Tu Oai Nghi - Tk Ho Phap - 1.1

Tứ Oai Nghi (Hộ Pháp)

Tu Oai Nghi - Tk Ho Phap - 1.1

Trang gốc

Trang web BuddhaSasana

VU Times font

THỰC HÀNH PHÁP HÀNH THIỀN TUỆ

(VIPASSANĀBHĀVANĀ)

ĐỐI TƯỢNG TỨ OAI NGHI

(IRIYĀPATHAPABBA)

Dhammarakkhita Bhikkhu

(Tỳ Khưu Hộ Pháp)

Lưu ý: Đọc với phông chữ VU Times (Viet-Pali Unicode)

Phần I

ĐỐI TƯỢNG TỨ OAI NGHI

Đ ối tượng tứ oai nghi là một trong 14 đối tượng của phần thân niệm xứ, mà thân niệm xứ là một trong tứ niệm xứ. Trong bài kinh Mahāsatipaṭṭhānasutta

[1] kinh Đại tứ niệm xứ, Đức Phật thuyết giảng về tứ niệm xứ có 4 phần chính như sau:

1- Phần thân niệm xứ có 14 đối tượng

1- Niệm hơi thở vô, hơi thở ra.

2- Niệm tứ oai nghi chính: đi, đứng, ngồi, nằm.

3- Niệm tất cả các oai nghi phụ như: đi tới trước, đi lui sau, quay phải, quay trái, co tay vào, co chân vào, duỗi tay ra, duỗi chân ra, ...

4- Niệm 32 thể trược trong thân: tóc, lông, móng, răng, da, ...

5- Niệm tứ đại: đất, nước, lửa, gió.

6- Niệm tưởng thân của mình như tử thi bỏ ở nghĩa địa, đã trải qua 1-2-3 ngày.

7- Niệm tưởng thân của mình như tử thi bỏ ở nghĩa địa, bị quạ, diều, chó rừng... cắn xé ăn thịt.

8- Niệm tưởng thân của mình, như tử thi bỏ ở nghĩa địa, chỉ còn là bộ xương dính thịt và máu, có gân ràng rịt.

9- Niệm tưởng thân của mình, như tử thi bỏ ở nghĩa địa, chỉ còn xương dính máu thịt rã rời...

10- Niệm tưởng thân của mình, như tử thi bỏ ở nghĩa địa, chỉ còn bộ xương khô, không có máu và thịt nữa.

11- Niệm tưởng thân của mình, như tử thi bỏ ở nghĩa địa, chỉ còn bộ xương rời rã, rải rác mọi nơi.

12- Niệm tưởng thân của mình, như tử thi bỏ ở nghĩa địa, chỉ còn bộ xương màu trắng.

13- Niệm tưởng thân của mình, như tử thi bỏ ở nghĩa địa, chỉ còn một đống xương.

14- Niệm tưởng thân của mình, như tử thi bỏ ở nghĩa địa, chỉ còn là bột xương trắng.

Đó là 14 đối tượng của phần thân niệm xứ thuộc về sắc pháp.

2- Phần thọ niệm xứ có 1 đối tượng, chia 9 loại thọ

1- Thọ khổ.

2- Thọ lạc.

3- Thọ không khổ, không lạc (thọ xả).

4- Thọ khổ hợp với ngũ dục

[2] .

5- Thọ lạc hợp với ngũ dục.

6- Thọ không khổ không lạc hợp với ngũ dục.

7- Thọ khổ không hợp với ngũ dục.

8- Thọ lạc không hợp với ngũ dục.

9- Thọ không khổ không lạc không hợp với ngũ dục.

Đó là 1 đối tượng của phần thọ niệm xứ, thuộc về danh pháp.

3- Phần tâm niệm xứ có 1 đối tượng, chia 16 loại tâm

1- Tâm tham.

2- Tâm không tham.

3- Tâm sân.

4- Tâm không sân.

5- Tâm si.

6- Tâm không si.

7- Tâm buồn ngủ.

8- Tâm phóng tâm.

9- Đại hành tâm (sắc giới thiền tâm, vô sắc giới thiền tâm).

10- Tâm không phải đại hành tâm (dục giới tâm).

11- Tâm bậc thấp (dục giới tâm).

12- Tâm bậc cao (sắc giới tâm, vô sắc giới tâm).

13- Tâm định (tâm cận định, tâm an định).

14- Tâm không định.

15- Tâm thoát khỏi phiền não từng thời (dục giới tâm thiện).

16- Tâm không thoát khỏi phiền não.

Đó là 1 đối tượng của phần tâm niệm xứ, thuộc về danh pháp.

4- Phần pháp niệm xứ có 5 đối tượng

1- Năm pháp chướng ngại: tham dục, sân hận, buồn chán-buồn ngủ, phóng tâm-hối hận, hoài nghi. Năm pháp chướng ngại thuộc về danh pháp.

2- Ngũ uẩn chấp thủ: sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, và thức uẩn chấp thủ. Ngũ uẩn thuộc về sắc pháp, danh pháp.

3- 12 xứ:

- 6 xứ bên ngoài: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp.

- 6 xứ bên trong: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý.

12 xứ thuộc về sắc pháp, danh pháp .

4- Thất giác chi: niệm giác chi, trạch pháp giác chi, tinh tấn giác chi, hỉ giác chi, tịnh giác chi, định giác chi, xả giác chi . Thất giác chi thuộc về danh pháp.

5- Tứ đế:

- Khổ thánh đế: Đó là danh pháp, sắc pháp trong tam giới.

- Tập thánh đế: Đó là tham ái, nhân sanh Khổ thánh đế.

- Diệt thánh đế: Đó là Niết Bàn, pháp diệt Khổ thánh đế.

- Đạo thánh đế: Đó là Bát chánh đạo, là pháp hành dẫn đến sự chứng ngộ Niết Bàn.

Tứ thánh đế thuộc về danh pháp, sắc pháp, chia làm 2 loại:

- Khổ thánh đế và Tập thánh đế thuộc danh pháp, sắc pháp trong tam giới.

- Diệt thánh đế và Đạo thánh đế thuộc danh pháp trong siêu tam giới.

Trên đây là 5 đối tượng của phần pháp niệm xứ, thuộc về danh pháp và sắc pháp .

Trong Tứ niệm xứ gồm có 21 đối tượng của pháp hành tứ niệm xứ và cũng là đối tượng của pháp hành thiền tuệ. Trong 21 đối tượng này, đối tượng nào cũng có khả năng dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc Nhập Lưu Thánh Đạo, Nhập Lưu Thánh Quả; Nhất Lai Thánh Đạo, Nhất Lai Thánh Quả; Bất Lai Thánh Đạo, Bất Lai Thánh Quả; A-ra-hán Thánh Đạo, A-ra-hán Thánh Quả tùy theo 5 pháp chủ

[3] và trí tuệ ba la mật của hành giả.

Như vậy, đối tượng tứ oai nghi là một trong 14 đối tượng của phần thân niệm xứ.

ĐỐI TƯỢNG TỨ OAI NGHI

Trong quyển sách nhỏ này, chỉ đề cập đến đối tượng tứ oai nghi là chính, còn các đối tượng khác là phụ.

Đối tượng tứ oai nghi, Đức Phật thuyết giảng đầy đủ như sau:

"Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu.

"Gacchanto vā gacchāmī'ti pajānāti,

"Ṭhito vā ṭhito'mhī'ti pajāønāti,

"Nisinno vā nisinno'mhī'ti pajānāti,

"Sayāno vā sayāno'mhī'ti pajānāti,

"Yathā yathā vā pana'ssa kāyo paṇihito hoti.

"Tathā tathā naṃ pajānāti...".

"Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati.

Bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.

Ajjhattabahiddhāvā kāye kāyānupassī viharati.

Samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati.

Vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati.

Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati.

"Atthi kāyo"ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti.

Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya.

Anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati.

Evampi kho bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati".

[4]

(Iriyāpathapabbaṃ niṭṭhitaṃ).

Dịch nghĩa:

Sau khi thuyết giảng xong đối tượng "niệm hơi thở vô -- hơi thở ra", Đức Thế Tôn dạy chư Tỳ khưu rằng:

"Này chư Tỳ khưu, (hay hành giả), một đối tượng khác, Tỳ khưu:

- Khi đang đi, có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ rằng: "thân đi" hoặc "sắc đi".

- Khi đang đứng, có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ rằng: "thân đứng" hoặc "sắc đứng".

- Khi đang ngồi, có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ rằng: "thân ngồi" hoặc "sắc ngồi".

- Khi đang nằm, có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ rằng: "thân nằm" hoặc "sắc nằm".

- Hoặc toàn thân của hành giả đang ở trong tư thế (dáng) như thế nào, hành giả nên có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ toàn thân đang ở trong tư thế (dáng) như thế ấy..." .

- Như vậy, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ toàn thân trong thân của mình.

- Hoặc, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ toàn thân trong thân của người khác.

- Hoặc, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ khi thì toàn thân trong thân của mình; khi thì toàn thân trong thân của người khác.

- Hoặc, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ trạng thái sanh do nhân duyên nào sanh trong thân.

- Hoặc, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ trạng thái diệt do nhân duyên ấy diệt trong thân.

- Hoặc, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ trạng thái sanh do nhân duyên nào sanh, thì trạng thái diệt do nhân duyên ấy diệt trong thân.

Chánh niệm của hành giả trực nhận rằng: "chỉ là thân mà thôi", đối tượng hiện tại chỉ để phát triển chánh niệm, chỉ để phát triển trí tuệ tỉnh giác mà thôi. Hành giả không có tham ái và tà kiến nương nhờ (nơi đối tượng và chủ thể), không có chấp thủ nào (ta và của ta) trong ngũ uẩn này.

Này chư Tỳ khưu (hay hành giả), như vậy gọi là Tỳ khưu có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi trực nhận, trực giác thấy rõ biết rõ toàn thân trong thân.

(Xong đối tượng 4 oai nghi).

Đoạn kinh này có những động từ:

* Gacchāmi : Theo nghĩa thường là "tôi đi", nhưng theo Chân nghĩa pháp là: "thân đi" hoặc "sắc đi".

* Ṭhito’mhi: Theo nghĩa thường là: "tôi đứng", nhưng theo Chân nghĩa pháp là: "thân đứng" hoặc "sắc đứng".

* Nisinno’mhi: Theo nghĩa thường là: "tôi ngồi", nhưng theo Chân nghĩa pháp là: "thân ngồi" hoặc "sắc ngồi".

* Sayāno'mhi : Theo nghĩa thường là: "tôi nằm", nhưng theo Chân nghĩa pháp là: "thân nằm" hoặc "sắc nằm".

Phần Chú giải Iriyapathapabba:

"Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati.

Bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.

Ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati...".

Phần Chú giải

[5] (Aṭṭhakathā) của đối tượng 4 oai nghi giải thích rằng:

Iti ajjhattaṃ vā' ti evaṃ attano vā catu iriyāpathapariggaṇhanena kāye kāyānupassī viharati.

Bahiddhā vā' ti parassa catu iriyāpathapariggaṇhanena...

Ajjhattabahiddhā vā' ti kālena attano, kālena parassa catu iriyāpathapariggaṇhanena kāye kāyānupassī viharati.

Samudayadhammānupassī vā' ti ādīsu pana "avijjāsamudayā rūpasamudayo"ti adinā nayena pañcahākārehi rūpakkhandhassa samudayo ca vayo ca nīharitabbo.

Tañhi sandhāya idha "samudayadhammā-nupassī vā 'ti ādi vuttaṃ.

Atthi kāyo' ti vā parassā ti ādi vuttasadisameva.

Dịch nghĩa:

* Iti ajjhattaṃ vā: hoặc Tỳ khưu (hành giả), có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi trực nhận, trực giác thấy rõ biết rõ thân trong thân -- 4 oai nghi bên trong của mình như vậy.

* Bahiddhā vā: hoặc Tỳ khưu (hành giả), có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi trực nhận, trực giác thấy rõ biết rõ thân trong thân -- 4 oai nghi bên ngoài của người khác như vậy.

* Ajjhattabahiddhā vā: hoặc Tỳ khưu (hành giả), có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi trực nhận, trực giác thấy rõ biết rõ thân trong thân -- 4 oai nghi, khi thì bên trong của mình; khi thì bên ngoài của người khác như vậy.

* Samudayadhammānupassī vā: hoặc chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi thấy rõ biết rõ trạng thái sanh do bởi 5 nhân duyên sanh của sắc pháp: vô minh, tham ái, nghiệp, vật thực, trạng thái sanh của sắc pháp như vậy.

* Vayadhammānupassī vā: hoặc chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi thấy rõ biết rõ trạng thái diệt do bởi 5 nhân duyên diệt của sắc pháp: vô minh, tham ái, nghiệp, vật thực, trạng thái diệt của sắc pháp như vậy.

* Samudayavayadhammānupassī vā: hoặc chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi thấy rõ biết rõ khi thì trạng thái sanh do bởi 5 nhân duyên sanh của sắc pháp; khi thì trạng

thái diệt do bởi 5 nhân duyên diệt của sắc pháp, như vậy.

* Atthi kāyo: chỉ là thân mà thôi. Thân trong đối tượng này là 4 oai nghi: đi, đứng, ngồi, nằm thuộc về sắc pháp là pháp vô ngã: không phải chúng sinh (na satto), không phải người (na puggalo), không phải đàn bà (na itthī), không phải đàn ông (na puriso), không phải ngã (na attā), không phải thuộc về ngã (ta) (na attaniyaṃ), không phải ta (nā'haṃ), không phải của ta (na mama), không phải ai (na koci), không phải của ai, v.v...

Chánh niệm trực nhận dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm... cốt để cho chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác được phát triển, tăng trưởng (sati sampajaññānaṃ vuṇṇhatthāya).

* Anisito ca viharati: hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác hoàn toàn trong sạch thanh tịnh, không có tà kiến và tham ái nương nhờ trong dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm...

* Na ca kiñci loke upādīyati: tâm không còn chấp thủ do bởi tà kiến, tham ái cho rằng: "ta, của ta" nào trong ngũ uẩn này nữa. (Đó là tâm của bậc Thánh A-ra-hán).

Như vậy, đối tượng tứ oai nghi trong phần niệm thân này có khả năng dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc từ Nhập Lưu Thánh Đạo -- Nhập Lưu Thánh Quả; Nhất Lai Thánh Đạo -- Nhất Lai Thánh Quả; Bất Lai Thánh Đạo -- Bất Lai Thánh Quả; đến A-ra-hán Thánh Đạo -- A-ra-hán Thánh Quả trở thành bậc Thánh A-ra-hán cao thượng.

Ý Nghĩa Danh Từ Kāya Trong Các Pháp:

- Kāya-dvāra: Thân môn, cửa để thân lộ trình tâm phát sanh.

- Kāya-ppasāda: Thân tịnh sắc, nơi tiếp xúc đối tượng xúc trần để phát sanh thân thức tâm.

- Kāya-viññatti: Sự cử động của thân.

- Kāya-saṅkhāra: 1) Tác ý tạo tác nghiệp (thiện nghiệp hoặc bất thiện nghiệp) nơi thân môn. 2) Hơi thở vô -- hơi thở ra.

- Kāya-duccarita: Thân hành ác, như sát sanh, trộm cắp, tà dâm.

- Kāya-sucarita: Thân hành thiện, như không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm.

- Kāyaviññāṇacitta: Thân thức tâm, là tâm phát sanh do nương nhờ thân tịnh sắc, có phận sự xúc giác với xúc trần.

- Kāya-ppassaddhi: Tịnh toàn tâm sở, có trạng thái tổng hợp toàn tâm sở vắng lặng trong thiện pháp.

- Kāya-lahutā: Nhẹ nhàng toàn tâm sở, có trạng thái tổng hợp toàn tâm sở nhẹ nhàng trong thiện pháp.

- Kāya-mudutā: Nhu nhuyến toàn tâm sở, có trạng thái tổng hợp toàn tâm sở nhu nhuyến trong thiện pháp.

- Kāya-kammaññatā: Uyển chuyển toàn tâm sở, có trạng thái tổng hợp toàn tâm sở uyển chuyển trong thiện pháp.

- Kāya-pāguññatā: Thành thạo toàn tâm sở, có trạng thái tổng hợp toàn tâm sở thành thạo trong thiện pháp.

- Kāyujukatā: Chánh trực toàn tâm sở, có trạng thái tổng hợp toàn tâm sở chánh trực trong thiện pháp.

- Rūpa-kāya: Sự tổng hợp toàn sắc pháp.

- Nāma-kāya: Sự tổng hợp danh pháp (tâm + tâm sở).

- Ni-kāya: Sự tổng hợp vào thành bộ, như: Dīghanikāya: Tổng hợp 34 bài kinh dài; Majjhimanikāya: Tổng hợp 152 bài kinh trung, ...

- Karaja-kāya: Thân sanh nhờ tứ đại, thân tứ đại.

- Sakkāyadiṭṭhi: Ngũ uẩn tà kiến, tà kiến nương nhờ nơi tổng hợp ngũ uẩn: sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn (kāya có nghĩa tổng hợp ngũ uẩn).

- Dhamma-kāya: Tổng hợp tất cả các pháp mà Đức Phật đã thuyết giảng, đó là Tam tạng pháp bảo được thuyết từ kim ngôn của Đức Phật bằng ngôn ngữ Pāḷi . V.v...

Ý Nghĩa Danh Từ Kāya Trong Kinh Đại Tứ Niệm xứ:

Danh từ kāya trong kinh Đại niệm xứ, phần niệm thân, kāya : nghĩa là tổng hợp các thành phần ô trược như tóc, lông, móng, răng, da, v.v... được sắp đặt theo định luật chung tự nhiên hầu như giống nhau theo từng mỗi loại chúng sinh, gọi là kāya .

Định nghĩa: Kucchitānaṃ āyo’ti kāyo.

[6] Thân là nơi nơi tổng hợp các thành phần ô trược theo định luật tự nhiên của mỗi loại chúng sinh.

- Kāya : thân trong phần niệm thân, theo chân nghĩa pháp (paramatthadhamma) thuộc về sắc pháp (rūpadhammma), tổng hợp gồm có 28 sắc pháp, có tâm nương nhờ, tâm làm chủ điều khiển mọi sinh hoạt của thân như thở vô -- thở ra, đi, đứng, ngồi, nằm...

Thân của một người bình thường gồm có 27 sắc pháp.

- Nếu là người đàn ông, thì trừ sắc nữ tính.

- Nếu là người đàn bà, thì trừ sắc nam tính.

Nếu tường hợp người nào bị mắt mù, tai điếc,..., thì người ấy có số sắc pháp trong thân thể bị giảm theo bệnh tật khiếm khuyết ấy.

Trong kinh Đại niệm xứ, phần niệm thân, Đức Phật dạy:

Idha bhikkhave bhikkhu, kāye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhā domanassaṃ...".

[7]

Này chư Tỳ khưu, Tỳ khưu hoặc hành giả trong Phật giáo này, là người có tâm tinh tấn không ngừng, có chánh niệm trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ thân trong thân ; để diệt tâm tham, hài lòng và tâm sân, không hài lòng trong ngũ uẩn chấp thủ này...

Trong đoạn kinh này có 2 danh từ kāye và kāyānupassī đi liền với nhau, theo Chú giải dạy rằng:

- Kāyānupassī: Trí tuệ thiền tuệ thường theo dõi thấy rõ biết rõ toàn thân, trí tuệ thiền tuệ đang thấy rõ biết rõ toàn thân.

- Kāye: nhắc lại một lần nữa trong câu "kāye kāyānupassī" danh từ kāya lần thứ nhì, nên hiểu rằng, để giải thích phân biệt rõ từng mỗi đối tượng riêng biệt, không nên lẫn lộn với đối tượng khác.

Như "kāye kāyānupassī" trí tuệ thiền tuệ thường theo dõi thấy rõ biết rõ toàn thân trong thân; không phải trí tuệ thiền tuệ thấy rõ biết rõ thọ "vedanānupassī" trong thân hoặc trí tuệ thiền tuệ thấy rõ biết rõ tâm, pháp "cittadhammānupassī" trong thân.

Thật ra, trí tuệ thiền tuệ chỉ thấy rõ biết rõ toàn thân trong thân mà thôi, trí tuệ thiền tuệ không nên thấy rõ biết rõ thọ, tâm, pháp trong thân.

Danh từ kāyānupassanāsatipaṭṭhāna: chánh niệm vững vàng, trí tuệ thiền tuệ thường theo dõi toàn thân (sắc uẩn), nghĩa là thân là đối tượng của chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi luôn luôn, thấy rõ biết rõ toàn thân thuộc sắc pháp.

Ý nghĩa danh từ kāya theo từng đối tượng:

Kāya trong phần thân có 14 đối tượng, đối tượng nào, danh từ kāya theo nghĩa của đối tượng ấy.

Ví dụ:

* Kāya trong đối tượng hơi thở vô -- hơi thở ra:

- Danh từ kāya bên trong có nghĩa: "attano vā assāsapassasa kāye kāyānupassī viharati": hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ thiền tuệ theo dõi thấy rõ biết rõ thân trong thân -- hơi thở vô-hơi thở ra bên trong của mình.

- Danh từ kāya bên ngoài có nghĩa: "parassa vā assāsapassasa kāye kāyānupassī viharati": hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ thiền tuệ theo dõi thấy rõ biết rõ thân trong thân -- hơi thở vô-hơi thở ra bên ngoài của người khác

[8] ...

* Kāya trong đối tượng 4 oai nghi đi, đứng, ngồi, nằm:

- Danh từ kāya bên trong có nghĩa: "attano vā catu iriyāpathapariggaṇhanena kāye kāyānupassī viharati": hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ thiền tuệ theo dõi thấy rõ biết rõ thân trong thân -- 4 oai nghi bên trong của mình.

- Danh từ kāya bên ngoài có nghĩa: "parassa vā catu iriyāpathapariggahaṇhanena kāye kāyānupassī viharati": hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ thiền tuệ theo dõi thấy rõ biết rõ thân trong thân -- 4 oai nghi bên ngoài của người khác

[9] . V.v...

Kāya trong 14 đối tượng của phần niệm thân đều có nghĩa: atthi kāyo: thân chỉ là thân mà thôi, là sắc uẩn thuộc về sắc pháp là pháp vô ngã: không phải chúng sinh

[10] (na satto), không phải người (na puggalo), không phải đàn ông (na puriso), không phải đàn bà (na itthī), không phải ngã (na attā), không phải thuộc về ta (na attaniyaṃ), không phải ta (nā'haṃ), không phải của ta (na mama), không phải ai cả (na koci), không phải của ai cả, v.v...

Kāyānupassanā: trí tuệ thiền tuệ theo dõi thấy rõ biết rõ toàn thân thuộc sắc pháp; thấy rõ biết rõ sự sanh, sự diệt của sắc pháp ấy, thấy rõ biết rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của sắc pháp ấy, dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo -- 4 Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt mọi tham ái, mọi phiền não, mọi ác pháp không còn dư sót.

Giải thích 4 oai nghi:

Đối với những chúng sinh có ngũ uẩn, thường có 4 oai nghi: oai nghi đi, oai nghi đứng, oai nghi ngồi, oai nghi nằm, trong đó có một oai nghi nào đó được hiện rõ nhiều nhất.

Bốn oai nghi là tư thế, hình dáng bình thường tự nhiên của con người bình thường, không bệnh tật. Con người có thể đi, đứng, ngồi, nằm; thậm chí ngay đến các loài súc sanh cũng có thể đi, đứng, ngồi, nằm...

Đối với những hạng phàm nhân (không phải bậc Thánh nhân) mỗi khi đi hoặc đứng hoặc ngồi hoặc nằm, họ còn có tà kiến chấp thủ ta, người, chúng sinh,... cho là: ta đi, ta đứng, ta ngồi, ta nằm...; người đi, người đứng, người ngồi, người nằm..., chúng sinh đi, chúng sinh đứng, chúng sinh ngồi, chúng sinh nằm, v.v...

Đối với hành giả tiến hành thiền tuệ:

- Mỗi khi đi, có chánh niệm (niệm thân) trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ mỗi tư thế đi, mỗi dáng đi gọi là sắc đi thuộc sắc pháp phát sanh từ tâm, là pháp vô ngã, không phải ta đi hoặc người đi hoặc chúng sinh nào đi, mà sự thật chỉ có tư thế đi, dáng đi gọi là sắc đi mà thôi.

- Cũng như vậy, mỗi khi đứng, có chánh niệm (niệm thân) trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ mỗi tư thế đứng, mỗi dáng đứng gọi là sắc đứng thuộc sắc pháp phát sanh từ tâm, là pháp vo â ngã, không phải ta đứng hoặc người đứng hoặc chúng sinh nào đứng, mà sự thật chỉ có tư thế đứng, dáng đứng gọi là sắc đứng mà thôi.

- Mỗi khi ngồi, có chánh niệm (niệm thân) trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ mỗi tư thế ngồi, mỗi dáng ngồi gọi là sắc ngồi thuộc sắc pháp phát sanh từ tâm, là pháp vô ngã, không phải ta ngồi hoặc người ngồi hoặc chúng sinh nào ngồi, mà sự thật chỉ có tư thế ngồi, dáng ngồi gọi là sắc ngồi mà thôi.

- Mỗi khi nằm, có chánh niệm (niệm thân) trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ mỗi tư thế nằm, mỗi dáng nằm gọi là sắc nằm thuộc sắc pháp phát sanh từ tâm, là pháp vô ngã, không phải ta nằm hoặc người nằm hoặc chúng sinh nào nằm, mà sự thật chỉ có tư thế nằm, dáng nằm gọi là sắc nằm mà thôi.

Đối Tượng Tứ Oai Nghi:

Tứ oai nghi: oai nghi đi, oai nghi đứng, oai nghi ngồi, oai nghi nằm là những oai nghi bình thường tự nhiên của mỗi chúng sinh, Đức Phật dạy 4 oai nghi làm đối tượng trong phần niệm thân, bởi vì, đối tượng 4 oai nghi này là sắc pháp phát sanh từ tâm, có thể làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

Tứ oai nghi làm nơi nương nhờ của tà kiến Có số người không được gần gũi, thân cận với bậc Thiện trí trong Phật giáo, không được học hỏi, nghiên cứu về Chân nghĩa pháp, không hiểu biết về danh pháp, sắc pháp, là pháp vô ngã; cho nên số người ấy, mỗi khi đi, đứng, ngồi, nằm không diệt được chấp thủ về chúng sinh (sattūpaladdhiṃ na pajahati) và cũng không từ bỏ sự tưởng lầm cho là ta (attasaññā na ugghāṭeti: ngã tưởng); vì vậy, đối tượng đi, đứng, ngồi, nằm làm nơi nương nhờ cho tà kiến phát sanh thấy sai, chấp lầm rằng:

- Khi thân đi hoặc sắc đi, thì tà kiến thấy sai, chấp lầm từ sắc đi cho là "ta đi".

- Khi thân đứng hoặc sắc đứng, thì tà kiến thấy sai, chấp lầm từ sắc đứng cho là "ta đứng".

- Khi thân ngồi hoặc sắc ngồi, thì tà kiến thấy sai, chấp lầm từ sắc ngồi cho là "ta ngồi".

- Khi thân nằm hoặc sắc nằm, thì tà kiến thấy sai, chấp lầm từ sắc nằm cho là "ta nằm", ...

Khi có sắc đi , thì tà kiến nương nhờ ở sắc đi để thấy sai, chấp lầm rằng: "ta đi". Thật ra, "ta đi" không có, mà chỉ có "sắc đi". Nhưng do tâm tà kiến thấy sai chấp lầm từ "sắc đi" cho là "ta đi". Khi tâm có tà kiến phát sanh, thì chắc chắn ắt phải có tâm sở si (vô minh) đồng sanh làm che án, bao trùm phủ kín thực tánh của danh pháp, sắc pháp ấy.

Đúng theo thực tánh của danh pháp sắc pháp là pháp vô ngã, không có ngã. Vậy, ngã không có thật, thì chắc chắn không thể diệt ngã được. Sở dĩ có sự chấp ngã là do tà kiến thấy sai, chấp lầm từ danh pháp chấp là ngã (ta) và từ sắc pháp chấp là ngã (ta). Tâm tà kiến có thật, nên hành giả tiến hành thiền tuệ có thể diệt được tâm tà kiến ấy. Khi tâm tà kiến bị diệt bằng chánh kiến thấy đúng, biết đúng theo thực tánh của danh pháp sắc pháp là pháp vô ngã, thì sự chấp ngã không còn nữa.

Tứ oai nghi làm nơi nương nhờ của chánh kiến: Có số người thường gần gũi, thân cận với bậc Thiện trí trong Phật giáo, được học hỏi, nghiên cứu về Chân nghĩa pháp, hiểu

biết rõ về danh pháp, sắc pháp, là pháp vô ngã. Họ có đức tin trong sạch nơi Tam bảo, có giới hạnh thanh tịnh, tiến hành thiền tuệ dùng 4 oai nghi làm đối tượng; cho nên mỗi khi đi, đứng, ngồi, nằm diệt được sự chấp thủ về chúng sinh (sattūpaladdhiṃ pajahati) và từ bỏ được sự tưởng lầm cho là ta (attasaññā ugghāṭeti: ngã tưởng); vì vậy, đối tượng đi, đứng, ngồi, nằm làm nơi nương nhờ cho chánh kiến phát sanh thấy đúng, biết đúng rằng:

- Khi thân đi hoặc sắc đi, thì chánh kiến thấy đúng, biết đúng từ oai nghi đi, dáng đi gọi là "sắc đi".

- Khi thân đứng hoặc sắc đứng, thì chánh kiến thấy đúng, biết đúng từ oai nghi đứng, dáng đứng gọi là "sắc đứng".

- Khi thân ngồi hoặc sắc ngồi, thì chánh kiến thấy đúng, biết đúng từ oai nghi ngồi, dáng ngồi gọi là "sắc ngồi".

- Khi thân nằm hoặc sắc nằm, thì chánh kiến thấy đúng, biết đúng từ oai nghi nằm, dáng nằm gọi là "sắc nằm" ...

Chánh kiến chính là trí tuệ. Tâm hợp với trí tuệ thiền tuệ là tâm sáng suốt thấy rõ, biết rõ đúng theo sự thật thực tánh của danh pháp, sắc pháp. Cho nên, t iến hành Tứ niệm xứ hay tiến hành thiền tuệ là cốt để trở lại thấy đúng, biết đúng theo thực tánh của danh pháp, sắc pháp là pháp vô ngã, không phải ta, k hông phải người, không phải đàn ông, không phải đàn bà, không phải chúng sinh nào, không phải vật này, vật kia... mà sự thật theo Chân nghĩa pháp là:

- Danh pháp nào là danh pháp ấy.

- Sắc pháp nào là sắc pháp ấy .

Tứ oai nghi làm đối tượng thiền tuệ như thế nào? Đức Phật dạy trong kinh Đại Tứ niệm xứ, đối tượng "tứ oai nghi" là 1 trong 14 đối tượng trong phần niệm thân. 4 oai nghi: đi, đứng, ngồi, nằm là sắc pháp phát sanh từ tâm , gọi là cittajarūpa cũng thuộc về Chân nghĩa pháp (Paramatthadhamma).

Thật vậy, trong Chú giải kinh Đại Tứ niệm xứ, về phần niệm thân, dạy rằng:

"Paramatthato hi dhātūnaṃ yeva gamanaṃ, dhātūnaṃ ṭhānaṃ, dhātūnaṃ nisajjaṃ, dhātūnaṃ sayanaṃ".

[11]

Thật vậy, xét về chân nghĩa pháp, thì "oai nghi đi" chỉ là của tứ đại, "oai nghi đứng" chỉ là của tứ đại, "oai nghi ngồi" chỉ là của tứ đại, "oai nghi nằm" chỉ là của tứ đại mà thôi.

Như vậy, tứ oai nghi đi, đứng, ngồi, nằm là sắc pháp phát sanh từ tâm, thuộc về sắc tứ đại , nên không thuộc về của người nào, của chúng sinh nào cả.

Sắc tứ đại, có 4 sắc pháp là:

- Sắc địa đại, chất đất.

- Sắc thủy đại, chất nước.

- Sắc hỏa đại, chất lửa.

- Sắc phong đại, chất gió.

Sắc tứ đại này, là 4 sắc pháp căn bản chính, làm nền tảng cho 24 sắc pháp phụ thuộc phát sanh.

Đối tượng 4 oai nghi: đi, đứng, ngồi, nằm là sắc pháp toàn thân, không phải một phần nào của thân, mà trong thân của mỗi người bình thường có đầy đủ 27 sắc pháp, gồm sắc tứ đại và 23 sắc pháp phụ thuộc.

Do đó, gọi là: sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm thuộc sắc pháp phát sanh từ tâm là đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

Tâm có thể phát sanh 4 oai nghi gọi là: sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm, và các oai nghi phụ gọi là sắc bước tới, sắc bước lui , v.v... gồm có 32 tâm, đó là: 8 tâm tham + 2 tâm sân + 2 tâm si + 8 dục giới đại thiện tâm + 8 dục giới đại duy tác tâm + 1 tiếu sanh tâm + 1 ý môn hướng tâm + và đặc biệt có 2 thần thông tâm.

Ví dụ:

- Đi, đứng, ngồi, nằm sanh từ tâm tham, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu khoan thai, nhẹ nhàng đáng yêu...

- Đi, đứng, ngồi, nằm sanh từ tâm sân, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu nóng nảy, mạnh bạo...

- Đi, đứng, ngồi, nằm sanh từ tâm si, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu ngẩn ngơ, thẫn thờ, phóng tâm...

- Đi, đứng, ngồi, nằm sanh từ dục giới đại thiện tâm không hợp trí tuệ, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu, tư thế tự nhiên, có trí nhớ, nhưng không có trí tuệ biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp.

- Đi, đứng, ngồi, nằm sanh từ dục giới đại thiện tâm hợp với trí tuệ, đối với hành giả tiến hành thiền tuệ thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu, tư thế tự nhiên, có trí nhớ, có trí tuệ có thể biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp.

- Đi, đứng, ngồi, nằm sanh từ 8 dục giới đại duy tác tâm, tâm của bậc Thánh A-ra-hán, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu, tư thế tự nhiên, luôn luôn có trí nhớ, khi hợp trí tuệ, khi không hợp trí tuệ, tùy theo đối tượng v.v...

-ooOoo-

Phần Lý Thuyết Pháp Học Tứ Oai Nghi

Hành giả muốn tiến hành thiền tuệ, dùng tứ oai nghi làm đối tượng, trước tiên, hành giả cần phải học hỏi, nghiên cứu tìm hiểu sâu sắc bằng trí tuệ hiểu biết đúng đắn về 4 oai nghi: đi, đứng, ngồi, nằm là sắc pháp phát sanh từ tâm.

Hành giả có trí tuệ sáng suốt, có chánh kiến thấy đúng hiểu đúng rằng:

- Oai nghi đi, đó là "thân đi" hoặc "sắc đi".

- Oai nghi đứng, đó là "thân đứng" hoặc "sắc đứng".

- Oai nghi ngồi, đó là "thân ngồi" hoặc "sắc ngồi".

- Oai nghi nằm, đó là "thân nằm" hoặc "sắc nằm".

Đó là sự hiểu biết theo chánh kiến thiền tuệ .

1- Thế nào gọi là sắc đi?

Sắc đi , chính là dáng đi, tư thế đi, toàn thân di chuyển bước đi từng bước, một cách tự nhiên.

Cho nên, sắc đi trong trạng thái động.

Sắc đi thuộc về sắc pháp, làm đối tượng của thiền tuệ, đó là: dáng đi, tư thế đi. Có vô số dáng đi, tư thế đi đều gọi là sắc đi, nên có vô số sắc đi.

2- Thế nào gọi là sắc đứng?

Sắc đứng , chính là dáng đứng, tư thế đứng, toàn thân đứng yên

[12] không cử động, một cách tự nhiên .

Cho nên, sắc đứng trong trạng thái tĩnh (hiện tại ngắn ngủi).

Sắc đứng, thuộc về sắc pháp, làm đối tượng của thiền tuệ, đó là: dáng đứng, tư thế đứng. Có vô số dáng đứng, tư thế đứng đều gọi là sắc đứng, nên có vô số sắc đứng.

3- Thế nào gọi là sắc ngồi?

Sắc ngồi , chính là dáng ngồi, tư thế ngồi, toàn thân ngồi yên không cử động, một cách tự nhiên; thân phần trên ngồi yên, thân phần dưới co theo dáng ngồi, theo tư thế ngồi; như ngồi xếp bằng, ngồi bán già, ngồi kiết già, ngồi trên ghế dựa, ngồi trên ghế salon,...

Cho nên, sắc ngồi trong trạng thái tĩnh (hiện tại ngắn ngủi).

Sắc ngồi , thuộc về sắc pháp, làm đối tượng của thiền tuệ, đó là: dáng ngồi, tư thế ngồi. Có vô số dáng ngồi, tư thế ngồi đều gọi là sắc ngồi, nên có vô số sắc ngồi.

4- Thế nào gọi là sắc nằm?

Sắc nằm , chính là dáng nằm, tư thế nằm, toàn thân nằm yên không cử động, một cách tự nhiên, như nằm nghiêng, nằm ngửa,...

Cho nên, sắc nằm trong trạng thái tĩnh (hiện tại ngắn ngủi) .

Sắc nằm, thuộc về sắc pháp, làm đối tượng của thiền tuệ, đó là: dáng nằm, tư thế nằm. Có nhiều dáng nằm, tư thế nằm đều gọi là sắc nằm, nên có vô số sắc nằm.

Do đó, hành giả có chánh kiến thấy đúng hiểu đúng rằng:

- Khi đi, không phải ta đi, cũng không phải ai đi, mà sự thật chỉ là "thân đi" hoặc "sắc đi". Đó là dáng đi, tư thế đi.

- Khi đứng, không phải ta đứng, cũng không phải ai đứng, mà sự thật chỉ là "thân đứng" hoặc "sắc đứng". Đó là dáng đứng, tư thế đứng.

- Khi ngồi, không phải ta ngồi, cũng không phải ai ngồi, mà sự thật chỉ là "thân ngồi" hoặc "sắc ngồi". Đó là dáng ngồi, tư thế ngồi.

- Khi nằm, không phải ta nằm, cũng không phải ai nằm, mà sự thật chỉ là "thân nằm" hoặc "sắc nằm". Đó là dáng nằm, tư thế nằm.

Nhân duyên phát sanh:

- Danh pháp, sắc pháp phát sanh đều do nhân duyên, nên danh pháp sắc pháp là pháp vô ngã.

- Danh pháp nào phát sanh, do nhân duyên của danh pháp ấy.

- Sắc pháp nào phát sanh, do nhân duyên của sắc pháp ấy.

4 oai nghi: đi, đứng, ngồi, nằm thuộc về sắc pháp phát sanh từ tâm gọi là sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm phát sanh đều do nhân duyên của chúng.

Theo bộ Chú giải

[13] của bài kinh Mahāsati-paṭṭhānasutta (kinh Đại Tứ niệm xứ) dạy rằng:

- Không có chúng sinh nào đi, đứng, ngồi, nằm....

- Oai nghi đi, đứng, ngồi, nằm... không phải của chúng sinh nào, không phải của người nào.

- Sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm phát sanh đều do nhân duyên của chúng.

1- Nhân duyên nào phát sanh sắc đi?

Sắc đi phát sanh từ tâm, qua quá trình diễn biến liên tục do nhiều nhân duyên như sau:

- Tâm nghĩ "đi".

- Do tâm nghĩ đi làm cho phát sanh chất gió.

- Chất gió phát sanh do tâm ấy làm cho toàn thân cử động.

- Toàn thân di chuyển bước đi từng bước do năng lực của chất gió phát sanh từ tâm ấy.

Do đó, gọi là "thân đi" hoặc "sắc đi" là sắc pháp phát sanh do tâm (cittajarūpa) .

2- Nhân duyên nào phát sanh sắc đứng?

Sắc đứng phát sanh từ tâm, qua quá trình diễn biến liên tục do nhiều nhân duyên như sau:

- Tâm nghĩ "đứng".

- Do tâm nghĩ đứng làm cho phát sanh chất gió.

- Chất gió phát sanh do tâm ấy làm cho toàn thân cử động.

- Toàn thân từ chân đến đầu đứng yên theo mỗi dáng đứng, tư thế đứng, do năng lực của chất gió phát sanh từ tâm ấy.

Do đó, gọi là "thân đứng" hoặc "sắc đứng", là sắc pháp phát sanh từ tâm.

3- Nhân duyên nào phát sanh sắc ngồi?

Sắc ngồi phát sanh từ tâm, qua quá trình diễn biến liên tục do nhiều nhân duyên như sau:

- Tâm nghĩ "ngồi".

- Do tâm nghĩ ngồi làm cho phát sanh chất gió.

- Chất gió phát sanh do tâm ấy làm cho toàn thân cử động.

- Toàn thân ngồi: thân phần trên ngồi yên, thân phần dưới co theo mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi, do năng lực của chất gió phát sanh từ tâm ấy.

Do đó, gọi là "thân ngồi" hoặc "sắc ngồi", là sắc pháp phát sanh từ tâm.

4- Nhân duyên nào phát sanh sắc nằm?

Sắc nằm phát sanh từ tâm, qua quá trình diễn biến liên tục do nhiều nhân duyên như sau:

- Tâm nghĩ "nằm".

- Do tâm nghĩ nằm làm cho phát sanh chất gió.

- Chất gió phát sanh do tâm ấy làm cho toàn thân cử động.

- Toàn thân đặt nằm ngang theo mỗi dáng nằm, tư thế nằm yên, do năng lực của chất gió phát sanh từ tâm ấy.

Do đó, gọi là "thân nằm" hoặc "sắc nằm", là sắc pháp phát sanh từ tâm.

Nếu trường hợp thiếu một nhân duyên nào, thì sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm,... không thể phát sanh được.

Ví dụ: Sở dĩ, người bị bại liệt, dầu tâm của họ muốn đi, muốn đứng, muốn ngồi, muốn nằm... trong tư thế này hay tư thế khác, cũng không thể đi, đứng, ngồi, nằm... theo ý muốn của mình, như người bình thường; là vì chất gió phát sanh từ tâm không đủ năng lực làm cho toàn thân cử động theo ý muốn của họ.

Con người bình thường đi, đứng, ngồi, nằm,... cử động được dễ dàng là do nhờ năng lực của chất gió phát sanh từ tâm điều hòa được tứ đại (đất, nước, lửa, gió).

Ví dụ: Oai nghi đi, hay "sắc đi".

- Khi nhấc chân lên : phong đại và hỏa đại có năng lực mạnh, còn địa đại và thủy đại có năng lực yếu.

- Khi đạp chân xuống : địa đại và thủy đại có năng lực mạnh, còn phong đại và hỏa đại có năng lực yếu.

Bởi vậy cho nên, sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm, co tay vào, co chân vào, duỗi tay ra, duỗi chân ra,... là công việc của tứ đại, do tâm chủ động, điều khiển.

Đức Phật ví "thân" này như một chiếc xe; "tâm" này ví như người lái xe. Thật vậy, chiếc xe chạy mau, chạy chậm, quẹo trái, quẹo phải, ngừng lại,... đều do người lái xe điều khiển.

Cũng như vậy, thân này đi, đứng, ngồi, nằm, bước tới, bước lui, quay bên phải, quay bên trái, co tay vào, co chân vào, duỗi tay ra, duỗi chân ra,... đều do tâm điều khiển, cho nên gọi là "sắc pháp phát sanh từ tâm" (cittajarūpa).

Do đó, sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm... được hiện hữu do từ nhiều nhân duyên, nên là pháp vô ngã.

Phân biệt đối tượng tứ oai nghi thuộc Paññatti - Paramattha:

Bốn oai nghi: sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm là sắc pháp phát sanh từ tâm (cittajarūpa) thuộc paramattha (chân nghĩa pháp).

Hành giả tiến hành thiền tuệ dùng tứ oai nghi làm đối tượng, điều trước hết là cần phải học hỏi, nghiên cứu rõ ràng về tứ oai nghi như thế nào thuộc về đối tượng Paramattha (Chân nghĩa pháp), và như thế nào thuộc về đối tượng Paññatti (Chế định pháp); điều này tối quan trọng, bởi vì mỗi đối tượng sẽ dẫn đến mỗi kết quả hoàn toàn khác nhau.

Tứ oai nghi thuộc về paññatti : Chế định pháp Chế định pháp là pháp mà con người đặt ra, do căn cứ nơi chân nghĩa pháp, có quy ước với nhau theo mỗi nhóm người, mỗi dân tộc được lưu truyền từ thế hệ trước cho đến thế hệ sau nối tiếp nhau.

Pháp chế định có 2 loại:

1- Atthapaññatti: Ý nghĩa, hình dạng chế định.

Nếu hành giả tiến hành thiền tuệ có khái niệm về dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm là những hình dạng khái niệm trong tâm, thì những đối tượng ấy thuộc về atthapaññatti: ý nghĩa, hình dạng chế định.

2- Nāmapaññatti: Danh từ, ngôn ngữ chế định.

Nếu hành giả tiến hành thiền tuệ căn cứ vào những khái niệm trong tâm:

- Về dáng đi, tư thế đi ấy, mà niệm tưởng trong tâm rằng: "sắc đi", "sắc đi",...

- Về dáng đứng, tư thế đứng ấy, mà niệm tưởng trong tâm rằng: "sắc đứng", "sắc đứng"...

- Về dáng ngồi, tư thế ngồi ấy, mà niệm tưởng trong tâm rằng: "sắc ngồi", "sắc ngồi"...

- Về dáng nằm, tư thế nằm ấy, mà niệm tưởng trong tâm rằng: "sắc nằm", "sắc nằm"...

Thì những đối tượng này thuộc về vijjāmāna-paññatti: danh từ, ngôn ngữ chế định có thực tánh pháp làm nền tảng.

Hành giả trong khi niệm tưởng trong tâm đến đối tượng sắc đi, sắc đứng... nào, thì tâm cũng có thể an trú ở đối tượng ấy, như đối tượng của thiền định, mà không phải tiến hành thiền định, vì tứ oai nghi không có trong 40 đề mục thiền định; hơn nữa, sự tiến hành thiền định chỉ có một đề mục duy nhất làm đối tượng, nhưng ở đây mỗi lần thay đổi oai nghi là thay đổi đối tượng. Do đó, hành giả không phải tiến hành thiền định mà cũng không phải tiến hành thiền tuệ, bởi vì đối tượng tứ oai nghi ấy thuộc về Chế định pháp, sẽ dẫn đến kết quả như sau:

- Không thể thấy rõ, biết rõ được thực tánh của danh pháp, sắc pháp.

- Không thể thấy rõ, biết rõ trạng thái riêng của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.

- Không thể thấy rõ, biết rõ sự sanh, sự diệt của danh pháp, sắc pháp.

- Không thể thấy rõ, biết rõ 3 trạng thái chung: trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp....

Tứ oai nghi thuộc về Paramattha : Chân nghĩa pháp Chân nghĩa pháp là pháp không do con người chế định, pháp này có thực tánh hiện hữu một cách tự nhiên của chúng, nhưng không có một ai thấy rõ biết rõ đến chúng, bởi vì vô minh bao trùm phủ kín thực tánh pháp của chúng. Cho đến khi Đức Phật xuất hiện trên thế gian, Ngài đã diệt đoạn tuyệt được vô minh, cho nên sự thật chân nghĩa pháp hiển nhiên hiện rõ; rồi Ngài giảng dạy cho chúng sinh hiểu biết chân nghĩa pháp.

4 oai nghi thuộc về chân nghĩa pháp đó là:

- Dáng đi, tư thế đi thuần túy tự nhiên

[14] .

- Dáng đứng, tư thế đứng thuần túy tự nhiên.

- Dáng ngồi, tư thế ngồi thuần túy tự nhiên.

- Dáng nằm, tư thế nằm thuần túy tự nhiên.

Những dáng đi, tư thế đi... này là những trạng thái diễn biến của tứ đại phát sanh từ thiện tâm trong sạch, hoàn toàn không có phiền não chi phối, thì những dáng đi, tư thế đi... ấy mới thật sự thuần tuý tự nhiên được thể hiện toàn thân, hoàn toàn không qua một khái niệm trong tâm hoặc một danh từ ngôn ngữ nào có thể diễn tả được thực tánh của nó. Do đó, dáng đi, tư thế đi, dáng đứng, tư thế đứng... này thuộc về paramattha: chân nghĩa pháp.

Nếu hành giả tiến hành thiền tuệ, có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác trực tiếp ngay đối tượng paramattha của 4 oai nghi: "dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm", được thể hiện toàn thân,

không qua khái niệm trong tâm và danh từ ngôn ngữ chế định, thì có thể dẫn đến kết quả như sau:

- Có thể thấy rõ, biết rõ được thực tánh của danh pháp, sắc pháp.

- Có thể thấy rõ, biết rõ trạng thái riêng của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.

- Có thể thấy rõ, biết rõ sự sanh, sự diệt của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.

- Có thể thấy rõ, biết rõ 3 trạng thái chung: trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp.

- Có thể chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc Thánh Đạo, Thánh Quả và Niết Bàn.

Như vậy, chọn đúng đối tượng rất quan trọng, cho nên hành giả tiến hành thiền tuệ cần phải trải qua 3 giai đoạn quan trọng:

Giai đoạn đầu tiên: Hành giả cần phải tìm hiểu, học hỏi, phân biệt rõ tứ oai nghi như thế nào thuộc đối tượng paññatti (chế định pháp) và tứ oai nghi như thế nào thuộc đối tượng paramattha (chân nghĩa pháp), có trí tuệ sáng suốt chọn đúng đối tượng 4 oai nghi thuộc chân nghĩa pháp.

Giai đoạn giữa: Khi hành giả tiến hành thiền tuệ có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác trực tiếp ngay đối tượng paramattha dáng đi, tư thế đi; hoặc dáng đứng, tư thế đứng; hoặc dáng ngồi, tư thế ngồi; hoặc dáng nằm, tư thế nằm... được thể hiện toàn thân, hoàn toàn không phải khái niệm trong tâm hoặc danh từ ngôn ngữ nào cả.

Giai đoạn cuối: Trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp; sự sanh, sự diệt, của danh pháp, sắc pháp; trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp, dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn.

-ooOoo-

[1] Dīghanikāya, Mahāvagga và Majjhimanikāya, Mūlapannāsa kinh Mahāsatipaṭṭhānasutta.

[2] Ngũ dục: sắc dục, thanh dục, hương dục, vị dục và xúc dục.

[3] Năm pháp chủ: tín pháp chủ, tấn pháp chủ, niệm pháp chủ, định pháp chủ, tuệ pháp chủ.

[4] Bộ Dīghanikāya , Mahāvagga , Kinh Mahāsatipaṭṭhānasutta .

[5] Majjhimanikāya, Mūl., kinh Mahāsatipaṭṭhānasuttavaṇṇanā .

[6] Chú giải Dī . Bộ Mahāvaggaṭṭhakathā , kinh Mahāsatipaṭṭhānasuttavaṇṇanā .

[7] Dī . Bộ Mahāvaggapāḷi , kinh Mahāsatipaṭṭhānasutta.

[8] Xem giải thích trong phần nhận xét về đoạn kết.

[9] Xem giải thích trong phần nhận xét về đoạn kết.

[10] Không phải chúng sinh (na satto) nghĩa là có sắc uẩn (hoặc có ngũ uẩn), mà sắc uẩn (hoặc ngũ uẩn) ấy không phải là chúng sinh. Bởi vì sắc uẩn (hoặc ngũ uẩn) là pháp vô ngã.

[11] Majjhimanikāya, Mūlapannāsa, Mahāsatipaṭṭhānasuttavaṇṇanā .

[12] Yên: mỗi dáng đứng, tư thế đứng đối tượng hiện tại rất ngắn ngủi.

[13]
Chú giải Dīghanikāya,
Mahāvaggaṭṭhakathā, và M. Mū aṭṭhakathā, kinh
Mahāsatipaṭṭhānasuttavaṇṇanā .
[14] Thuần tuý tự nhiên: những tư thế ấy, những dáng ấy tự nhiên phát sanh từ thiện tâm trong sạch, hoàn toàn không phải phiền não chi phối.

-ooOoo-

Đầu trang | Mục lục | 1.1 | 1.2 |
1.3 | 1.4 |
2.0 | 3.1 |
3.2 | 3.3
Chân thành cám ơn Tỳ kheo Hộ Pháp đã gửi tặng bản vi tính (Bình Anson, 08-2003).

[Trở về trang Thư Mục]

last updated: 28-08-2003

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