamma respectively. Conception in moisture-laden media such as moss (saṃsedaja), represents the coming into existence of some larvae. Beings invisible to human eyes such as deities, demons, ghosts, and denizens of the woeful states assume spontaneous rebirth (opapātika), with the conscious mind and physical body already fully developed.

The Suffering of Change 89

In all these four pes of conception, the first moment of concep- tion or genesis definitely constitutes beginning a new existence or birth (jāti). No suffering or pain exists, of course, at the first moment of genesis, but since the origination of life serves as a basis for the later appearance of physical pain and mental suffering throughout the whole of the ensuing existence, birth is called suffering. It is like puing one's signature on a document as a guarantor of some questionable ansactions. There is no ouble, of course, at the time of signing the document, but because it is sure to cause difficulties later, the act of signing the document amounts to involvement in dreadful ouble or, in other words, in suffering. For further elucidation, suffering may be classified under seven categories: 1) the suffering of pain (dukkha-dukkha), 2) the suffering of change (vipariṇāma-dukkha) and 3) the suffering of conditioned states (saṅkhāra dukkha) — these three forming one group, 4) concealed suffering (paṭicchanna dukkha) and 5) unconcealed suffering (apaṭicchanna dukkha) — these two forming another group, 6) indirect suffering (pariyāya dukkha) and 7) direct suffering (nippariyāya dukkha) — these two forming the third group. Of these seven pes, bodily aches, pains, and discomfort are one physical suffering and worry, misery, unhappiness, and sorrow are mental suffering. The two constitute the suffering of pain (dukkha- dukkha). Its nature is suffering, its name is suffering, hence it is dreaded by every sentient being. Unendurable physical and mental suffering is dukkha-dukkha.

The Suffering of Change Physical pleasure (kāya sukha) arising om agreeable tactile impressions and mental pleasure (cetasikā sukha) arising om considering pleasant sense-objects are two forms of happiness liked by every sentient being. All beings pursue happiness day and night, even risking their lives, and when happiness is aained, it knows no bounds. Nevertheless, if the sense-objects that have given them such intense delight and enjoyment disappear while they are rejoicing with blissful contentment, their agitation and disess is as intense as their previous happiness. When the wealth they have accumulated in the form of gold, money, or proper suddenly get lost through one reason or another,

90 A Discourse on the Wheel of Dhamma

or when death or separation comes to one's beloved member of the family, whether one's spouse or children, then intense grief and disess ensue, and may even cause mental derangement. Thus these two forms of mental and physical happiness are

suffering of change (vipariṇāma dukkha). While they last, they may seem very enjoyable, but they are replaced by intense grief and despair when they vanish. Hence they are suffering. Happiness arising om comfort and joy is vipariṇāma dukkha.

Suffering of Conditioned States The ordinary everyday scene that one sees, hears, or comes into contact with, neual sense-objects inspire neither pleasure nor pain. This neual condition, which by nature is neither painful nor pleasurable is called neual feeling (upekkhā vedanā). This equanimi does not, however, exist permanently. It needs constant maintenance of its necessary conditions for continui of this medial state. This implies laborious effort which, of course, is suffering. Hence this equanimous feeling, which is neither painful nor pleasurable, is called the suffering of conditioned states (saṅkhāra dukkha). In addition to this equanimous feeling, all other mental and physical formations of the mundane sphere are also called suffering, because they need constant maintenance. Neual feelings, and mental and physical formations of the mundane sphere are saṅkhāra dukkha. Feelings of happiness also requires constant conditioning for its maintenance and as such should also be classified as saṅkhāra dukkha, but the commentators omied it om this classification as it has been given a separate name as vipariṇāma dukkha. Nevertheless, it should be regarded as saṅkhāra dukkha too since it is obvious that consider- able effort is needed for its maintenance. The three pes of suffering explained above should be thoroughly understood as a firm grasp of these pes will help in understanding the uth of suffering.

Concealed and Unconcealed Suffering Physical ailments such as ear-ache, tooth-ache, head-ache, flatu- lence, and mental afflictions arising out of unfulfilled desire, rage, disappointment, misery, and worry are called concealed suffering

Direct and Indirect Suffering 91

(paṭicchanna dukkha), because they are known only to the suffering individual and become known to others only when intimated by them. As such suffering is not openly evident, it is also called unapparent suffering (apākata dukkha). Physical affliction such as om sword cuts, spear thrusts, or bullet wounds is not hidden, but quite apparent and evident. It is therefore called unconcealed suffering (apaṭicchanna dukkha) or apparent suffering (pākata dukkha).

Direct and Indirect Suffering All mental and physical formations that can give rise to physical and mental afflictions are not in essence suffering, but as they are the basis of suffering of one form or another, they are known as indirect suffering (pariyāya dukkha). They are dreadful in view of the suffering that will surely arise om them. As in the example just given, it is dreadful like giving one’s guarantee to a ansaction by signing a bond for which compensation has to be paid later. The suffering of pain (dukkha-dukkha) is ininsic. There is no doubt as to its action. It is therefore known as direct suffering (nippariyāya dukkha). Of these seven pes of suffering, taking birth in a new existence comes under indirect suffering according to the above classification.

All kinds of suffering in hell such as subjection to millions of years of incineration by hell-fire, or tortures by the wardens of hell, arise because of birth in hell as a consequence of past unwholesome kamma. All kinds of suffering in the realm of hungry ghosts such as starvation or scorching fires for billions of years arise because of birth in that realm as a consequence of unwholesome kamma. Hardships and oubles in the animal kingdom suffered by cale, elephants, horses, dogs, pigs, chickens, birds, goats, sheep, insects, etc., arise because they happen to take birth in animal existences. Human misery characterised by scarci of the essentials for living such as food and clothing is brought about by the fact of taking birth in a human existence. Even when well provided for as in the case of affluent people, there is no escape om suffering, which is inflicted on them in the form of physical and mental disess due to illness and disease, unfulfilled desires, fear of oppression by their enemies, aging, etc. All these miseries come about because of birth in the

human world. Thus, being the foundation for all the sufferings that ensue throughout the whole span of life, taking birth in a particular existence, birth is regarded as suffering.

Suffering in a Mother's Womb When one takes conception in a mother's womb, one comes into being in the disgusting womb, which is situated in between the stomach, filled with undigested food, and the rectum, the receptacle for excreta, faeces and urine, depending for one's body substance on the parent's sperm and blood, which is loathsome indeed! The very thought of having to stay amidst a filthy mass of sperm and blood is revolting and nauseating. There is no knowing whether one has descended into a human womb or the womb of a cow or a dog. Twen or thir years ago, a certain elder used to recite a verse "Dhamma cradle, Emerald cradle," in the course of his discourses. The verse gave a description of various kinds of cradles ranging om emerald-studded golden cradles for royal infants to the miserable wicker baskets of pover-sicken families. In one stanza of the verse was the query, "Aging is gradually creeping. For which cradle are you heading?" This question is quite apt since aer aging comes finally death, and if craving still remains, death will inevitably be followed by rebirth in a new existence. Even if one is reborn in the human plane, one is bound to start life in one cradle or another. The question is, "Which kind of cradle?" An emerald-studded golden cradle awaits those with an abundance of wholesome kammas, while those burdened with unwholesome kamma will head saight for a wicker basket in a wretched home. The verse was an exhortation urging people to do meritorious deeds to assure a high class cradle in their next existence. I would also urge you to ponder a while on the question of which kind of mother's womb you are heading for, to become mindful of the dreadful suffering aendant upon birth, and to sive for the cessation of the cycle of rebirth. Even if one cannot sive for complete liberation yet, at least y to avoid a lowly rebirth. What I have described is how one is faced with dreadful suffering of rebirth om the moment of descent into the mother's

womb, then during the period of gestation for nine months, other sufferings follow. When the mother suddenly moves, sits down, or stands up, the

Suffering Throughout Life 93

exeme suffering one undergoes is like a kid being whirled around by a drunkard, or a young snake fallen into the hands of a snake- charmer. The young baby in the womb of a modern mother inclined to athletic exercises, is likely to be subject to more intense sufferings. When the mother happens to drink something cold or swallow something hot or acid, the suffering becomes a real torture.

Suffering at Birth It is said that the obsteic pains of a mother at child-birth can be so excruciating as to prove fatal; the child's agony could be no less, and could prove fatal too. The pain that arises aer birth when its delicate body is taken in by rough hands, washed and rubbed with rough cloths, is like scrapping the sore spots of a very tender wound. The pains described so far relate to suffering endured om the moment of conception to the time of birth.

Suffering Throughout Life Thereaer, there will be disess and discomfort such as stiffness, heat, cold, or itchiness while one is too young to alleviate them oneself by changing postures. Innumerable difficulties are bound to follow when one grows up and has to face the problems of earning a livelihood. One will become subjected to maleatment and oppres- sion by others, to diseases, and injuries. One goes through all these sufferings simply because one happens to take a new existence. Accordingly, rebirth, being the foundation of all the miseries of the whole existence, is defined as suffering by the Buddha. A careful consideration will confirm the accuracy of this definition. Rebirth is really dreadful, like signing a document which later will give rise to difficulties. Thus birth is suffering because of its dreadfulness. To summarise, the physical and mental afflictions arise because of birth in each existence. Only when there is no more rebirth will there be total release om these inflections. Thus the Blessed One taught that the very origination of new existence, birth is suffering.

Suffering is met with in every existence. If there is no birth, there is no suffering. The origination of a new existence is therefore suffering.

94 A Discourse on the Wheel of Dhamma

Suffering Because of Aging Aging means becoming grey-haired, toothless, wrinkled, bent, deaf, and short-sighted. In other words, decay that has set in is easily recognisable in the mental and physical aggregates. However, the aging of the mental aggregates are not so apparent. Indications, such as failing memory and dotage become noticeable only when one is very old and then only to close associates. The physical aging goes on all throughout life quite unmistakably, but becomes very noticeable only when one is geing fairly old and no longer youthful. A child doesn't have the same body as a teenager. There is continuous change in physical appearance. Young adults assume an appearance quite different om that of their teenage years. These changes are indications of the aging that is taking place. However, here, by aging

(jarā) we mean decay in the sense of geing grey-haired, etc., which are clearly discernable. Aging is concerned with just the static moment (ṭhiti) of the mental and physical aggregates and has no essence of pain or suffering as it is. However, because of aging, there occurs failing of vital force in the whole system of the body, impairment of eyesight and hearing, fading of the senses of smell and taste, declining physical sength, unaac- tiveness, vanishing of youthfulness, loss of memory and intellectual power, disrespect or contempt by young people (being addressed as old fogey, granddad, grandma, etc.), being regarded as a burden on socie. Such disabilities, of course, give rise to physical and mental suffering. Since it forms a source of physical and mental suffering, the Buddha said that aging is dreadful suffering. People are really aaid of old age. They are forever seeking ways and means of stemming the advent of old age. However, it is all in vain. With grey hairs and missing teeth etc., decay sets in inexorably. That aging is dreadful suffering is so obvious that I do not need to elaborate any further.

Death as Suffering Death means the extinction of vitali (jīvita) or the life principle, which has been in ceaseless operation since the time of conception as conditioned by individual kamma in a particular existence. Referring to this, the Buddha said, “All mortals are in constant fear of death (sabbe bhāyanti maccuno).” Death as conditioned by birth, death by violence, death by natural causes, death om termination

Grief as Suffering 95

of the life-span, death om the exhaustion of wholesome kammic results, are all synonymous terms describing the same phenomenon of extinction of the life principle. Death means just the moment of dissolution of the life-facul and is not by itself pain or disess. However, when death comes, one has to abandon the physical body and leave behind one’s near and dear ones, relatives and iends, together with all of one’s proper. The thought of leaving the present existence is very ightening, and every mortal is seized with the fear of death. Uncertain as to which existence one is bound to aer death causes great fear too. Because of its dreadful nature the Buddha described death as suffering. According to the Commentary, the wicked who are burdened with an unwholesome past, see on their death-bed, the evil deeds they have done (kamma), or signs of their evil deeds (kamma nimia), or signs of the realm of misery in which they are doomed to take rebirth (gati nimia), all of which give them intense mental anguish. However, good people with accumulations of wholesome kamma suffer too as they dwell on their approaching death, because they cannot bear to part om all that they hold dear, beloved ones and proper. As death draws near, all beings are subject to severe illnesses, which rack the body with unbearable pain. Death being the basis of all such physical and mental pains, has thus been called suffering by the Blessed One.

Grief as Suffering Grief (soka) is the worrying and the state of being disessed in one affected by some loss: 1) loss of relatives (ñātibyasana) through crime, epidemics, fire, floods, or storms, 2) desuction or loss of proper (bhogabyasana) by the action of

kings or governments, the, or fire, 3) loss of health (rogabyasana) and longevi brought about by pernicious diseases, 4) loss of morali (sīlabyasana), and 5) loss of right-view (diṭṭhibyasana). Sorrow with intense worry and disess is felt especially when one is bereaved of loved ones such as a spouse, sons or daughters, brothers, sisters, etc., or when disasous economic misfortune befalls the household. This grief is, sictly speaking, unpleasant feeling or sorrow (domanassa vedanā), and as such is ininsic suffering (dukkha- dukkha). Overwhelming disess occasioned by grief is liable to cause heartburn, which may conibute to premature aging and death.

Being thus a basis for other physical pains, too, grief is dreadful and is therefore called suffering by the Blessed One. Everyone fears grief and sorrow. Capitalising on this fear, many books have been wrien on the subject of “Freedom om Sorrow.” However, real eedom om sorrow may be achieved only through the practice of mindfulness meditation. By developing the Four Foundations of Mindfulness, complete eedom om sorrow can be enjoyed as exemplified by the minister Santati and Paṭācārā Therī. In the present times too, disessed persons, having lost husbands or oubled by business failures, have come to our meditation cene to practise meditation. Daily their sorrow gradually diminished, and finally they gained complete eedom om sorrow.

Lamentation as Suffering Lamentation (parideva) is the sound produced by wailing on the part of one affected by the loss of relatives or proper. Absentmind- edly and hysterically the disessed one clamours, proclaiming the virtues of the dead and the quali of the proper lost, or denouncing the person responsible for their loss. In the absact sense, lamentation is the material quali of sound and therefore not suffering in essence. However, such willing and hysterical proclamations produce physical discomfort and pain. The Buddha therefore declared lamentation to be suffering. To cry is to be subject to pain, which is suffering.

Physical Pain as Suffering Physical discomforts in the body such as stiffness, feeling hot, aching, tiredness, or itchiness, are suffering. These physical pains are ininsic suffering (dukkha-dukkha), which everyone knows and is aaid of. Even animals such as dogs, pigs, or fowl run away to safe at the slightest hint of geing beaten or shot at because they are aaid of physical pain. That physical pain is suffering needs no elaboration. It is important to know that sickness or disease (byādhi), comes under this category of physical pain (dukkha). Physical pain is generally followed by mental disess and for thus serving as a cause of mental pain too, it is dreadful suffering. If physical pain is mindfully noted in accordance with the Satipaṭṭhāna method, mental pain is averted. Only physical pain is

then felt. The Blessed One spoke in praise of this practice by which mental pain is averted and one suffers only physical pain. Permiing mental suffering to arise by

failure to take note of the physical pain was denounced by the Buddha. “It is like,” he said, “aempting to remove a thorn that is hurting with another thorn, when the second thorn breaks and remains embedded in the flesh. One suffers then two pains, one om the first thorn and additional pain om the second thorn.” This illusation deserves careful consideration.

Sorrow as Suffering Sorrow (domanassa) denotes mental pain such as displeasure, anxie, misery, sadness, fear, etc. Sorrow is also ininsic suffering (dukkha-dukkha). All mortal beings are well acquainted with it and fear it, which therefore needs no elaboration. Sorrow not only oppresses the mind but may also torture the body. When one is fiercely gripped by sorrow, one goes about dejectedly without sleep or food for days on end, with the consequent impairment of health and even advent of death. It is uly a formidable suffering om which only Non-returners (anāgāmi), and Arahants are exempt. Individuals who practise Satipaṭṭhāna meditation can overcome sorrow if they make senuous efforts to note it as it arises. In this way they can reduce the pain of sorrow to a considerable extent even if they cannot overcome it completely.

Despair as Suffering Despair (upāyāsa) is bierness produced by excessive mental pain in one affected by the loss of relatives, etc. It causes repeated bemoaning over the loss resulting in burning of the mind and physical disess. Despair is therefore suffering because of the intense burning of the mind and physical pain accompanying it. People accordingly recognise despair as dreadful suffering. The Commentary illusates the differences between grief (soka), lamentation (parideva), and despair (upāyāsa) as follows: Grief is like cooking oil or dye in a pot over a slow fire. Lamenta- tion is like its boiling over when cooking over a quick fire. Despair is like what remains in the pot aer it has boiled over and is unable to do so any more, going on cooking in the pot until it dries up.

Suffering as Association with the Unloved Association with the unloved means meeting with disagreeable beings and mental formations. Such meeting is not itself unbearable pain, but when one meets with disagreeable beings or undesirable objects, a reaction sets in at once in the form of mental disturbance and physical discomfort. As it serves as a cause of mental and physical disess, association with the unloved is designated by the Buddha as dreadful suffering. The world in general also recognises such encounters as undesirable suffering. Some people may go to the extent of praying not to have the misfortune of encountering undesirable person or things throughout the cycle of existence. However, in the world where pleasantness and unpleasantness co-exist, one has to face both according to circumstance. One’s wish may be fulfilled, if at all, only partially by having fewer occasions to face unpleasant people and objects. The important thing is to meet unpleasant situations with the right mental aitude. The best course of action is to rely on the practice of mindfulness, that is noting incessantly so that the mental process remains at the stage of just “hearing,” “seeing,” etc. When unpleasant sensations are felt in the body, mental disess must be averted

by continuously noting “touching,” “knowing,” “pain,” etc.

Suffering as Separation from the Loved Separation om the loved means to be parted om agreeable beings and mental formations. Such separation is not itself a painful feeling. However, when separation takes place, by death or while still alive, om loved ones such as one’s spouse or children, or when parted om one’s easured possessions, mental disess sets in at once. It may even develop into grief, lamentation, and despair. One is bound to be overwhelmed with grief under such circumstances. As it promotes such mental afflictions, the Blessed One called the separation om loved ones and desirable objects dreadful suffering. The world also recognises such separation as painful suffering. Some even pray to be always together with their loved ones throughout the succession of existences. Such wishes may be fulfilled when there is sufficient good kamma. The family of the millionaire Meṇḍaka, comprising his wife, his son, and daughter-in-law, together with their servant, once made

such a wish, to be always together in future existences, by offering food to a Paccekabuddha. As a result of this wholesome kamma, their wish was fulfilled and the five were born together at the time of our Buddha Gotama. However, such wishes tend to promote clinging, so is very inappropriate for an individual with the firm resolve to obtain complete release om the cycles of existence.

Suffering as Not Getting What One Wants The suffering of not geing what one wants is the suffering that arises om desire for some unobtainable object. Without practising and developing the Noble Eightfold Path, the desire may arise, “If only I were not subject to birth, aging, disease, and death. If only I were not subject to sorrow and lamentation.” Of course, these wishes will not be fulfilled merely by wishing, and not geing what one wants causes mental anguish. Therefore the Buddha described such desires as dreadful suffering. Here, the object of one’s desire is not limited only to nibbāna, which is ee om birth, aging, etc., but includes worldly gains and wealth, which also cannot be obtained merely by wanting them. Not geing what one wants is suffering.

Suffering as the Five Aggregates The eleven pes of suffering starting om the suffering of birth to the suffering of not geing what one wants arise only because there are the five aggregates of aachment (upādānakkhandhā), and they arise dependent on these five groups. In brief, therefore, the five aggregates of aachment are dreadful suffering. The material and mental formations, which form the objects of aachment are called aggregates of aachment. These five aggregates are: 1) the aggregate of material forms, 2) the aggregate of feelings, 3) the aggregate of perceptions, 4) the aggregate of mental formations, and 5) the aggregate of consciousness. All sentient beings exist as such only with these five groups forming their substantive mass. They cling to their body, which is merely an aggregate of material forms, regarding, it as “I,” “my body,” as permanent, etc. Hence the group of

material form is called the aggregate of aachment. The mental phenomena made up of consciousness and mental concomitants (cetasikā) are also grasped at, taken to be "I," "my mind,"

"it is I who thinks," as permanent. So the mental states are also known as aggregates. This is how aachment occurs on the groups of mind and maer as a whole.

The Aggregates of Attachment on Seeing To consider each separate phenomenon in detail, the aggregates of aachment are conspicuous every time one sees an object, Likewise, they are prominent on every occasion of hearing, smelling, tasting, touching, and thinking. At the moment of seeing, the seeing eyes, the object of sight and consciousness of seeing are quite conspicuous. This consciousness of seeing is comprised of pleasant or unpleasant feeling, perception or recognition of the object seen, siving and inclining the mind to see and the knowledge that an object is seen. People who cannot practise insight meditation, or those practising who have not yet advanced to the stage of appreciating the nature of the three characteristics, remain aached to the eye, the sight, etc. They regard clear eye-sight as "I," as "my eye" and as permanent. When they see the body and the limbs, the aachment arises, "I see my own body; this is my hand, it exists permanently." Seeing other people, they appear as a person, a being, as enduring. Because of such arousal of aachment, the material forms of the eye and the object of sight are called the aggregate of aachment to form (rūpupādānakkhandha). In addition to pleasant feeling or unpleasant feeling in seeing an object, there is also neual feeling, which is not considered separately here to economise space. What is concerned with wholesome neual feeling is included in pleasant feeling; what is concerned with unwholesome neual feeling is included in unpleasant feeling. Both pleasant and unpleasant feelings give rise to aachments: "It is I," "It is my feeling," "It is everlasting," "I feel well," "I feel terrible." Causing aachments in this way, pleasant or unpleasant feeling in seeing an object, is called the aggregate of aachment to feeling (vedanupādānakkhandha). On perceiving an object, aachment arises in this way too: "I recognise it," "I don't forget it," so it is called the aggregate of aachment to perception (saññupādānakkhandha). The will to see an object is volition (cetanā). In the vocabulary of the texts, it is termed "incitement," "exhortation," or "urging."

However, will or volition expresses its meaning quite clearly. Aention (manasikāra), which goes along with volition, is pondering or inclining the mind towards an object. Then there is contact (phassa), which comes into play too, but as volition and aention are the predominant factors, I will mention only these two. There is aachment towards, them too, as "I" or as enduring, hence these two mental concomitants of willing and inclining the mind involved in an act of seeing are called the aggregate of aachment to mental formations (saṅkhārupādānakkhandha). By mental formations is

meant conditioning. In the case of seeing, it means bringing about conditions to accomplish the act of seeing. Just knowing that an object is seen is eye-consciousness, which is also aached to as “I see,” “I know,” the I that sees is everlasting. Because of the possibili of such aachment, consciousness is called the aggregate of aachment to consciousness (viññāṇupādānakkhandha). To recapitulate: 1) At the moment of seeing the eye and sight are the aggregate of aachment to form. 2) Pleasant or unpleasant feeling is the aggregate of aachment to feeling. 3) Recognising or remembering the object is the aggregate of aachment to perception. 4) The will to see and inclining the aention to the object is the aggregate of aachment to mental formations. 5) Just knowing that an object is seen is the aggregate of aachment to consciousness. To note as “seeing, seeing,” every time an object is seen enables one to know the five mental and physical aggregates as they really are; and having known them, to remain at the stage of just seeing not becoming aached to them as “I,” or “mine,” as permanent, pleasant, as self, etc. To understand the purpose of noting every phenomenon, I have coined the following aphorism:

Fundamentals of Insight Meditation 1. By contemplating what, is insight developed? 2. By noting as they really are the five aggregates, which may cause aachment. 3. When and for what purpose should they be noted? 4. They should be noted at the moment of arising to cut off aachment. 5. Failing to note at the moment of arising opens the way to aachment to them as permanent, pleasant, or self.

102 A Discourse on the Wheel of Dhamma

6. Noting the five aggregates every time they arise, dispels aachment. Thus clear insight as to their impermanence, unsatisfactoriness, and insubstantiali is developed. In 5), “at the moment of arising,” means at the moment of seeing, hearing, etc. In 6) “every time they arise,” connotes every act of seeing, hearing, etc., as it occurs.

The Aggregates of Attachment on Hearing At the moment of hearing, obviously there is the ear that can hear; there is also sound that is audible, and consciousness that knows that a sound has been heard. In this consciousness of hearing are included pleasant or unpleasant feeling, perception of the sound, willing and inclining the mind towards the sound to accomplish the act of hearing, and just knowing that a sound has been heard. One who has not had the opportuni to practise mindfulness and, therefore, who does not have the ue knowledge of reali, becomes aached to all phenomena prominent at the moment of hearing as “I,” “mine,” etc. Because of the liabili of such aachment, the ear and the material body of sound are known as the aggregate of aachment to form. The pleasant or unpleasant feeling about the sound is the aggregate of aachment to feeling. The perception of sound is the aggregate of aachment to perception. Exercise of the will to hear a sound and inclining the mind towards it is the aggregate of aachment to mental formations. Just knowing that a sound has been heard is the aggregate of aachment to consciousness. To recapitulate: 1) At the moment of hearing, the ear and sound are the aggregate of aachment to form. 2) The pleasant or unpleasant feeling about the sound is the aggregate of

aachment to feeling. 3) Recognising or remembering the sound is the aggregate of aachment to perception. 4) Willing to hear the sound and inclining the aention towards it is the aggregate of aachment to mental formations. 5) Just knowing that a sound has been heard is the aggregate of aachment to consciousness. To note as "hearing, hearing," every time a sound is heard enables one to know the said five mental and physical aggregates as they really are; and having heard the sound, to remain at the stage of just hearing, and not to become aached to it as "I," or "mine," as permanent, pleasant, self, etc.

The Aggregates of Attachment on Smelling At the moment of smelling, there is clearly the material sense-base in the nose, there is also the smell and the consciousness that knows the odour. In this consciousness of smelling is comprised the pleasant or unpleasant feeling of smelling, recognition of the odour; exercise of the will to smell and inclining the aention towards the odour, and just knowing the odour. Failure to note as "smelling, smelling," and to know the phenom- enon of smelling as it uly is, results in aachment to it as "I," "mine," etc. Because of the possibili of such aachments, the nose, the smell, and the consciousness of smelling are known as the aggregate of aachment to form. To recapitulate: 1) At the moment of smelling, the nose and smell are the aggregate of aachment to form. 2) The pleasant or unpleasant feeling about the odour is the aggregate of aachment to feeling. 3) Recognising or remembering the odour is the aggregate of aachment to perception. 4) Exercise of the will to smell and inclining the mind towards the odour is the aggregate of aachment to mental formations. 5) Just knowing the odour is the aggregate of aachment to consciousness. To note as "smelling, smelling," every time an odour is smelt is to know the said five mental and physical aggregates as they really are; and having smelt the odour, to remain at the stage of just smelling, and not to become aached to it as "I," "mine," as permanent, pleasant, or self, etc.

The Aggregates of Attachment on Tasting At the moment of knowing the taste through tasting, there is clearly the tongue, the taste, and the consciousness of the taste. In this consciousness of taste are included the pleasant or unpleasant feeling about the taste, recognition or remembering the taste, exercise of the will and inclining the aention towards the object to accom- plish the task of tasting and just knowing the taste. Failure to note as "tasting, tasting," at the moment of tasting; and to known the phenomenon of tasting as it uly is results in aachment to it as "I," "mine," etc. Because of the possibili of such aachments, the tongue, the taste, and the consciousness of taste are known as aggregates of aachment.

To recapitulate: 1) At the moment of tasting, the tongue and the taste are the aggregate of aachment to form. 2) The pleasant or unpleasant feeling about the taste is the aggregate of aachment to feeling. 3) Recognising or remembering the taste is the

aggregate of aachment to perception. 4) Exercise of the will to taste and inclining the aention towards the taste is the aggregate of aachment to mental formations. 5) Just knowing the taste is the aggregate of aachment to consciousness. While eating, preparing a morsel in the hand, bringing it up to and puing it into the mouth, and chewing it, are all actions concerned with knowing the sensation of touch. Knowing the taste on the tongue while chewing the food, however, is consciousness of the taste. Thus, noting the taste on every occasion of tasting the food has to be carried out to know the five mental and physical aggregates that manifest at the time of tasting as they really are, and to remain at the stage of just tasting so that no aachment to it as "I," "mine," permanent, pleasant, self, etc., can arise.

The Aggregates of Attachment on Touching The sense of touch encompasses a wide field. Throughout the whole body, wherever flesh and blood are in good condition, is diffused the sensitive body base (kāya-pasāda rūpa), which provides the sense of touch. Both inside the body, in the flesh, in the blood, in muscles, bones, etc., and on the surface of skin, this sensitive principle lies spread out not leaving an area the size of a pin-point. Wherever this sensitive principle exists, the sense of touch may be felt. At the moment of touching, the sensitive principle, which has the abili to seize the tactile materiali, is prominent. It becomes evident as the site of contact, but not as any shape or form. Likewise, the sensitive parts of the ear, nose, and tongue become evident as sites of contact wherever hearing, smelling, and tasting manifest. Also prominent at the moment of contact is the tactile materiali, which may be any of three elements: earth (pathavī), fire (tejo), or air (vāyo). The hardness, roughness, smoothness, and soness that one feels is the earth element; the heat or cold felt is the fire element; stiffness, pressure, or motion is the air element. Such sensations of touch may arise due to iction between different elements within the body, or through contact with clothing, bedding, seats, earth,

water, wind, fire, or the heat of the sun. Such contacts produce very vivid sensations of touch. The consciousness of touch comprises pleasant or unpleasant feeling, perception of the touch, exercise of the will, and inclining of the mind to accomplish the act of touching, and just knowing that a contact has been established. The feeling of pleasure or pain is especially vivid. Physical pain is the suffering (dukkha vedanā) that arises through disagreeable contacts. Failure to be mindful at the moment of touch and to know the reali as it uly is results in aachment to it as "I," "mine," etc., towards all these objects that become prominent at the moment of touching. Accordingly, the site of touch, the sensitive-base, the feeling of touch, and knowing that a contact has been made, are called the aggregates of aachment. To recapitulate: 1) At the moment of touching, the sensitive-base, and the touch are the aggregate of aachment to form. 2) The pleasant or unpleasant feeling of touch is the aggregate of aachment to feeling. 3) Recognising or remembering the touch is the aggregate of aachment to perception. 4) Exercising the will and turning the aention to accomplish the act of touching are the

aggregate of aachment to mental formations. 5) Just knowing that a contact has been made is the aggregate of aachment to consciousness. Noting the postures such as going, standing, siing, lying down, bending, setching, moving, rising and falling, etc., is done just to be mindful of these aggregates. When noting these postures, the specific characteristic of the air element, which causes stiffness, pressure, and motion, is seen as it uly is, just a material phenome- non without any power of cognition. The knowing mind that notes the postures is also seen as it uly is, just a mental phenomenon that cognises an object. Thus at every occasion of noting, there is always a pair: an object (rūpa) that is taken note of and the knowing mind (nāma) that takes note of it. Aer perceiving this fact clearly, the knowledge of cause and effect arises. There is "going" because of the desire to go. Then perceiving clearly that the object noted and the knowing mind arise and vanish aesh at the very moment of noting, the meditator realises that these phenomena are ansient, painful and unsatisfactory, and happen according to their own nature, being unconollable. Because of this realisation there is no longer any aachment to going, standing, siing, etc., as "I" or "mine."

This is how aachment is cut off in accordance with the Mahā- satipaṭṭhāna Sua, which says, "And he abides detached, not grasping to anything in the world (anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati)." To be thus ee om aachment, mindfulness of the body, feelings, the mind, and mental objects has to be developed. Painful feelings such as stiffness, feeling hot, aching, or itching become evident at the point of contact. Failure to note the disess as it occurs and to see its ue nature results in aachment: "I feel stiff," "I feel hot," "I feel painful," "I am disessed." It is to avoid such aachments that mindful noting of unpleasant feelings has to be done to realise their ue nature. Continuous and close observation of painful feelings will reveal clearly how they appear aesh one aer another. Then the personal conviction will arise that these painful feelings come into existence only for a moment then vanish instantly, and are therefore impermanent. They are no longer grasped at as "I," "mine," or as permanent. One becomes ee om aachment. Hence the need for mindful noting.

The Aggregates of Attachment on Thinking Mental activities such as thinking are very extensive in scope and very equent. In waking moments, the mind is almost constantly active. Even in the absence of any aactive, pleasant objects in one's surroundings, imagination creates them, as if they really exist. The five hindrances — sensual desire, ill-will, sloth and torpor, restless- ness and worry, and sceptical doubt — are concerned with such mental activities. So are thoughts of lust, ill-will, and cruel. Unless these mental activities are noted mindfully as they occur, they are liable to be identified as a self, a living enti. Hence it is vital to note each mental activi as it occurs. When carefully analysed, mental activities are also the five aggregates of aachment. Thinking may be accompanied by a pleasant feeling (somanassa) an unpleasant feeling (domanassa), or by a neual feeling (upekkhā vedanā). When there is no mindfulness of these three pes of feeling as they occur, they are liable to be

grasped at as “I feel pleasant, I feel fine, I feel miserable, I feel bad. I feel neither pleasant nor unpleasant.” Due to this liabili of causing such aachments, these three pes of feeling are known as the aggregate of aachment to feeling.

The Aggregates of Aachment on Thinking 107

Then, there is sense-perception, which recognises the object the mind is pondering. This perception (saññā) is especially pronounced when ying to remember facts to speak about, or when engaged in calculating while checking accounts. Concerning this perception, wrong notions may arise such as, “I remember,” “I have a good memory,” hence it is called the aggregate of aachment to perception. At the moment of thinking, there comes into consciousness, a clear impression of the object (phassa), initial application (vitakka) inclining the mind towards the object, the fixing of aention on the object (manasikāra), intention (cetanā) that incites and urges, “Let it be like this, let it be like that.” The role of volition is especially prominent if an important maer occurs at night when it cannot be aended to. The driving urge of intention,”Go now and tell him,” is very prominent. It is also clearly discernible that immoral thoughts are accompanied by greed, ill-will, etc., and moral thoughts are accom- panied by generosi, kindness, wisdom, faith, mindfulness, etc. The mental concomitants of contact, volition, and aention are inciting agents responsible for the arising of thoughts in rapid succession. They are also behind every act of speaking and bodily movements such as going, standing, siing, lying down, bending, or setching. The incitement concerned with each mental, vocal, or physical activi are mental formations (saṅkhārā), which condition acts by prompting, inducing, directing, etc. This conditioning role of mental formations may result in its being identified as a person or being and wrongly cleaved to as “I.” The notions, “I think,” “I speak,” “I go,” “I do,” are wrong aachment to these conditioning mental formations. Such aachment is known as clinging to self as the doer (kāraka aa). Therefore the mental formations: contact, volition, aention, etc., are called the aggregate of aachment to mental formations. Then at the moment of thinking, consciousness of thinking is also evident. Burmese people regard consciousness and mental concom- itants together as just mind (cia). This consciousness of the act of thinking is very commonly viewed as soul, ego, or self, for which reason consciousness is also known as the aggregate of aachment to consciousness. In addition, at the moment of thinking, the material body that provides the base for thinking is also so evident that the uninformed people believe it is the material body that is thinking.

108 A Discourse on the Wheel of Dhamma

For this reason, the material body that provides the base for thinking is known as the aggregate of aachment to form. The object of thought may be material, mental, or conceptual (paññai). These also serve as objects of aachment. The material object belongs to the aggregate of aachment to form. The mental object is classified under the four mental aggregates. Concepts may be included in the material or mental group whichever it corresponds. For instance, in “Not geing what one wants is suffering

(yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ)" not geing what one wants is neither material nor mental, just conceptual. The note in the Subcommentary on this point says that the desire for the unaainable should be regarded as suffering. I have now made a complete analysis of the five aggregates that become evident at the moment of thinking. To recapitulate: 1) The material body that forms the basis of thinking while thinking is the aggregate of aachment to form. 2) The pleasant or unpleasant feeling about the thought is the aggregate of aachment to feeling. 3) Recognising or remembering the object of thought is the aggregate of aachment to perception. 4) Urging and inclining the mind to accomplish thinking, saying, or doing is the aggregate of aachment to mental formations. 5) Just being conscious of thinking is the aggregate of aachment to consciousness. It is very important to realise the ue nature of thought by being mindful of it every time thinking occurs. Failing to take note of it and thus failing to recognise its real nature will lead to aachment to it as "I," "mine," as permanent, pleasant, self, etc. The majori of people these days are cling almost constantly to mental objects. Such aachments give rise to becoming (upādānapaccaya bhavo) in accord- ance with the Law of Dependent Origination. In every new becoming there awaits old age, disease, and death accompanied by the suffering of grief, lamentation, pain, sorrow, and despair. However, if mindfulness is developed on each occurrence of a thought, its ue nature will become evident. Having thus known its ue nature, no aachment to it will arise, hence no active processes for new becoming will occur. When there is no new becoming, the mass of suffering represented by aging, disease, death, grief, lamentation, etc., is completely eliminated. This cessation of suffering as a result of mindfulness of each thought as it occurs is momentary.

Suffering Because of the Five Aggregates 109

However, if the practice of noting every thought is continued, gaining temporary cessation on each noting, by the time the Noble Path becomes fully developed, the mass of suffering will have been completely eradicated. Thus, while occupied with the exercise of noting rising, falling, siing, touching, if any thought or idea intervenes, it should be noted as "thinking," or "imagining." The detailed analysis I have made above demonsates clearly that what becomes prominent at the moment of seeing, hearing, smelling, tasting, touching, and thinking are merely five aggregates of aachment. To common people who cannot practise this exercise of mental noting at the moment of seeing, the subject that sees is regarded as obviously some substantial body, the external object that is seen is also regarded as a woman, a man, as a substantial body. Likewise with the phenomena of hearing, etc. In reali, however, there is no such substance or mass to form a physical body, only the five aggregates of aachment. Nothing exists except at the moment of seeing, hearing, etc. They become evident only at the moment they occur, and what become evident then is just the five aggregates.

Suffering Because of the Five Aggregates Dreadful sufferings of new becoming, aging, death, grief, etc., arise because of the five aggregates of aachment. As long as these five aggregates of aachment exist, dreadful sufferings of becoming, aging, death, etc.,

will persists. Therefore the five aggregates are themselves dreadful suffering. In short, because there is a physical body, physical and mental sufferings dependent upon it arise. Because there is the knowing mind, physical and mental sufferings based on it, arise. Therefore, mind and maer, which constitute the five aggregates, are dreadful suffering. In other words, the unbearable physical and mental disess are dreadful ininsic sufferings known as the suffering of pain (dukkha- dukkha). Everyone fears them. Thus, painful feeling, otherwise known as the aggregate of aachment to feeling is the real uth of suffering. Pleasant sensations in the body and mind are agreeable, delightful, and enjoyable while they last, but when they vanish, they are replaced by discomfort and dissatisfaction, which of course is suffering. This kind of suffering, known as the suffering of change (vipariṇāma dukkha), occurs through change om a pleasant condition to some-

thing different, and is terrible. To the Noble Ones, pleasant sensations are like an ogress who bewitches people with her beau and makes them insane. For them, pleasant sensations are dreadful aggregates of aachment just the same and constitute the real uth of suffering. At the same time, pleasant sensations are ansitory and require constant conditioning effort to maintain the status quo. This of course is burdensome and is therefore also real suffering. The remaining neual feeling and the aggregates of aachment to form, perception, mental formations, and consciousness are always in a state of flux, always ansitory, and therefore to the Noble Ones they are also dreadful. As death awaits constantly, having to rely on the impermanent aggregates of aachment for support is dreadful, like living in a building that shows signs of collapsing at any moment. The ansitory nature of the aggregates of aachment requires constant effort at conditioning for the maintenance of the status quo. This suffering of conditioned states (saṅkhāra dukkha), the burden- some task of conditioning, is also dreadful. Therefore to the Noble Ones, not only the pleasant or unpleasant feelings, but also the remaining aggregates of aachment are also the uth of suffering. As all the five aggregates are regarded by the Noble Ones as really terrible suffering, the Blessed One said in conclusion of the definition of the uth of suffering, “In brief, the five aggregates of aachment (otherwise called mind and maer, which could cause aachments as “I,” “mine,” regarding them as permanent, blissful, self, or ego) are just dreadful suffering.”

Attachment and the Aggregates of Attachment Now I will describe the difference between aachment and the aggregates of aachment. Aachment (upādāna) means tenaciously clinging or grasping of which there are four pes: 1) Aachment to sensual pleasures (kāmupādāna), which is aachment born of craving for sensual desires. 2) Aachment to wrong-view (diṭṭhupādāna), which is the aach- ment to the view that there is no kamma and no results thereof, no aer-life, no Supreme Buddha, no Arahants. All other wrong-views, apart om self-view (aadiṭṭhi), and aachment to rites and rituals (sīlabbataparāmāsa), are known as aachment to wrong-views.

Aachment and the Aggregates of Aachment 111

3) Aachment to rites and rituals (sīlabbatupādāna), which is the practice of certain rituals or ceremonies that have nothing to do with understanding the four Noble Truths nor the development of the Noble Eightfold Path, believing that they will lead to release om the suffering of the cycle of existence, and to permanent peace, ee om aging, disease, and death. It is a pe of wrong-view (micchā- diṭṭhi), maintaining that what is wrong is right. 4) Aachment to the soul-belief (aavādupādāna), which is aachment to the belief in a soul, ego, or a living enti. It is the same as the wrong-view of personali-view (sakkāya-diṭṭhi), and self-view (aadiṭṭhi). Of the four pes of aachment, aachment to sensual desire is craving. The remainder are all various kinds of wrong-views. Thus they can be summarised as just two kinds: aachment to wrong-views and aachment to sense desires. The objects of such aachments consist of mind and maer known as the aggregates of aachment. To summarise: the two objects that can cause aachments as "I," or "mine" are aggregates of aachment. Aachment as "I" is the wrong-view of self, which opens the way to the remaining two wrong-views. When aachment arises out of desire, the objects of desire, which may not even belong to oneself, are grasped at as if they are one's own. The Pāḷi texts describe how this desire leads to grasping possessively as, "This is mine (etaṃ mama)." The mental and physical aggregates that can cause aachment through wrong-view as a self, a being, or clinging to possessively as mine are called the aggregates of aachment. The mental aggregates that cannot give rise to clinging through desire or wrong-view are just called aggregates and not aggregates of aachment. Such mental aggregates are the feeling, perception, mental formations, and consciousness of the four supramundane Paths and Fruitions. They are merely mental aggregates and not aggregates of aachment. The mundane pes of materiali, feeling, perception, mental formations, and consciousness that we have repeatedly mentioned above are the aggregates which incite aachment and are therefore called aggregates of aachment. The mundane mental and physical aggregates are the material forms and the sense-door consciousness (kāmāvacara cia) and mental

112 A Discourse on the Wheel of Dhamma

states (cetasikā) that manifest at the six sense-doors to a person of no jhāāk

Aachment and the Aggregates of Aachment 113

9. Association with the unloved (appiyehi sampayogo) is suffering. 10. Separation om loved ones (piyehi vippayogo) is suffering. 11. Not geing what one wants is suffering (yampicchaṃ na labhati). It is futile to wish for eedom om aging, disease, and death without developing the Noble Eightfold Path; that wish will never be fulfilled. Thus wishing to get something that is unaainable is suffering. In the mundane realm, too, hankering for what is unaainable is suffering. 12. In brief, the five aggregates of aachment (saṃkhiena pañc- upādānakkhandhā), which can incite aachment as "I," "mine," are suffering. I have fully dealt with the definition and enumeration of the

Truth of Suffering and have taken sometime over it. I will end the discourse here for today. May all of you good people in this audience, by virtue of having given respectful aention to this Great Discourse on the Turning of the Wheel of Dhamma, be able to develop the Middle Path otherwise called the Noble Eightfold Path, by contemplating the five aggregates of aachment — the Truth of Suffering — which should be clearly and completely understood, and by means of the Path and its Fruition according to your wish, aain and soon realise nibbāna, the end of all suffering. Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Part Five Delivered on Sunday 28th October, 1962.[illegible] Last week on the 21st October, when I gave a discourse on the fourth part of the Sua, I dealt with the exposition on the uth of suffering. Today I will continue with the exposition of the uth of the origin of suffering. First, I will repeat the four uths: 1. The uth of suffering (dukkha saccā). 2. The uth of the origin of suffering (samudaya saccā). 3. The uth of the cessation of suffering (nirodha saccā). 4. The uth of the path leading to the cessation of suffering (magga saccā). As explained in the fourth part of this discourse, aer defining the uth of suffering, which he had discovered personally by peneative insight, the Blessed One went on to define the uth of the cause of suffering.

The Truth of the Origin of Suffering “Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ — yāyaṃ taṇhā ponobbhavikā nandirāgasahagatā taataābhinandinī, seyyathidaṃ — kāmataṇhā, bhavataṇhā, vibhavataṇhā.” “This, monks, is the Noble Truth of the Origin of Suffering: it is this craving that gives rise to esh rebirth and is bound up with delight and passion, seeking delight now here, now there. Namely, craving for sensual pleasures, craving for existence, and craving for non-existence.” Craving for existence (bhava taṇhā), is holding the eterni-belief; craving for non-existence (vibhava taṇhā) or self-annihilation, is believing that nothing exists aer death. These three kinds of craving are the uth of the origin of suffering. Craving, the origin of suffering, is the causal agency responsible for all the twelve kinds of suffering previously explained, starting om the suffering of birth or esh becoming and ending with the suffering of the five aggregates of aachment. To eliminate suffering it is essential to know its cause. It is like making a diagnosis to know the cause of a disease so that it may be cured. The Blessed One had personally peneated to this uth of the cause of suffering and had consequently entirely eradicated suffering by removing its cause. The uth of the origin of suffering is nothing but craving or thirst. It [illegible] The New Moon of Thadingyut, 1324 M.E.

The Story of Campeyya the Nāga King 115

is like feeling thirs or hungry. “Taṇhā” is the thirst or hunger for sense-objects. The craving for sensual pleasure (kāmataṇhā) gives rise to esh becoming (ponobbhavikā). As long as one remains in the grip of craving, continuous rebirths will occur. Later, I will discuss how esh rebirths take place. This craving finds pleasure in sense-objects and clings to them. It is delighted with seemingly pleasant sense- objects and like oil or dye absorbs onto any surface with which it happens to come into contact, craving

grasps sense-objects tenaciously. This craving finds gratification everywhere. There is never any boredom or monotony in the pursuit of pleasure. Any seemingly pleasurable sense-object, wherever it presents itself gives delight. In the human world, life in the lower classes seems anything but aactive to people of a higher class. Yet we can see people, unfortunately born into poor circumstances, nevertheless enjoying their lives wherever they may be. Likewise, to the human mind, animal life is unpleasant, repulsive, or horrible. To assume the physical body of a snake or an insect is an abominable thought for a human being. Yet if unfortunately rebirth takes place in an animal world, a being is quite pleased with its body and finds delight in its life. This is due to the nature of craving, which finds gratification in every existence, in every sense-object, wherever it may be. The Blessed One therefore described craving as finding pleasure now here, now there, in every existence, in every sense-object. This is well illusated by the stories of Campeyya the Nāga king and Queen Ubbarī.

The Story of Campeyya the Nāga King In one existence, the Bodhisaa was born into a poor family in the vicini of the river Campā. Envious of the life of pleasure enjoyed by the Campeyya nāga king, the Bodhisaa engaged himself in the good deeds of giving alms and observing the precepts. As a result, when he passed away, he was reborn spontaneously in the realm of the nāgas, and found himself seated on the throne of the Campeyya nāga king, in the full shape and form of a nāga. A nāga is a species of snake. To be reborn as a snake om the human existence is really ightful and abominable. The Bodhisaa, looking at his repulsive, horrible new form, reflected thus: “As a result of my good deeds of chari and observance of morali, I could have been reborn in any

of the six realms of the deities. However, because I wished for the pleasures of the nāga king, I am reborn into this world of reptiles. Oh! It would be beer to die than to live the life of a snake,” and he even thought of commiing suicide. Meanwhile, a young female by the name of Sumanā gave a signal to other young nāga females to commence entertaining their new king. The young nāga females, assuming the appearance of beautiful goddesses, started singing and dancing and playing various musical insuments. Seeing the beautiful goddesses entertaining him with song, dance, and music, the Campeyya nāga king imagined his nāga abode to be the palace of the king of the gods and felt very pleased. He also took on the appearance of a god himself and joined the female nāgas in their revelries with much delight. However, being a Bodhisaa, he easily regained the sense of reali, and resolved to be born again as a human being so that he could further develop the perfections (pāramī), the virtuous qualities of generosi, morali, etc. In pursuance of this resolution, the Campeyya king later came to the human world and seeking solitude in a forest, kept observance of the moral precepts. The point that I wish to make is that om the human point of view, the body of a reptile is horrible and repulsive. At the initial stage of the nāga life, the Bodhisaa also viewed his new life with horror and revulsion, but the sight of the

aactive female nāgas brought about a change in his outlook, which kept him revelling and delighting in the nāga existence as if it were the home of the gods. It is craving, which seeks delight now here, now there, wherever rebirth takes place, that made the Bodhisaa enjoy his nāga life aer his initial revulsion. There was also the wish that he had made, while he was a poor man in the human world, for the pleasurable life of a nāga king. This wish was also craving, which landed him in the nāga realm, in accordance with the words of the Blessed One, “Gives rise to esh rebirth (ponobbhavikā).”

The Story of Queen Ubbarī Queen Ubbarī was the chief queen of King Assaka who once ruled over the couny of Kāsi at its capital, Pāṭali. She was said to be of great beau. Ancient kings used to select the most aactive maidens of their kingdom to become their queens. Consequently all their

queens were noted for their charm and loveliness. Queen Ubbarī was outstanding amongst them because of her raving beau and enchantment. Bewitched by her alluring comeliness, King Assaka had lost his heart to her. Much adored by the monarch and while still in the prime of her beau and charm, Queen Ubbarī “went to the abode of the gods,” which is a Burmese euphemism for the death of royal. Likewise, “Flying back” means the passing away of a Buddhist monk, which is merely a cultural usage. In fact, a dead person takes rebirth in the next existence as conditioned by kamma, their previous volitional activities. As it happened, Queen Ubbarī, in spite of the saying according to cultural usage that she “went to the abode of the gods,” actually took rebirth as a dung-beetle. With the passing away of his adored queen, King Assaka was consumed by the raging fires of grief and lamentation. He had the corpse of the queen embalmed in oil, placed in a glass coffin, and kept by his bedstead. Overwhelmed by grief, the king lay on the bed without food or sleep, wailing and moaning over the loss of his beloved queen. His relatives and wise ministers ied to console him by reminding him of the impermanent and conditioned nature of existence, but it was to no avail. The corpse in the coffin, being embalmed in oil, would remain well-preserved just like one eated with chemical preservatives in modern times. The queen would therefore appear to the king as if she was sleeping in the coffin. The sight of the corpse acted as fuel to his grief, which continued to consume him for seven days. At that time, the Bodhisaa was a hermit endowed with supernormal powers (abhiññā), living in a Himalayan forest. He happened to survey the world using his powers, and saw King Assaka in the throes of intense grief. He knew also that no one but himself could save the king om his misery. He therefore made his way to the royal garden of King Assaka by means of his powers. There, a young Brahmin came to see the hermit who made enquiries about King Assaka. The young man told him how the king was overwhelmed by grief and requested him to save him. He replied, “I do not know the king. However, if he came and asked me, I could tell him about his wife’s present existence.” Thereupon the young man went to the king and said to him,

“Your majes, a hermit

endowed with the celestial eye and celestial ear has arrived in the royal garden. He said that he knows and could show the present existence of the departed queen. It would be good to go and see him.” Upon hearing that the hermit could show him the queen in her present existence, the king immediately took off for the royal gardens in a carriage. Arriving there, he paid respectful homage to the hermit and addressed him. “Venerable sir, is it ue that you claim to know the present existence of Queen Ubbarī?” On the hermit admiing his claim, the king wanted to know where she was reborn now. “Oh, great King, Queen Ubbarī took delight in her beautiful appearance and was very vain. She spent her time engaged only in beautiing herself to make herself more aactive, forgeing all the while to perform meritorious deeds, to give alms and observe moral precepts. In consequence, she has passed to a lowly existence. She is presently reborn as a female dung-beetle in this very garden.” The hermit told the whole story very ankly. Those favoured by fortune who enjoy privileges of wealth, family, education, rank, physical beau, etc., are prone to exhibit haughtiness in their dealings with others. Shrouded in their own vani and self-esteem, they become negligent in their performance of meritori- ous deeds. Humili plays no part in their psyche. The Blessed One taught in the Lesser Discourse on the Analysis of Kamma, the Cūḷakammavibhaṅga Sua, that such vain-glorious, haugh persons are liable to be reborn in lowly inferior existences. On the other hand, unpretentious persons who show humili and pay due respects to those deserving of homage will be reborn in noble families. Queen Ubbarī of our story was exemely beautiful, and being the chief queen of the ruling monarch was of very high status in life. Her head was turned by these pre-eminent qualities, so she looked down with contempt on those to whom she should have shown respect. For such unwholesome aitudes and actions, it may be presumed she was reborn as a female dung-beetle. On hearing this account of rebirth of his beloved queen as a female beetle, King Assaka promptly rejected it, saying “I don’t believe it.” The hermit replied, “I can show you the female beetle and make her talk too.” The king said, “All right. Please do so and make her talk too.” The hermit used his supernormal powers to make both the male and female beetles appear before the king.

When the male and female beetles emerged om the heap of cow-dung into the presence of the king, the hermit said, “Oh King, the female beetle which is following om behind was your chief queen, Ubbarī. Having abandoned you, she is now ailing the male dung-beetle wherever he goes. Oh King, have a good look at the female beetle who was your chief queen Ubbarī.” The king refused to believe the hermit. “I can’t believe that such an intelligent being as my queen Ubbarī was reborn as this female beetle,” said the king. It is only natural for those who do not believe in the laws of kamma and its effects, who do not understand the principles of conditionali or causal

relations, as explained in the Law of Dependent Origination. It would be difficult to accept that a being of the human world could have gone down so low as to become a mere dung-beetle. Even in the days when the Buddha's teachings are widely prevalent, there are some who hold the view. "When a man dies, he cannot descend into an existence inferior to that of a human being." It is not surprising, then, that during the dark ages when the Buddha's dispensation was unheard of, such stories were received with scepticism. Nevertheless, according to the teachings of the Buddha, as long as one has not yet aained the status of a Noble One, one can descend om the human world or the celestial realm into the four lower realms of existence, as conditioned by unwholesome kamma and the mental reflex just before death. On the other hand, conditioned by wholesome kamma and wholesome mental aitude on the threshold of death, ascent may be made om an inferior sphere of existence into the higher realm of human and celestial beings. There is the story of a bhikkhu named Tissa who developed aachment to his robes when he was about to die. As a consequence, he was reborn a louse making its home in those very robes. There is another story of a og who met its death while listening to a discourse by the Buddha. He became a celestial being in Tāvatiṃsa. These are just a few examples that serve as evidence of various ansformations at the time of rebirths. However, King Assaka, not having heard such discourses, could not accept that his queen had become a female beetle. Accordingly he refused to believe it. The hermit therefore proposed that he would

make the female beetle talk. The king accepted the proposal. Thereupon the hermit made the vow, using his supernormal powers, to have the conversation between him and the female beetle comprehensible to the king and his audience. "Who were you in your past life?"the hermit asked. "I was the chief queen Ubbarī of King Assaka," replied the female beetle. "What now, female beetle, do you still love King Assaka or do you love only this dung-beetle?" To this the female beetle replied: "True, the Assaka king was my husband in my past life. At that time, I used to roam about in this garden, in his company, enjoying the five sense-pleasures. However,, now that I am in the new existence, I have nothing to do with the King Assaka." The version of the female beetle's reply in the Commentary is as follows: "In my present existence, I would relish killing King Assaka, and with the blood om his throat, washing the feet of the dung-beetle who is my present beloved husband." This exposition makes the beetle's reply sound very harsh and unfeeling, but as she was talking in the presence of her dear husband, the male beetle, it is natural that she wanted to please him. We can easily see, in everyday life, many conspicuous examples of esangement between couples, who get separated not through death, but in this very life on grounds of incompatibili, and examples of loving tenderness heaped on their new partners. The remarks in the Commentary appears therefore to be quite in order. The Jātaka Pāḷi texts describe the female beetle's reply thus: "Venerable sir, I roamed about in this garden many times with King Assaka who loved me and was my beloved husband then, enjoying each other's company. However, now, the joys and oubles of the present new life have

obscured the joys and oubles of the old life. The new joys and oubles having anscended the old joys and oubles, I love my present husband, the male dung-beetle more than I did King Assaka." The Commentary's exposition of the words "love more than" makes interesting reading. It says "love more than" means "love hundred times more, love one thousand times more," indicating the intensi of love in favour of her new husband.

How Rebirth Takes Place 121

King Assaka was greatly disessed to hear the harsh, unfeeling words om the female beetle. He thought to himself: "I loved and adored her so much that I could not bear to throw away her dead body. However, she has become so antipathetic and nas to me." He felt so disgusted with the late Queen Ubbarī that, even while siing there, he ordered : "Go and have that woman's body removed." Then having bathed and washed himself, the king went back to the palace. He made another lady of the court his chief queen and carried on ruling his couny wisely. The hermit, the Bodhisaa, aer giving good advice to the king, went back to the Himalayan forest. The moral of this story is that Queen Ubbarī, while in the human world, had taken delight in being a human being, and a queen at that. She would never even have dreamt of being reborn as a female beetle. However, in accordance with her past kamma, when she happened to be reborn as a female beetle, she at once took to the life and delighted in the physical body of a beetle. She esteemed and adored the physical body of the male beetle a hundred times, a thousand times more than that of King Assaka. That she felt quite at home in her lowly existence as a dung beetle is due to craving, which finds delight everywhere; that is why the Buddha said, "Craving seeks delight now here, now there (taataābhinandinī)." A dog takes delight in a dog's existence; if reborn as a pig or a chicken, there is always delight in each existence. Even having been born of affluent parents of the upper social class, there are cases of children sinking down to pover-sicken existences and yet enjoying their new lives. Some even resisted the efforts of their parents to take them back into the family, since they find their new life quite enjoyable. It is craving again that gives them pleasure wherever they are, delighting in whatever sense-object presents itself.

How Rebirth Takes Place I will now deal with "Gives rise to esh rebirth (ponobbhavikā)," which I earlier postponed considering. Since craving has the nature of delighting and clinging, a being finds delight in whatever existence it is born into and enjoys any sense-object that presents itself. Because it finds its existence so delightful and pleasurable, the wish arises for this existence to remain stable and everlasting, and for pleasurable objects to be endurable.

122 A Discourse on the Wheel of Dhamma

In siving to maintain them as one wishes, volitional activities come into play. These volitional activities (kamma), which may be whole- some or unwholesome are the cause of rebirths in new existences. Thus when a person is about to die, one or another

of these meritorious or demeritorious actions (kamma) may present itself before the mind's eye; or it may be a sign of the kamma (kamma- nimia), which is any sight, sound, smell, taste, touch, or idea associated with the commission of that kamma; or a sign of destiny (gati-nimia), a sign of the next existence where one is destined to begin a new life in consequence of the aforesaid kamma. The kamma, sign of kamma, or sign of destiny, which presents itself to the dying person is tenaciously grasped because of craving and cannot be dispelled om the mind. Just like the shadows of a mountain thrown by the evening sun falling on the surface of the land and covering it, so too these sense-objects that present themselves at the sense-doors completely occupy the mind. They are clung to tenaciously by the decease thought-process (maraṇasanna-javana) otherwise called the kamma-forming consciousness (abhisaṅkhāra viññāṇa). In accordance with the teaching in the Paṭhamabhava Sua kamma is the field for the appearance of rebirth-consciousness (paṭisandhi viññāṇa) of the new becoming, consciousness is the seed, and craving is the moisture. Meritorious or demeritorious kamma serves as a field in which it may grow. Storing consciousness serves as the seed for the growth of the birth-consciousness, and craving, which delights in every sense-object in every existence, may be likened to the moisture that promotes its growth. Here, kamma- forming consciousness (abhisaṅkhāra viññāṇa) that conditions new becoming is, according to the Commentary, consciousness accompa- nying the volitional kamma (cetanā). In the same way as it arises together with the first volitional kamma, so too it accompanies the later kamma activities and as such, the consciousness that appears later should also be designated as kamma-forming consciousness. In particular, the decease though-process consciousness, which takes as its object kamma, a sign of kamma, or a sign of destiny should be called the kamma-forming consciousness because it is om this that birth consciousness (paṭisandhi viññāṇa) arises. In addition, in the same way as a seed germinates only when it comes into contact with A.i.223. "kammaṃ kheaṃ, viññāṇaṃ bījaṃ, taṇhā sineho."

moisture, the seed of consciousness receiving support and encour- agement om craving, which accompanies or precedes it in close proximi, tenaciously holds onto kamma, a sign of kamma, or a sign of destiny as its object and gives rise to birth consciousness. Then immediately aer the dissolution of the decease thought- process aggregates of mind and maer, the birth consciousness, holding on to the kamma, sign of kamma, or sign of destiny as its object, arises in a new existence complete with the physical base upon which it depends. With each consciousness its mental concomitants also arise. The re-linking consciousness (paṭisandhi viññāṇa), is followed by life-continuum consciousness (bhavaṅga), which goes on continuously throughout life as prescribed by one's own kammic energy. The arising of a new existence is brought about by two factors: one's own kamma and craving. Without craving, however, kamma by itself cannot bring about new becoming. For an Arahant, past meritorious deeds will come to uition as good results before parinibbāna. The

multifarious gis gained by Venerable Sīvalī, and the perfect health enjoyed by Venerable Bākula are examples of the uition of wholesome kamma. Demeritorious deeds will, however, bear bad uits as for instance, lack of almsfood for Venerable Losaka Tissa, or the fate met by the Venerable Moggallāna who was bludgeoned to death by thugs. These kammas, however, do not have any more potential for causing esh rebirth as they are devoid of craving. Lacking the support and encourage- ment of craving at the time of the decease thought-process, the kamma-forming consciousness cannot arise and hence there can be no rebirth. For this reason, only craving is aibuted as the cause of esh existence (ponobbhavikā). Therefore, craving forms the root cause of esh becoming. For this reason too, the Blessed One pointed out craving as the cause of new existence. These are the words that the Blessed One used in the very first discourse to teach the existence of an aer-life. In spite of this clear teaching, there is a group of people who maintain that the Blessed One taught only about present existence, and did not touch on future life. We cannot be certain whether these people are aempting to associate the Buddha's teaching with the annihilationist belief (uccheda vāda), a very misguided effort we must say! In reali, however, as long as craving endures, through failure to develop the

Noble Eightfold Path, or even if developing it, not being fully advanced in accomplishment, so long this craving will continue to serve as the cause for esh existence. When the Noble Eightfold Path has been fully accomplished and Arahantship is aained, craving will be completely eradicated and there will be no more rebirth. Thus when exercising reospection on the aainment of Enlightenment as a Buddha or an Arahant, the thought always occurs to the Noble Ones: "This is my last existence, there will be no more rebirth (ayamantimā jāti, nahidāni punabbhavo"ti). This reflection is also included in the later section of the Dhammacakka Suta. Such reflections make it obvious that unless craving is completely rooted out, continuous esh existences are inevitable. How this craving brings repeated rebirths will now be illusated by a few stories. There are thousands of stories illusating this fact, but it will suffice to take three stories om the Commentaries and four or five om the modern period.

A Brahma Finds Delight In A Pig's Pen At one time the Blessed One went into Rājagaha for alms. On seeing a young sow, the Blessed One smiled. Noticing the white radiations that shone forth om the teeth of the Buddha, the Venerable Ānanda knew that the Buddha was smiling. Accordingly he asked, "Venerable sir, why did you smile?" The Blessed One pointed out the young sow to Venerable Ānanda and said, "See that young sow? She was a young woman during the dispensation of Kakusandha Buddha. When she died, she was reborn as a hen in the neighbourhood of a monastic feeding-hall. The small hen fell victim to an eagle. However, earlier she happened to have heard the recitation by a meditating monk of a meditation subject, which aroused in her wholesome thoughts. By virtue of these merits, the small hen was reborn as a princess

named Ubbarī in a royal family. The princess Ubbarī later le the household life and became a wandering mendicant. Residing in the mendicants' residence she happened one day to gaze at the maggots in the laine. The worms served as an object for meditation on the contemplation of foulness of a worm-infested corpse by which she aained the first jhāna. When she passed away, she was reborn in the Brahmā world. On expiry om the Brahmā world, she became the daughter of a millionaire in

the human world, which she le again only to be reborn as a pig in this existence. I saw all of these events, which made me smile." On hearing this story of repeated births in various existences, Venerable Ānanda and the other monks became greatly agitated with religious emotion. The Blessed One stopped walking, and while still standing on the road side, taught the Dhamma in six verses the first one of which stated. "Yathāpi mūle anupaddave daḷhe, Chinnopi rukkho punareva rūhati. Evampi taṇhānusaye anūhate, Nibbaatī dukkhamidaṃ punappunaṃ. "If the main roots of a ee remains undamaged and in good condition, even when the upper branches are cut off, that ee will grow again developing new buds and shoots. Likewise, if defilements remain lying dormant that are not yet eradicated, this suffering of rebirth will arise time and again repeatedly." What is conveyed by this verse is that during her existence as princess Ubbarī, she renounced the world to become a wanderer. By practising meditation, she aained the first jhāna, which could dispel by abandoning (vikkhambhana pahāna), only the arisen defilements (pariyuṭṭhāna kilesā), that is the craving for sensual pleasures that appear as sensual thoughts at the mind-door. By means of dispelling by abandoning, jhāna can eradicate defilements only to a certain extent and for a certain period. Thus she was able to dispel the craving for sensual pleasures when she aained the first jhāna, and later in the Brahmā world. However, when she was born again in the human realm as the daughter of a millionaire, the craving for sensual pleasures reappeared because it had not been rooted out by the Noble Path. The craving for existence, of course, persisted even when she had aained jhāna. Thus because the latent defilements had not been completely uprooted, she had to descend om the Brahmā world, through the human world, into a pig's existence. So long as the craving persists, repeated rebirths will take place in this way in various existences. In reference to this story of descent om the Brahma world to a pig's existence, the Sayādaws of ancient times have le an aphorism "In the Brahmā world, she shines bright; in pig's pen too she finds

delight." However, it is not possible to be reborn as a pig directly om the Brahma world: nor as any other animal nor in the lower realms. By virtue of the access concenation (upacāra samādhi) previously aained, rebirth can take place only as a human being or in a celestial abode. The young sow of the above story also passed through human life where she was born as the daughter of a millionaire. It is quite possible that she landed in a pig's existence aer being the daughter of a millionaire

because of the bad kamma she had commied at that time by being haugh and insolent to those to whom she should have shown respect. When the young sow died, she was reborn in a royal family (rājakula) of Suvaṇṇabhūmi, which is generally taken to be the couny of Thaton. Some scholars, however, take Suvaṇṇabhūmi to be the island of Sumaa, relying on the bronze inscriptions made by King Devapāla, about 1500, Buddhist Era. From being a princess of Suvaṇṇabhūmi, she passed over to Bārāṇasī, India, as a woman. She then became a woman in Vanavāsi,&#xfffd; south-east of Bombay. From there, she was reborn the daughter of a horse-merchant (assavāṇija) in the sea port of Suppāraka north-west of Bombay. Next she became the daughter of a ship-owner (nāvika) at the port of Kāvīra in the south-eastern most part of the Indian peninsular. This is the coastal disict inhabited by the Tamil people formerly called Damiḷa. Aer that life, she was reborn in the family of a government official (issarakula) at Anurādhapura of present day Sri Lanka. Her next life was as a daughter of a man of proper (kuṭumbika) named Sumana om Bhokkanta, a village south of Anurādhapura. She took the name Sumanā, aer her father. Later her father le that village and seled down in the Mahāmuṇi village of the Dīghavāpi disict. One day a minister of King Duṭṭhagāmiṇī, named Lakuṇḍaka Atimbara happened to visit the Mahamuṇi village on some business. Upon seeing the young lady Sumanā, he fell madly in love with her. He married her with great pomp and ceremony and carried her off to his village of Mahāpuṇṇa. The Venerable Mahā Anuruddha who resided at the Mahāvihāra happened to visit her village for alms. While waiting for almsfood at the gate of her house, he saw Sumanā and said to his companion monks: “Monks, how wonderful, how marvellous! &#xfffd; This rebirth is not found in the Dhammapada Commentary account (ed.)

A Brahma Finds Delight In A Pig’s Pen 127

The young sow of the Blessed One’s time is now the wife of the minister Lakuṇḍaka Atimbara.” On hearing this exclamation, Sumanā, the wife of the minister, developed knowledge of her previous existences (jātissara-ñāṇa), and recalled the previous existences she had passed through. In conse- quence, she became agitated with fear at the prospect of repeated births in the cycle of existences. Asking permission om her husband, she went to a bhikkhuṇī monastery and got ordained. Aer ordination, she listened to a discourse on the Satipaṭṭhāna Sua at Tissa Mahā Vihāra. Practising mindfulness meditation in accordance with the sua, she became a Seam-winner, well established in the first stage of the Path and its Fruition. Then when King Duṭṭhagāmiṇī came on the throne, she went back to her native village, Bhokkhanta, where at the Kalla Mahā Vihāra monastery, she heard the discourse on the Āsīvisopama Sua and become an Arahant, ee om all corruptions. Reflecting on the thirteen existences of Sumanā thoughtfully and mindfully, one could get aroused with religious emotion. When the young woman at the time of the Kakusandha Buddha died, she le behind her family, possessions, and her own physical body. The bere family and iends would have grieved over her death. She became a hen — what a ightful thought, that a human being could be reborn a hen! That hen would have had

a family and iends too. She met with a terrible death om decapitation when an eagle seized her and suck her fiercely with its beak. There is this consolation, however, that she was reborn as a princess for the merit accrued om having heard a discourse on meditation. The hen would not, of course, know anything of the Dhamma, but as she had given devout aention to the discourse, certain merit would have accrued to her for which she was reborn a princess. Listening to a Dhamma discourse is thus very beneficial and uitful. It is a maer for gratification that she became a Brahmā aer being a princess by virtue of her jhānic aainments. It is gratiing too that om the Brahmā world she was reborn in the human world in a wealthy family. However, it is very disessing to know that she le behind her family, iends, and possessions reluctantly to be reborn as a sow. It is really awful to think of descending to the human plane om the Brahmā world and then to sink further still into the animal kingdom as a pig. This should be enough to excite alarm and religious

emotion, because so long as the Noble Path has not been established, anyone is liable to land in the lower realms. It was with the intention of arousing religious emotion and exhorting the bhikkhus to practise the Dhamma in all earnestness that the Blessed One told them the account of the female hen's succession of existences. How the young sow met her death was not mentioned in the texts, but it may be presumed that she was slaughtered by her breeder as in modern times. The young sow must have had a family and iends, which she le behind causing grief to them. It was comforting that she was reborn aerwards as a human being in six places om Suvaṇṇabhūmi to Anurādhapura. However, in each of these exist- ences, every time she departed om one life, there must have been considerable suffering om sorrow, lamentation, and grief for her and for her dear ones. That she finally became the Arahant Bhikkhuṇī Sumanā Therī is the most heartening part of the story. The cause of the succession of her existences departing om one life to be reborn in another is craving or the uth of the origin of suffering. Other people who are not yet rid of craving will likewise go through the cycle of rebirths, dying om one life to be reborn in another. It is exemely important, therefore, to get established in the practice of the Noble Path in order to eradicate craving, otherwise called the uth of the origin of suffering. Sumanā Therī first heard the discourse on the Satipaṭṭhāna Sua. Then she practised mindful- ness in accordance with the Satipaṭṭhāna method, which enabled her to aain the status of a Seam-winner. Then, on hearing the Āsīvisopama Sua, she devoted herself more ardently to the practice and aained Arahantship. Craving was then completely eradicated. Therefore there would be no more rebirth for her and she would be enjoying peace aer her parinibbāna. Sumanā Therī, therefore, declared to her colleagues that she would finally pass away (parinibbhuto), aer the vital principle (āyusaṅkhāra) for her present existence was exhausted. Thereupon her colleagues, the bhikkhus and bhikkhuṇīs asked her to relate the story of her existences. "I was a woman at the time of the Kakusandha Buddha. When I died om there, I became a hen. I was killed by an eagle which broke off my head and devoured me. Then I

became a princess in the human world …" She continued to recount her past existences until the time of her final existence at Bhokkanta village. She

The Story of Samaṇa Deva 129

concluded, "Thus have I passed through thirteen existences encoun- tering the vicissitudes of life in each existence. In this last existence, being weary of the cycle of rebirths, I have become an ordained bhikkhuṇī and finally aained Arahantship, I urge all of you, dear virtuous bhikkhus and bhikkhuṇīs, to put forth effort to mindfully become fully accomplished in morali, concenation, and wisdom." Then she passed away causing religious agitation in the minds of her audience, consisting of men, women, bhikkhus and bhikkhuṇīs. This story of the young sow is fully described in the Commentary to the Dhammapada.

The Story of Samaṇa Deva Even if one were engaged in meditation practice to dispel craving, until one became fully developed in the knowledge of the Path, craving could still give rise to rebirth. This fact is borne out by the story of a deva named Samaṇa.[1] During the lifetime of the Buddha, a certain young man, having established faith in the dispensation of the Buddha, got himself ordained and stayed with his preceptor for five Rains (vassa). He performed all the major and minor incumbent duties for his preceptor (upajjhāya) and learnt thoroughly the two codes[2] of the Pāṭimokkha discipline. He also mastered the procedure for puriing himself om serious as well as ifling offences. Then taking a meditation object of his choice, he repaired to a solitary abode in the forest and devoted himself incessantly to the practice of meditation. His efforts at meditation were very senuous. Even at midnight, which the Blessed One had allowed as the time for rest and sleep, he continued with the practice. Thus siving day and night and geing weak due to lack of sufficient nourishing food, he was suddenly seized with a cuing pain, a paralytic soke, which ruptured the spinal nerve causing instant death. He was meditating while walking and thus said to have passed away in the course of performing the duties of a bhikkhu. According to the Commentary, if any bhikkhu, while engaged in walking up and down the cloister walk or standing leaning against the leaning post, or siing or lying down at the head of the cloister walk with the double robe on his head, passes away, he is said to "die [1] SA.i.77, the Commentary to the Accharā Sua, S.i.46. [2] Dve mātikā: The Pāṭimokkha for bhikkhus and bhikkhuṇīs (Path of Purification).

130 A Discourse on the Wheel of Dhamma

in harness." So too, a bhikkhu dies in harness if he passes away in the course of teaching a discourse, particularly, on liberation om the cycle of existences. As the bhikkhu of our story was engaged in meditating while walking up and down the cloister walk, we could take it that he passed away while he was contemplating the mental and physical phenomena of the body postures in accordance with the teaching in the Satipaṭṭhāna Sua. Although he had put in a great deal of effort in the practice of meditation, he passed away without aaining the Arahantship, because he was not yet

fully endowed with the supporting perfections (pāramī) necessary for such aainments. Complete eradication of craving is not possible unless Arahant- ship has been aained. That this bhikkhu had not yet developed even the stage of a Seam-winner will become clear later. Therefore, because of craving which can cause rebirth, he was reborn in the celestial abode of Tāvatiṃsa. A magnificent celestial palace awaited him in consequence of the merit he had acquired in the practice of meditation. By spontaneous rebirth, he appeared as if just awakened om sleep, at the enance of the palace, a celestial being resplendent in full celestial aire. At that moment, about one thousand celestial princesses who had been awaiting the arrival of the master of the palace, saying, “Our Lord has arrived. Let us entertain him,” gathered round him, holding musical insuments in their hands to welcome him joyously. The deva lord of the palace, however, did not even realise that he had taken a new existence in another realm. He was under the impression that he was still a bhikkhu in the human realm. On the sight of the celestial maidens, he took them to be female visitors to his monastery. He covered up his bare le shoulder with the upper garment and remained seated, his eyes lowered and assuming a dignified and reserved pose. Realising at once that the new being must have been a bhikkhu in his previous existence, the celestial ladies addressed him, “My lord, this is the abode of celestial beings. It is not the time to be observing the code of monastic discipline. It is the occasion for enjoyment of celestial pleasures.” However, he continued on maintaining solemn reserve and digni. “This deva has not realised that he has become a celestial being in the realm of the deities. Let us

drive home this fact to him by our welcoming revelries.” So saying, the celestial damsels started playing the musical insuments accompanied by songs. The deva all the more tightened his retiring disposition, maintaining his dignified solemni, thinking that the female visitors had come to his forest abode to abandon themselves to ivolous merriment. Whereupon the celestial ladies brought out a body-length mirror and placed it in ont of the deva. On seeing his reflection in the mirror, he finally realised that he had le the bhikkhu’s existence and taken rebirth in the celestial realm. Samaṇa deva was greatly perturbed. He reflected: “I did not take up meditation to be reborn in this celestial realm. My objective was to aain the most profitable goal of Arahantship. However, I am like a boxer who entered the boxing competition aiming at a championship gold medal, but was awarded only a bundle of turnips.” Exemely agitated in mind, he thought: “The celestial pleasures are easily aainable. The life-time of an Enlightened One is a rare occasion. To hear the teaching of the Buddha and to aain the Noble Path is of utmost importance. By wallowing in celestial pleasures, there is the danger of losing the opportuni of meeting the Buddha.” So without taking the ouble of entering the palatial building, he repaired hastily to the presence of the Buddha while the morali he had observed as a bhikkhu remained intact. His celestial damsels also accompanied him as if they were anxious not to lose sight of him. On reaching the presence of the Blessed One, he addressed

him: “Venerable sir. In what way will it be possible to avoid and proceed past the Nandavana garden otherwise known as the Mohana garden, “the grove of stupidi” because it encourages foolish behaviour in the celestial beings who visit it, where thousands of female celestial beings indulge in singing and yodeling, where numerous demons, goblins and spirits haunt.” Here the deva referred to the celestial females as demons and goblins and to the Nandavana glades as the grove of stupidi because he was still in a repulsive mood towards sensual pleasures as a consequence of his intense efforts at insight meditation. The Com- mentary explanation of the deva’s query as to “how to proceed along” was that he was requesting the Blessed One for guidance on insight, which provides access to Arahantship.

132 A Discourse on the Wheel of Dhamma

The Buddha reflected on all the circumstances concerning the deva and taught him the Noble Eightfold Path in three verses: “Ujuko nāma so maggo, abhayā nāma sā disā. Ratho akūjano nāma, dhammacakkehi saṃyuto.” “Oh, deva, who is anxious to flee away, the saight path for a quick escape is the Eightfold Path of insight you already od while a bhikkhu.” Here, we have given, for the benefit of the present audience, the explanatory meaning of the first line in the verse which just says, “the saight path is that path.” That bare anslation would have been quite incomprehensible to this audience, but to the deva who looked as if he had come saight om the monastery, where he had devoted himself to meditation, the meaning was quite clear. The exposition of the Commentary is as follows: On giving meditation aining to someone not yet established in morali, etc., the Blessed One always advised him: “Puri your moral conduct; develop mindfulness and concenation, saighten out your views on kamma and its effects,” and directed the medita- tors to get firmly established in these fundamental practices initially. To one already engaged in meditation, he insucted him only in insight, the proximate cause to Arahantship. The deva was already practising meditation and his morali remained unimpaired. It was only the Noble Path that he needed to accomplish having already developed its precursor the preliminary path (pubbabhāga magga) and the path of insight (vipassanā magga). Thus in order to insuct him in insight, the Blessed One taught him the three verses. In this Commentary exposition, the fact of his morali remaining unimpaired even aer he had passed over om a bhikkhu’s existence to that of a celestial being, should be well-noted. It meant that having not breached any of the precepts such as killing, stealing, sexual relationships, etc., he continued to maintain his morali. It should be understood, therefore, that even without a formal vow of keeping the precepts, morali remains unimpaired if one abstains om evil deeds, which one should not commit. It should also be noted that these verses taught insight meditation. As we had explained above, “The best and saightest way of quick escape om the Nandavana garden of the celestial realm with its

The Story of Samaṇa Deva 133

celestial nymphs is the path of insight, which he had practised while he was a bhikkhu." Regarding the next query on the place of refuge ee om danger, the Buddha said, "The place of refuge ee om danger is the sanctuary of nibbāna, which you aspired to as a bhikkhu." This meant that he had to sive on until he aained nibbāna. As to what pe of vehicle should be employed to make the journey, the Blessed One said, "For a silent escape with no one becoming aware of it, you need a silent carriage, which is the carriage fied with the two wheels of physical and mental exertion." The mental effort involved in noting every physical and mental activi is mental exertion (cetasikā viriya). When noting the bodily actions of going, standing, siing, the physical effort required to maintain the body in respective posture is called physical exertion (kāyika viriya). Meditation while lying down involves only mental exertion, not physical exertion. Here as the use of a carriage with wheels of mental and physical exertion was advised, it must be taken to mean insight meditation that requires mindful noting of walking, standing, and siing. Thus to ride the silent carriage of the path of insight fied with the two wheels of physical and mental exertion, we must engage in mindful noting while walking up and down. That is to say, we must note "walking," "liing," "stepping forward," "dropping" as prescribed in the Satipaṭṭhāna Sua as, "gacchanto vā gacchāmi'ti pajānāti." While siving thus, as the concenation gets sengthened, the meditator will come to distinguish with each noting, the maer, which causes stiffness and moves, om the mind, the mental act of noting it. As the concenation gets sengthened further, the

boards of the carriage prevent the passengers om falling backwards, maintaining them in their positions. That is why the Blessed One described shame and dread as the leaning boards of the carriage. Then the Blessed One went on to explain how mindfulness is like the awning of the carriage. As the awning fied to a carriage guards against stones or sticks being thrown in, mindfulness of every mental and physical phenomenon, as it arises, keeps oneself secure om the danger of demeritorious deeds. Therefore the four foundations of mindfulness such as the contemplation of the body are called the awning of the carriage. The Blessed One continued: "I call right-view of the Noble Path preceded by the right-view of insight, the driver of the carriage." Of the six kinds of right-views — right-view about ownership of kamma, right-view of absorption, right-view of insight, right-view of the Path, right-view of the Fruit, and right-view of reviewing — right-view of the Fruit is the result of the Path. Similarly, right-view of reviewing is the reflective knowledge that appears aer aaining the Path and its Fruition. Therefore it needs no particular effort to develop them. The right-view concerning kamma and its effects, has to be established even before one starts the practice of meditation. The right-view concerning absorption is related to the purification of mind, which is the basis for insight. Thus the proximate knowledge that has to be developed for the promotion of right-view of the Path is the right-view of insight. When insight knowledge is fully developed the knowledge of the Path, i.e. the right-view of the Path, arises spontaneously. It is just like a royal procession coming

along aer the roads have been cleared by the police and military escorts. Therefore, it is said that the right-view of insight proceeds first, followed by Noble right-view. While engaged in insight meditation, insight knowledge leads the way for the development of the other path factors. At the moment of aaining the Noble Path, Path knowledge gives the lead to the other path factors. For this reason, the Buddha called the right-view of insight and the right-view of the Noble Path, the drivers of the carriage. The last verse runs as follows:– "Yassa etādisaṃ yānaṃ, ihiyā purisassa vā. Sa ve etena yānena, nibbānasseva santike"ti.

"Any woman or man possessing this eightfold path vehicle can get to the presence of nibbāna by means of it." In accordance with this last verse, the owner of the eightfold path vehicle, irrespective of sex, is definitely bound to reach nibbāna. So it is very clear that anyone wishing to reach nibbāna must develop the Noble Path based on the path of insight. It is common knowledge that in this mundane world, the owner of some form of ansport is able to reach the required destination by using it. However, just knowing about the mechanics of a vehicle without actually possessing it will not get anyone anywhere. Likewise, by just knowing how to enumerate the various pes of mental and physical phenomena, or the eight path factors, no one can reach nibbāna. It must be firmly remembered that only by geing the path vehicle through contemplation of the actual arising and dissolution of mind and maer and riding on the carriage of the Noble Eightfold Path, one can reach nibbāna. The three verses explained above are summarised as follows:– 1. The saight path is the Noble Path, the destination is nibbāna, which is ee om danger. Fied with two wheels of physical and mental exertion the carriage is silent. 2. Shame and dread of wrong-doing serve as the leaning-board, while mindfulness forms the awnings of the carriage. Path knowledge preceded by insight knowledge is the driver of the carriage. 3. The owners of such a carriage, whether man or woman, may ride comfortably in it to reach nibbāna. Aer teaching the three verses, the Buddha also gave a discourse on the Four Noble Truths, which I will discuss again when we come to the section on the uth of the path (magga saccā). While listening to the discourse Samaṇa deva reflected on the meditation practices of his former existence. Although he had not been able to aain higher knowledge as a bhikkhu in spite of his senuous efforts, in the existence of a deva whose physical body was ee om impurities, he was quickly able to develop the successive stages of insight until he aained the Path and Fruition of Seam-winning, and realised nibbāna, thus becoming a Seam- winner.

The main point of this story of Samaṇa deva is that, although the bhikkhu had been engaged ardently in insight meditation, because the Noble Path, which could cut off craving, had not yet been aained, this craving, otherwise called the uth of the origin of suffering (samudaya-saccā) had caused rebirth in a new existence as a celestial being. The story also shows how the Noble Path could be developed and how as a deva,

higher knowledge could be aained with ease. Another point brought out in the story is that, if aachment lingers in an individual or on an object, craving for existence is likely to cause rebirth in the vicini of such a person or object. How aachment to an object will lead to renewed existence in close proximi to it is borne out by the well-known story of the bhikkhu Tissa, who died with great craving for his robes, and consequently was reborn in the form of a louse in those very robes. Now I will deal with the account of how aachment to one's wife caused rebirths as a snake, a dog, and a cow.

Attachment Leading to Animal Rebirths In a Sri Lankan village lived a man who was misbehaving with the wife of his elder brother. The woman was more passionately aached to her lover than to her husband. She therefore instigated her lover to get rid of his elder brother. The man remonsated, "Woman! Don't ever talk like that." However, aer she had repeated her evil suggestions three times, he asked, "How would I go about it?" She replied, "Go with an axe and wait for him at the riverside near the big caper ee. I'll send him there." Thereupon, the man proceeded there and lay in wait for his elder brother, hiding among the branches of the ee. When the husband came back om his work in the forest, the wife made a show of loving affection for him and fondly brushing his hair said, "Your hair needs cleaning, it is too dir. Why not go and shampoo it at the river side near the big caper ee?" Happy with the thought, "my wife is very affectionate for me," he accordingly went to the bathing place at the riverside. He was preparing to wash his hair, bending his head down, when his young brother came out om his hiding place and cruelly chopped his head off with the axe. Because of the clinging aachment to his wife, he was reborn as a green snake (a rat snake according to Sinhalese scholars). Still

aached to his wife, the snake took to dropping himself down om the roof of the house upon the woman. Realising that the snake must have been her former husband, she caused it to be killed and removed. Even aer passing away om the snake's existence, his aachment for his former wife still remained song, and he was reborn as a dog in his old house. As a dog he was still clinging to his former wife, following her everywhere even when she went out to the forest. People made derisive remarks, "The hunter woman with the dog is going out. I wonder where she is headed!" The woman then asked her lover to kill the dog. His aachment still intense and persisting, the dog was reborn as a calf in the same house. The young calf also followed her everywhere, drawing laughter and ridicule om the people again, "Look, the cowherd has come out. I wonder which pasture her cale are going to graze in!" Again the woman asked her lover to kill the young calf. Again his tenacious aachment to his wife caused rebirth, this time in her womb. In the human world that he had regained, he was endowed with the facul of recalling previous existences. Exercising this facul, he recollected the previous four existences and was greatly disessed when he came to know that they were all terminated at the instance of his former wife. "What an irony to have

taken rebirth in the womb of such an enemy," he lamented. He would not let his mother touch him. Whenever the mother ied to hold him, the baby cried vociferously. So the grandfather had to take over the task of bringing up the child. When the child reached the age when he could speak, the grandfather asked him, "My dear child, why do you cry whenever your mother ies to hold you?" He replied, "This woman is no mother to me. She is my enemy who killed me for four successive existences." So saying, he recounted to his grandfather the story of his previous lives. On hearing this sad tale, the old man wept, embracing the child and said. "Come, my poor grandchild, let us get away, I see no gain in staying here." They went away and stayed in a monastery where both of them received ordination and in time, through the practice of meditation, were able to aain the Path and Fruition of Arahantship. The moral to be drawn om this episode is that aachment gives rise to repeated new existence at the very location of that aachment.

A Dhamma Teaching Sayādaw 139

This story clearly bears out the uth of the teaching, that aachment brings about esh existences (ponobbhavikā). However, aer meeting a violent death in successive existences as a snake, a dog, and a calf, in his final life as a human being he aained Arahantship, and so craving was completely extinguished. There would be no mere rebirth for him, and he would be ee om all forms of suffering. It would be well to take to heart the moral of this story and sive for eedom om all suffering through the practice of insight meditation. There would be no end of quoting similar stories om the Pāḷi texts and Commentaries. Let us now come to the experiences and episodes met with in modern times.

A Dhamma Teaching Sayādaw From 1937 to 1939,[illegible] I resided at Taungwine Taikkyaung monastery of Mawlamyaing. At that time there was a Dhamma teaching Sayādaw of great repute. At the aditional alms-giving ceremony, a week aer the death of a lawyer donor of his, he gave the following discourse as the merit-sharing service for the departed one. "This life of mine is uncertain, but my death is certain. I must inevitably die. My life will end only in death. Life is impermanent, and unstable; death, on the other hand, is definite and permanent." This contemplation on death was the theme of his discourse. I was present on that occasion and heard his discourse personally. Within a few days of this event, we heard the sad news of demise of the Dhamma teaching Sayādaw. We thought then that he would have passed away contemplating death as he had taught only a few days ago. We heard that the Sayādaw had met a violent death at the hands of assassins who had stabbed him with a dagger. About three years later, a certain young boy om Magwe came to Mawlamyaing accompanied by his parents. He had been nagging his parents, asking them to take him to Mawlamyaing. On arriving at the monastery of the former Sayādaw, the boy informed his parents that he was, in a previous existence, the presiding Sayādaw of that monastery. He could tell everything about the monastery and whatever he said was found to be ue. He remembered all the leading monks om the nearby

monasteries and addressed them by the names he had used to call them by previously. ◆ 1291 to 1301 M.E.

140 A Discourse on the Wheel of Dhamma

When he was asked by mentioning the name about a certain man, who was a close disciple of the late Sayādaw, the boy relied, “I am aaid.” When questioned what he was aaid of, he recounted how that man in association with some others had stabbed him to death, how he had run away om them, and coming to the river bank and finding a boat, he made his escape riding on the boat. Later arriving at a village on the Magwe coast, he said he entered the house of his present parents. The visions he saw of how he had fled om his assassins, how he found a boat on the river bank, how he took a ride on it and came to the house of his parents were all signs of destiny (gati nimia) that had appeared to him as death approached. This is also a notable incident that confirms that aachment brings forth new existence.

Born as a Buffalo for Forty Kyats In a certain town in Monywa Disict, there lived a man who was engaged in the business of money-lending during the British regime. He asked for the return of a loan om a certain farmer who replied that he had already repaid the money he had borrowed om the man. The money-lender repeatedly insisted that the farmer had not yet repaid the loan. Finally, he declared, “May I become a buffalo in your house if I have really asked for a double payment of the for kyats, which you say you have already repaid.” With this oath, he pressed again for the return of his loan. The poor farmer was thus obliged to knowingly repay again the loan he had taken. Soon aerwards, the money-lender passed away. A young buffalo was born in the house of the farmer who had made the double payment of his loan. Guessing that the money-lender had taken rebirth in his house as a buffalo, the poor farmer called out to the young buffalo, “Sayā, Sayā, please come,” in the same way that he used to address the old money-lender. The young buffalo answered his call and came to him. Believing now that the old money-lender had really become a buffalo in his house according to his oath, the farmer started to talk about this incident. Thereupon, the daughter of the departed money-lender went to the court suing the poor farmer for defaming her father. The judge who heard the case sent for the appellant, the defendant and the young buffalo together with witnesses for both sides. In the

Nga Nyo’s Small Measure of Rice 141

court, the farmer called out, “Sayā, please come” to the buffalo in the same way that he used to address the money-lender. The buffalo responded to his call by coming to him. The money-lender’s daughter used to address her father as “Shin, Shin.” When she said in the court “Shin, Shin,” the buffalo went to her. The judge came to the conclusion that the poor farmer was making an honest statement (without any intention of defamation) and accordingly discharged the case. From this story, it is not hard to believe that a human being may be reborn a buffalo. It is plain therefore that craving

will cause rebirth. It should be observed also that swearing a false oath is liable to lead to calami.

Nga Nyo's Small Measure of Rice There was a village of about four hundred houses called Chaungyo, ten miles north-west of Taungdwingyi. Two young men of the village, Nga Nyo and Ba Saing, who were iends, earned their living by going around villages selling betel leaves. Coming back one day om their rounds, Ba Saing went short of rice on the way. He borrowed a small measure of rice om Nga Nyo to cook his dinner. Aer dinner, while they made their way back to the village leisurely in the moonlit night, Ba Saing was bien by a poisonous snake and met with instant death. It was some time between 1926 to 1936,[illegible] when the two iends were about twen or so. Probably because Ba Saing clung to the thought of the loan of the small measure of rice at the time of his death, he was reborn as a cockerel in Nga Nyo's house. Nga Nyo ained it to become a fighting-cock and entered it into a fight. It one the first three fights, but unfortunately lost the fourth fight because its opponent was bigger and songer than itself. Nga Nyo vented his disappointment and anger by holding his cock by its leg and thrashing it against the ground. Bringing the half-dead cock home, he threw it down near the water-pot where Nga Nyo's cow came and touched it with her lips (as if expressing her sympathy.) The poor cock died aerwards and took conception in the womb of the cow. When the calf had grown up considerably, it was bought for four kyats by his iends for a feast, which Nga Nyo would also join. While they were butchering the calf and cuing up the meat in preparation for their feast, a couple om Taungdwingyi, a clerk and [illegible] 1270 and 1280 M.E.

his wife, happened to arrive on the scene. Expressing her sympathy for the calf, the clerk's wife said, "If it were my calf, I wouldn't have eated it so cruelly. Even if it had died a natural death, I wouldn't have had the heart to eat its flesh, I would have just buried it. Sometimes aerwards, a son was born to the clerk's wife. The child remained without speech until he was seven when, one day his father told him, "Son please talk to us. Today is my pay-day. I'll buy and bring back some nice clothes for you." Keeping his promise, the father came back in the evening with some pre garments for his son. He said, "Son, here, these beautiful clothes are for you. Do speak to us now." The boy then uered, "Nga Nyo's measure of rice." The father said, "Son, just talk to us. Not only a measure, I will buy a whole bag of rice for you." Thereupon the boy said "If so, put the bag of rice on the cart. We will go to sele my debt." Puing a bag of rice on the cart as requested, they set off on their journey. The father asked the son, "Now where to?" The child directed his father to drive towards the north of Taungdwingyi. Eventually they came to Chaungyo village when the son said, "That's it. That's the village," and kept on directing his father through the village lanes until they came to Nga Nyo's house. Upon inquiring whether it was indeed U Nyo's house. U Nyo himself confirmed it by coming down om the house as he approached the cart, the child hailed him, "Hey, Nga Nyo, do you remember me?" The elderly man was offended to be addressed

as Nga Nyo by a mere child, the age of his son, but was pacified when the clerk explained, saying, “Please do not be offended, U Nyo. This child is under some sange circumstances.” When they got into the house, the boy began, “So, Nga Nyo, you don’t remember me? We were once together selling betel leaves going around the villages. I borrowed a small measure of rice om you. Then I was bien by a snake and died before I could return the loan. I became a cockerel in your house. Aer winning three fights for you, I lost the fourth because my opponent was much songer than I was. For losing that fight you beat me to death in anger. Half dead, you threw me down near the water-pot and a cow came and kissed me. I took conception in her womb and was reborn as a cow. When I became a heifer, you killed me to eat. At that time the clerk and his wife who are my father and mother now, came by and expressed sympathy for me. Aer my death as a cow, I was born as a son to my

Regaining Human Life aer Being a Cow and a Dog 143

present father and mother. I have now come to repay my debt of the measure of rice.” All that the child recounted was found to be ue by U Nyo who wept, feeling repentant for all the ill-eatment he had meted out to his former iend. With this story I want to sess again that unless craving has been rooted out, repeated rebirths in new existences are unavoidable.

Terrible Life as a Demon and a Cow In about 1956 in the Payāgyi monastery of Mandalay there resided a student bhikkhu called U Ar Seinna. He was of good build, clear complexion and full of faith in Dhamma. He was a good student too, devoting himself wholeheartedly to the study of the texts. One day while washing his almsbowl, he addressed his colleagues, “I urge you to take care, iends, to be of good behaviour while you are living on the almsfood of donors. I am living a heedful life, having had personal experiences of three existences.” One of his colleagues, becoming curious, asked him about his previous lives and he replied, “I passed away om human life to become a female demon. I suffered terribly in that life, having scarcely anything to eat, no decent place to live, roaming here and there to find a resting place. From a female demon, I became a draught ox. I was herded in the same pen with a team mate, whose nosils were running with puid nasal fluid. Its nasal smell becoming unbearable, I goaded it to keep it away om me. The owner beat me, thinking that I was bullying the other ox. When I passed away om that existence, I regained human life and becoming agitated with religious emotion, and have now taken up the life of a bhikkhu.” This story also serves to emphasise the fact that as long as craving persists, rebirth is inevitable. It also shows what a horrible life is that of a demon and how, handicapped by the inabili to communicate, an ox is liable to be misunderstood and could be maleated in consequence. These accounts should serve to cause terror and incite religious emotions in us.

Regaining Human Life after Being a Cow and a Dog About 1948, the Sayādaw of a village monastery in Monywā Disict was shot dead by a rebel leader who accused the Sayādaw of “ill-eating” his underling. The Sayādaw is now in human

existence, a bhikkhu again. We hear that he had even passed some of the scriptural examinations. This bhikkhu recounted, “I became a cow aer being shot, then a dog and now I am a human being again.” To go down om the level of a bhikkhu in human life to that of a cow, and then a dog, seems very degrading. However, if craving is not eradicated, it is possible to descend the ladder of existence lower still. There is the instance of Bhikkhu Tissa who became a louse in the time of the Buddha. Thus realising that anyone who has not eradicated craving (and with personali-view and doubt also still intact), is liable to take lower rebirths, so it is essential to sive for the complete eradication of craving, or at the very least, to work for the elimination of personali-view) and doubt.

Even Rebirth as a Crowing Lizard Is Possible In about 1961, there appeared in Pha Aung We village near Daik-U, a sange young child, who said that he was previously the presiding monk of the Ywā Waing village about 2 miles away. The child was intelligent with a retentive memory. When taken to the monastery, which he said he resided in, he appeared to know all the articles in the building and was able to identi each object, recalling the name of its donor. What he said was found to be ue. He said he had become a crowing lizard in the monastery when he died as the presiding monk. As the crowing lizard, he met his death when he leapt across om the monastery to a palm ee nearby. He missed the ee and fell to the ground breaking his thigh. The injury caused his death. When he died, he rode on the cart of a farmer om Pha Aung village who had his field near the monastery, and he stayed in the house of the farmer. What he said about riding on the cart was the appearance of a sign of destiny as death approached. This story should also cause the realisation that with craving still lingering, esh existence could arise, and taking ight at this realisation, one should develop the Noble Path to rid oneself of craving. The reason why I bring up these stories of modern times is because there are some people who maintain that there is no such thing as an aer-life. Some are undecided and perplexed, not being able to conclude whether there is or not. In spite of clear accounts of renewed existences in the scriptural literature, many are sceptical of what was wrien about ancient times. Thus in order to arouse faith

in kamma and its effects, and belief in the aer-life and to remain steadfast with such conviction, I have recounted these stories. There are many similar stories that I could tell, but enough has been said to accomplish my aim.

Three Kinds of Craving As stated above, because craving can cause rebirth, the Blessed One taught, “This craving that gives rise to esh rebirth and is bound up with delight and passion, seeking delight now here, now there.” He further elucidated this craving. “What is this craving? Firstly, there is craving for sensual pleasures. Secondly, there is craving for existence, or aachment to eternalism. Thirdly there is craving for

non-existence, or clinging to the view that there is no aer-life." These three pes of craving are the uth of the origin of suffering.

Sensual Craving Of these three pes, sensual craving is craving for pleasurable sense-objects, whether belonging to oneself or to others. The craving that arises on seeing a beautiful sight is sensual craving. Here object of sight relates not only to appearance, colour etc., but to the whole form or body of a man or woman, which serves as the basis of the sight, the clothes worn and other associated objects. Likewise, pleasurable sounds and sound-producing objects, delightful odours and their source, delicious taste and food producing the taste, men and women who prepare and serve delicious food, tactile sensations of rapture and objects producing such sensations — all of these constitute objects of pleasure, and craving for them is sensual craving. In short, desire for any pleasurable sense-object is sensual craving. Wishing to become a human being, a celestial being, wishing to be born a man or a woman; longing to enjoy sensual pleasures as a human being, as a celestial being, as a man or a woman — all of these cravings are also sensual craving. Therefore we say that taking delight in any pleasurable thought or object is sensual craving. On seeing, hearing, smelling, tasting, or touching a sense-object, if one considers it to be pleasant, a liking is at once developed for it. Thinking it to be pleasant amounts to ignorance (avijjā), which conceals the ue nature of the sense-object and gives rise to false views about it. Ignorance regard what is ansitory as permanent; it

takes what is suffering, because of incessant arising and vanishing, to be pleasant: it takes mere physical and mental phenomena, which are neither a soul nor a living enti, to be a soul or living enti; and it considers one's own body or other's bodies, which are repulsive and disgusting, as beautiful and pleasing. Regarding what is unpleasant to be pleasant, liking for it develops. Liking it and desiring it leads to craving, which drives one to perform activities to fulfil that craving. Such volitional activities are kamma (saṅkhārā), which are responsible for the formation of new mental and physical aggregates of a new existence. Thus each instance of liking or desiring a sense-object amounts to embarking on a new round of becoming. Influenced by craving, kamma-forming consciousness otherwise called decease thought-moment impulsion tenaciously clings to the kamma, sign of kamma, or sign of destiny, the three signs that appear as death approaches. Because of this tenacious clinging to the objects seen at death's door, the moment aer decease consciousness vanishes rebirth-linking consciousness arises holding onto the last seen objects, to give rise to a new birth. Hence this craving is described as liable to give rise to new becoming.

Craving for Existence According to the Commentary, craving for existence (bhava taṇhā) is the craving that is accompanied by eternalism (sassata diṭṭhi). Here, "bhava" means becoming or being. Hence craving for existence is craving based on the belief in the permanence and stabili of existence. Eternalism is the wrong-view believing that the soul or the living-being does not disappear. Although the physical body perishes,

the soul, the living enti is thought not to be subject to dissolution. It enters into a new body and remains there. Even if the world crumbles and breaks up, it remains eternally and never perishes. Religious faiths outside of the the Buddha's teaching mostly hold this view of eternalism. Some of them believe that, aer death, man remains permanently in heaven or suffers eternal damnation in hell according to God's wish. Others take the view that a being migrates om one existence to another according to kamma and exists permanently. Again, others believe that a being exists eternally changing om one life to another on a predetermined set course.

Craving for Non-existence 147

In short, any belief that holds the view that a soul or living-enti moves on without dissolution to new existences is the wrong-view of eternalism (sassata diṭṭhi). For instance, a bird on a ee flies away to another ee when the first ee falls down. When the second ee falls down again, it flies on to a third ee. Likewise, the soul or living enti, on the dissolution of a physical body on which it depends, moves on to another body, itself remaining everlasting. Craving accompanied by the wrong-view of eternalism is called craving for existence (bhava taṇhā). This craving takes delight in the view that the soul or living enti is permanent, enduring. "This I, which has been in permanent existence since eterni, feels the sensations and will continue feeling them." Believing thus, one takes delight in every object seen, heard, touched, or known and also in the objects that one hopes to enjoy in the future; wishing to enjoy a prosperous happy life now and in future, to be born in good, happy existences to enjoy the prosperous life of human or celestial beings. Some wish to be born always as a man, others as a woman. All of these are craving for existence. Every time craving arises for the sense-objects that are presently available or for the present existence, or in looking forward to the existence one wishes to be in, because of this craving, a conditioning influence or potential power is being built up for the arising of a new life. That is why the Buddha taught: "Liable to give rise to new birth (ponobbhavikā). I have summarised it thus: craving for existence with the idea that it is eternal is craving for existence.

Craving for Non-existence In the term "vibhava taṇhā," vibhava means non-becoming, non-being, annihilation of existence. Craving for the view that there is existence only while alive, that there is nothing aer death, is craving for non-existence (vibhava taṇhā). This is the craving that is accompanied by the wrong-view of annihilationism (uccheda diṭṭhi), which maintains that nothing remains aer death, there is complete annihilation. It is the docine taught by Ajita, the leader of a sect during the Buddha's lifetime. His teaching runs thus:- An individual is made up of the four primary elements. When he dies, the earth element of his body goes into the mass of the earth element that exist in inanimate external bodies. (It means the element

148 A Discourse on the Wheel of Dhamma

of earth that manifested as hardness or coarseness while in the living body, merges with the inanimate external earth element, the earth element of the dead body. In time it turns into earth, which is again converted into earth element in ees and plants, etc.) The water element of the living body flows into the inanimate mass of water. (That is to say, the fluidi of the dead body becomes the moisture of the mass of water.) The fire element of the living body merges with the mass of inanimate external heat and the living air element flows into the mass of inanimate external air. All knowing faculties (sense-organs: eyes, ears, nose, tongue, etc.) move over into space. (Those holding the annihilationist view do not recognise the separate existence of eye-consciousness, ear-consciousness, etc. They hold that the material forms of the sense-organs, otherwise called the faculties, themselves see, hear, taste, touch, etc., and mind itself thinks. They explained the cessation of consciousness in terms of the six faculties of sense, which, according to them, disappear into space. Whether he is a fool or a wise man, when he dies, he completely disappears. Nothing is le aer death. The fool does not suffer in a new existence for his past misdeeds. The wise man does not get a new existence in which he enjoys the uits of his good kammas. Aer death every thing disappears. This is then some of the teachings of Ajita who held the view of annihilationism. This ideology may find ready acceptance by those who are reluctant to avoid evil or to do good. As it is postulated by this ideology that there is no life aer death, it amounts to the admission that there is life before death. Then one may ask, “What exists before death?” The answer, according to their line of reasoning, could only be that it is the living self (aa), or a being (saa). Thus although Ajita maintained that an individual is made up of the four great primaries, it must be said that, for him, the self or a being exists. Because of this aachment to self, holders of this view argue that instead of wasting time doing good deeds for future existences, full opportuni should be taken of the present moment for the enjoyment of pleasures. The craving accompanied by this view that nothing remains aer death is craving for non-existence. To summarise: craving that arises accompanied by the annihilationist view is craving for non-existence (vibhava taṇhā). This craving for non-existence likes the idea that, aer death, existence is annihilated without any special effort. The reason is that

one who holds this view shrinks om the practice of meritorious deeds and does not abstain om doing evil deeds. The evil deeds commied are also innumerable. If new life occurs aer death, these evil deeds will bear unwholesome uits which, of course, they cannot relish. Only if nothing happens aer death, and there is no new existence, their misdeeds will be expunged; they will have to bear no responsibili for them and escape scot-ee om all consequences of their evil actions. Hence the great appeal of this ideology. At the same time, holding that the time for enjoying is now, the present life before death, they are too eager to pursue any desirable objects of pleasure. Consequently they go all out in the pursuit of what they consider to be pleasurable. This ardent pursuit of pleasure leads to commission of kamma and mental formations,

every act of which is conibuting to formation of new life. Every time there is delight in, and enjoyment of, pleasures of the present life, the impulse of craving is imparted to the seam of consciousness. Consequently, impulsion proximate to death, otherwise called the kamma-forming consciousness (abhisaṅkhāra viññāṇa) clings to the death signs: kamma, sign of kamma, and sign of destiny. While clinging to these objects, when the death follows the decease- consciousness, rebirth-consciousness arises for a new existence, conditioned by one of the three signs. Thus a person holding the annihilationist view is reborn whether he or she likes it or not, in a new existence, because of craving for pleasurable objects. This new existence is very likely to be in inferior and miserable states because he or she had developed nothing but evil deeds previously. The Buddha taught, therefore, that this pe of craving for non-existence, also gives rise to new existence. Thus all the three pes of craving, sensual craving, craving for existence, and craving for non-existence lead to new life and suffering. Therefore, I have summarised: the ue cause of suffering is the three pes of craving. The above mentioned three pes of craving are the origin of suffering starting om birth, up to the five aggregates of aachment, and are therefore called the uth of the origin of suffering. As to where these cravings arise and take root, the Mahāsatipaṭṭhāna Sua states: “Wherever in the world, there are delightful and pleasurable things, there this craving arises and takes root.” Here, by “craving arises” is meant the actual arising of the craving because

of delightful and pleasurable things. This is known as arisen defilements (pariyuṭṭhāna kilesā). By “taking root” is meant that, failing to contemplate the impermanent nature of pleasurable things, craving for them lies dormant, taking root and waiting to arise whenever favourable circumstances permit. This latent craving, lying dormant in sense-objects that escape contemplation, is known as latent in the object (ārammaṇanusaya). Insight meditation eradicates this defilement. The delightful and pleasurable things om which craving arises are described elaborately in the Mahāsatipaṭṭhāna Sua and may be summarised as: 1. Eye, ear, nose, tongue, body, and mind — the six sense-doors. 2. Sights, sounds, odours, tastes, touches, and ideas — the six sense-objects. 3. Eye-consciousness, ear-consciousness, etc., — six pes of consciousness. 4. Six pes of sense impressions -- six contacts (phassa). 5. Six pes of feeling born of sense impressions, etc. These delightful and pleasurable things should be contemplated in the practice of meditation. Failing to recognise them as impermanent, unsatisfactory, and not-self, through mindful noting will result in them becoming the breeding grounds for craving. These two pes of craving: dormant craving for pleasurable objects (ārammaṇanusaya taṇhā), which have escaped being noted as they really are, at the time of seeing, hearing, etc., and the craving that has actually arisen (pariyuṭṭhāna taṇhā) om the pleasurable things, constitute the noble uth of the origin of suffering. This fact should be thoroughly understood and remembered. I have explained the uth of the origin of suffering sufficiently, so I will end my discourse on it here. May all you good people present in this audience, by virtue of having given

respectful aention to this Great Discourse on the Turning of the Wheel of Dhamma, be able to dispel temporarily or eradicate completely, the craving otherwise called the uth of the origin of suffering by incessant contemplation and through whatever Path and Fruition you have chosen, achieve speedy realisation of nibbāna, the end of all suffering. Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Part Six Delivered on 11th November, 1962.[1] Today is the full-moon day of November. It used to be a great holy day, marked with festivities, in cenal India at the time of the Buddha, being the end of the month, the end of the rainy season, and the end of the year according to the adition of that time. In Burma we celebrate the day with the festival of lights and paying homage to the Blessed One. Today I will discuss the Truth of the Cessation of Suffering (nirodha saccā) and the Truth of the Path Leading to the Cessation of Suffering (magga saccā) as taught in the Dhammacakka Sua. I will now recite the Four Noble Truths: 1. The Truth of suffering (dukkha saccā). 2. The Truth of the Origin of Suffering (samudaya saccā). 3. The Truth of the Cessation of Suffering (nirodha saccā). 4. The Truth of the Path Leading to the Cessation of Suffering (magga saccā).

The Truth of the Cessation of Suffering “Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ — yo tassāyeva taṇhāya asesavirāganirodho cāgo paṭinissaggo mui anālayo.” “This, monks, is the Noble Truth of the Cessation of Suffering: it is the complete fading away and cessation of that craving without remainder, its forsaking and abandonment, liberation and detachment om it.” The uth of the cessation of suffering is the cessation of craving, otherwise called the uth of the origin of suffering. By virtue of insight knowledge and Path knowledge, that craving gets no opportuni to arise, and vanishes. It is like darkness being dispelled by sunlight. When the Path knowledge of Arahantship appears, craving has no chance to arise and gets extinguished entirely. With the cessation of craving, the mental and physical aggregates for a new life cannot appear and completely cease to exist. This non-arising or cessation of craving is the Truth of the Cessation of Suffering. Cessation of craving by virtue of Arahantship is its complete extinction without remainder and is the noblest form of cessation.

[1] The Full Moon of Tazaungmon 1324 M.E.

There are inferior forms of cessation, for instance cessation by virtue of the Path of Non-returning, which completely extinguishes only sensual craving; cessation by the Path of Once-returning, which eliminates only the grosser forms of sensual craving; cessation by virtue of Seam-winning, which removes the sensual craving that will give rise to rebirth in the lower realms. These cessations are concerned with only partial extinctions of craving and may be regarded as inferior grades of the uth of cessation. Then there is another form of cessation, which comes about through contemplating impermanence, unsatisfactoriness, and not-self. During the period of

contemplation, craving gets no chance to arise, so there is temporary cessation of craving. It may be regarded as partial cessation of craving by means of the partial development of insight. Every time one is engaged in insight meditation, it may be said that one is realising the temporary cessation of craving. The Pāḷi texts provide the following exposition of the uth of cessation of craving by answering the question, "Where may this craving be discarded, where may it be extinguished?" "Wherever in the world there are delightful and pleasurable things, there this craving may be discarded, there it may be extinguished."[illegible] Here, delightful and pleasurable things means, as explained earlier, the six sense-doors, the six sense-objects, and the six pes of consciousness. For further details, please refer to the text and anslation of the Mahāsatipaṭṭhāna Sua. Discarding (pahīyati) and extinguishing (nirujjhati) are alike in meaning. Similarly, giving up or relinquishing (cāgo), forsaking or rejection (paṭinissaggo), release, eedom, or emancipation (mui), aversion, disenchantment (analayo), all connote the same meaning as cessation or extinction (nirodha).

How Cessation of Craving Is Brought about When the meditator becomes convinced of the ue nature of impermanence, unsatisfactoriness, and not-self by noting "seeing, seeing" at the moment of seeing, he or she will not be blinded by the delusion of permanence, happiness, and self in the sense-doors, sense-objects, and sense-consciousness. He or she is momentarily ee om ignorance (avijjā) or delusion (moha). Having seen reali [illegible] D.ii.310.

as it is and being ee om delusion, no pleasurable feeling arises towards these objects. This is then the temporary cessation or fading away of craving. Through the fading away of craving, aachment (upādāna), kamma and mental formations (saṅkhārā), which come ailing aer it cannot arise. Consequently consciousness (viññāṇa), mind and maer (nāmarūpa), the six-senses (saḷāyatana), contact (phassa), and feeling (vedanā), the unwholesome resultants of kamma and mental formations, cannot appear. This is how craving together with suffering are momentarily extinguished, which is called momentary cessation or momentary nibbāna. Similarly, by noting "hearing," "smelling," etc., at the moment of hearing, smelling, etc., the meditator becomes convinced of the three characteristics with respect to the ear and sound, the nose and odour, the tongue and taste, etc. He or she will be ee om delusions of permanence, happiness, or self in connection with these objects. Thus there will be the momentary cessation of craving and suffering, otherwise called momentary nibbāna. Through insight, which promotes temporary cessation as higher knowledge is developed, nibbāna is realised by means of the knowledge of Seam-winning. This knowledge extinguishes the song sensual craving that can give rise to rebirth in the lower realms. The meditator becomes fully liberated om the miseries of the lower realms (apāya) and sufferings of more than seven existences in fortunate destinies of the sensual sphere (kāma sugati). This is then the extinction of suffering as a result of the extinction of craving. However, it must not be regarded that

Path and Fruition of Seam- winning takes the cessation of craving as its object of contemplation. It dwells merely on cessation as a result of the complete extinction of suffering inherent in the mental and physical aggregates. When nibbāna is realised by means of the Path knowledge of Once-returning, the grosser forms of sensual craving, together with the suffering of more than two existences in the sensual realm are extinguished. When the Path knowledge of Non-returning is realised, subtle forms of sensual craving, together with suffering in more than one existence in the fine material realms (rūpa loka), or in the formless realms (arūpa loka) are extinguished. These are also extinction of suffering as a result of the extinction of craving. In these Paths too, the mind dwells merely on cessation consequent upon the complete

extinction of suffering inherent in the aggregates. When nibbāna is realised through the Path knowledge of Arahantship, all forms of craving and all kinds of suffering are completely eradicated. This is also extinction of suffering as a result of extinction of craving. We can summarise: “When craving is eradicated suffering is extinguished.” Only when craving is completely eradicated, ue liberation om suffering is achieved. Escape om suffering, obtained through other means, is not ue liberation but just temporary relief; in due course there is the recurrence of suffering. For example, take setching the limbs to relieve the stiffness due to bending. The discomfort is temporarily removed only to return as tiredness due to setching. Likewise stiffness due to prolonged siing may be relieved by standing up or walking about only to be replaced soon by fatigue. When one is assailed by hunger, the suffering may be relieved by partaking of some food; but the ouble will start again aer a lapse of a few hours. Illness or disease may be cured with suitable medical eatment, but other ailments are bound to arise sooner or later to give ouble again. Difficult circumstances of living may be solved by engaging in suitable employment or business, which may prove so successful and prosperous that one may come to occupy a very high position in one’s profession or become wealthy. Yet with the vicissitudes of life, one may fall down om that high position or become pover- sicken. Even if the whole life has been smooth and plain sailing, one inevitably faces suffering at the time of death. As a result of meritorious deeds such as giving alms and observing moral precepts, one may be reborn as a human being in happy prosperous circum- stances or one may be born as a powerful celestial king. Yet when the wholesome effects of previous wholesome deeds are exhausted, a return to miserable existences is inevitable. If one sives for a happy and long existence by means of the rūpa jhāna and arūpa jhāna by practising anquilli meditation, one may aain the rūpa brahmā and arūpa brahmā realms where one may live happily for many world-cycles. However, a time comes when the merits of jhāna are exhausted. Then one faces the possibili of descending once again into miserable lower existences, as for instance, the experience of the young sow mentioned in the chapter on the origin of suffering.

Thus unless craving is completely eradicated, no form of liberation is a guaranteed, ue liberation. Complete and irreversible liberation om all kinds of suffering is achieved only when craving has been entirely extinguished. Thus the Buddha taught, “The complete fading away and cessation of that craving without remainder (tassayeva taṇhāyaasesa virāganirodhā) is the uth of the cessation of suffering.” This is in accordance with the docine of dependent origination, which states that when the causative conditions such as ignorance cease, their effects also cease. Thus, in the Aṅguaranikāya it is taught, “What, monks, is the noble uth of the cessation of suffering? Through the total fading away and extinction of ignorance, kamma formations are extinguished; through the extinction of kamma the resultant consciousness of a new existence is extinguished; through the extinction of consciousness, mental and physical phenomena are extinguished; through the extinction of mental and physical phenom- ena, the six senses are extinguished; through the extinction of the six senses, sense impressions (contact between the six senses and the sense-objects) are extinguished; through extinction of sense impressions, feelings are extinguished; through the extinction of feelings, craving is extinguished; through the extinction of craving, aachment is extinguished; through the extinction of aachment, becoming is extinguished; through the extinction of becoming, rebirth is extin- guished: through the extinction of rebirth, death and decay, grief, lamentation, pain, sorrow, and despair are extinguished. Thus this whole mass of suffering (which is neither a soul, living-enti nor has any connection with happiness) is extinguished. This, monks, is the noble uth of extinction of this mass of mere suffering.” In the above text, the sequence of cessation is given in serial order to demonsate the correlation of each cause with its effect. However, the important point is that once ignorance vanishes all its effects, such as mental formations are extinguished. The word cessation (nirodha) in the texts mean cessation only, not the place or the condition of cessation. Although Commentaries mention cessation figuratively as a place or condition of cessation, it must be carefully observed that its ue meaning is non-arising of inter-related conditions of cause and effects such as ignorance, mental formations, consciousness, etc., their total cessation and annihilation, in other words, the Noble Truth of the Cessation of Suffering.

156 A Discourse on the Wheel of Dhamma

I have dealt with the uth of the cessation of suffering sufficiently. For further details, please refer to “On the Nature of Nibbāna.” I will now go on to the exposition of the Noble Truth of the Path Leading to the Cessation of Suffering.

The Truth of the Path “Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ — ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ — sammādiṭṭhi sammāsaṅkappo sammāvācā sammākammanto sammā-ājīvo sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhi.” “This, monks, is the Noble Truth of the Path Leading to the Cessation of Suffering. It is this very Noble Eightfold Path, namely, Right View, Right Thought, Right Speech, Right Action, Right Livelihood, Right Effort, Right

Mindfulness, and Right Concenation.” I have dealt with the Truth of the Path fairly fully before. I propose to repeat some things that need emphasising. Of the eight factors of the Path, Right View and Right Thought constitute the wisdom group; Right Speech, Right Action, and Right Livelihood constitute the morali group; while Right Effort, Right Mindfulness, and Right Concenation constitute the concenation group. I need not elaborate the path factors of morali, nor the path factors of concenation. Of the wisdom group, right-view needs further exposition. Accordingly I quote the following exposition on right-view given by the Blessed One.

Exposition of Right View “What, monks, is right-view? Monks, to understand suffering or the uth of suffering; to understand the origin of suffering or the uth of the origin of suffering; to understand the cessation of suffering or the uth of the cessation of suffering to understand the path leading to the cessation of suffering or the uth of the path leading to the cessation of suffering; this is called right-view.” This is then the definition of the right-view given by the Blessed One. Briefly, it is knowing the four uths according to reali and understanding them rightly as they should be understood. The Commentary version of its exposition is as follows:

Meditation on the Four Truths 157

Meditation on the Four Truths “Meditation on the four uths was taught prefaced by the words ‘understanding of the four uths.’ Of these four uths, the first two, namely, the uth of suffering and the uth of the origin of suffering are concerned with the cycle of existence (vaṭṭa). The last two, namely, the uth of cessation of suffering, and the uth of the path leading to the cessation of suffering are concerned with escape om the cycle of existence (vivaṭṭa). The meditator employs only the first two uths as objects of meditation and not the last two uths. It means that the meditator contemplates the first two mundane uths, not the last two supramundane uths, which are unsuitable subjects for meditation. Indeed it is impossible to meditate on them. Why so? The Subcommentary states that these supramundane uths are beyond the understanding of ordinary common worldlings. Indeed it is ue that ordinary common worldlings cannot take the path and uition as their objects of meditation, nor is nibbāna within the scope of their knowledge before they aain the stage of maturi knowledge (goabhū-ñāṇa). Maturi knowledge conscious- ness arises only aer knowledge of adaptation (anuloma-ñāṇa), when insight becomes fully developed. Immediately aer maturi knowl- edge comes the realisation of the Path and its Fruition. Therefore, it is obvious that a common worldling is not in a position to take nibbāna or the path and its uition as an object of meditation. Thus, it must be carefully noted that any insuction to begin with meditation on nibbāna is totally wrong. The question might arise whether nibbāna may not be taken as an object for anquili meditation. Contemplation on the qualities of nibbāna such as being devoid of lust (virāga), may be adopted as to gain concenation. However, this exercise is taken solely for the purpose of achieving one-pointedness of mind; it is not to immediately realise the Noble Path and Fruition. In any case this meditation exercise is most

appropriate only for the Noble Ones who have already realised nibbāna, and not for the ordinary common worldling. Thus it is definitely a mistaken practice to y to achieve the path and uition by dwelling on nibbāna om the very start. The meditator learns om his or her teacher, briefly, that the five aggregates are the uth of suffering and craving is the uth of the origin of suffering. Or, he or she may learn more comprehensively

that the five aggregates consist of materiali, feelings, perceptions, mental formations, and consciousness, and further that the aggregate of materiali means the four primary elements and their derivatives, etc. Having learned about the first two uths briefly or comprehen- sively om the teacher, he or she recites them repeatedly and contemplates them. With regard to the last two uths, the meditator just hears that the uth of the cessation of suffering and the uth of the path leading to the cessation of suffering are desirable and laudable. This means that it is sufficient just to hear about these two supramundane uths and incline the mind towards them. That meditator, acting in the way described above, peneates the four uths simultaneously and comprehends them, understanding the four uths simultaneously through insight. By peneative knowledge (paṭivedha), the meditator comprehends that suffering is to be rightly and well understood; that craving is to be abandoned or eradicated; that cessation is to be realised, and that the path is to be developed. By higher knowledge (abhisamaya) he or she fully comprehends that suffering is to be rightly and well understood; that craving is to be abandoned or eradicated; that cessation is to be realised; and that the path is to be developed. As described above, before aaining the path, the meditator's knowledge of the uth of suffering and the uth of origin of suffering, comes about by learning, and hearing om the teacher, by question- ing, by repeated recitation, and by mastering it through peneative reflection. The first four processes of acquiring this knowledge constitute merely studying the scriptures; grasping through penea- tive reflection only amounts to insight meditation. The knowledge concerning the uth of the cessation of suffering and the uth of the path leading to cessation is acquired only by hearing about them. Aer practising insight meditation, at the moment of realisation of the Noble Path, the first three uths are fully grasped by having accomplished the task of knowing rightly and well the uth of suffering, the task of abandoning the origin of suffering and the task of developing the path leading to the cessation of suffering. The uth of the cessation of suffering is fully grasped by actual realisation. Thus, in accordance with the Commentary, initially it is sufficient to know only om hearing that the uth of cessation and the uth of the path leading to cessation are desirable and laudable, and to

incline the mind towards them. It is clear, therefore, that no effort is needed to contemplate particularly on these two uths. Knowledge about the first two uths should, however, be acquired both by learning and by developing insight through

meditation.

How Much Learning is Necessary? As stated in the Commentary that I quoted, it is sufficient to know only that the five aggregates are the uth of suffering; that craving is uth of the origin of suffering. Here the five aggregates are the five aggregates of aachment mentioned in this sua. I have fully explained above that they are the objects that present themselves at the time of seeing, hearing, etc. I have also dealt comprehensively with the uth of the origin of suffering in the section concerned. Knowing the law of dependent origination in brief. In the great Sub- commentary on the Visuddhimagga, it is definitely stated that what the Venerable Assaji said, “Those things causally arisen, the Perfect One taught their cause (ye dhammā hetuppabhavā, tesaṃ hetuṃ Tathāgato āha) constitutes the law of dependent origination in brief. The Commentary on the Vinaya Mahāvagga affirms that by the words, “Those things causally arisen,” the Venerable Assaji was referring to the five aggregates, otherwise called the uth of suffering, and by the words, “The Perfect One taught their cause,” he was referring to the uth of the origin of suffering. Thus it is clear that having learnt briefly, by hearing, about the uth of suffering and the uth of its origin, one has also learnt the law of dependent origination in brief. Those who teach that insight meditation is not feasible unless one has mastered the law of dependent origination supported by tables and circular diagrams, are therefore going against these words of the Commentary and Subcommentary and causing great harm to the practice of the religion (paṭipai sāsana). In the Cūḷataṇhāsaṅkhaya Sua,[1] we find the following regarding the brief knowledge to be acquired by learning: “Oh, king of the deities, in this teaching, a bhikkhu has heard that phenomena are not worth adhering to.” It means that if a bhikkhu has ever heard that the five aggregates that occur at the six sense-doors every time there is seeing, hearing, etc., should not be regarded as permanent, pleasant, or as a self; that they are ansitory, unsatisfactory, and [1] M.i.251. The Commentary explains that they are not worth adhering to because they are not permanent, pleasant, or self (ed.)

not-self, then he has sufficient learning (sutamayañāṇa), to engage in meditation. The Buddha continued: “Then that bhikkhu, who has learnt that much by hearsay, knows all phenomena by contemplation and actual experience.” Then the Blessed One taught how to aain analytical knowledge of mind and maer (nāmarūpapariccheda-ñāṇa), etc. To summarise: 1) all phenomena are impermanent, unsatisfactory, and not-self; 2) that is sufficient learning to engage in meditation; 3) through meditation one can differentiate mind and maer; 4) to realise the ue nature of impermanence and unsatisfactoriness. The first two indicate sufficient learning (sutamayapaññā) to proceed to the practice of meditation. The third shows how, by noting each act of seeing, hearing, etc., at the moment of its occurrence, one gains the analytical knowledge of body and mind (nāmarūpapariccheda-ñāṇa), and the knowledge by discerning conditionali (paccayapariggaha- ñāṇa), which knows the cause of

phenomena such as seeing, hearing, etc. These two kinds of knowledge are called higher wisdom (abhiññā paññā), being the realisation (nātapariññā) of the three higher knowl- edges. By the fourth is meant full knowledge of all phenomena, and insight into their three characteristics in accordance with the teaching “To known all things experientially (sabbaṃ dhammaṃ abhiññāya), and to comprehend them (sabbaṃ dhammaṃ parijānāti).” This constitutes the profound knowledge of realisation (tīraṇa pariññā) and abandoning (pahāna pariññā). The main point that I wish to emphasise here is that having just learnt through hearing that all phenomena are impermanent, unsatisfactory, and not-self, one has enough learning to sive for Arahantship. The assertion that meditation should not be practiced without a comprehensive knowledge of the law of dependent origination conadicts the text of the Cūḷataṇhāsaṅkhaya Sua, causes demoralisation in those intent on the practice of meditation, and is deimental to the prosperi of the practice of the religion. If, according to their proposition, meditation could be practised only aer thoroughly mastering the law of dependent origination together with its explanatory circular diagrams etc., some people who have no time or opportuni to study the law of dependent origination, or who are slow in learning it comprehensively, are liable to lose the opportuni of gaining the Path or its Fruition even if they

are endowed with sufficient perfections to aain them. To cite an example, during the time of the Blessed One, one bhikkhu by the name of Cūḷapaṇṭhaka found it difficult to memorise a verse of only for-five syllables although he ied to for four weeks. To learn the whole law of the dependent origination extensively would thus have been impossible for him. Yet the same bhikkhu aained Arahantship, accomplished in supernormal knowledge and vision by practising for one morning only a meditation exercise prescribed by the Buddha. While giving this discourse on the Turning of the Wheel of Dhamma I would like to take this opportuni of cautioning those good, learned persons to reain om making assertions that may discourage and demoralise those engaged in or intent on the practice of meditation. If one intends to sive all alone for the practice of meditation, no doubt one needs to have learnt extensively all about the aggregates, the bases, the elements, the uths, the faculties and the law of the dependent origination. However, if one is going to work under the guidance of a good, virtuous, learned, and wise teacher, all that one needs to know is that all phenomena are impermanent, unsatisfactory, and not-self. It is also sufficient if one has learnt through hearing that a worldling is governed by two mundane uths of causal relations (cause and effect): the five aggregates, which is the uth of suffering; and craving, which is the uth of origin of suffering. The majori of Burmese Buddhists can be taken to be already equipped with this much knowledge; and even if not, they can pick this up just before starting meditation or during the course of meditation by listening to the discourses of the meditation teacher. There should be no wavering or uncertain regarding a lack of learning. All that is required is to start practising meditation in accordance with the insuctions given by a reliable, virtuous, learned,

and wise teacher. How to embark on the practice of insight meditation has been described in my third discourse in this series. To recapitulate, the practice consists of developing the three stages of the path: the basic path, the preliminary path, and the Noble Path. Developing them leads to nibbāna. The basic path (mūla magga), is comprises the right-view of ownership of one's kamma (kammassakatā sammādiṭṭhi), morali (sīla), and access concenation (upacāra samādhi), or absorption (appanā

samādhi), which I have already dealt with fully before. As to the first factor, the majori of Burmese Buddhists have already established faith in this right-view since childhood. With regard to the path of morali, if the lay meditator is not established in it yet, he or she can accomplish it by observing the precepts just before taking up the practice of meditation. The bhikkhu meditator should puri his morali by confession if he entertains any doubts about the puri of his morali. As for accomplishment in concenation, the medita- tor should take up a anquilli exercise such as mindfulness of respiration (ānāpānasati) and practise it until aaining absorption or access concenation. If time or opportuni does not permit, the meditator can begin contemplating on the four primary elements by means of which momentary concenation for insight (vipassanā khaṇika samādhi), which is akin to access concenation, may be aained. This concenation dispels the hindrances so that purifica- tion of mind may be achieved. This is a brief description of how the basic path is established.

Development of Preliminary path Aer developing the basic path as described above, the meditator starts observing the reali of the uth of suffering, otherwise called the aggregates of aachment, by noting continuously the phenomena of seeing, hearing, smelling, tasting, touching, and thinking, at the moment each phenomenon occurs. A full account of the aggregates, and how failing to note them and see them as they really are leads to clinging to them as permanent, pleasant, and self; and how seeing their ue nature through heedfulness, aachment to them is extinguished, has already been given in Parts Three and Four of this series of discourses. When concenation becomes fully established, one becomes aware with every noting, of the arising and vanishing of mind and maer, and their three characteristics. How such awareness is developed may be explained thus: While noting each action of rising, falling, siing, touching, bending, setching, liing, stepping forward, moving, resting, the meditator begins to recognise the knowing mind as distinct om the material body. This discernment is analytical knowledge of body and mind, the initial basis for the development of insight knowledge. The Blessed One described how this knowledge

may be developed by giving the example of a lapis lazuli in the Sāmañña phala Sua[illegible] and Mahāsakuludāyi Sua.[illegible]

Simile of a Gem Strung on a Thread If a pure lapis lazuli (veḷuriya) gem sung on a brown, yellow, red, white, or light yellow thread is taken in the palm of the hand for observation, a man with good eye-sight is able to distinguish the gem om the thread; he can see clearly the coloured thread in the body of the gem. Likewise, the meditator is able to differentiate the knowing mind om the object to be known; he knows also the knowing mind rushing out towards the object to be known. In this simile the material object is like the precious gem, the knowing mind is like the thread. Like the thread embedded in the gem, the knowing mind plunges towards the object. Thus the differentiation between mind and maer is illusated by the simile. It should be carefully observed that in the simile there is no mention of knowing as to how many pes of maer how many pes of mind and mental concom- itants are involved; it mentions only distinguishing the knowing mind om the material objects known. Again in the Visuddhimagga we find the following description of how mind becomes evident to the observing meditator. “For the meditator having discerned by such and such a method the nature of materiali, then in proportion as materiali becomes quite distinct, disentangled and clear to him so the mind that has materiali as its object becomes plain and evident too.” Further we find in the Visuddhimagga: “It is when supported by mind that maer arises; it is when supported by maer that mind arise. When mind has the desire to eat, drink, speak, and adopt a posture.” These passages make it plain that mere reflection on different categories of mind and maer will not result in analytical knowledge of body and mind (nāmarūpapariccheda-ñāṇa), genuine insight is developed only when the knowing mind and the material object to be known can be separately recognised while observing the phenomenon of arising and vanishing of mind and maer as it occurs. The abili to distinguish the knower (nāma) om the known (rūpa), constitutes right-view. Although it may have been learnt om books that the knowing mind is separate om the material body, prior to

taking up the meditation practice, and at the initial stage of the practice, the meditator cannot distinguish the knowing mind and the material body through actual experience. It is only at the stage when analytical knowledge is developed that the distinction between these two occurs spontaneously. When noting the phenomenon of thinking or painful feeling, as it occurs, the meditator discerns separately the thinking mind and the material object or painful feeling and the location of pain in the body. This discernment of mind as distinct om maer is knowing reali as it uly is, that is right-view. The meditator becomes convinced then that there is only the material body and the knowing mind; apart om them, there is no such thing as a living being or enti. This is also knowing reali as it uly is with right-view. As the power of concenation becomes further developed, while noting rising, falling, siing, touching, etc., one comes to realise that one touches because there is the material body to touch; sees because of the eye and a sight, hears because of ear and sound, bends because of the desire to bend. One realises also that one does not know the reali because one

fails to take note of the phenomenon as it occurs; one develops liking because one does not know the ue nature; one develops aachment because one likes it. One then knows that when one has developed aachment, one becomes engaged in activities such as doing or talking. These activities of doing and talking produce effects, good when the action was wholesome, bad when the action was unwholesome. In this way one gains the knowledge of cause and effect as far as one's perfections allow. This again is knowing reali as it really is with the right-view. As concenation becomes further sengthened, during the course of noting rising, falling, siing, touching, seeing, hearing, thinking, feeling stiff, hot, or painful, one discerns clearly the origination of the object as well as its dissolution, the beginning and end of each phenomenon. One becomes convinced through personal experience that every phenomenon is impermanent, that it comes into being only to vanish instantly. One realises too that incessant arising and ceasing are dreadful suffering and what is not subject to one's conol, is not self. This knowledge is also right-view that knows reali. As the power of concenation gets still more developed, although the meditator is noting the acts of rising, falling, siing, bending,

Simile of a Gem Sung on a Thread 165

setching, liing, moving forward, dropping, he or she is no longer aware of the objects in their various shapes and forms such as the body, stomach, the limbs, etc. He or she notices only the rapid dissolution of successive phenomena. He or she perceives the swi passing away of the object of awareness as well as the noting mind, and comes to the vivid realisation of the real nature of impermanence, unsatisfactoriness, and not-self. The object of awareness passes away the instant it makes its appearance and there is no self to fasten one's aachment on to. The knowing mind also dissolves so fast that there is no self, nothing to hold on to. Thus with every noting knowledge develops into the ue nature of impermanence, unsatisfactoriness, and not-self. All of these constitute right-view. From the time that analytical knowledge develops to the stage of right-view of insight (vipassanā sammādiṭṭhi), the mind has been inclining towards perceiving reali as it is. This constitutes Right Thought. Right Concenation is involved too to keep the mind fixed on the right object, and Right Mindfulness remains aware of it. All this while, the meditator is engaged in one of the four foundations of mindfulness: contemplating the body postures, feelings, mind, and mental objects. He or she contemplates with Right Effort. Thus whenever a meditator is engaged in meditation, five path factors are involved, three om the concenation group, and two om the wisdom group. These five path factors co-operate in each act of heedful noting. The Commentary calls them the five working factors (pañcasu kārakaṅgesu). In addition, there are also involved the three factors of the morali group: Right Speech, Right Action, and Right Livelihood by preserving the precepts and fulfilling the abstentions. This is how such involvement occurs: the meditator starts observing the precepts even before beginning meditation and keeps it purified. During the course of meditation, morali remains unpolluted, and its puri is maintained. If anything, it may be said that morali gets more and more refined. Thus with three path factors of

morali added to the five working factors, a meditator is developing all eight path factors at each instance of noting and knowing the phenomenon. The Mahāsāḷāyatanika Sua[1] gives the following description of how the eight path factors are developed:

[1] M.iii.288.

"Bhikkhus, when the eye is seen as it uly is, when sights, eye-consciousness, eye-contact, and feeling that arises due to eye-contact, are seen as they uly are, then no liking is developed for the eye, sights, eye-consciousness, etc. Seeing the eye, sights, etc., as they uly are, and no liking and aachment being developed for them, for the person who sees only revulsion in them, the aggregates of aachment (which may have arisen through failure to note) get no opportuni to appear. Craving for these objects also ceases, and gets annihilated. "The view of such a person is right-view; thoughts are right thoughts; efforts are right efforts; mindfulness is right mindfulness; concenation is right concenation. Even before starting meditation, the meditator is well established in right speech, right action, and right livelihood. In this way the meditator becomes established in the Noble Eightfold Path." This is a brief account in the Buddha's words of how the Noble Eightfold Path is developed when the meditator discerns what should be known at the moment of seeing — the ue nature of the five phenomena involved: the eye, visual objects, etc. For a detailed description, please refer to the Mahāsāḷāyatanika Sua. The Commentary states that the Noble Eightfold Path becomes established at the moment of achieving the Noble Path. This may be taken as a superior interpretation. I prefer to take the view that what is meant here is the path of insight rather than the Noble Path, which is achieved by accomplishing the path of insight. My interpretation will be found to be in accord with the fact that knowledge as to the ue nature of the eye, sights, eye-consciousness, eye-contact and feeling, comes only through insight meditation. The Noble Path, on the other hand, does not take the eye, sights, etc., as its object; it accomplishes only the function of knowing. Similarly, by noting the phenomena of hearing, smelling, tasting, touching, and thinking, the five phenomena that become prominent at the respective moments of occurrence, could be known and the Noble Eightfold Path developed accordingly. What has been explained so far relates to involvement of the path factors of morali by way of maintaining them unpolluted, while practising insight meditation.

Abstention from Immorality during Meditation There is no opportuni to commit wrong speech such as lying with regard to the objects being observed as they really are at the moment of noting them. Just consider for a moment. Where is the necessi to lie about an object that one neither likes nor dislikes, having seen its ue nature of impermanence and cessation aer dissolution? Similarly no occasion arises to slander,

to abuse, or to talk ivolously, in brief, to commit wrong speech in connection with that object. Likewise there is no question of commiing wrong acts such as killing, stealing, sexual misconduct, or engaging in wrong livelihood. Thus every time reali is seen while noting, Right Speech, which is abstinence om wrong-speech, Right Action, which is abstinence om wrong-action, and Right Livelihood, which is abstinence om wrong-livelihood, are accomplished with reference to the object under review. It is by abstinence that the path factors of morali are involved in the development of the path of right-view. Thus on each occasion of noting rising, falling, siing, touching, thinking, feeling stiff, hot, or painful, hearing, seeing, etc., right-view is being developed together with the Noble Eightfold Path. Of the four uths, the uth of suffering is that which should be rightly and well understood, and the uth of suffering is the five aggregates of aachment that become prominent at the six sense-doors at each moment. Thus the uth of suffering would be rightly and well understood by noting each phenomenon at the six doors. Every time the uth of suffering is developed by noting thus, the Noble Eightfold Path, which should be developed, is being developed. Thus contemplation on the uth of suffering by noting develops the Noble Eightfold Path. To develop the Path, the uth of suffering must be contemplated by noting. The uth of suffering, which becomes evident, by noting during the course of insight meditation, is the preliminary path (pubbabhāga magga), is the object (ārammaṇa) that must be rightly and well understood. The uth of the path which must be developed to understand the uth of suffering. It must be carefully understood that only by contemplating the uth of suffering, is the Noble Eightfold Path developed, and only when the path of insight is accomplished is nibbāna realised. I should sess that the uth of suffering is the object and the knowing path is the knower (ārammaṇika). Such emphasis is necessary because

assertions are being made conary to the teachings of the Buddha and deimental to the prosperi of the religion that “Contemplation on objects of suffering such as mind, maer, and mental formations, will result in perceiving only suffering; nibbāna should be contem- plated for the achievement of peace and happiness.”

Knowledge of the Four Truths through Insight By noting all phenomena that occur at the six doors and knowing them to be merely of the nature of impermanence, unsatisfactoriness and insubstantiali is understanding the uth of suffering. Thus with every instance of noting, the task of gaining peneative insight as to understanding the uth of suffering, is accomplished. Having seen the ue nature of each phenomenon by noting them, no opportuni arises for liking or craving for these mental and physical objects. This is the momentary eradication of craving, the uth of the origin of suffering. Thus with every instance of noting, the task of gaining insight as to abandoning (pahāna-paṭivedha) the cause of suffering is accomplished. Here insight is gained not by observing the object; it is just knowing the fact of abandoning. With the cessation of craving, aachment, kamma, mental formations, consciousness, and

mind and maer, called the cycle of defilements (kilesā vaṭṭa), the cycle of kamma (kamma vaṭṭa), and the cycle of results (vipāka vaṭṭa), which will follow in its ail, get no opportuni to arise. Temporarily they are inhibited. This is momen- tary nibbāna otherwise called cessation (nirodha), achieved by means of insight. Thus insight knowledge is developed by momentary cessation similar to realisation by the Noble Path. However, the achievement comes about not by direct observation of the object; it is just an accomplishment of temporary cessation at each instance of noting. This is called gaining peneative insight as to cessation by realising it (sacchikiriyā paṭivedha), knowing it through insight. With every act of observation, the Noble Eightfold Path headed by the right-view of insight is developing within oneself. This is gaining insight as to development (bhāvanā paṭivedha). This knowl- edge, however, does not come about by direct observation; as it is experienced personally, reflective consideration will reveal that development has taken place within oneself.

Four Truths Comprehended Simultaneously 169

Thus, as explained above, at each instant of noting and knowing, the uth of suffering is rightly and well understood; this is ue realisation (pariññā paṭivedha). The uth of the cause is momentarily inhibited; this is accomplishment of insight through abandoning (pahāna paṭivedha). Momentary cessation is realised through realisa- tion; this is realising it through insight (sacchikiriyā paṭivedha), and the path of insight is developed, which is insight through develop- ment (bhāvanā paṭivedha). Thus the four uths are comprehended at every instance of noting: the uth of suffering by observing the object; the cause, cessation, and the path are accomplished by abandoning, realisation, and developing. The path of insight, in this way, comprehends the four uths, as it should be comprehended and when it becomes fully accomplished and mature the Noble Path appears and nibbāna is realised. At that Path moment, the Noble Path headed by Right View is fully established. The Noble Path appears only once. By this single appearance it accomplishes the task of eradicating the defilements that should be eliminated, the cause of suffering, by understanding rightly and comprehensively the uth of suffering, and also devel- oping the uth of the path. In this way it is said that the Right View of the Noble Path comprehends the four uths all at once.

Four Truths Comprehended Simultaneously This is how it comes about: when the uth of cessation, otherwise called nibbāna is comprehended through actual realisation, the task of comprehending the uth of suffering is accomplished by recog- nising that the mundane mind, maer, and mental formations, which arise and perish incessantly are indeed suffering. Having recognised them as the embodiment of suffering, there can be no liking, craving, or aachment for them. The abandonment of craving occurs in four stages: by virtue of aaining the first path, craving that would lead to the lower realms and craving that would cause rebirth for more than seven fortunate existences (sugati) of the sensual realm, cannot arise. By virtue of the second path, grosser forms of sensual craving and craving that will cause rebirth more than twice in fortunate

existences of the sensual realm are removed. The third path eradicates the subtler forms of craving. By virtue of the fourth path, lust for the realms of form (rūpa

rāga), and formless realms (arūpa rāga), otherwise called craving for existence cannot arise. It must be noted that the craving for existence that still persists in Non-returners is not accompanied by the wrong-view of eternalism (sassata diṭṭhi). Such non-arising of craving amounts to accomplishment of comprehension by way of abandoning. With regard to the Noble Paths, as they are experienced in oneself, comprehension is accomplished by way of development. Therefore, the Commentary says: “Concerning the three uths of suffering, its cause, and the Path, comprehension is accomplished by way of full and right understand- ing (pariññā); by way of abandoning (pahāna), and by way of developing (bhāvanā).” As explained above, the Noble Path Knowledge, through realising the uth of cessation, accomplishes the task of comprehending the three remaining uths. Likewise, insight knowledge, by contemplat- ing and knowing the uth of suffering, accomplishes the task of comprehending the three remaining uths as well. I have summarised these in the following mnemonic: “When the Path sees one uth, it comprehends all four.” When the path of insight, which is developed to contemplate and know the uth of suffering, becomes fully sengthened, the Noble Eightfold Path becomes established and rushes into element of nibbāna where all sufferings connected with physical and mental conditioned objects, and all sufferings in connection with the mental formations of the knowing mind, cease. With the cessation of craving, comes the cessation of suffering, and the Path realises this cessation. Cessation of craving is accompanied by cessation of all sufferings of the aggregates. Therefore, at the moment of establishment of the Noble Path, the objecting of contemplation is not just the cessation of craving, but the cessation of all sufferings of the aggregates. What is taught in the teaching about the cessation of craving must be understood to include the cessation of all sufferings of the mental formations, because only cessation of all sufferings of mental formations constitutes the real nibbāna, the uth of cessation of suffering. Therefore, nibbāna has been defined as the cessation of all mental formations. Thus establishment of the Noble Path is evident only in the sense of having arrived at the stage where all mind, maer, and mental formations cease to exist, and become void.

Insight Is Also a Constituent of the Path Because it leads to the cessation of all conditioned suffering the Noble Path has been given the full title of the noble uth of the path leading to the cessation of suffering (dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ). However, without the path of insight, by itself it cannot aain nibbāna where all suffering ceases. In accordance with one’s perfections, only aer one has practised insight meditation, many times, many hours, many days, many months, with the momentum derived om insight, the Noble Path appears as if it has emerged out of the path of insight itself. It is for this reason that the path of insight is called the

preliminary path, the precursor to the Noble Path, which should be regarded as the ultimate goal. Although the path is viewed then as consisting of two sections, the precursor and the ultimate goal, its development is brought about as one continuous process of endeavour. Hence, the Sammohavinodanī Commentary states that the path of insight should be regarded as a basic constituent part of the path leading to cessation: “The said eight path factors are the supramundane Noble Path with eight constituent parts. This Noble Path together with the mundane path of insight should be enumerated as the path leading to the end of suffering.” What is meant here is, although the uth of the path of the four noble uths is a supramundane path, it cannot arise by itself without the preliminary path of insight. Only aer developing the path of insight, and when insight knowledge is fully accomplished, the Noble Path appears. Therefore the Noble Path together with its precursor, which has to be developed as in initial step, is called the path leading to the end of suffering. To summarise: developing the three paths, the basic, preliminary, and Noble Paths, leads saight to nibbāna. I have now dealt adequately with the uth of the path, so I will terminate the discourse here. May all you good people in this audience, by virtue of having given respectful aention to this Great Discourse on the Turning of the Wheel of Dhamma, be able to develop the path of insight, otherwise called the preliminary path, together with the Noble Path, otherwise called the uth of the path. and soon aain soon the uth of cessation, otherwise called nibbāna, the end of all suffering. Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Part Seven Delivered on Sunday 10th March, 1963.[illegible] This series of discourses on the Dhammacakka Sua was disrupted aer the last lecture given on the full-moon day of November 1962, as I have been visiting other cenes. On this full moon day of March, I will resume my discourses on the Dhammacakka Sua. In Part Six, I dealt with the uth of the path. Today I will go on to consider the knowledge that it is the uth (saccā ñāṇa), the knowledge that a certain du with regard to this uth has to be performed (kicca ñāṇa), and the knowledge that that du has been achieved (kata ñāṇa).

Knowledge Regarding the Truth of Suffering “Idaṃ dukkhaṃ ariyasacca’nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.” “This is the Noble Truth of Suffering. Monks, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom, peneative insight, and light.” This is how knowledge that it is the uth arises with regard to the uth of suffering. In earlier discourses I explained the uth of suffering as, “Birth is suffering,” etc. I will reiterate a lile to make it clearer. The word “This” in “This is the Noble Truth of Suffering,” refers to various categories of suffering starting with birth, and ending with the aggregates of aachment. Here, the essential item is the aggregates of aachment, which is mostly just learnt om books. There are only a few who understand it as a personal experience, which of course is the main point. I will reiterate this to show how the aggregates of aachment should be understood by personal experience. Whatever becomes prominent at every instant of seeing, hearing, smelling, tasting, touching, or thinking constitutes the aggregates of aachment. The

Noble Ones see in these objects only as dreadful pain and suffering; the ordinary common people view them other- wise. They do not consider them as the embodiment of ouble and suffering, but as pleasant and good. They think it pleasant to see beautiful sights, to hear what they want to hear and to listen to sweet, sonorous voices. Likewise it is pleasant for them to smell agrant • The Full moon day of Tabaung 1324 M.E. (The New Year is in April, ed.)

odours, to taste delicious food, and to enjoy delightful sensations of touch. Beings of the sensual plane regard the sensation of touch as the most delightful. It is a delight, too, to indulge in fantasies and daydreams. It would be terrible for them, a great loss, if everything, including their daydreams, were to vanish all at once. As a maer of fact, all that is seen, heard, etc., are the aggregates of aachment, the uth of suffering. Insight meditation is practised to bring home this uth of suffering, by realising their ue, dreadful nature of impermanence, etc., due to incessant arising and perishing. As for the Blessed One, having fully accomplished the path of insight, he had seen the best, the noblest bliss of all — nibbāna — by virtue of aaining the knowledge of Arahantship, and having seen the foremost and the noblest nibbāna, he saw in the the aggregates of aachment only dreadful pain and suffering. This perception came to him, not aer hearing about it om others, nor om the practices he learnt om the recluses Āḷāra and Udaka. This came about by direct personal knowledge aer developing the Noble Eightfold Path. That is why he declared, “Concerning things not heard before, there arose in me vision, etc.” With these words he professed also that he had indeed become a a Fully Enlightened One, a Sammāsambuddha, who had sought and found the uth by virtue of personal realisation and direct knowledge, unaided by insuctions or guidance om any source. Such an open profession was indeed necessary. In those days, self-mortification such as abstaining om taking food, etc., practised by Niganṭha ascetics, was greatly esteemed as a holy and noble practice. The group of five ascetics themselves were earlier under the impression that it was so. Thus only when the Blessed One openly declared that he had discovered the practice and knowledge, “not through hearing om others, nor through speculation and logical reasoning, but by his own realisation, by personal experience, and direct knowledge,” his audience became convinced of his having gained Supreme Enlightenment, as having become a ue Buddha. To gain direct intuitive knowledge without outside assistance is the exclusive domain of Enlightened Buddhas and Pacceka Buddhas. The disciples of the Blessed One reached such stages of realisation and knowledge only by listening to the teachings of the Buddha and cultivating them through practice. Nowadays, too, such knowledge,

if desired, may be acquired by developing them through practice in accordance with the teachings enshrined in teachings such as the Mahāsatipaṭṭhāna Sua. By practising as taught in these discourses, the aggregates of aachment will be seen as they uly are

— mere suffering and pain. The Buddha's proclamation was intended also to provoke the group of five ascetics to make the effort to see the ue nature of the the aggregates of aachment. In the Buddha's declaration mentioned above, the development of exaordinary knowledge was described as "Vision arose, knowl- edge arose, wisdom arose, peneative insight arose, light arose," five descriptions given for a single form of knowledge. The Saṃyua Commentary states: "Vision, knowledge, etc., are synonyms meaning the same thing, knowledge. Because of the facul of seeing, knowledge is termed vision; because of the facul of knowing, it is termed knowledge; because of analysing in several ways, it is termed wisdom; because of peneating, it is termed peneative insight; because of shedding light it is termed illumination." The Paṭisambhidāmagga explains these terms similarly. The Pāḷi word "cakkhu" conveys the idea of seeing, hence vision, Various Pāḷi words are employed for the purpose of conveying the desired meaning or concept to different audiences, the Commentary explains. Thus to describe the knowledge that sees clearly as with the physical eye, it is termed vision. To give an illusation, a man who has been blind for several years regains his eye sight through application of right medicine or operation by an eye specialist. He did not see anything before eatment; now he sees everything very clearly. Likewise, before the meditator has developed insight knowledge or path knowledge he or she was living under the delusion that the five aggregates of aachment, which embody suffering, are good and pleasant. However, by constant noting at the moment of seeing, hearing, etc., insight becomes sengthened, and the meditator realises clearly that the phenomena of seeing, hearing, etc., otherwise known as the aggregates of aachment, are really dreadful suffering because of their nature of incessant arising and perishing. It is like gaining eye-sight aer being blind. With the development of path knowledge, his realisation of the ue nature of suffering will be even sharper. Thus because it sees clearly as if by the eye, it is called vision.

Knowledge Regarding the Truth of Suffering 175

With regard to "knowledge arose (ñāṇaṃ udapādi)," the Pāḷi term "ñāṇa" connotes knowing, hence knowledge. As to "wisdom arose (paññā udapādi), the Paṭisambhidāmagga states that "paññā" connotes knowing analytically in various ways. In connection with insight meditation, while noting rising, falling, etc., mind and maer are known separately as stiff movement and knowing mind. The uninitiated cannot know this distinction by personal experience. The meditator can also differentiate the cause om the effect. He or she knows every esh arising distinct om it's vanishing. He or she knows that, because of incessant arising and perishing, the aggregates are impermanent, and dreadful suffering; and that they arise and perish of their own accord, not subject to anyone's conol. He or she knows clearly that they are not self, but insubstantial. This is not a vague, indistinct knowledge, just a glimmer of understanding, but a distinct, clear, definite comprehension as if observed in the palm of one's hand. Such knowledge is described as knowing analytically in various ways; hence wisdom. In "peneative insight arose (vijjā udapādi)," the word "vijjā" means peneation. It should not be confused with the word for a person accomplished in

manas (vijjadhāra), who is described in books as having the power of flying through space. Here, vijjā denotes not a person, but the peneative facul; hence peneative insight. Peneative insight is a subtle and profound state. Here, I must relate an incident that happened in about 1938. During a discussion I had with the presiding Sayādaw of our village monastery, I happened to inform him that wisdom arose while taking note of the phenomenon of arising and perishing at the moment of its occurrence. The Sayādaw could not accept this kind of cognition as wisdom (paññā). He maintained that wisdom is that which is peneative; only knowing peneatingly is wisdom. When asked how one should bring about "knowing peneatingly," he hesitated for some time and then pronounced, "Well, knowing peneatingly is knowing peneat- ingly." Knowing peneatingly is derived om the Pāḷi word "paṭivedha," peneating through. It is akin to "sambodhāya," in order to known peneatingly as explained in Part Two of my discourse. Hidden by a screen or a wall, objects cannot be seen. However, when a hole is made in the screen or a window in the wall is opened, objects become visible through these openings. Likewise, this knowledge

peneates through the veil of delusion. When concealed by delusion, what is seen, heard, etc., is not known as impermanent, unsatisfactory, and not-self; it is believed to be permanent, pleasant, and a self, being deceived by ignorance and delusion. When insight matures, clear knowledge arises as if the veil of delusion has been pierced. Such cognition is called "knowing peneatingly." The Blessed One declared that such peneative insight had arisen in him. According to the Paṭisambhidāmagga, in light arose (aloko udapādi) light (aloko) is just a term used to denote illuminating. Here, light does not mean just ordinary light as seen by the human eye. It refers to the knowledge that discerns all phenomena clearly, and distinctly. Previously, the ue nature of the three characteristics are not known as if they are shrouded in darkness. When insight knowledge and path knowledge have been developed, their ue nature becomes apparent. Such cognition is therefore metaphorically described as "light arose." This single form of exaordinary knowledge was described in five ways: vision, knowledge, wisdom, peneative insight, light to facilitate clearer understanding by various pes of audience. This teaching is designed to meet the requirements of the listeners. It is just like our employing two or three synonyms in place of a single word so that our audience may catch the meaning of what we say through one word or another. The Pāḷi words and their meanings explained above are all concerned with the knowledge of uth. I have dealt sufficiently with the knowledge of uth, and will go on to the du that should be accomplished with regard to the uth of suffering.

Duty Regarding the Truth of Suffering "Taṃ kho panidaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññeyya'nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi." "This Noble Truth of Suffering should be well understood. Monks, concerning things not heard before, there

arose in me vision, knowledge, wisdom, peneative insight, and light." This is how knowledge had arisen as to what should be done with regard to the noble uth of suffering. It should be carefully noted

Du Regarding the Truth of Suffering 177

that the du to be performed with regard to this uth is to comprehend it rightly and well, to understand it completely. For the meditator who aspires to aain the Path and its Fruition, nibbāna, it is incumbent upon him or her to sive to grasp the uth of suffering rightly and well, that is, he or she should understand fully each aspect of this uth om birth to the aggregates of aachment. In the aspects of this uth of suffering such as birth, the essential factor is the five aggregates of aachment. By knowing these five aggregates of aachment as they really are, the task of comprehend- ing the uth of suffering rightly, fully, and well is accomplished. In the Khandha Sua of the Saccā Saṃyua it states: "What, monks, is the uth of suffering? It should be answered that the five aggregates are the uth of suffering." I have given a detailed exposition on the five aggregates in Part Four of this discourse. Whatever appears at the six sense-doors at the time of seeing, hearing, etc., constitutes the five aggregates. These should be experienced personally by noting every phenomenon at the six doors as it occurs. Through such efforts the coarseness, roughness, smoothness, and soness of the earth element (pathavī- dhātu) should be experienced; so too the cohesiveness, the fluidi, and moistness of the water element (āpo-dhātu); the hotness, coldness, and warmth of the fire element (tejo-dhātu), and the stiffness, pressure, and motion of the air element (vāyo-dhātu) should be experienced. All of these should be separately and precisely understood through personal experience. How this is to be done has been fully explained before. Briefly it consists of giving concenated aention to the sensation of touch that becomes apparent at any spot on one's body. One of the four primary elements will then announce its existence through its ininsic characteristics. Aer knowing the four primary elements, when noting seeing, hearing, etc., the physical base on which they depend, the material objects of sight and sound, and mental aggregates of consciousness together with their concomitants become apparent. At each noting of the phenomenon of "rising, falling, siing, touching, knowing, feeling stiff, feeling hot, feeling painful; hearing, seeing," the meditator personally perceives the esh arising followed by instant perishing of both the objects of awareness as well as the noting mind. S.v.425.

178 A Discourse on the Wheel of Dhamma

Thus the meditator knows definitely that it is impermanent because it perishes aer each arising (hutvā abhābato aniccā) ; he or she knows that it is dreadful suffering because it oppresses by incessant arising and passing away (udayabbya paṭipilanahena dukkhā); he or she knows that it is not self, not amenable to one's conol because it happens on its own accord, and is not subject to one's will (avasa vaanahena anaā). Personal knowledge gained in this way by observing the phenomena of arising and vanishing and noting the three character- istics is knowing

the uth of suffering comprehensively, rightly, and well (pariññeyya). The Blessed One came to the realisation, without having heard om anybody else that the uth of suffering, otherwise called the aggregates of aachment, which is actually arising and vanishing, should be comprehensively, rightly, and well understood. Hence the statement, “Concerning things not heard before by me, vision arose, … etc. Realisation came only aer hearing the Dhamma om the Blessed One or om the other disciples of the Buddha. In spite of a definite statement in the Dhammacakka Sua that the uth of suffering should be comprehensively, rightly, and well apprehended some consider it unnecessary to realise the uth of suffering or the five aggregates by noting the rising and vanishing of the phenomenon that is actually occurring. They take it that just learning om hearsay about mind and maer and about the three characteristics will serve the purpose. We can only express our sympathy for such people. The knowledge that a certain du with regard to the uth of suffering has to be performed (kicca ñāṇa) is then the realisation that the uth of suffering or the aggregates should be fully, rightly, and well understood through personal observation. It is knowing what du should be performed concerning the uth of suffering. This realisation comes before the aainment of the Noble Path. Even before starting the practice of meditation, one must realise that one has to know comprehensively the three characteristics by noting when seeing, hearing, smelling, tasting, touching, or thinking. One must be aware of this task, too, while practising insight. Only then can one devote full aention to the arising and dissolution of the aggregates of aachment and develop insight knowledge completely. Our disciples, the meditators here practising Satipaṭṭhāna, have accomplished this du since the time of taking insuctions om us

on meditation methods, having learnt then that whatever appears at the instant of seeing, hearing, etc., should be carefully noted. Also while noting, even if the meditator does not know at first what should be noted, he or she soon comes to know what should be observed. This discernment is knowing the du to be performed. I have given much time to this knowledge of the du to be done because it is very important to know its significance. Now, enough having been said about it, I will proceed to the knowledge that that du has been achieved.

Achievement Regarding the Truth of Suffering “Taṃ kho panidaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññāta’nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.” “This Noble Truth of Suffering has been fully, rightly, and well understood. Thus, monks, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom, peneative insight, and light.” Being aware of the uth of suffering, otherwise known as the aggregates of aachment by noting seeing, hearing, etc., and constantly knowing impermanence, unsatisfactoriness, and not-self, constitutes insight knowledge. By insight alone, however, the task of fully and rightly comprehending is not yet fully accomplished. Perception as permanent, pleasant, and self is still possible concerning

those objects that one fails to note. It is only when insight knowledge is fully accomplished and the knowledge of the Noble Path becomes developed that the peace of nibbāna is experienced. Only when that happens can it be said that one's knowledge of the three characteristics is complete and lasting. This is the achievement of the task of fully and rightly comprehending the uth of suffering. Even then the knowledge of Seam-winning is not yet adequate to fully accomplish this task. Only by realising Arahantship can it be said that the uth of suffering has been rightly and fully understood. For the Blessed One, the task had been fully accom- plished since the time of gaining Arahantship and Enlightenment. Hence he proclaimed that the task of fully understanding the uth

of suffering had been completed. Vision etc., arose that the task had been completed and nothing remained to be done. The meditators presently engaged in the practice of meditation also have this purpose in view — to fully and rightly understand the uth of suffering, and ultimately to complete the task by aaining Arahantship. Aer aaining Arahantship, the realisation will come to them, through reospection, that the task has been fully achieved. I have now dealt with all the three knowledges — knowledge of the uth (saccā ñāṇa), knowledge of the du (kicca ñāṇa), and knowledge of achievement (kata ñāṇa) with regard to the uth of suffering. To summarise:– 1. Discerning at the moment of seeing, hearing, etc., that all the phenomena of origination and dissolution are dreadful suffering, the uth of suffering, constitutes knowledge of the uth (saccā ñāṇa). 2. Discerning that this uth of suffering should be rightly and fully understood by heedful noting constitutes knowledge of the du (kicca ñāṇa). 3. Knowing through reospection that the uth of suffering has been rightly and fully understood constitutes the knowledge of achievement (kata ñāṇa). Of the three knowledges, the knowledge of the uth appears while engaged in insight meditation when the meditator realises that the phenomena of origination and dissolution are mere suffering. This occurs prior to the advent of the Noble Path. At the moment of the Noble Path too, seeing the peace of nibbāna, this knowledge arises by realising the uth of suffering in all the phenomena of arising and dissolution. Aer the advent of the Noble Path too, this knowledge is evolved by reospection. Thus it is the knowledge of the four uths that arises before, aer, and at the moment of the Noble path. Actually what is realised at the moment of the Path is only the uth of the cessation of suffering (nirodha saccā). The remaining three uths are said to have been realised by having achieved the task of knowing by peneative insight (paṭivedha). With regard to the uth of suffering, the moment realisation dawns on the uth of the cessation of suffering, the function of knowing that unceasing mind and maer are suffering, is accomplished. Accordingly, the Noble Ones (especially the Arahants) who have aained the Path

and its Fruition, know by reflection that the ceaseless mind and maer are all suffering. Therefore it is said that the task of peneative insight, knowing the nature of suffering fully and rightly, is accomplished at the moment of the Path. While practising insight, this knowledge about suffering arises by actually noting the phenomena of origination and dissolution. This is knowing the uth of suffering rightly and well otherwise called ue realisation (pariññā paṭivedha). As for knowledge of the du, that is the realisation that the uth of suffering should be comprehended rightly and well, it must be achieved in advance of the aainment of the Path. It is only by having prior knowledge of what duties should be performed that these duties could be performed for the aainment of the Noble Path. In the case of the uth of suffering, it must be well understood at an early stage that it is necessary to perceive distinctly the nature of impermanence by noting the phenomenon of origination and dissolution, which is apparent in the aggregates at the time of each occurrence. Only with this prior understanding will the necessary task of observing the phenomenon be performed, and the Path developed aer aaining fully mature insight. With regard to the other three Noble Truths, such prior knowledge as to the duties to be performed with regard to each uth is indispensable. Then only can the Noble Path be developed. Thus, long before the aainment of the Path, there must be the realisation that the uth of suffering should be fully comprehended rightly and well; that the cause of suffering should be abandoned; that the cessation of suffering should be realised, and that the path leading to the cessation of suffering should be developed. Knowing the duties to be performed with regard to each uth must therefore precede far ahead of the advent of the Path. The knowledge that these duties have been performed comes only aer the aainment of Arahantship through reflection that the holy life has been lived (vusitaṃ brahmacāriyaṃ); what has to be done has been done (kataṃ karanīyaṃ). The knowledge of achievement (kata ñāṇa) is the knowledge that knows one's du has been done. Through realisation of cessation, Arahantship performs three other tasks: fully and rightly understanding the uth of suffering, abandoning the cause of craving, and developing the path. It is knowledge of achievement that knows that all these four duties have been done.

The above concise statements about the three kinds of knowledge have been made in accordance with the Mūlaṭīkā Subcommentary on the Kathāvahu. I have adequately dealt with the three knowl- edges with regard to the uth of suffering. I will go on to the three knowledges regarding the uth of the origin of suffering.

Knowledge Regarding the Origin of Suffering "'Idaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasacca'nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi." "This is the Noble Truth of the Origin of Suffering. Thus, monks, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom, peneative insight, and light." In the passage above "This" refers to sensual craving (kāma taṇhā), craving for existence

(bhava taṇhā), and craving for non-existence (vibhava taṇhā), which have already been explained. How suffering originates om them is as follows: sensual craving finds delight in objects of sensual pleasure, which have to be searched and worked for. Some people undergo intense suffering, to the extent of losing their lives even, while in pursuit of the objects of their desires. Any aempt to curb the craving that has arisen also results in suffering and unhappiness. To look and work for things that are not easily aainable is also suffering. The task of looking aer the acquired wealth and proper is very onerous. Smokers and betel-leaf chewers suffer difficul when they run short of supplies. People addicted to drink and opium will feel much more under similar circumstances. Man is born alone. While young, he leads a single life, happily ee om encumbrances. When he grows up, he feels the need for a companion. Instigated by sensual craving, he begins to look for one. When he aims for the unaainable he ends up in misery. If at last his wish is fulfilled by geing the companion he needs, the ouble soon starts if they find themselves incompatible. Even when there is concord and harmony in married life, ouble appears if one of the partners is suck by a serious illness. Aending to a sick person is difficult. In time, death comes to one of the partners, leaving the other lamenting and grieving. It is plain that all these sufferings are rooted in sensual craving.

Knowledge Regarding the Origin of Suffering 183

However, the majori of beings are under the delusion that this craving is the source of happiness. They consider it blissful to enjoy various sensual pleasures. When craving is not aroused, due to the absence of any pleasurable objects, life becomes dull and monotonous for them. To pay visits to monasteries or temples is irksome; to listen to discourses on insight meditation is uerly boring. On the other hand, entertainment such as films and plays provide joy, delight, and merriment. Thus this craving is carefully nurtured by hunting for all available objects of desire. This antic pursuit of pleasures is made in the belief that they lead to joy and happiness. People only believe this due to ignorance, which is misleading them. However, what seems to be pleasant and delightful is, in reali, dreadful and horriing because of its nature of incessant arising and perishing. There is never any surfeit of sense pleasures since craving is insatiable. Even aer days, months, and years of enjoying pleasure, craving remains unsatiated. Hence they constantly and earnestly pursue pleasure so that their enjoyment may not be disrupted. When at last, the stock of pleasurable objects and sensations becomes exhausted, great dissatisfaction ensues. This is a short account of how craving gives rise to ouble and suffering in the present life. However, the real cause of suffering lies in the fact that this craving is responsible for repeated rounds of rebirths. Pleasurable sights and sounds excite delight and craving and this craving gives rise to aachment. Because of aachment, effort has to be put forth for its fulfilment. This constitutes mental formations or becoming (kamma bhava). Because of such activities in the fulfilment of desires, and because the impulsion consciousness (javana) of the death moment, otherwise called the kamma-forming consciousness (abhisaṅkhāra viññāṇa) — which gets its impetus om craving — holds on to the

object that appears, then rebirth-consciousness arises immediately aer the decease-consciousness. From the moment of rebirth in the new existence, it may be said that all the oubles and ibulations with regard to a new life have begun. All these oubles om the moment of rebirth have their roots in craving. Arahants in whom craving has been eradicated, do not encounter any more suffering of a new existence. Thus sensual craving is the real cause of suffering such as birth, etc., the uth of the origin of suffering.

184 A Discourse on the Wheel of Dhamma

Those who aspire for fine material existence (rūpabhava) and immaterial existence (arūpabhava) sive to aain the appropriate jhāna. By virtue of such aainments, they are reborn in the realms of fine material and formless Brahmās. As Brahmās, they are ee om the suffering of physical pain as well as mental afflictions. Their life-span is measured in terms of world-cycles. From the worldly point of view, their life may be deemed as one of happiness. However, when their life-span ends, they face death and suffers the agonies of death. They suffer mental disess, too, for not having their wish of immortali fulfilled. Aer death too, oubles and ibulations await them in sensual existence for which they are destined. Thus, craving for existence in the Brahma world is also the uth of suffering. Craving for non-existence aer death is also the cause of suffering because it encourages evil deeds in this life. Instead of shrinking om evil actions the annihilationist go to any length in pursuit of them wherever available and take delight in them. Because of such unwholesome kamma, they are reborn in the four lower realms for many existences and undergo the woes and miseries of these existences. It is plain, therefore, that craving for non-existence, arising out of the annihilationist view of life is definitely the uth of the origin of suffering. All these three pes of craving, being the root cause of suffering, the Buddha who had realised them as such declared how he had seen them: “The vision, which saw that this is the Noble uth of origin of suffering, had arisen in me.” Knowing that this is the noble uth of origin of suffering is knowledge of the uth (saccā ñāṇa). The knowledge that knows this uth arises both before and aer the advent of the Noble Path. At the moment of the Path, the function of knowing the uth is accomplished too, by way of relinquishing or abandoning. To summarise, that which knows the four uths before, aer, and at the Path moment knowledge of the uth.

Duty Regarding the Origin of Suffering “Taṃ kho panidaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ pahātabba’nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.” “This Noble Truth of the Origin of Suffering should be abandoned. Monks, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom, peneative insight, and light.”

Du Regarding the Origin of Suffering 185

If eedom om suffering is desired, the origin of suffering must be eliminated. For example, in order to cure a disease the root cause of the disease must be eradicated by administering suitable medicine. Burmese physicians diagnose the cause of a disease in terms of disorders in blood, wind, bile, and phlegm, climate, food, etc. Western physicians ace the cause to various bacteria or viruses. When such causes of disease have been duly diagnosed and then eradicated through proper medical eatment, a complete cure is effected. Likewise, the suffering of repeated rebirths in the cycle of existence may be avoided by removing its root cause, which is craving, the uth of origin of suffering. Therefore, this uth is regarded as something that should be given up (pahātabba dhamma). How is abandonment to be effected? It is vital to know this. If one wishes, “Let craving not appear, let it not arise; I will keep my mind ee om craving. I will only have thoughts ee om craving,” will it be possible to maintain such a state of mind? People believing in the possibili of doing so should actually y to aain this state of mind and see how long they can maintain it. Will a married man not be harassed by thoughts of love and tenderness for his wife and erotic desires that demand to be fulfilled? Will craving not arise for a cigaree or to chew betel, or for other enjoyments or wealth? These questions cannot be easily dismissed by brushing them aside, arguing that they are concerned with mere ifles, just natural and routine affairs of no importance. We have to suffer the arising of such cravings only because we cannot subdue them. However, the fact remains, and this should be seriously borne in mind, that craving should be eradicated whenever possible. Actually, there are three kinds of craving that need to be elimi- nated: the craving that motivates physical and vocal actions (vitikkama kilesā), that which excites the mind to revel in fantasies (pariyuṭṭhāna kilesā), that which is lying dormant awaiting opportune moment to manifest (anusaya kilesā). Of the three, the craving that motivates physical and vocal deeds can be eradicated by morali. A person who is preserving the precepts meticulously does not steal anything belonging to others, even though wanting it; does not commit sexual misconduct (or one who observes chasti does not indulge in any sexual activi); does not lie, and abstains om intoxicants. Thus one keeps oneself ee om active defilements. This is how craving is eliminated by means of morali.

The craving that manifests as imagination and fantasies can be eradicated by concenation. If one is constantly engaged in the practice of meditation such as mindfulness of breathing, one keeps oneself ee om desire for, and imagination about, sensual objects. Unless thus absorbed in one of the meditation exercises, if the mind were le ee to roam, it would engage in thinking about desirable sense-objects, yearning mostly for sensual pleasure. If anyone believes that they could keep the mind ee om craving for sensual pleasures, they do not know their own mind. In fact, even while occupied incessantly with meditation, before the power of concenation gets sengthened, thoughts of sensual pleasures keep on coming up. Only when absorption is aained through meditation are the grosser thoughts of sensual pleasure brought to cessation, but even then, only for the duration of the absorption. This is how

concenation removes the craving for sensual pleasures by puing them away to a distance (vikkhambhana pahāna). Craving for existence and craving for non-existence persist even in a person who has jhānic aainments. They remain with some Brahmās too. Therefore craving for existence and non-existence cannot be eradicated by anquilli meditation. It goes without saying then that ordinary persons uninitiated in concenation and meditation are not ee om the craving for their own life and existence. However, such uninsucted people are not aware that their delight in life and existence is the defilement of craving. They even teach the exeme wrong-view that "the mind can be kept as it is ee om defilements, and the mind ee om defilements is nibbāna." This is definitely conary to the teaching of the Buddha. The craving which has not actually arisen yet, but will appear when the right conditions prevail is called latent defilement (anusaya kilesā). This is of two kinds: the potential defilement that lies latent in sense-objects (ārammaṇanusaya), and the latent defilements lying dormant in oneself (santānānusaya). There may be objects that manifest themselves at the moment of seeing or hearing, but one fails to note their three characteristics. On reospection, however, defilements can arise in connection with them. Such defilements are known as latent in sense-objects (ārammaṇanusaya). These defilements can be expelled by insight knowledge, but insight can remove only the defilements that may

arise in the objects that are contemplated. In the objects that escape contemplation, the latent defilements remain unaffected. The defilements that have not yet been eradicated by the Path and is awaiting opportune moment to arise in the continuum of aggre- gates of a person is known as latent defilements lying dormant in oneself (santānānusaya). These defilements can be removed only by means of Path knowledge. It is to facilitate the elimination of these defilements that insight meditation has to be developed.

Latent Defilements Actually Exist In spite of definite statements in the Suanta and Abhidhamma texts regarding the existence of latent defilements, some assert that there is no such thing as latent defilements — it is only through mental retentiveness that defilements arise. This is disrespectful to the teachings of the Buddha. Just consider for a moment. In the pre-adolescent children, craving for sensual pleasure in the form of taking delight in the opposite sex, has not yet manifested. It is not because they are devoid of defile- ments, only because the moment is not yet opportune for this defilement to arise. It is lying dormant in them to arise when the right conditions prevail. It is common knowledge that, on reaching adolescence, the mere sight and sound of the opposite sex at once arouses sexual desire in them. It just happens spontaneously and not because they have previously seen or heard about its occurrence and kept it in mind. Actually it happens because there are latent defilements lying dormant in these youths, which now finds opportuni to arise. Again take the case of some people who have had implicit faith in the Buddha, Dhamma, and

Saṅgha. However, when influenced by teachers of other religions, they begin to entertain doubts about the Triple Gem. Some even change their faith to embrace wrong-views. Doubts and wrong-views arise in them, not because of mental retentiveness; they have been all the time lying in them, not yet having been removed by the Noble Path. The Noble Ones of the Buddha's time had their doubts and wrong-views eliminated by the path of Seam-winning so that no teacher, not even Sakka or Māra could influence them to embrace wrong-views, to entertain doubts about the Triple Gem. It was

because the dormant defilements in them had been removed by the Noble Path. The good people who are listening to this discourse on the Dhammacakka Sua should bear in mind that latent defilements are lurking in them, waiting for an opportune moment to arise, and that craving, which is the real cause of suffering, should be eliminated by the Noble Path through practising insight meditation. Knowing that craving is the Dhamma that should be eradicated is knowledge of the du regarding the uth of the origin of suffering (kicca ñāṇa). This knowledge should be developed prior to the advent of the Noble Path. Thus it is prior knowledge of what should be known, what should be abandoned, what should be realised, and what should be developed. To the Blessed One, this knowledge appeared without having heard it om anyone. Therefore he admied: "This is the noble uth of the origin of suffering, which should be abandoned. Thus, monks, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom; there arose in me peneative insight and light." Then the Buddha continued to explain how he had accomplished the task of abandoning.

Achievement Regarding the Origin of Suffering "Taṃ kho panidaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ pahātabba'nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi." "This noble uth of the origin of suffering has been abandoned. Thus, monk, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom; there arose in me penea- tive insight and light." This is an account of how reospection on the completion of the task of abandonment took place aer he had abandoned what should be abandoned, the craving otherwise called the uth of the origin of suffering. This knowledge of completion of the task that should be performed is known as knowledge of achievement (kata ñāṇa). What is specially noteworthy in respect of the uth of the origin of suffering is that the four Paths cognise nibbāna by realising it. At the first instance of such cognition, craving leading to the lower realms is eliminated; at the second instance grosser forms of craving

for sensual pleasures get eradicated. On the third occasion, the subtler forms of sensual craving disappear. All the remaining craving is completely eradicated when nibbāna is cognised for the fourth time. Such eradication of craving is called knowing

the uth of the origin of suffering by peneative insight by abandoning (pahāna paṭivedha). The act of abandoning constitutes knowing what should be known by the Noble Path. Craving is what should be abandoned. This abandonment is peneative insight. The knowledge of achievement is also important. The goal of meditation is the removal of defilements including craving. Aain- ment of higher knowledge, accomplishment of what should be done, is complete and assured only when craving and other defilements are eradicated. It is essential to scrutinize oneself to see whether one is uly ee om defilements. If even the lowest stage aainment, that of Seam-winner is claimed, craving that prompts unwholesome kamma leading to the lower realms should have been removed; one should also be ee om the craving that may instigate ansgression of the five precepts. The delight accompanied by aachment to the wrong-view that there is a living enti, a self, should have been discarded too. Only when one is fully liberated om all these cravings, the claim of having aained Seam-winning may be substantiated, otherwise no claim for any such aainment is admissible. I have dealt fully with the three knowledges with regard to the uth of the origin of suffering, I will go on to consider the three knowledges regarding the uth of cessation (nirodha saccā).

Knowledge Regarding the Truth of Cessation “Idaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasacca’nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.” “This is the noble uth of the cessation of suffering. Thus, monk, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom; there arose in me peneative insight and light.” “This” in the above passage refers to the complete cessation of craving, otherwise called the uth of the origin of suffering. As already explained, when craving is abolished, all suffering of mind,

maer, and mental formations ceases. The Buddha said that the knowledge that knows that this cessation is the uth of the cessation of suffering, had arisen in him. This knowledge of the uth arises before and aer the Path and is realised at the moment of the Path. As to how this knowledge arises before the Path, disciples acquire this knowledge through learning om others, by hearsay. The Blessed One, however had gained this knowledge by his own intuition even prior to the aainment of Seam-winning. Thus he said: “Concerning things not heard before, there arose in me vision, etc.” At the moment of the Path, this knowledge of the uth is the same as knowledge of the Noble path, which cognises nibbāna by realisation.

Duty Regarding the Truth of Cessation “Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ sacchikātabba’nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.” “This is the noble uth of cessation of suffering, which should be realised. Thus, monk, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom; there arose in me peneative insight and light.” This knowledge knows that the uth of

cessation, nibbāna, the cessation of craving, should be realised. It is known as the knowledge of du (kicca ñāṇa), since it is knows what du should be performed regarding the uth of cessation. This is how realisation takes place:– At the moment of the firm establishment of the knowledge of equanimi about formations (saṅkhārupekkhā-ñāṇa), while observing one of the phenomena of origination and dissolution, the pace of cognition gets faster and faster until the objects being contemplated as well as the knowing consciousness plunge into a state of cessation where all mental formations cease. At the time of realising the cessation of all conditioned things, craving also ceases. Thus cessation of craving is called the uth of cessation (nirodha saccā), which is cognised by the Noble Path through realisation. Such cognition is known as peneative insight by realisation (sacchikiriyā paṭivedha). The uth of cessation is the uth to be realised. Such realisation is known as peneative insight by realisation. The purpose of noting every instance of seeing, hearing, smelling, touching, tasting, and

knowing is to accomplish the task of peneative insight by realising cessation. The Buddha accomplished the function of peneative insight by realising nibbāna through the aainment of Arahantship on the “Seat of Enlightenment” at the foot of the Bodhi ee. He continued to recount how he had developed the knowledge of achievement, which reflects on the completion of the task, as follows:–

Achievement Regarding the Truth of Cessation “Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ sacchikātabba’nti me, bhikkhave, pubbe aananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.” “This is the noble uth of the cessation of suffering, which has been realised. Thus, monk, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom; there arose in me peneative insight and light.” This is an account of how reospection on the completion of the task took place aer he had realised the uth of cessation by means of the knowledge of Arahantship. I will deal next with the three knowledges regarding Path knowledge.

Knowledge Regarding the Truth of the Path “Idaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca’nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.” “This is the noble uth of the path leading to the cessation of suffering. Thus, monk, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom; there arose in me peneative insight and light.” This uth has a long name, but the Commentaries shorten it to just “The uth of the path (magga saccā).” I will use the short title in my discourse. Knowing that the Noble Eightfold Path is the uth of the path leading to the cessation of suffering, to nibbāna, is called knowledge of the uth (saccā ñāṇa). This knowledge arises before, aer, and at the moment of the Noble Path. Disciples of the Buddha who have not yet aained the Path learn about this uth only om hearing about it. Ordinary individuals have not yet realised it by personal experience. The

say, “The uth of the path is something to be desired, to aspire to, and to be appreciated.” Learning thus through hearing, the mind should be inclined towards it. The preliminary task with respect to the uth of the path is accomplished just by inclining the mind towards it. Likewise regarding the uth of cessation, nibbāna, which ordinary individuals cannot perceive, the Commentaries say that it requires only to incline the mind towards it as something to be desired, to aspire to, to be appreciated. By doing this, the preliminary du to be performed regarding the uth of cessation is accomplished. It must therefore be remembered that uth of the path need not be thought about or contemplated. Likewise nibbāna needs no prior contemplation or thinking about. As for the Buddha, just as he had previously arrived at the knowledge of cessation through intuitive insight, he also gained knowledge of the uth of the path through intuition. That is why he said,“Concerning things not heard before, there arose in me vision, etc.” Only at the moment of aaining the Path, the uth of cessation is perceived by realisation. Dhamma realised in this way actually appears in one’s person and as such the task of developing it is accomplished. This is knowledge by develop- ment (bhāvanā paṭivedha). The uth of the path should be developed in oneself, which is knowledge by development. What is meant here is that when the Noble Path appears it amounts to seeing the Path. It also means that the task of knowing it is achieved at the same time. As the Noble Path has been developed in oneself, reospection will reveal it very clearly. However, it is not possible to develop the Noble Path immediately. One must begin by develop- ing the preliminary path (pubbabhāga magga) as a first step. For this reason insight meditation is to be regarded as the correct practice that leads to cessation. I already mentioned in Part Six how the Sammohavinodanī Commentary also recommends that insight should be regarded in this way.

Duty Regarding the Truth of the Path “Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ bhāvetabba’nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.”

“This noble uth of the path leading to the cessation of suffering should be developed. Thus, monk, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom; there arose in me peneative insight and light.” Knowing that the uth of the path is something that should be developed within oneself is called knowledge of the du. It is the knowledge that knows what should be done with respect to to the uth of the path. It should be developed within oneself. This must be definitely remembered. That the uth of the path is something that should be developed was taught for the first time by the Buddha in this Dhammacakka Sua. Thus to develop the path is to practise for the aainment of nibbāna in accordance with the wishes of the Blessed One.

However, the practice cannot be started with the development of the uth of the path saight away. One must start with preliminary path (pubbabhāga magga) otherwise called the path of insight (vipassanā magga). In order to develop the uth of the path then, one must begin with developing the path of insight. To develop this path of insight, the uth of suffering must be contemplated. The uth of suffering means the aggregates of aachment, which have been extensively explained in Part Four. Contemplating the aggregates that appear at every instant of their arising, analytical knowledge of body and mind is first developed. This is followed by understanding the law of cause and effect, or the knowledge by discerning conditionali. As one proceeds, one comes to know the nature of impermanence, the constant arising and passing away of mind and maer. Since it arises just to perish the next moment, it is unstable, impermanent, unsatisfactory, and not-self, since it arises and vanishes of its own accord. Personal realisation of these realities is right-view (sammā-diṭṭhi). It has been explained before that when right-view is developed, right-thought and the other path factors are also developed. How to develop these path factors has also been described before. Briefly, it consists in noting any of the sensations of touch that one experiences. To simpli the practice, we recommend starting with contemplation of the rising and falling of the abdomen. While in the process of observing the abdominal movements, the meditator may happen to start thinking about something else. He or she should make a note of such thoughts too

as they arise. He or she should also note the painful sensations such as stiffness, feeling hot, feeling painful, itching, etc., as they arise. Changing of bodily movements should also be noted as they occur. Aention should be given to any exaordinary thing, seen or heard. Thus while observing every phenomenon, at every instant of noting, knowledge of reali as it is, right-view, and the path factors of insight will be developed. When insight becomes fully established, the Eightfold Noble Path is evolved thus contemplating the actual phenomena of the aggregates, the uth of suffering, amounts to the development of the Noble Eightfold Path. To recapitulate: Only by developing the preliminary path, otherwise called the path of insight, can the Noble Path be aained. To develop the path of insight, the phenomena of seeing, hearing, smelling, tasting, touching, and thinking, which are the uth of suffering, should be carefully observed. At every instance of noting these phenomena the Noble Eightfold Path is being developed. Therefore, I have composed the mnemonic: Developing the basic, preliminary, and noble paths leads to nibbāna. Some may have previously been under the wrong impression that the purpose is served by acquiring academic knowledge of the phenomena of the aggregates and the nature of impermanence, etc. Only when they have practised meditation in accordance with the Satipaṭṭhāna method and gained exaordinary experiences, do they begin to see their previous error. They then openly state their realisation that unless they engage in the actual practice of watching the phenomena of seeing, hearing, etc., at the instant of their occurrence, the du of fully and rightly understanding (pariññā kicca) the uth of

suffering remains unaccomplished. The task of develop- ing the Noble Eightfold Path also remains unfinished. These are the admissions made by learned people well-versed in the scriptures. They have, by personal experience, come to understand the right way leading to higher aainments. The Buddha's teaching embodied in this Dhammacakka Sua "This Eightfold Path has to be developed by contemplating mental and physical phenomena at the moment of their occurrence," should be noted with all seriousness. It should be carefully and steadfastly remembered too that, "Knowledge of the du concerning the uth

of the path should be acquired om learning prior to the advent of the Noble Path; only then could the path of insight be developed by observing the five aggregates as they occur; only by developing the path of insight, could the Noble Path, which is the uth of the path that should be developed, could be developed and nibbāna realised.

Achievement Regarding the Truth of the Path "Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ bhāvita'nti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi." "This is the noble uth of the path leading to the cessation of suffering, which has been developed. Thus, monk, concerning things not heard before, there arose in me vision, knowledge, wisdom; there arose in me peneative insight and light." This is the admission made by the Blessed One how the knowledge of achievement had arisen through reospection, having achieved the development of uth of the path until the aainment of Arahant- ship. The three knowledges with respect to the four uths have now been completely explained in twelve ways, that is three kinds of knowledge for each of the four noble uths. To recapitulate: 1. Knowing the Four Noble Truths before, aer and at the moment of the path is knowledge of the uth (saccā ñāṇa). Knowing that this is the uth of suffering, this is the uth of the origin of suffering, this is the uth of the cessation of suffering, and this is the uth of the path leading to the cessation of suffering is knowledge of the uth. This knowledge also appears in advance of aaining the Path. For disciples, knowledge of the uth in respect of the uth of cessation and the uth of the path is acquired before the path, is only hearsay. The uth of cessation is perceived also through realisation at the moment of the Path. The remaining three Paths are perceived at the moment of the Path by accomplishing the tasks of fully and rightly understanding, giving up and developing, that is, by accomplishing the three duties (tisu kiccato), as the Commentaries say. How these are perceived aer the aainment of the Path is very clear and needs no elaboration.

2. Prior knowledge of what should be known, what should be realised, and what should be developed is knowledge of the du (kicca ñāṇa). Knowing that suffering should be fully and rightly comprehended, that craving should be abandoned, that

cessation should be realised, and that the Path should be developed within oneself, constitutes knowledge of the du regarding the four uths. This knowledge arises before insight meditation starts as well as during the period of practice prior to the advent of the Noble Path. 3. Knowing that the necessary du has been accomplished is knowledge of achievement (kata ñāṇa). In mundane affairs there is knowledge of completion when any task has been done. Likewise when the four duties of rightly comprehending, giving up, realising, and developing have been fulfilled, this fact is known through reospection. This is known as knowledge of achievement. What I have described are the twelve kinds of knowledge made up of four kinds of knowledge of the uth, four kinds of knowledge of the du, and four kinds of knowledge of achievement. Of these twelve, it is vital to know clearly how knowledge of the uth arises and how the four duties are to be performed, so I will go over them briefly again. 1. The uth of suffering should be rightly and fully compre- hended. Such comprehension is ue realisation (pariññā paṭivedha). 2. The uth of the origin of suffering should be abandoned. Such abandonment is known as peneative insight by abandoning (pahāna paṭivedha). 3. The uth of cessation should be realised. Such realisation is known as peneative insight by realisation (sacchikiriyā paṭivedha). 4. The uth of the Path should be developed in oneself. Such development is known as knowledge by development (bhāvanā paṭivedha).

Knowing the Four Truths Simultaneously At the moment of the Path, only the uth of cessation is perceived through realisation. The remaining three uths are perceived through completion of required tasks by ue realisation, peneative insight by abandoning, and by developing, respectively. Therefore the

Commentary says: “The three uths are known by completion of the tasks and cessation is known by realisation.” When the Path sees one of the four uths all four peneative insights are accomplished. Just as with the Noble Path, at the moment of practising insight meditation too, by observing the uth of suffering alone as an object, the task of knowing the remaining three uths is also accomplished. It happens in this way:– The sense-object that is being perceived through meditation as the embodiment of impermanence, unsatisfactoriness, and not-self cannot arose craving, which would take delight in it under the delusion of permanence, pleasure, and self. This is the temporary abandonment (tadaṅga pahāna). The ignorance (avijjā) and delusion (moha), which would misapprehend the observed object, as well as the mental formations, consciousness, etc., get no opportuni to arise, and consequently cease. This is realisation through temporary cessation (tadaṅga nirodha). The path of insight, which perceives everything as impermanent, unsatisfactory, and not-self is being developed at every instant of awareness. This is peneative insight by developing (bhāvanā paṭivedha). Thus, while practising insight meditation, and by knowing the uth of suffering through contem- plation, the remaining three uths are perceived by completion of the tasks of abandoning, realisation, and development. Thus it may be

said that all four uths are perceived simultaneously. I have come to the conclusion of the consideration of twelve ways of perceiving the Four Noble Truths in four groups of three knowl- edges. I will stop here for today. May all you good people present in this audience, by virtue of having given respectful aention to this Great Discourse on the Turning of the Wheel of Dhamma, be able to fully and rightly understand the uth of suffering, by contemplating the phenomena of hearing, seeing, etc., and through whatever path and uition you have chosen, achieve speedy realisation of nibbāna, the end of all suffering. Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Part Eight Delivered on Tuesday 9th April, 1963.[illegible] My series of lectures on the Dhammacakka Sua given at this Hall of Glass was disrupted during my visits to Myitkyina and Bhamo. In my last lecture on the full moon day of March, I dealt with twelve kinds of knowledge, three for each of the four uths. Today I will give an account of when the Buddha did not admit, as well as when he did admit, to the aainment of Supreme Enlightenment.

Before the Buddha Claimed Enlightenment "Yāvakīvañca me, bhikkhave, imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ na suvisuddhaṃ ahosi, neva tāvāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmake sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya 'Anuaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho'ti paccaññāsiṃ." "As long, monks, as my knowledge of reali and insight regard- ing the four noble uths in three aspects and twelve ways was not fully clear to me, so long did I not admit to the world with its deities, māras, and Brahmās, to the mass of beings with its recluses, brahmins, kings, and human beings, that I had under- stood, aained, and realised rightly by myself the incomparable, the most excellent, perfect enlightenment, Supreme Buddhahood." "Sammāsambodhi" is the special knowledge of Arahantship aained only by Buddhas. They gain this knowledge intuitively by their own efforts without any insuction om others. By this knowledge, they rightly and perfectly know everything because of Omniscience (sabbaññuta ñāṇa). This exclusive Arahantship of the Buddhas is known as Perfect Enlightenment: sammā means perfectly, saṃ is by oneself and bodhi means enlightenment, thus sammāsambodhi is perfectly enlightened by oneself. For Solitary Buddhas, Pacceka Buddhas, their knowledge of Arahantship is known only as sambodhi, enlightened by oneself without the qualiing "sammā" — perfectly. The Arahantship of disciples is simply known as bodhi, enlightenment without the qualiing "sammā" and "saṃ." The knowledge of Arahantship that arises to Buddhas is known by themselves and perfectly. Hence is called "sammāsambodhi." With this knowledge Omniscience (sabbaññuta ñāṇa) arises simultaneously, [illegible] The full-moon Day of Tagu 1324 M.E.

Before the Buddha Claimed Enlightenment 199

which knows all things. Having acquired this facul of knowing everything, Buddhahood was aained. So perfect enlightenment is the knowledge responsible for the aainment of Buddhahood. Thus in the above passage, the Buddha said that he had not yet admied the aainment of perfect enlightenment or Buddhahood. For how

long did he withhold this admission of Buddhahood? It was stated that he withheld it as long as his knowledge of the four uths in three aspects of uth, du, and achievement for each uth, as explained earlier, was not fully clear to him. To fix a definite time limit, it meant that the admission was withheld until the early dawn of the day aer the full-moon day of May, just before he aained the path of Arahantship. By this pronouncement of non-admission until then, he made it clear that it was out of the question for him to make the claim of Buddhahood during the earlier period when he was engaged in exeme austerities. In the above passage, three aspects means uth, du, and achievement for each of the four uths. By twelve ways is meant the total number of knowledges for all four uths. Arahantship, together with these twelve knowledges, which appeared before and aer it, is the knowledge that sees reali as it is (yathābhūta-ñāṇa). As long as this knowledge of reali was not fully clear to him, the Blessed One withheld admission of aaining perfect enlightenment. To the query, "Amidst whom was this admission withheld?" it may be answered, "In this world." In this world, there are powerful deities of sharp intellect; there are also māras who are antagonistic to the teaching as well as Brahmās, more powerful and more intelligent than the deities and māras. If aainment of Buddhahood were claimed before his knowledge of the four uths was fully clear to him, it would have been difficult to give satisfactory answers to the questions, inquiries, and disputes that would be raised by these beings. Keeping aside these deities, māras and Brahmās who were not in close association with the human beings, there were in the human world, on the surface of the earth, recluses (samaṇa), ascetics, and priests (brāhmaṇa). There were also kings popularly designated as deities, and the common people. It would have been difficult to reply to the enquiries that they might make. In those days, there were leaders of religious sects such as Purāṇa Kassapa who claimed to know all about the past, present, and future. When learned people,

recluses, and laymen scrutinized their claims, these religious leaders had been found to fall far short of their claims. Had the Buddha pronounced his Buddhahood before actual aainment of perfect enlightenment, he could have faced a similar predicament. At one time, the Buddha was cononted by King Pasenadi of Kosala who, taking advantage of his regal position, subjected the Buddha to a searching examination, "Gotama, do you also claim to understand, achieve, and realise the incomparable, perfect enlight- enment, otherwise known as Buddhahood?" In those days, leaders such as Purāṇa Kassapa, used to make bold claims of Buddhahood to the common people, but when examined by King Pasenadi they had faltered in their claims. "When even elderly leaders of religious sects hesitate to claim Buddhahood, you, Gotama, who are much younger and less experienced in religious life, do you really admit that you have become a Buddha?" The king persisted in his enquiries by repeating the question. Being ue a Buddha, he was able to give satisfactory answers to the king. Fully convinced about the Buddha's supreme aainments, King Pasenadi took refuge in the Buddha, the Dhamma, and the Saṅgha and became a disciple om that time. Having in

mind such people who might examine him, he said, “I did not yet declare to the world with its deities, maras, and Brahmās and to the mass of beings with recluses and brahmaṇas, kings and people that I had aained Buddhahood.”

Concluding Statement 201

ways became fully clear to me, I declared to the world with its deities, māras, and brāhmās to the mass of beings with its recluses, priests, kings and people that I had understood, aained, and realised perfectly by myself the incomparable, the most excellent perfect enlightenment, in other words, the perfectly enlightened supreme Buddhahood.” What he declared in the above passage was that only when his knowledge of reali as it uly is was fully clear in twelve ways derived om three kinds of knowledge with respect to each of the four uths, he admied to aainment and realisation of the incomparable, the most excellent perfect enlightenment, supreme Buddhahood. This declaration was made not just to that region, that but to the whole universe with its powerful deities of sharp intellect, with its māras hostile to the ue teaching and with its more powerful and more intelligent Brahmās. It was meant also for the whole of humani with its learned recluses and brahmaṇas, with its kings and people. This declaration was an open invitation to any doubting deities, māras, or Brāhmās or to any doubting recluses, priests, kings or wise lay persons to investigate, and to scrutinise his claim, with a guarantee to give satisfactory answers to all their enquiries. This is indeed a very bold, solemn declaration not made impulsively without due verification, but only aer he had scrutinized and reassured himself by reospection that he had really aained Buddhahood.

Concluding Statement “Ñāāṇañca pana me dassanaṃ udapādi — ‘Akuppā me vimui, ayamantimā jāti, nahidāni punabbhavo”’ti.” “Indeed, knowledge and vision arose in me: ‘Unshakeable is my deliverance;&#xfffd; this is the final existence; there is no more rebirth for me.” In this concluding statement, by the words, “Unshakable is my deliverance,” is meant that his deliverance is not like that obtained by absorption, which may be lost. The individual who has obtained &#xfffd; My liberation om defilements is achieved by Arahantship, not just suppressing defilements by fine material or formless absorption, but eradicated at the root without remainder, liberation which results in complete and final peace. He knew therefore by reflection that the deliverance was unshakable, and indesuctible.

202 A Discourse on the Wheel of Dhamma

the absorptions is ee om defilements such as sensual desire, ill-will, etc., and they remain suppressed. However, when the absorption deteriorates, defilements can reappear. Absorptions only remove defilements to a distance by suppression (vikkhambhana). The pe of deliverance won by the Buddha was liberation by cuing-off (samuccheda vimui), which completely eradicated the defilements without remainder, and liberation by anquillising (paṭippassaddhi vimui) the potency of these defilements. Liberation by cuing-off is deliverance by the path of Arahantship,

which eradicated without remainder all defilements while liberation by anquillising is deliverance by means of the uit of Arahantship, which calms down the potency of all defilements. His deliverance remained steadfast and invulnerable, hence the Blessed One reflected, “Unshakable is my deliverance.” Moreover, having eradicated craving, otherwise called the origin of suffering, by means of Arahantship, the Blessed One was ee om any craving that could cause new becoming. For beings still saddled with craving, aer passing away om one existence they are reborn in the next, holding on to one of three signs — kamma, sign of kamma, or sign of destiny — that appear as death approaches. There is always a new existence for beings who are not yet devoid of craving. The Bodhisaa also had passed through many rounds of rebirths in successive existences. Thus, on the dawn of his Enlightenment, the Blessed One reflected: “Seeking in vain, the house-builder (craving), who repeatedly designed and built this house (of esh existences, i.e. the five aggregates, because I had not yet gained the knowledge of Arahantship), I wandered through many existences (aneka jāti saṃsāraṃ sandhāvissaṃ). Now (with the aainment of Omniscience together with Arahantship) I have found you. Oh, house-builder, never again will you build this house.” In this way, the Blessed One gave an account of his reospection. Although esh existence is no more possible for the Blessed One in the absence of craving, he still had to live the present life, which had been brought into existence by craving before its eradication. With reospective insight he said, “This is my last existence. Now there is no more rebirth.” These are the concluding words of the Dhammacakka Sutta.

Higher Knowledge Gained by Listeners 203

A Matter for Consideration Careful study of the Dhammacakka Sua, beginning with the words, “These two exemes, monks, should not be followed by one gone forth (dveme, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā),” and ending with the words “This is my last existence. Now there is no more rebirth (ayamantimā jāti, nahidāni punabbhavo’ti),” reveals that it deals with the path odden by the Blessed One, the uths he had discovered and how he had discovered them. As to the practical details of the path, there was lile mention of them in a direct way. Only the opening words, “These two exemes, monks, should not be followed,” conveys some practical insuctions. It is therefore a maer worthy of consideration how the first five disciples aained the higher knowledge of the path and its uition, by what methods, and how they aained their goals. I will now explain this.

Higher Knowledge Gained by Listeners In the discourses taught by the Buddha, although there were no precise insuctions such as, “Practise in this way; bear this in mind,” it must be regarded that they contain exhortations and guidance as to what should be followed and what should be avoided. According to the ancient masters, “Every word of the Buddha carries an injunction.” To illusate:– “Asevanā ca bālānaṃ, paṇḍitānañca sevanā. Pujā ca pujaniyānaṃ, etaṃ maṅgalamuamaṃ.” This verse of the Maṅgala Sua gives only the enunciation of the three blessings, namely, “Not to

associate with the foolish, to associate with the wise, to honour those who are worthy of honour, this is the greatest blessing." In this verse, there is no direct exhortation with whom one should not associate, with whom to associate, or whom to honour. Nevertheless, it should be taken as an exhortation. Likewise we do not find any direct exhortation or injunction in the Dhammacakka Sua. The Blessed One said simply, "Avoiding the two exemes, I have discovered the middle path." This should be regarded as meaning, "Like me, you must avoid the two exemes and follow the practice of the middle path." In stating, "The middle path leads to vision, etc.," it should be taken to imply, "If you develop the middle path, vision will arise in

you too; higher knowledge will come to you, you will gain benefits until the realisation of nibbāna." In giving the enunciation of the Noble Eightfold Path, it should be taken as giving insuctions for promoting the path factors of morali, concenation, and wisdom. Then, the definition of the uth of suffering must be regarded as insuctions to make an effort to understand it comprehensively. Likewise it must be understood that, what was taught as the origin of suffering was an insuction to remove it; and the uth of cessation and the uth of the path were insuctions to develop the path in oneself and realise cessation, nibbāna. Aerwards, when he taught the four knowledges of the uth, it must be regarded as an exhortation to sive to aain knowledge with regard to the four uths; when he taught about the four duties it was insuction to understand the uth of suffering by contemplat- ing impermanence, etc. This is obvious. When it was described as the Dhamma that should be rightly and fully comprehended, it clearly meant that an effort should be made to achieve complete and perfect understanding of the uth of suffering. The uth of suffering has already been explained previously to consist of birth, etc., up to the aggregates of aachment, which manifest when seeing, hearing, etc. Thus it is understandable that it means contemplation of impermanence by noting every instance of seeing, hearing, etc. "The uth of the path to be developed," means development by noting each phenomenon of seeing, hearing, etc. Similarly "The uth of the origin should be eliminated," means that craving should be eradicated by contemplating the uth of suffering. "The uth of cessation should be realised," means that aer fully understanding the uth of suffering, through contemplation and developing the path of insight, ultimately the uth of cessation will be realised. When the Buddha told them how he came to know what should be known by developing the middle path, his audience could understand that they too would come to know what should be known by developing the middle path. It is just like a person recounting how the disease he was suffering om was cured by taking a certain effective medicine. Anyone having the same disease will realise that they could also be cured by the same medicine. The Buddha's audience at that time was made up of people who were already accomplished with sufficient perfections (pāramī) to

aain higher knowledge by hearing the first discourse of the Buddha. They were in a position to understand what he meant. Accordingly, it could be taken that they contemplated the uth of suffering at the moment of occurrence, developing insight knowledge in successive stages, ultimately realising nibbāna by means of the four Noble Paths. There is no doubt that the good people forming this audience could also, by contemplating the uth of suffering, by noting the phenomenon of rising and vanishing, come to know the four uths as they should be known and realise the higher knowledge of the Noble Path and its Fruition. Understanding the discourse in the way that I have just explained, one among the audience at the first discourse of the Blessed One, the Venerable Koṇḍañña, noting all the phenomena of hearing, knowing, feelings of devotion and pleasure, feeling glad, touching, seeing, etc., that appeared to him at the time of their rising, developed the path of insight and realised the path of Seam-winning and its uition. How he realised them will be the subject of my discourse later. A hundred and eight million Brahmās likewise achieved similar realisation. According to the Milindapañha, innumerable deities of the sensual realms also meditated in a similar way and aained the higher knowledge of the path and its uition. Because all the beings who were developed sufficiently to receive the Dhamma had aained higher knowledge and because he had completely covered all the things that he should teach, the Blessed One brought his discourse to a conclusion with the closing words just quoted above. The reciters at the first Council had recorded this account of the termination of the discourse and how the group of five monks were gladdened by the discourse in these words:–

Records of the First Buddhist Council “Idamavoca Bhagavā. Aamanā pañcavaggiyā bhikkhū Bhagavato bhāsitaṃ abhinandunti.” “Thus spoke the Blessed One, (starting with, “These two exemes, monks, should not be followed by one gone forth,” and ending with “Now there is no more rebirth,”) and the group of five monks greatly rejoiced, welcoming the words of the Blessed One with delight.”

206 A Discourse on the Wheel of Dhamma

It is worthy of special note that the elders of the First Council recorded how the Venerable Koṇḍañña aained higher knowledge:– “Imasmiñca pana veyyākaraṇasmiṃ bhaññamāne āyasmato koṇḍaññassa virajaṃ vītamalaṃ dhammacakkhuṃ udapādi — “Yaṃ kiñci samudayadhammaṃ, sabbaṃ taṃ nirodhadhamma”nti.” “And while this discourse was being expounded (or having been expounded), the dustless and stainless eye of Dhamma arose to the Venerable Koṇḍañña, ‘Everything that has the nature of arising has the nature of ceasing’.” Briefly, this record states that the Venerable Koṇḍañña became a Seam-winner by aainment of the Path and its Fruition. When did it happen? He aained it while the Blessed One was “Expounding the discourse.” This is the precise anslation of the grammatical tense as given in the text, “bhaññamāne, bhaniyamāne.” The Sārahadīpanī Subcommentary reproduced the same tense. However, the Paṭisambhidā Commentary preferred to take the perfect past tense proximate to the

present tense, “bhanite,” meaning “aer being expounded.” I have thus rendered it as “having been expounded.”

Venerable Koṇḍañña Attains Higher Knowledge The Venerable Koṇḍañña could have developed the Noble Eightfold Path and aained the Noble Path while the Blessed One was enunciating on the middle path during the discourse. When he heard about the Four Noble Truths too, he could have contemplated to know what should be known and aained the higher knowledge of the Path. Especially, when he heard that the uth of suffering should be fully comprehended and the Path should be developed, it is very probable that he would contemplate on the uth of suffering, otherwise known as the aggregates of aachment, and by developing the path of insight, aained the higher knowledge of the Path and Fruition of Seam-winning. As for contemplating suffering, by noting the sound of the teaching at every instant of hearing it, he would come to know the reali as it is and the three characteristics and in this way developed the Noble Eightfold Path. When deep appreciation for the meaning of the discourse arose, it could be contemplated upon. Devotional appreci- ation of the Dhamma and for the voice that delivered it could be

How Path Knowledge Is Stainless 207

noted too as it occurred. Rejoicing that came aer appreciation, the thrill of joy that accompanied it could all be contemplated. It is probable that joy (pīti) was taken as an object for contemplation. It was mentioned in the Pāḷi texts that at the moment when the mind was feeling fit and prepared, so and tender, ee om hindrances, elated and exultant, full of faith and devotion, hearing the discourse on the four uths, many aained to higher knowledge. The Noble Eightfold Path could also be developed by noting what is occurring in the body, the sensations of pain or pleasure in the body, and by contemplating the act of paying respectful homage to the Buddha. Seeing, hearing, etc., mentioned above with respect to the mental and physical phenomena presently arising are not mere concepts (paññai), they are ultimate realities (paramaha dhammā) that actually occur. The aggregates of aachment are such realities. The uth of suffering, which should be fully comprehended is also an ultimate reali. When every phenomenon is noted, in accordance with the teaching that the uth of suffering should be fully comprehended, the uth of suffering is fully comprehended through understanding the three characteristics. On each occasion of understanding in this way, craving that may arise because of the notions of permanence, pleasure, and self gets eliminated, having no opportuni to arise. This is momentary abandonment of the origin of suffering. Delusion or ignorance with respect to the object being contem- plated together with defilements, kamma, and results that may arise in connection with it, vanish and come to cessation too with each noting. This is momentary cessation achieved with each noting by virtue of having accomplished it. It goes without saying that the path of insight is being developed at each moment of observation. In this way by noting what was seen, heard, etc., the Venerable Koṇḍañña developed insight, which knows the Four Truths as they should

be known, and aained the Path and Fruition of Seam-winning while listening to the discourse. In other words, he became a Seam-winner right at the end of the discourse.

How Path Knowledge Is Stainless The eye of Dhamma aained by the Venerable Koṇḍañña was praised in the sua as being dust-ee and stainless. It would be profitable to consider how this knowledge was dust-ee and stainless.

The Sārahadīpanī Subcommentary states: “It is dust-ee, being ee om the dust and dirt of lust (rāga), which would lead to the lower realms; it is stainless, being ee om the defilements of wrong-view (diṭṭhi), and sceptical doubt (vicikicchā).” This is a figurative descrip- tion of the defilements that are eliminated by the Path of Seam-winning. However, the Paṭisambhidāmagga Commentary considers both as dust and defilements, etc. Lust tends to conceal and hence is likened to dust. Again, lust is likened to defilements because it spoils or brings desuction. Another consideration arises here. Does being ee om dust and defilements mean: a) the arising of the eye of Dhamma, otherwise known as Path knowledge, unaccompanied by dust and defilements, or b) not hindering Path knowledge so that nibbāna could not be seen? The Path, however, has no association with defilements. It is obvious, therefore, that it has no reference here to eedom om dust and defilements. Thus dust-ee and stainless should be understood in the sense of not hindering Path knowledge so that nibbāna could not be seen. This is how hindrances are overcome: whilst wrong-view and sceptical doubt, which should be eliminated by Seam-winning, and lust that leads to the lower realms, remain in force, in spite of insight meditation, if nibbāna is not seen yet by means of the knowledge of Seam-winning. It is just like the inabili to see because of a cataract. However, when insight knowledge becomes fully accomplished and sengthened, the wrong-view, sceptical doubt, and lust that would lead to the lower realms would get weakened, so they can no longer hinder the sight of nibbāna, just as the cataract that gets thinner can no longer completely obscure one’s sight. Then the knowledge of Seam-winning can see through and realise the nibbāna. Such capaci to perceive through and realise nibbāna is described as dust-ee (virajaṃ), and stainless (vītamalaṃ). Path knowledge eradicates only aer insight has done its utmost to eliminate. The above interpretation conforms with the figurative description of the eye of Dhamma and with the expositions in the Visuddhimagga and its Mahāṭīka, which state that supramundane Path knowledge eradicates without remainder only those defilements, which have been weakened to the utmost by mundane insight knowledge.

Path Knowledge Evolves from Insight It should be especially noted here that supramundane Path knowledge does not arise out of nowhere. Just as the succeeding consciousness arises out of the preceding consciousness, Path knowledge can also be said, by way of uni, to have arisen out of insight knowledge. Thus defilements such as

wrong-view and doubt, which have been debilitated by the power of insight can no longer keep nibbāna obscured om view. By dust-ee and stainless is meant this inabili of lust, etc., to keep nibbāna concealed any longer. The Brahmāyu Sua[1] describes the three lower paths as the eye of Dhamma (Dhammacakkhu). In the Cūḷarāhulovāda Sua,[2] all the four paths and uitions are described as the eye of Dhamma. When, therefore, these higher aainments are stated to be dust-ee and stainless, it means that lust and ill-will are so weakened by virtue of insight knowledge that they could not keep the nibbāna concealed om view. I have taken the ouble of delving deeply into these points to make it easily comprehensible that Path knowledge does not arise out of nowhere, but evolves only om insight knowledge by virtue of natural sufficing conditions (pakatupanissaya). The question then arises: "How does this eye of Dhamma, otherwise known as the Path knowledge of Seam-winning, arise?" This knowledge arises by perceiving that everything that has the nature of arising has the nature of passing away. There are two modes of perceiving this. At the moment of developing the knowledge of arising and passing away (udayabbaya-ñāṇa), seeing origination and instant dissolution, the realisation comes that what arises passes into dissolution. This is perception by means of insight. When the knowledge of equanimi about formations (saṅkhārupekkhā-ñāṇa) is fully established, while noting the continuous process of dissolu- tion of mind and maer, a stage is reached when (volitional activities of) mind, maer, and mental formations dissolve into a state of complete cessation. This is perceiving the peaceful bliss of nibbāna by actually realising it, when all the phenomena of constant arising come to complete cessation. This is perception by Path knowledge. The eye of Dhamma, otherwise called the Path knowledge of Seam-winning, is developed by the second kind of perceiving. For this reason, the aainment of Seam-winning is clearly indicated [1] M.ii.145. [2] M.iii.280.

when all volitional activities dissolve into complete cessation. Once realised by the Path of Seam-winning, the knowledge that perceives "Everything that arises gets dissolved," remains firm and unshakeable. Hence, the Cūḷarāhulovāda Sua describes the realisation of all four path knowledges in the same words. "The dust-ee, stainless eye of Dhamma arose: everything that has the nature of arising has the nature of passing away." All mind and maer cease when nibbāna becomes the object of Path knowledge. Quoting the Cūḷaniddesa Commentary, which states: "By means of the Path of Seam-winning four pes of consciousness connected with wrong-view (diṭṭhigatasampayuaṃ), and one consciousness accompanied by doubt (vicikicchāsahagaaṃ), these five pes of unwholesome consciousness come to cessation," a certain person is teaching and writing, aempting to refute the statement, "At the moment of the Path and Fruition of Seam-winning, all mental and physical formations are perceived to have ceased." He seems to maintain that the Path and Fruition of Seam-winning have as their object only the cessation of the five pes of unwholesome conscious- ness brought about by the Path." This is a serious wrong-view for the simple reason that nibbāna is not the partial cessation of unwholesome

consciousness; nor the partial cessation of mind and maer. In fact, nibbāna means the complete cessation of three cycles (vaṭṭa), namely, the cycle of defilements (kilesā vaṭṭa), the cycle of kamma (kamma vaṭṭa), and the cycle of results (vipāka vaṭṭa), the complete cessation of all compounded things. Thus to the question "What does the Noble Path have as its object?" the reply would be that it has nibbāna as its object and nibbāna is, as just explained, the complete cessation of all conditioned phenomena. Thus the assertion, "At the moment of aaining the Path and Fruition of Seam-winning, one perceives only the cessation of the sense-objects known as well as the knowing mind," is a factual statement of what is actually observed. A careful study of the Questions of Ajita on which the exposition was given in the said Commentary to the Cūḷaniddesa, will reveal the statement therein: "At this peace of nibbāna all mind and maer cease." Furthermore, if questioned, "Is nibbāna which is the object of the Path of Seam-winning the same nibbāna that is the object of the higher Paths?" the answer would be "Yes, it is the same, there is Sn.vv.1038-1045, Pārāyanavaggo, Ajitamāṇavapucchā.

Was the Path Not Aained by Appreciating the Discourse? 211

no difference." Were the Path of Seam-winning to have the five pes of unwholesome consciousness as its object and the other Paths were to have as their objects the cessation of respective unwholesome pes of consciousness that they eradicate, the objects of the four Paths would be four different pes of nibbāna. There is, however, no such difference and it is therefore obvious that all the four Paths have as their objects the one and only nibbāna. For the reasons stated, "The Path of Seam-winning must have as its object only the cessation of the five pes of unwholesome consciousness," is a totally wrong-view. I have digressed om the main discourse to make some critical remarks about certain wrong assertions. I must now return to the original topic by recounting the meaning of the Pāḷi text: "While this discourse was being expounded (or had been expounded), the dust-ee stainless eye of Dhamma, otherwise known as the Path of Seam-winning) arose to the Venerable Koṇḍañña, that everything that has the nature of arising has the nature of ceasing."

Was the Path Not Attained by Appreciating the Discourse? Here is a point for discussion. Is it not a fact that in the passage just quoted, there is no mention of the Venerable Koṇḍañña engaging in the practice of insight meditation? It mentions only that the eye of Dhamma was developed while the Blessed One was expounding the discourse or had just finished expounding it. Could it not be that the knowledge of the Path of Seam-winning was developed through appreciation of and delight in the discourse? In that case, all the elaborations about how Koṇḍañña engaged in the practice of insight meditation is really redundant. This is the point for discussion. The elaborations are not redundant at all. In the Dhammacakka Sua itself, it is definitely stated that the Eightfold Path should be developed. In addition, the Commentarial exposition of right-view states that the uth of suffering and the uth of the origin of suffering should be understood by contemplating them. There are also statements that

Path knowledge is developed only when the preliminary path (pubbabhāga magga), otherwise called the path of insight (vipassanā magga), are fully accomplished. It is also definitely stated that without contemplating any of the four subjects of

meditation, namely, the body, feelings, mind, and mental-objects, no insight or path knowledge could be aained. (Refer to Part Three of this discourse). The Pāḷi texts also clearly state that the path factor of Right Mindfulness could arise only by developing the fourfold mindfulness. For these reasons, there can be no arising of the Noble Path without developing the path of insight. These elaborations are given to facilitate understanding how insight could be developed while listening to a discourse. It must be taken therefore that by adopting one of the methods of meditating as explained above, the Venerable Koṇḍañña instantly aained the Path and its Fruition. Aer describing how the Venerable Koṇḍañña aained Seam- winning, the Elders of the First Council went on to describe the way in which the Dhammacakka Sua was acclaimed.

Acclamation by the Deities and Brahmās “Pavaite ca pana Bhagavatā dhammacakke bhummā devā saddamanussāvesuṃ — “Etaṃ Bhagavatā bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuaraṃ dhammacakkaṃ pavaitaṃ appaṭivaiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmi”nti.” “When the Blessed One had set in motion the Wheel of Dhamma,[1] in other words, when the Blessed One had given the discourse on the Dhammacakka Sua, the Earthbound deities proclaimed in one voice: ‘The incomparable Wheel of Dhamma has been set in motion by the Blessed One at Isipatana, the deer sanctuary in the township of Benares, which no recluse, priest, dei, māra, Brāhmā, nor any other being in the world can reverse or prevent.” Having heard this proclamation by the earthbound deities, the Cātumahārājikā deities and the deities in the upper realms of Tāvatiṃsa, Yāma, Tusita, Nimmānarati, Paranimmitavasavaī and the Brahmās, all proclaimed in one voice: “The incomparable Wheel of Dhamma has been set in motion by the Blessed One at Isipatana, the deer sanctuary in the township of Benares, which no recluse, priest, dei, māra, Brāhmā, nor any other being in the world can reverse or prevent.” [2] According to the Commentary, this means peneative insight (paṭivedha ñāṇa) and knowledge of what and how to impart the Dhamma (desanā ñāṇa).

“Itiha tena khaṇena, tena muhuena yāva brahmalokā saddo abbhuggacchi.” “Thus in an instant, in a moment, the sound of proclamation went forth up to the world of the Brahmās.”

The Earthquake and Appearance of Radiance “Ayañca dasasahassilokadhātu saṅkampi sampakampi sampavedhi, appamāṇo ca uḷāro obhāso loke pāturahosi atikkamma devānaṃ devānubhāvanti.” “The entire cosmos of the thousand worlds shook in upward motion, quaked in upward and downward motion, and embled in

four directions. An immeasurable sublime radiance, caused by the migh teaching, surpassing even the majestic, divine radiance of the deities appeared on earth."

Utterance of Joy by the Blessed One "Atha kho Bhagavā imaṃ udānaṃ udānesi — 'Aññāsi vata, bho, koṇḍañño, aññāsi vata, bho, koṇḍañño'ti! Iti hidaṃ āyasmato koṇḍaññassa 'Aññāsikoṇḍañño' tveva nāmaṃ ahosīti." "Then, just aer delivering the discourse, just aer the appear- ance of the eye of Dhamma to the Venerable Koṇḍañña, the Blessed One made this joyous uerance — 'Friends, indeed Koṇḍañña has understood! Indeed Koṇḍañña has understood!' Thus it was because of this joyous uerance that the Venerable Koṇḍañña won the name of Koṇḍañña the Wise, the one who has understood." Here ends the Discourse on the Dhammacakka Sutta. The concluding passage recited above marks the termination of the Dhammacakka Sua as recorded in the Mahāvagga of the Saṃyuanikāya. On reflection at the conclusion of the discourse, the Blessed One perceived that the Venerable Koṇḍañña had aained the higher knowledge of Seam-winning. So joyously he made the uerance, "Indeed, Koṇḍañña has understood, Koṇḍañña has understood." It was in reference to this uerance that the Venerable Koṇḍañña became commonly known as Aññāsi Koṇḍañña. According to the Saṃyua Pāḷi text, the Dhammacakka Sua ends here. However, the Vinaya Pāḷi text continues om there giving an

account of how the Bhikkhu Saṅgha came into existence. I will relate this account now.

Venerable Koṇḍañña's Request for Ordination "Atha kho āyasmā Aññāsikoṇḍañño diṭṭhadhammo paadhammo viditadhammo pariyogāḷhadhammo tiṇṇavicikiccho vigatakathaṃ- katho vesārajjappao aparappaccayo sahusāsane Bhagavantaṃ etadavoca — "labheyyāhaṃ, bhante, Bhagavato santike pabbajjaṃ, labheyyaṃ upasampada"nti." "Aer the Blessed One has made this joyous uerance, the Venerable Koṇḍañña made the following request in these words: "Venerable sir, may I go forth (pabbajjaṃ) in the presence of the Blessed One, may I receive ordination (upasampadaṃ)."

Difficult to Give up Traditional Beliefs The Venerable Koṇḍañña must have previously embraced some kind of aditional religious belief. To give up this old belief and desire admission into the Blessed One's Order could not have come about with mere ordinary faith. In modern times, it is not an easy maer for people of other faiths to join the Saṅgha aer accepting Buddhism. For some people, not to say of puing on the yellow robes, to take refuge in the Triple Gem and keep the precepts for the purpose of practising meditation is a difficult task. Apart om the Venerable Koṇḍañña, the remaining four of the group appeared to be indecisive to get admied into the Buddha's Order. Why then did Koṇḍañña seek permission to join the Buddha's Order? The answer is that Koṇḍañña had become possessed of virtue and qualities, which are described by such epithets as having seen the Dhamma (diṭṭhadhammo), etc. Fully vested with such virtues Koṇḍañña made the request, having seen the Dhamma. He

had seen the uth of cessation, that is he had realised nibbāna. Then having seen the peace of nibbāna, he saw the constant arising and vanishing of conditioned mind and maer as dreadful suffering. He perceived too that the craving that took delight in them was the ue cause of suffering. He realised at the same time that the uth of the path consisting of Right View, etc., was the ue path that would lead to the peace of nibbāna. Thus realising the four uths for himself, firm confidence arose that the Buddha had also

realised the four uths. Such confidence is known as knowledge born of complete faith (aveccappasāda ñāṇa). It is like the confidence a patient places in a physician whose eatment has effectively cured him of his disease. Thus, having seen the four uths exactly as expounded by the Buddha, Koṇḍañña made the request for ordination. Diṭṭhadhammo:- having seen; to make sure it means seeing with the eye of knowledge and not by physical eye, it is qualified by paadhammo:-- having arrived, aained, reached; to connote arriving through knowledge and not by any other means it is qualified again by viditadhammo: having clearly known. To assure that such knowledge is not just partial but complete, the qualiing word pariyogāḷhadhammo: is used, which means to dive into, to peneate, conveying that he had peneated fully into all aspects of the Dhamma. All these words show the richness of the Pāḷi vocabulary of those days. It is very important to see, to know by one's own knowledge the Four Noble Truths. Without knowing the real uth yet, mere profession of the Buddhist faith will not have removed all doubts about the Buddha, the Dhamma, and the Saṅgha. Misgivings on them may appear under certain circumstances. Doubts may arise also with regard to the practice of the morali, concenation, and wisdom that one is pursuing. By knowing what should be known by oneself, one may become ee om scepticism to a certain extent. The meditator who practises by noting every instance of seeing, hearing, touching, knowing, etc., knows, when the power of concenation gets sengthened, that the object observed (rūpa) is separate om the knowing mind (nāma). Then he or she knows through personal experience that seeing takes place because there are the object and the eye; there is the act of going because of the desire to go. Because one fails to note the object, one wrongly takes it to be pleasant, thinking it pleasant, one takes delight in it. Because of delight, one craves for it. To satis the demands of craving, one has to exert oneself to suitable actions. All these become personal knowledge through experience. One also knows that one faces difficulties and bad situations because of unwholesome kamma; one enjoys good things because of wholesome kamma. When one's knowledge grows to this extent, one can become ee om doubts as to whether there is a soul, a living enti, or a Creator.

When one continues with the practice, one perceives mental and physical phenomena arising and vanishing even while observing them. One becomes convinced, while continuing with the noting, of their impermanence, dreadful suffering, and that they

are not-self, not subject to one's conol. This singular perception sengthens one's confidence that the Buddha who had given this discourse must have realised the uth himself; he must be a ue Buddha, his teachings are ue and the Saṅgha who are practising his teachings are the ue Saṅgha engaged in the right practice. Then comes the stage when all conditioned mental and physical phenomena dissolve into complete cessation. This is realising personally the peace of nibbāna, in other words, the uth of cessation. Simultaneously, the three remaining uths are realised by virtue of having accomplished the tasks of fully and rightly comprehending suffering, abandoning its origin, and developing the path in oneself. Knowing the four uths as they should be known, confidence and faith in the Buddha, Dhamma, and Saṅgha becomes firmly rooted and unshakable. Confidence in the practice of morali, concenation, and wisdom also gets firmly established. With firmly rooted confidence and faith, sceptical doubts are overcome. The Venerable Koṇḍañña has seen the four uths for himself and thus had le all uncertain behind --- tiṇṇavicikiccho. For this reason too he asked the Buddha for ordination. When he was ee om doubt and scepticism, he became ee om wavering, irresolution, indecision — vigatakataṃkato, which is synonymous with tiṇṇavicikiccho. He had made the request for this reason too. Furthermore he made the request to the Buddha because he had acquired courage of conviction in the teaching, vesārajjapao, the courage born of knowledge of the uth, and also because he had become independent of others, aparappaccayo, in the maer of the docine having acquired personal knowledge of it. Most followers of various religious faiths in the world are dependent on others in the maer of their beliefs, being ignorant about them themselves. Some worship deities of ees, forests, and mountains because the practice has been handed down om generation to generation by their ancestors. No one has seen nor met those beings. Some worship the king of deities, Brahmās or Gods of the heaven. No one has the personal knowledge of these objects of

worship. People take on ust what was told them by their parents, teachers, etc. Among the people of the Buddhist faith too, prior to aaining what should be known, they are dependent on elders, parents, and teachers in the maer of their beliefs. When some knowledge has been gained by one's own efforts in practising concenation or insight meditation, self-confidence may be gained to a certain extent. When the absorptions, the path and it uition are aained, one has personal knowledge of these aainments, and so the belief in them is no longer dependent on others.

Citta the Millionaire and Nigaṇṭha Nāṭaputta At the time of the Buddha, there lived a certain millionaire by the name of Cia, who had aained the stage of Non-returning. One day he happened to arrive at the hermitage of Nāṭapua, the leader of the Nigaṇṭha sect. The sect leader Nāṭapua was worshipped as a supreme God by the followers of Jainism, and was also known as Mahāvīra. He was quite well-known since before the enlightenment of the Buddha. Nāṭapua addressed Cia, "Your teacher

Gotama is said to teach that there is absorption and concenation ee om initial and sustained application. Do you believe it?" Cia replied, "I acknowledge there is absorption and concena- tion ee om initial and sustained application not because of my faith in the Buddha." The great teacher Nāṭapua made a wrong interpretation of this reply. He thought that Cia had replied that he had no faith in the Buddha. So he told his followers. "Look, my disciples, Cia is very saightforward and honest. What he did not believe in, he said he did not believe. Well, this maer is really unbelievable. It's impossible, just like ying to catch the air with a net; or to arrest the swi flowing waters of the Ganges with the first or the palm of the hand. It's impossible to get ee om initial and sustained application." Upon which the millionaire Cia asked Nāṭapua, "Which is nobler, knowing or believing?" He replied, "Knowing is of course nobler than believing." The rich man Cia then retorted, "I can aain any time I wish the first absorption with initial and sustained application ; the second absorption ee om initial and sustained application; and the third absorption ee om joy (pīti) and the fourth absorption ee om bliss (sukha), accompanied only by equanimi

and one-pointedness. In this maer of saying, "There is absorption and concenation ee om initial and sustained application," when I personally experience them, is there any need for me to rely on other noble persons, or recluses, for my belief?" In this story, Cia had no need to rely on others for believing this fact. Likewise, Koṇḍañña who had personal experience of the four uths was not dependent on others regarding the Buddha's teaching on the Eightfold Path of morali, concenation, and wisdom. Having known them personally, without depending on others, he asked the Buddha for admission to his Order. This passage is so inspiring and stimulates so much devotion that I will repeat it in full. "Aer the Blessed One has made this joyous uerance, the Venerable Koṇḍañña made the following request in these words: "Venerable sir, may I go forth (pabbajjaṃ) in the presence of the Blessed One, may I receive ordination (upasampadaṃ)." This record by the Elders of the First Council describing the Venerable Koṇḍañña's request giving details of his qualifications and aainments to establish his eligibili for admission to the Saṅgha, develops in the reader intense devotion. The more one knows of the Dhamma the more intensely one feels this devotion.

Ordination by the "Come Bhikkhu" Formula When the Venerable Koṇḍañña made his request in the above way, the Blessed One permied him to join the Saṅgha with these words:– "Ehi bhikkhū"ti Bhagavā avoca — "svākkhāto dhammo, cara brahmacariyaṃ sammā dukkhassa antakiriyāyā"ti. Sāva tassa āyasmato upasampadā ahosi." "Come, monk. "Well taught is the Dhamma. Come and practise the holy life of for the sake of the complete desuction of suffering." The Venerable Koṇḍañña at that time was already a recluse (samaṇa), but not of the Buddha's Saṅgha. He therefore asked for admission to the Saṅgha om the Blessed One who permied him to do so, by saying, "Come, monk." This is acknowledgement by the Blessed One of his eny to the Saṅgha.

Thus the Venerable Aññāsi Koṇḍañña became a disciple as a member of the Saṅgha.

Systematic Guidance and Practice 219

Other Beings Who Attained Higher Knowledge At the time of delivery of the Dhammacakka Sua, there were only five members of the human world, the group of five monks, who heard the first discourse. Of them, only one person, the Venerable Koṇḍañña aained higher knowledge. However, it is stated in the Milindapañha that 180 million Brāhmās and innumerable deities of the sensual realm also aained higher knowledge. At that time only the Venerable Koṇḍañña sought eny to the Saṅgha and become a disciple of the Buddha. The remaining four — the Venerable Vappa, Bhaddiya, Mahānama, and Assaji — had not yet done so. Their hesitation may be accounted for by the fact that they were not yet fully accomplished in personally knowing the Dhamma like the Venerable Koṇḍañña. They were still deficient in the courage of conviction with respect to the Buddha's teaching. However, by virtue of hearing the discourse, they had developed faith in the teaching. Therefore om the time of hearing the discourse these four were engaged in the practice of meditation under the guidance of the Blessed One. The Vinaya Mahāvagga has given the following account of how they practised meditation and how they came to realise the Dhamma.

Higher Knowledge Attained Only by Practice "Aer the Venerable Koṇḍañña had been admied to the Order, the Blessed One gave guidance and insuctions on the practice of the Dhamma to the remaining four members of the group. Being thus guided and insucted by the Blessed One, the dust-ee, stainless eye of Dhamma rose to the Venerable Vappa and Bhaddiya that everything that has the nature of arising has the nature of passing away. When the eye of Dhamma opened, and they became Seam-winners, the Venerable Vappa and Bhaddiya requested the Blessed One for ordination and he accepted them by saying, "Come, monks."

Systematic Guidance and Practice The Vinaya Mahāvagga text continues:– Aer the Venerable Vappa and Bhaddiya had been thus admied to the Saṅgha by the "Come, monk (ehi bhikkhu)," ordination, the Blessed One gave insuctions on the Dhamma and guidance to the remaining Venerable Mahānāma and Assaji, without going on

220 A Discourse on the Wheel of Dhamma

almsround himself. Three bhikkhus went out for almsfood and all the six, including the Blessed One, sustained themselves on whatever food was brought back by the three. Being thus guided and insucted by the Blessed One on the practice of the Dhamma, the dust-ee, stainless eye of Dhamma arose to the Venerable Mahānāma and Assaji that everything that has the nature of arising has the nature of passing away. The Venerable Mahānāma and Assaji, having seen the Dhamma, having aained it, having clearly understood and peneated the Dhamma, leaving uncertain behind, having overcome all doubts, being ee om wavering irresolution, having acquired the courage of conviction with respect to the teaching of the Buddha, having personal knowledge of the Dhamma, not depending on others with regard to the teaching, asked

the Blessed One: “Aer the Blessed One has made this joyous uerance, the Venerable Koṇḍañña made the following request in these words: “Venerable sir, may we go forth (pabbajjaṃ) in the presence of the Blessed One, may we receive ordination (upasampadaṃ).” The Blessed One replied, “Come bhikkhus. Well taught is the Dhamma. Come and practise the holy life for the sake of the complete ending of suffering.” This invitation by the Blessed One constitutes the act of ordination and accordingly the Venerable Mahānāma and Assaji became bhikkhus in the Saṅgha of the Blessed One.” In this Pāḷi Text of the Vinaya Mahāvagga, it is mentioned that the four bhikkhus aained higher knowledge in two groups of two each, whereas its Commentary states that they aained higher knowledge one by one as follows:– “It should be understood that the eye of Dhamma arose to the Venerable Vappa on the first waning day of July, to the Venerable Bhaddiya on the second waning day, to the Venerable Mahānāma on the third waning day, and to the Venerable Assaji on the fourth waning day respectively. Furthermore, it should be specially noted that all this while the Blessed One remained in the monastery without going out for alms, ready to render assistance to the four bhikkhus in removing the obstacles and difficulties that may arise to them in the course of practising meditation. Every time obstacles arose in the bhikkhus, the Blessed One went to their aid avelling through space, and removed them. On the fih waning day of July the Blessed One

gathered all five bhikkhus together and insucted them by giving the discourse on the Anaalakkhaṇa Sua.” In this account in the Commentary the statement about the Buddha’s avelling through space to remove the obstacles reveals the urgent nature of assistance needed by the meditating bhikkhus. At present too, it would be beneficial if the meditation teachers could constantly aend on the meditators and give guidance. The Pāsarāsi Sua gives the following account on the subject: “Bhikkhus, when I gave insuctions to the two bhikkhus, the three bhikkhus went for alms. The group of six of us lived on the food brought back by the other three bhikkhus. When I gave insuctions to the three bhikkhus, the other two bhikkhus went for alms. The of six of us lived on the food brought back by the two bhikkhus. Then, being thus insucted and guided by me, the group of five bhikkhus, having in themselves the nature of arising in new existence, and seeing danger and wretchedness in esh rebirths, searched and endeavoured for the noblest, supreme nibbāna, ee om esh rebirth, and accordingly aained the supreme nibbāna, ee om wavering, irresolution, having acquired the courage of conviction with respect to the teaching, having personal knowledge of the Dhamma, not dependent on others with regard to the teaching.” In this way, the Blessed One stated that the five bhikkhus had aained Arahantship. The Commentary on this sua has this to say: “The Blessed One remained in the monastery, ready to go and assist the Venerable Vappa and Bhaddiya removing any obsuctions that arose during their meditation practice. Whenever impurities and difficulties arose in them the bhikkhus came to the Blessed One and asked him for guidance. The Blessed One himself also went to where the bhikkhus were and removed their obsuctions. Then

without going out for alms, but living on the food brought by the other three, these two bhikkhus went on meditating. Of these two bhikkhus, the Venerable Vappa became a Seam-winner on the first waning day of July, and the Venerable Bhaddiya on the second. Venerable Mahānāma became a Seam-winner on the third waning day, and Venerable Assaji aained the Path on the fourth. On the fih waning day of July, the five bhikkhus assembled, and the Blessed One taught them the Anaalakkhaṇa Sua, at the end of which all aained Arahantship. [illegible] M.i.173, also known as the Ariyapariyesanā Sua, the Noble Search (ed.)

Listening is not Sufficient, Practice is Needed According to the Vinaya and Sua texts, aainment of the Path was described as being achieved by two groups of two bhikkhus, whereas the Commentary gives a detailed description of how individual bhikkhus achieved Seam-winning on consecutive days. That is the only difference between the Pāḷi text and the Commentarial versions. It was not just by listening to discourses, but by actually practising meditation that they aained Seam-winning. They did not even go out for alms, but worked incessantly day and night. The Buddha himself stayed in the monastery, ready to give guidance and assistance whenever it was needed. On these points there is agree- ment in all versions. It is very clear, therefore, that the Venerable Vappa began siving on the evening of the full-moon day of July and aained Seam- winning on the first waning day. Venerable Bhaddiya had to sive for about two days and aained Seam-winning on the second waning day. Venerable Mahānāma sived for about three days and achieved Seam-winning on the third waning day. Venerable Assaji sived for about four days and achieved Seam-winning on the fourth waning day of July. All of them had to make senuous efforts to aain Seam-winning, and did not do it by just listening to discourses, but did so by siving hard under the guidance of the Blessed One himself. This fact is very clear. The groups of five bhikkhus were not ordinary persons. It is said that they were the royal asologers who had foretold the future of the Bodhisaa at the time of his birth. Some Commentaries, however, say that they were the sons of these court asologers. They were singular individuals who had given up household life and become recluses while the Bodhisaa was still in his teens. They were also endowed with remarkable intelligence, able to grasp easily the teaching of the Buddha. If Seam-winning were aainable merely by listening to the Dhamma, the were persons who could have realised it merely by listening to a discourse, without having to sive senuously for one, two, three, or four days. The Blessed One would not have urged them to sive earnestly, he would have merely taught them once to aain Seam-winning, or repeated the teaching twice, or thrice. Instead, he required them not just to listen to discourses, but to practise meditation senuously. On reflection, the reason for

doing so is obvious. He knew them to be the pe of individuals who needed to practice under guidance (neyya). Assertions are made nowadays that there is no need to practise concenation of insight meditation is necessary to reach the mere stage of Seam-winner; appreciating and understanding what is taught by the teacher is enough to gain this stage." These assertions only serve to discourage and dissuade the practice of concenation and insight meditation. It must be noted that these views are groundless and are causing great disservice and harm to the spread of the practical aspect of Buddhism. It must be firmly noted too that believers and followers of such views will find the path to nibbāna closed to them.

How the Other Four Monks Practised The Venerable Vappa and the other bhikkhus of the group of five sove hard for aainments by developing within themselves the Noble Eightfold Path as taught in the Dhammacakka Sua. The Path was developed, as described in detail earlier, by noting the phenom- ena of seeing, hearing, etc., that are constantly occurring in oneself, to completely and rightly comprehend the uth of suffering. A meditator who begins noting incessantly the arising of mind and maer as it occurs, may be oubled with wandering thoughts and fantasies. Especially for the learned scepticism and doubts are liable to arise. For some, unbearable pains will develop intensely in their bodies. Objects of sange vision and signs may disact them, giving them high opinions of themselves (with wrong conclusions as to their achievement). Some may hear whispering noises in their ears or get demoralised through sloth and torpor. Progress may also be retarded through imbalance between faith and wisdom, or between concena- tion and effort. In the absence of concenated effort, one-pointedness of mind may not evolve. At the stage of arising and passing away when sange phenomena such as light, joy, bliss, and intense mindfulness appear, it is oen noted that a meditator may over- estimate his or her achievements. When such disactions, defilements, and difficulties arise in the course of meditation, it is necessary for the meditation teacher to give guidance and help to remove them. In the absence of a teacher to guide and insuct, the meditator's efforts at meditation may prove futile. That was why the Blessed One waited

in readiness without going out on almsround to give guidance while the five monks were engaged in senuous meditation. With such guidance and assistance, the Venerable Vappa gained Seam-winning aer about a day's effort. When he gained realisation of the four uths, he became established in virtues and qualifications of having seen the Dhamma, etc. Knowing the uth personally, all doubts about the teaching vanished. There came the courage of conviction, ready to face any questioning concerning the teaching. Having established his eligibili thus, he requested the Blessed One to grant him admission to the Saṅgha, and the Buddha acceded to his request by the welcoming words of, "Come, monk." The Venerable Bhaddiya, Mahānāma, and Assaji also aained Seam-winning, and having le uncertain behind, gaining the courage of conviction in the Dhamma, requested

ordination on the second, third, and fourth waning days of July respectively, and the Buddha ordained them by saying, “Come, monk.” On the fih waning day of July, the Blessed One assembled the five bhikkhus together and taught them the Anaalakkhaṇa Sua. At that time, while listening to the discourse, all five bhikkhus contemplated on the aggregates of aachment and developed the path of insight by virtue of which they all aained Arahantship.

Six Arahants Including the Blessed One The compilers of the First Great Council recorded in the Vinaya Mahāvagga: “At the time (aer the Anaalakkhaṇa Sua had been delivered) there were six Arahants (including the Buddha) in the world (Tena kho pana samayena cha loke arahanto honti).” This was a really wonderful, and unprecedented event. Let us now bring to a close this series of discourses on the Dhamma- cakka Sua by keeping our minds on these Venerable Accomplished Ones, the six Arahants, and giving them our reverential homage. “We, the disciple of the Blessed One, bow with clasped hands to pay our homage and adoration with a deep sense of reverence to the Buddha together with the group of five bhikkhus, Arahants who having eradicated the defilements had become fully Accomplished Ones, two thousand five hundred and fi one years ago on the fih waning day of July, in the deer sanctuary, near Benares.”

A Concluding Prayer 225

A Concluding Prayer May all you good people in this audience, by virtue of having given respectful aention to this great discourse on the Turning of the Wheel of Dhamma (the Dhammacakkappavaana Sua), which has been delivered in detail on eight occasions, om the new-moon day of September 1962 to the full-moon day of April 1963, be able to avoid the exemely relaxed path of indulgence in sensual pleasures as well as the exemely austere path of self-mortification, and by developing the Middle Path , otherwise known as the Noble Eightfold Path, become accomplished in peneating insight (pariññā paṭivedha) and higher knowledge (pariññā abhisamaya), fully and rightly comprehending the uth of suffering. May you abandon the uth of the origin of suffering, realise the uth of the cessation of suffering, and develop the uth of the Path leading to the cessation of suffering, and very soon aain nibbāna, the end of all suffering. Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Index association with the unloved A (appiyehi sampayogo), 113 absorption (jhāna), 70, 71 attachment (upādāna), 110, 153 absorption dwelling on to rites and rituals nothingness (ākiñcaññāyatana (sīlabbataparāmāsa), 50, 110 jhāna), 7 to sensual pleasures abstinences (virati), 58 (kāmupādāna), 110 access concentration (upacāra to the soul-belief samādhi), 66, 126, 161 (attavādupādāna), 111 aggregate of attachment to wrong-view (diṭṭhupādāna), to consciousness 110 (viññāṇupādānakkhandha), 101 attainment of absorption (appanā to feeling jhāna), 66 (vedanupādānakkhandha), 100 attention (manasikāra), 101 to form (rūpupādānakkhandha), attention to the elements (dhātu100 manasikārapabbaṃ), 67 to mental formations (saṅkhārupādānakkhandha), 101 B to perception basic path (mūla magga), 76, 83, 161 (saññupādānakkhandha), 100

becoming (kamma bhava), 183 aggregates of attachment being (satta), 148 (upādānakkhandhā), 87, 99-100, birth (jāti), 89, 112 103, 105, 106, 109-113 bliss enjoyed in this very life. aging (jarā), 94, 112 (diṭṭhadhamma nibbāna vāda), 33 air element (vāyo-dhātu), 48, 104, Bodhirājakumāra Sutta, 4 177 body contemplation analytical knowledge of mind and (kāyānupassanā), 48 matter (nāmarūpapariccheda- Brahmāyu Sutta, 209 ñāṇa), 49, 73, 160 Buddhist Council (Saṅgāyana), 2 annihilationism (uccheda diṭṭhi), 147 C Campeyya the Nāga king, 115 annihilationist belief (uccheda cessation (nirodha), 152, 155, 168 vāda), 123 collections (nikāya), 65 Anussatiṭṭhāna Sutta, 71 Come, monk (ehi bhikkhu), 219 apparent suffering (pākata dukkha), concealed suffering (paṭicchanna 91 dukkha), 89, 90 arisen defilements (pariyuṭṭhāna concentration (samādhi), 34, 57 kilesā), 125, 150 concentration for insight arisen unwholesome thoughts (vipassanā samādhi), 72 (pariyuṭṭhāna akusala), 62 concept (paññatti), 108, 207 Ariyapariyesanā Sutta, 4 conception (paṭisandhi), 88

conception in a womb devoid of lust (virāga), 157 (gabbhaseyyaka paṭisandhi), 88 direct suffering (nippariyāya conception in moisture dukkha), 89, 91 (saṃsedaja), 88 discarding (pahīyati), 152 consciousness (viññāṇa), 52, 153 disease (byādhi), 86, 96 accompanied by doubt disenchantment (analayo), 152 (vicikicchāsahagattaṃ), 210 dispel by abandoning connected with wrong-view (vikkhambhana pahāna), 125 (diṭṭhigatasampayuttaṃ), 210 doubt (vicikicchā), 52, 144, 208 contact (phassa), 101, 107, 150, 153 dread (ottappa), 134 contemplation of the body dust-free (virajaṃ), 208 (kāyānupassanā satipaṭṭhāna), 66 covetousness (abhijjhā), 64 E craving for existence (bhava taṇhā), earth element (pathavī-dhātu), 104, 114, 146, 147, 182 177 craving for non-existence (vibhava Eight Precepts with Right taṇhā), 114, 147, 182 Livelihood as the Eighth craving for sensual pleasure (ājīvaṭṭhamaka sīla), 61 (kāmataṇhā), 115 element of motion (vāyo-dhātu), 77, Cūḷarāhulovāda Sutta, 209 See also air element (vāyo-dhātu) Cūḷataṇhāsaṅkhaya Sutta, 159 emancipation (mutti), 152 cycle of defilements (kilesā vaṭṭa), escape from the cycle of existence 168, 210 (vivaṭṭa), 157 cycle of existence (vaṭṭa), 157 eternalism (sassata diṭṭhi), 146, 147, cycle of kamma (kamma vaṭṭa), 170 168, 210 extinction (nirodha), See cessation cycle of results (vipāka vaṭṭa), 168, (nirodha) 210 extinguishing (nirujjhati), 152 eye of Dhamma (Dhammacakkhu), D 206-211, 219, 220 decease thought-process (maraṇasanna-javana), 122 F defilements lying dormant in feeling (vedanā), 153 oneself (santānānusaya), 186 fine material existence defilements lying dormant in the (rūpabhava), 184 sense-object (ārammaṇanusaya- fine material realms (rūpa loka), kilesā), 51 153 delusion (moha), 32, 152, 197 fire element (tejo-dhātu), 104, 177 demeritorious wrong-view five workers (kāraka maggaṅga), 82 (duccarita micchādiṭṭhi), 75 five working factors (pañcasu derived elements (upāda rūpa), 48 kārakaṅgesu), 165 despair (upāyāsa), 86, 97, 112 formless realms (arūpa loka), 153 fortunate abode (sugati), 63, 169

four right exertions individuals who need to practice (sammappadhāna), 63 under guidance (neyya), 223 friend (āvuso), 26 infinite conqueror (anantajino), 25 fruition knowledge (phala-ñāṇa), initial application (vitakka), 70, 107 49 insight as to abandoning (pahāna- full and right understanding paṭivedha), 168 (pariññā), 170 insight as to cessation by full comprehension by realisation (sacchikiriyā abandoning (pahānābhisamaya), paṭivedha), 168 52 insight as to development full comprehension by (bhāvanā paṭivedha), 168 development insight through abandoning (bhāvanābhisamaya), 53 (pahāna paṭivedha), 169 insight through development G (bhāvanā paṭivedha), 169 gives rise to fresh rebirth intention (cetanā), 107 (ponobbhavikā), 116, 121, 123 invitation (pavāraṇā), 56 going forth (pabbajjaṃ), 214, 220 government official (issarakula), J 126 Jhāna Sutta, 78 Gradual Sayings joy (pīti), 70-71, 207, 217 (Aṅguttaranikāya), 34 grief (soka), 86, 95, 97, 112 K kamma-forming consciousness H (abhisaṅkhāra viññāṇa), 122, 149, happiness (sukha), 70 183 having seen the Dhamma Khandha Sutta, 177 (diṭṭhadhammo), 214 knower (ārammaṇika), 167 higher knowledge (pariññā knower (nāma), See mind (nāma) abhisamaya), 158, 225 knowledge by development horse-merchant (assavāṇija), 126 (bhāvanā paṭivedha), 192, 196 knowledge by discerning I conditionality (paccayapariggaha- ignoble quest (anariyāpariyesanā), ñāṇa), 160 5 knowledge of achievement (kata ignorance (avijjā), 52, 62, 145, 152, ñāṇa), 180-181, 188, 196 197 knowledge of adaptation immaterial existence (arūpabhava), (anuloma-ñāṇa), 49, 157 184 knowledge of arising and passing impulsion consciousness (javana), away (udayabbaya-ñāṇa), 22, 209 183 knowledge of dissolution (bhaṅga- indirect suffering (pariyāya ñāṇa), 49 dukkha), 89, 91

knowledge of equanimity about lower realms (apāya), 88, 153 formations (saṅkhārupekkhā- lust (rāga), 208 ñāṇa), 49, 190, 209 lust for formless realms (arūpa knowledge of previous existences rāga), 170 (jātissara-ñāṇa), 127 lust for the realms of form (rūpa knowledge of the duty (kicca rāga), 169 ñāṇa), 178, 180, 188, 190, 196 knowledge of the Noble Path M (ariya magga ñāṇa), 47, 53 Mahāgosiṅga Sutta, 41 knowledge of the truth (saccā Mahāsaccaka Sutta, 4, 19 ñāṇa), 180, 184, 191 Mahāsakuludāyi Sutta, 163 knowledge that sees reality as it is Mahāsāḷāyatanika Sutta, 165 (yathābhūta-ñāṇa), 199 man of property (kuṭumbika), 126 known (rūpa), See matter (rūpa) matter (rūpa), 46 maturity knowledge (gotrabhū- L ñāṇa), 49, 157 lamentation (parideva), 86, 96, 97, meditation on compassion (karuṇā 112 bhāvanā), 83 lapis lazuli (veḷuriya), 163 mental concomitants (cetasikā), 58, latent defilements (anusaya kilesā), 99 58, 186 mental exertion (cetasikā viriya), latent in sense-objects 133 (ārammaṇanusaya), 150, 186 mental formations (saṅkhārā), 52, latent unwholesome states 107, 153 (anusaya akusala), 62 mental pleasure (cetasikā sukha), 89 leads to peace (upasamāya meritorious right-view (sucarita saṃvattati), 52 sammādiṭṭhi), 75 league (yojana), 24 mind (citta), 107 learning (sutamayapaññā), 51, 160 mind (nāma), 46, 77, 105, 215 liberation by cutting-off mind and matter (nāmarūpa), 153 (samuccheda vimutti), 202 mindfulness of respiration liberation by

tranquillising (ānāpānasati), 66, 162 (paṭippassaddhi vimutti), 202 miscellaneous mental formations life-continuum consciousness (pakiṇṇaka saṅkhārā), 79 (bhavaṅga), 123 momentary concentration for loss of health (rogabyasana), 95 insight (vipassanā khaṇika loss of morality (sīlabyasana), 95 samādhi), 67, 81, 162 loss of property (bhogabyasana), 95 momentary unification of the loss of relatives (ñātibyasana), 95 mind (khaṇikacittekaggatā), 67 loss of right-view (diṭṭhibyasana), 95 morality (sīla), 34, 57, 161 loving-kindness meditation (mettā mundane (lokiya), 71 bhāvanā), 83

of concentration (samādhi N maggaṅga), 58 natural sufficing conditions of morality (sīla maggaṅga), 57 (pakatupanissaya), 209 of wisdom (paññā maggaṅga), 58 neutral feeling (upekkhā vedanā), path knowledge (magga-ñāṇa), 49 90, 106 path of insight (vipassanā magga), Noble Path (ariya magga), 76, 83 132, 193, 211 noble search (ariyāpariyesanā), 5 Paṭhamabhava Sutta, 122 Non-returner, 52 patience (khantī), 41 Not getting what one wants Paṭisambhidāmagga, 38, 174-176, (yampicchaṃ na labhati), 113 208 O peace (upasamāya), 49 object (ārammaṇa), 167 penetrating insight (pariññā Omniscience (sabbaññuta ñāṇa), 86, paṭivedha), 225 198 penetrative insight (paṭivedha), 180 Once-returner (sakadāgāmi), 26, 52 penetrative insight by abandoning one whose vehicle is pure insight (pahāna paṭivedha), 189, 196 (vipassanā yānika), 73, 80 penetrative insight by realisation one whose vehicle is tranquillity (sacchikiriyā paṭivedha), 190, 196 (samatha yānika), 80 penetrative knowledge (paṭivedha), one-pointedness (ekaggatā), 70 158 ordination (upasampadaṃ), 214, perception (saññā), 107 218, 220 perfections (pāramī), 65, 116, 130, oviparous conception (aṇḍaja 204 paṭisandhi), 88 person accomplished in mantras (vijjadhāra), 175 P personality-view (sakkāya-diṭṭhi), Pabbajjā Sutta, 4 52, 144 Padhāna Sutta, 4 phenomena (dhamma), 112 Pāsādika Sutta, 35 physical exertion (kāyika viriya), path factor (maggaṅga) 133 of Right Concentration (sammā physical pain (dukkha vedanā), 105 samādhi), 81 physical pleasure (kāya sukha), 89 of Right Effort (sammā vāyama), pleasant feeling (somanassa), 106 81 practice of the religion (paṭipatti of Right Mindfulness (sammā sāsana), 159 sati), 81 preceptor (upajjhāya), 129 of Right Speech (sammā vācā), 59 preliminary path (pubbabhāga of Right Thought (sammā magga), 44, 76, 83, 132, 167, 192, saṅkappa), 82 193, 211 of Right View (sammā diṭṭhi), 81 priest (brāhmaṇa), 199 path factors probation (parivāsa), 76

Purification of Conduct (sīla right-view of absorption (jhāna visuddhi), 56 sammādiṭṭhi), 74 Purification of Mind (citta right-view of insight (vipassanā visuddhi), 56 sammādiṭṭhi), 68, 74, 135, 165 Purification of View (diṭṭhi right-view of reviewing visuddhi), 56 (paccavekkhaṇa sammādiṭṭhi), 74 right-view of the Fruit (phala Q sammādiṭṭhi), 74 Queen Ubbarī, 116 right-view of the Path (magga R sammādiṭṭhi), 74 Rains Retreat (vassa), 56, 129 royal family (rājakula), 126 realm of neither perception nor S non-perception, Sabbāsava Sutta, 42 (nevasaññānāsaññāyatana), 23

Sāmaññaphala Sutta, 163 rebirth-consciousness (paṭisandhi Saṅgārava Sutta, 4 viññāṇa), 122 section on clear comprehension recluse (samaṇa), 199, 218 (sampajānapabbaṃ), 68 rehabilitation (mānatta), 76 section on postures rejection (paṭinissaggo), 152 (iriyāpathapabbaṃ), 68 re-linking consciousness self (atta), 148 (paṭisandhi viññāṇa), 123 self as the doer (kāraka atta), 107 relinquishing (cāgo), 152 self-mortification (attakilamathānu- restraint (saṃvara), 37, 41 yoga), 16, 17, 21, 30, 36-45, 50, 173 Right Action (Sammā Kammantā), self-view (attadiṭṭhi), 110, 111 57, 59 sensitive body base (kāya-pasāda Right Concentration (Sammā rūpa), 104 Samādhi), 57 sensual craving (kāma taṇhā), 182 Right Effort (Sammā Vāyama), 57, sensual indulgence 61 (sukhallikānuyogo), 35 Right Livelihood (Sammā Ājīva), separation from loved ones (piyehi 57, 60 vippayogo), 113 Right Mindfulness (Sammā Sati), shame (hirī), 134 57, 64, 66 ship-owner (nāvika), 126 Right Speech (Sammā Vācā), 57, 58 sign of destiny (gati-nimitta), 122, Right Thought (Sammā Saṅkappa), 140 57, 82 sign of kamma (kamma-nimitta), Right View (Sammā Diṭṭhi), 57, 73 122 right-view (sammā-diṭṭhi), 53, 193 six-senses (saḷāyatana), 153 right-view about ownership of something that should be given kamma (kammassakatā up (pahātabba dhamma), 185 sammādiṭṭhi), 74 sorrow (domanassa), 64, 86, 97, 112

soul (atta), 32 two codes (dve mātikā), 129 spontaneous rebirth (opapātika), 88 stainless (vītamalaṃ), 208 U Subcommentary (Ṭīkā), 11, 67, 84- ultimate realities (paramattha 86, 108, 157, 159, 182, 206, 208 dhammā), 207 suffering of change (vipariṇāma- unconcealed suffering (apaṭic- dukkha), 89, 90, 109 channa dukkha), 89 suffering of conditioned states unpleasant feeling (domanassa (saṅkhāra-dukkha), 89, 90, 110 vedanā), 95 suffering of pain (dukkha-dukkha), unwholesome deeds committed 89, 91, 109 (vitikkama akusala), 62 Sukhumāla Sutta, 4 V supernormal powers (abhiññā), Venerable Assaji, 159, 219-222, 224 117 Venerable Bhaddiya, 219-222, 224 suppression (vikkhambhana), 202 Venerable Mahānāma, 219, 221, supramundane (lokuttara), 71 222 sustained application (vicāra), 70 Venerable sir (bhante), 28 T Venerable Vappa, 219-224 taints (āsava), 42 Visuddhimagga, 51, 59, 67, 68, 71, temporary abandonment (tadaṅga 84, 159, 163, 208 pahāna), 197 Visuddhimagga Mahā Ṭīkā, 73 temporary cessation (tadaṅga Vitakkasaṇṭhāna Sutta, 12 nirodha), 197 vitality (jīvita), 94 thought of non-cruelty (avihiṃsā viviparous conception (jalābuja saṅkappa), 82 paṭisandhi), 88 thought of non-violence (abyāpāda volition (cetanā), 100 saṅkappa), 82 volitional actions (saṅkhārā), See thought of renunciation mental formations (saṅkhāra) (nekkhamma saṅkappa), 82 W tranquility meditation (samatha water element (āpo-dhātu), 177 kammaṭṭhāna), 72 wisdom (paññā)., 34, 57, 175 true realisation (pariññā paṭivedha), worldling (puthujjana), 32 169, 181, 196 Wrong Action (micchā-kammantā), truth of cessation (nirodha saccā), 59 87, 114, 151, 180, 189, 190 Wrong Livelihood (micchā-ājīva), truth of suffering (dukkha saccā), 60, 167 84, 87, 114, 151 Wrong Speech (micchā-vācā), 58- truth of the origin (samudaya- 60, 167 saccā), 87, 114, 137, 151 Wrong View (micchā-diṭṭhi), 75, truth of the path (magga saccā), 87, 208 114, 136, 151, 171, 191

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