Tu Oai Nghi - Tk Ho Phap - 1.2

Tứ Oai Nghi (Hộ Pháp)

Tu Oai Nghi - Tk Ho Phap - 1.2

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 (tiếp theo)

-ooOoo-

Phần Thực Hành Đối Tượng Tứ Oai Nghi

Tứ oai nghi là một trong 21 đối tượng của Tứ niệm xứ có khả năng dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn.

Sau khi hiểu rõ phần lý thuyết pháp học của tứ oai nghi, hành giả muốn tiến hành thiền tuệ, cần phải có những điều kiện cần thiết như sau:

- Điều đầu tiên, hành giả cần phải tìm một vị Thiền sư thông thạo về pháp học, có đầy đủ kinh nghiệm về pháp hành thiền tuệ, để nương nhờ. Trực tiếp thụ giáo với vị Thiền sư ấy, theo một nghi lễ thọ pháp hành thiền tuệ trang nghiêm, tôn kính, để hộ trì cho hành giả được an toàn, trong khi tiến hành thiền tuệ. Và trình pháp, là trình bày pháp hành của mình, khi mình chưa có khả năng nhận định được đúng hay sai; trình bày những cảm giác phát sanh trong khi tiến hành thiền tuệ, làm cho phát sanh tâm hoài nghi, làm cản trở việc tiến hành thiền tuệ; hành giả nhờ vị thiền sư giảng giải cho hiểu rõ không còn hoài nghi, để tiếp tục pháp hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo.

- Hành giả phải là người có giới hạnh trong sạch để làm nền tảng cho định và tuệ phát sanh. Nếu giới không trong sạch, thì định và tuệ không có chỗ nương nhờ để phát sanh. Ví như không có đất, thì cây cối không có chỗ nương nhờ để sanh trưởng, thì còn mong gì đến hoa và quả.

- Hành giả là người có đức tin trong sạch nơi Tam bảo, có chánh kiến đúng đắn, có sự tinh tấn liên tục không ngừng, vì sự giải thoát khổ do nhờ tinh tấn.

Như Đức Phật dạy:

"Vīriyena dukkhamacceti...".

"Chúng sinh giải thoát khổ do nhờ tinh tấn".

- Phải có đủ những điều kiện thuận lợi cho sự tiến hành thiền tuệ được phát triển tốt.

Hành giả muốn tiến hành thiền tuệ sử dụng 4 oai nghi: oai nghi đi, oai nghi đứng, oai nghi ngồi, oai nghi nằm... làm đối tượng, cần phải hiểu rõ phương pháp tiến hành thiền tuệ như sau:

1- Sắc Đi

1.1- Đối tượng sắc đi:

Đó chính là dáng đi, tư thế đi là sắc pháp phát sanh từ tâm thiện, toàn thân di chuyển, bước đi từng bước. Dáng đi , tư thế đi phải tự nhiên , thanh thản, như đi tản bộ, không nên đi chậm quá, cũng không nên đi mau quá, làm mất dáng tự nhiên, làm che án thực tánh của nó.

Thực tánh của các pháp luôn luôn trong trạng thái tự nhiên, nên dáng đi, tư thế đi làm đối tượng của thiền tuệ cũng phải tự nhiên.

Sắc đi trong trạng thái động, thuộc về sắc pháp, dùng làm đối tượng để tiến hành thiền tuệ, đó chính là mỗi dáng đi , tư thế đi, toàn thân di chuyển, do bước đi từng bước, từng bước một cách tự nhiên.

1.2- Chủ thể:

* Hành giả là người có chánh niệm (niệm thân) trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi dáng đi, tư thế đi, theo dõi, ghi nhớ quá trình diễn biến mỗi dáng đi, tư thế đi, toàn thân di chuyển do bước đi từng bước, từng bước một cách tự nhiên...

Toàn thân di chuyển như thế nào?

Ví dụ:

Khi nhìn thấy chiếc xe chạy, là nhìn thấy toàn chiếc xe di chuyển, không phải nhìn thấy bánh xe lăn...

Cũng như vậy, hành giả có chánh niệm trực nhận ngay đối tượng theo dõi quá trình diễn biến mỗi dáng đi, tư thế đi, toàn thân di chuyển bước đi một cách tự nhiên.

Hành giả không nên chú tâm ở một phần nào của thân như chân bước từng bước, không nên có khái niệm về dáng đi, tư thế đi trong tâm; và cũng không nên niệm tưởng trong tâm rằng: sắc đi... sắc đi... hoặc chân trái bước, chân phải bước... Bởi vì, khái niệm về dáng đi, tư thế đi hoặc niệm tưởng sắc đi, chân trái bước, chân phải bước... trong tâm như vậy, thì đối tượng sắc đi... trở thành đối tượng paññatti: chế định pháp,

không phải là đối tượng paramattha: chân nghĩa pháp. Cho nên, đối tượng ấy không phải là đối tượng của thiền tuệ.

Theo Chân nghĩa pháp , thì đối tượng "sắc đi" đó chính là mỗi dáng đi, tư thế đi hiện rõ toàn thân di chuyển bước đi, đối tượng hiện tại sắc đi không ở trong tâm tưởng . Nếu hành giả niệm tưởng sắc đi trong tâm, thì sự tiếp xúc đối tượng sắc đi không đúng chỗ (vị trí), hành giả không thể nào thấy rõ, biết rõ thực tánh của đối tượng sắc đi ấy.

Vì vậy, hành giả có chánh niệm trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển từng bước, từng bước một cách tự nhiên.

* Hành giả là người có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ biết rõ mỗi dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi ấy; mỗi dáng đi, tư thế đi, gọi là sắc đi; có vô số dáng đi, tư thế đi, nên có vô số sắc đi.

Hành giả tiến hành thiền tuệ có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ biết rõ dáng đi, tư thế đi gọi là sắc đi ấy đúng theo chánh kiến thiền tuệ, đồng thời có thể diệt được tà kiến theo chấp ngã tưởng lầm rằng: "ta đi" và các phiền não khác (diệt theo cách từng thời).

Tóm lại, hành giả là người có chánh niệm, có trí tuệ tỉnh giác trực nhận, trực giác thấy rõ biết rõ mỗi dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi như thế nào, thì thấy rõ biết rõ mỗi dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi như thế ấy, một cách thoáng qua

[1] (ví như chụp hình mỗi tư thế đi khác biệt nhau).

* Hành giả là người có tâm tinh tấn hỗ trợ cho chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác , tiến hành thiền tuệ liên tục không ngừng, để cho trí tuệ thiền tuệ được phát triển, chánh kiến thiền tuệ càng thấy rõ sắc đi, thì đồng thời tà kiến theo chấp ngã tưởng lầm "ta đi" bị lu mờ dần, cho đến khi tà kiến theo chấp ngã bị tiêu diệt hẳn, do năng lực của trí tuệ thiền tuệ.

Trên đây phân tách 3 loại tâm sở: niệm tâm sở là chánh niệm; trí tuệ tâm sở: trí tuệ tỉnh giác là chánh kiến; tinh tấn tâm sở là chánh tinh tấn với 3 phận sự khác nhau, cùng với các thiện tâm sở khác, đồng sanh trong một dục giới đại thiện tâm , có chung một đối tượng thiền tuệ. Song mỗi tâm sở có phận sự riêng, đồng thời, không trước, không sau.

2- Sắc Đứng

2.1- Đối tượng sắc đứng:

Đó chính là mỗi dáng đứng, tư thế đứng, là sắc pháp phát sanh từ tâm thiện, toàn thân đứng yên không cử động. Dáng đứng, tư thế đứng phải tự nhiên, không nên đứng kiểu này kiểu nọ, cũng không nên đứng trân người, làm mất dáng tự nhiên, làm che án thực tánh của nó.

Thực tánh của các pháp luôn luôn trong trạng thái tự nhiên, nên dáng đứng, tư thế đứng làm đối tượng của thiền tuệ cũng phải tự nhiên.

Sắc đứng trong trạng thái tĩnh

[2] , thuộc về sắc pháp, dùng làm đối tượng để tiến hành thiền tuệ, đó chính là mỗi dáng đứng, tư thế đứng toàn thân đứng yên không cử động (đối tượng hiện tại ngắn ngủi, nếu thân cử động, thì không còn dáng đứng, tư thế đứng).

2.2- Chủ thể:

* Hành giả là người có chánh niệm (niệm thân) trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi dáng đứng, tư thế đứng toàn thân đứng yên không cử động, theo dõi, ghi nhớ mỗi dáng đứng, tư thế đứng tự nhiên toàn thân đứng yên không cử động, đối tượng hiện tại ấy .

Hành giả không nên chú tâm ở một phần nào của thân; không nên có khái niệm về dáng đứng, tư thế đứng trong tâm, và cũng không nên niệm tưởng trong tâm rằng: sắc đứng,... sắc đứng,... hoặc đứng à,... đứng à... Bởi vì, khái niệm về dáng đứng, tư thế đứng; niệm tưởng sắc đứng trong tâm như vậy, thì đối tượng sắc đứng trở thành đối tượng chế định pháp, không phải chân nghĩa pháp. Cho nên, đối tượng ấy không phải là đối tượng của thiền tuệ.

Theo Chân nghĩa pháp , thì đối tượng sắc đứng chính là mỗi dáng đứng, tư thế đứng tự nhiên hiện rõ toàn thân đứng yên không cử động, đối tượng hiện tại của sắc đứng không ở trong tâm tưởng . Nếu hành giả niệm tưởng sắc đứng trong tâm, thì sự tiếp xúc đối tượng sắc đứng không đúng chỗ (vị trí), hành giả không thể nào thấy rõ, biết rõ thực tánh của đối tượng sắc đứng ấy.

Vì vậy, hành giả có chánh niệm trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi dáng đứng, tư thế đứng toàn thân đứng yên, không cử động một cách tự nhiên .

* Hành giả là người có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ mỗi dáng đứng, tư thế đứng toàn thân đứng yên ấy, mỗi dáng đứng tư thế đứng gọi là "sắc đứng" có vô số dáng đứng, tư thế đứng, nên có vô số sắc đứng.

Hành giả tiến hành thiền tuệ, có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ biết rõ dáng đứng, tư thế đứng gọi là sắc đứng ấy đúng theo chánh kiến thiền tuệ, đồng thời có thể diệt được tà kiến theo chấp ngã tưởng lầm rằng "ta đứng" và các phiền não khác (diệt theo cách từng thời).

Tóm lại, hành giả là người có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực nhận, trực giác thấy rõ biết rõ mỗi dáng đứng, tư thế đứng toàn thân như thế nào, thì thấy rõ biết rõ mỗi dáng đứng, tư thế đứng toàn thân như thế ấy, một cách thoáng qua (ví như chụp hình mỗi tư thế đứng khác biệt nhau).

* Hành giả là người có tâm tinh tấn hỗ trợ cho chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác tiến hành thiền tuệ liên tục không ngừng, để cho trí tuệ thiền tuệ được phát triển, chánh kiến thiền tuệ càng thấy rõ sắc đứng, thì đồng thời tà kiến theo chấp ngã tưởng lầm "ta đứng" bị lu mờ dần, cho đến khi tà kiến theo chấp ngã bị tiêu diệt hẳn, do năng lực của trí tuệ thiền tuệ.

3- Sắc Ngồi

3.1- Đối tượng sắc ngồi:

Đó chính là mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi , là sắc pháp phát sanh từ tâm thiện, toàn thân ngồi yên không cử động, thân phần trên ngồi thẳng, thân phần dưới co theo mỗi tư thế ngồi. Dáng ngồi, tư thế ngồi phải tự nhiên, không nên ngồi kiểu này, kiểu kia, làm mất dáng tự nhiên, làm che án thực tánh của nó.

Thực tánh của các pháp luôn luôn trong trạng thái tự nhiên, nên dáng ngồi, tư thế ngồi làm đối tượng của thiền tuệ cũng phải tự nhiên.

Sắc ngồi trong trạng thái tĩnh

[3] , thuộc về sắc pháp, dùng làm đối tượng để tiến hành thiền tuệ, đó chính là mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên không cử động (đối tượng hiện tại rất ngắn ngủi, nếu thân cử động, thì không còn dáng ngồi, tư thế ngồi) .

3.2- Chủ thể:

* Hành giả là người có chánh niệm (niệm thân) trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên không cử động, theo dõi ghi nhớ mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân, ngồi yên

[4] không cử động ấy.

Hành giả không nên chú tâm ở một phần nào của thân; không nên có khái niệm về dáng ngồi, tư thế ngồi trong tâm, và cũng không nên niệm tưởng trong tâm rằng: sắc ngồi,... sắc ngồi,... hoặc ngồi à,... ngồi à... Bởi vì, khái niệm về dáng ngồi, tư thế ngồi; niệm tưởng sắc ngồi trong tâm như vậy, thì đối tượng sắc ngồi trở thành đối tượng chế định pháp, không phải chân nghĩa pháp. Cho nên, đối tượng ấy không phải là đối tượng của thiền tuệ.

Theo Chân nghĩa pháp , thì đối tượng sắc ngồi chính là mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi tự nhiên hiện rõ toàn thân ngồi yên; đối tượng hiện tại của sắc ngồi không ở trong tâm tưởng . Nếu hành giả niệm tưởng sắc ngồi trong tâm, thì sự tiếp xúc đối tượng sắc ngồi không đúng chỗ (vị trí), hành giả không thể nào thấy rõ, biết rõ thực tánh của đối tượng sắc ngồi ấy.

Vì vậy, hành giả có chánh niệm trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên, không cử động một cách tự nhiên .

* Hành giả là người có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên ấy, mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi gọi là "sắc ngồi" có vô số dáng ngồi, tư thế ngồi, nên có vô số sắc ngồi.

Hành giả tiến hành thiền tuệ, có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ biết rõ dáng ngồi, tư thế ngồi gọi là sắc ngồi ấy đúng theo chánh kiến thiền tuệ, đồng thời có thể diệt được tà kiến theo chấp ngã tưởng lầm rằng "ta ngồi" và các phiền não khác (diệt theo cách từng thời).

Tóm lại, hành giả là người có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực nhận, trực giác thấy rõ biết rõ mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân như thế nào, thì thấy rõ biết rõ mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân như thế ấy, một cách thoáng qua (ví như chụp hình mỗi tư thế ngồi khác biệt nhau).

* Hành giả là người có tâm tinh tấn hỗ trợ cho chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác tiến hành thiền tuệ liên tục không ngừng, để cho trí tuệ thiền tuệ được phát triển, chánh kiến thiền tuệ càng thấy rõ sắc ngồi , thì đồng thời tà kiến theo chấp ngã tưởng lầm "ta ngồi" bị lu mờ dần, cho đến khi tà kiến theo chấp ngã bị tiêu diệt hẳn, do năng lực của trí tuệ thiền tuệ.

4- Sắc Nằm

4.1- Đối tượng sắc nằm:

Đó chính là mỗi dáng nằm, tư thế nằm, là sắc pháp phát sanh từ tâm thiện, toàn thân nằm yên không cử động theo mỗi tư thế nằm. Dáng nằm , tư thế nằm phải tự nhiên, không nên nằm kiểu này, kiểu kia, làm mất dáng tự nhiên, làm che án thực tánh của nó.

Thực tánh của các pháp luôn luôn trong trạng thái tự nhiên, nên dáng nằm, tư thế nằm làm đối tượng của thiền tuệ cũng phải tự nhiên.

Sắc nằm trong trạng thái tĩnh

[5] , thuộc về sắc pháp, dùng làm đối tượng để tiến hành thiền tuệ, đó chính là mỗi dáng nằm, tư thế nằm toàn thân nằm yên không cử động (đối tượng hiện tại rất ngắn ngủi, nếu thân cử động, thì không còn dáng nằm, tư thế nằm).

4.2- Chủ thể:

* Hành giả là người có chánh niệm (niệm thân) trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi dáng nằm, tư thế nằm toàn thân nằm yên không cử động, theo dõi, ghi nhớ mỗi dáng nằm, tư thế nằm toàn thân nằm yên không cử động ấy.

Hành giả không nên chú tâm ở một phần nào của thân; không nên có khái niệm về dáng nằm, tư thế nằm trong tâm, và cũng không nên niệm tưởng trong tâm rằng: sắc nằm,... sắc nằm,... hoặc nằm à,... nằm à... Bởi vì, khái niệm về dáng nằm, tư thế nằm; niệm tưởng sắc nằm trong tâm như vậy, thì đối tượng sắc nằm trở thành đối tượng chế định pháp, không phải chân nghĩa pháp. Cho nên, đối tượng ấy không phải là đối tượng của thiền tuệ.

Theo Chân nghĩa pháp, thì đối tượng sắc nằm chính là mỗi dáng nằm, tư thế nằm hiện rõ toàn thân nằm yên không cử động; đối tượng hiện tại của sắc nằm không ở trong tâm tưởng . Nếu hành giả niệm tưởng sắc nằm trong tâm, thì sự tiếp xúc đối tượng sắc nằm không đúng chỗ (vị trí), hành giả không thể nào thấy rõ, biết rõ thực tánh của đối tượng sắc nằm ấy.

Vì vậy, hành giả có chánh niệm trực nhận đúng ngay đối tượng, là theo dõi mỗi dáng nằm, tư thế nằm toàn thân nằm yên, không cử động một cách tự nhiên .

* Hành giả là người có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ mỗi dáng nằm, tư thế nằm toàn thân nằm yên ấy, mỗi dáng nằm, tư thế nằm gọi là "sắc nằm" có vô số dáng nằm, tư thế nằm, nên có vô số sắc nằm.

Hành giả tiến hành thiền tuệ, có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ biết rõ dáng nằm, tư thế nằm gọi là sắc nằm ấy đúng theo chánh kiến thiền tuệ, đồng thời có thể diệt được tà kiến theo chấp ngã tưởng lầm rằng "ta nằm" và các phiền não khác (diệt theo cách từng thời).

Tóm lại, hành giả là người có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực nhận, trực giác thấy rõ biết rõ mỗi dáng nằm, tư thế nằm toàn thân như thế nào, thì thấy rõ biết rõ mỗi dáng nằm, tư thế nằm toàn thân như thế ấy, một cách thoáng qua (ví như chụp hình mỗi tư thế nằm khác biệt nhau).

* Hành giả là người có tâm tinh tấn hỗ trợ cho chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác tiến hành thiền tuệ liên tục không ngừng, để cho trí tuệ thiền tuệ được phát triển, chánh kiến thiền tuệ thấy rõ sắc nằm, thì đồng thời tà kiến theo chấp ngã tưởng lầm "ta nằm" bị lu mờ dần, cho đến khi tà kiến theo chấp ngã bị tiêu diệt hẳn, do năng lực của trí tuệ thiền tuệ.

O ai nghi chính -- oai nghi phụ

Oai nghi chính và oai nghi phụ có sự liên quan với nhau. Oai nghi chính được thành tựu là nhờ sự hỗ trợ của oai nghi phụ, nhưng các oai nghi phụ hoàn toàn nương nhờ vào oai nghi chính mà phát sanh. Khi oai nghi chính hiện rõ, thì oai nghi phụ không còn hiện rõ và ngược lại, khi oai nghi phụ hiện rõ, thì oai nghi chính không còn hiện rõ.

Phân biệt oai nghi chính và oai nghi phụ như thế nào?

Oai nghi chính: có 4 oai nghi: oai nghi đi, oai nghi đứng, oai nghi ngồi, oai nghi nằm, có thời gian duy trì lâu và được xem là oai nghi chính, vì chúng có nhiều dáng, nhiều tư thế tương tự trong cùng một oai nghi, cho nên xem như một oai nghi. Bốn oai nghi này thuộc sắc pháp phát sanh từ tâm được thể hiện rõ trong dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm đều thuộc về sắc pháp nên làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

Oai nghi chính được thành tựu là nhờ sự hỗ trợ của oai nghi phụ. Khi oai nghi chính hiện rõ, thì oai nghi phụ không còn hiện rõ nữa.

Oai nghi phụ: có vô số oai nghi phụ, đó là những cử động, diễn biến của thân xảy ra trong thời gian rất ngắn ngủi liên quan từ oai nghi chính nào đó. Oai nghi phụ thường hỗ trợ để hoàn thành oai nghi chính, cũng có khi những cử động lại không liên quan với oai nghi chính như: bước tới, bước lui, quay bên trái, quay bên phải, co tay, chân vào, duỗi tay, chân ra, v.v... xảy ra trong thời gian chốc lát, rất ngắn ngủi. Tất cả các oai nghi phụ này đều thuộc về sắc pháp phát sanh từ tâm.

Khi oai nghi phụ hiện rõ, thì oai nghi chính không còn hiện rõ; oai nghi phụ thuộc sắc pháp, nên cũng có thể làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

Thay đổi oai nghi:

Thay đổi từ một oai nghi chính này sang một oai nghi chính khác, cần phải có sự hỗ trợ của các oai nghi phụ, qua quá trình diễn tiến liên tục cho đến khi hoàn thành oai nghi chính mới.

Muốn điều hoà 4 oai nghi, thì cần phải thay đổi oai nghi. Hành giả tiến hành thiền tuệ có đối tượng 4 oai nghi, mỗi khi thay đổi oai nghi cần phải có nguyên nhân chính đáng như sau:

- Thay đổi oai nghi do khổ bắt buộc:

Ví dụ: Hành giả tiến hành thiền tuệ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác theo dõi dáng đi, tư thế đi, toàn thân di chuyển bước đi trải qua thời gian lâu cảm thấy khổ phát sanh từ oai nghi đi ấy, cần phải thay đổi sang oai nghi ngồi để làm giảm bớt khổ trong oai nghi đi. Hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác ngừng lại, rồi tiếp tục trải qua quá trình diễn tiến liên tục của các oai nghi phụ hỗ trợ cho đến khi hoàn thành oai nghi ngồi mới trong dáng ngồi, tư thế ngồi, toàn thân ngồi yên ấy. Khoảng giữa từ oai nghi đi sang oai nghi ngồi, mọi cử động của thân thuộc về các oai nghi phụ là sắc pháp phát sanh từ tâm.

Như vậy, oai nghi chính và các oai nghi phụ đều là sắc pháp phát sanh từ tâm, có thể làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ không hơn không kém.

- Thay đổi oai nghi do nhân cần thiết:

Ví dụ: Hành giả đang tiến hành thiền tuệ có dáng ngồi, tư thế ngồi làm đối tượng, nếu khi cần tiểu tiện hoặc đại tiện, thì hành giả có thể thay đổi oai nghi ngồi sang oai nghi đi , để làm giảm bớt khổ do nhân ấy. Hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác theo dõi quá trình diễn tiến liên tục các oai nghi phụ hỗ trợ thay đổi từ oai nghi ngồi sang oai nghi đi, để thực hiện việc cần thiết ấy. Khi xong rồi, hành giả thay đổi oai nghi mới khác.

- Biến dạng oai nghi do nhân khách quan:

Ví dụ: Hành giả đang tiến hành thiền tuệ có dáng ngồi, tư thế ngồi làm đối tượng; nếu bị con muỗi chích hoặc bị con kiến cắn, v.v... ngứa khó chịu, thì khi ấy, chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác không thể thấy rõ biết rõ dáng ngồi, tư thế ngồi yên không cử động được nữa, hành giả cần phải đưa tay lên gãi chỗ ngứa hoặc xoa dầu chỗ đau, v.v... Trong trường hợp ấy, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi cử động của thân đó là các oai nghi phụ, không nên quan tâm đến cánh tay gãi chỗ ngứa hoặc xoa dầu chỗ đau, v.v... Khi xong rồi, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trở lại oai nghi ngồi trong dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên không cử động ở hiện tại ấy.

Hành giả tiến hành thiền tuệ có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác không những thấy rõ biết rõ thực tánh của đối tượng sắc pháp, mà còn thấy rõ biết rõ thực tánh chủ thể danh pháp (biết đối tượng sắc pháp) đúng theo phương pháp tiến hành thiền tuệ.

Như vậy, sắc pháp của oai nghi chính hoặc sắc pháp của oai nghi phụ cũng đều là sắc pháp thuộc về chân nghĩa pháp không hơn không kém. Vì vậy, hành giả không nên coi trọng sắc pháp này, cũng không nên xem nhẹ sắc pháp kia, để việc tiến hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo, có chánh niệm, có trí tuệ tỉnh giác trực giác theo dõi thấy rõ biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp; thấy rõ biết rõ sự sanh, sự diệt của sắc pháp, danh pháp; thấy rõ biết rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của sắc pháp, danh pháp; dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, giải thoát khổ tử sanh luân hồi trong ba giới, bốn loài.

Đ ối tượng 4 oai nghi với đối tượng 6 trần:

Tứ oai nghi: oai nghi đi, oai nghi đứng, oai nghi ngồi, oai nghi nằm là đối tượng chính của pháp hành thiền tuệ, thích hợp đối với hành giả có tánh tham ái, trí tuệ kém.

Pháp hành thiền tuệ không chỉ có đối tượng 4 oai nghi, mà còn có đủ 6 đối tượng cũng là đối tượng của thiền tuệ.

Sáu đối tượng làm đối tượng thiền tuệ:

1- Sắc trần: tất cả mọi hình dáng.

2- Thanh trần: tất cả mọi âm thanh.

3- Hương trần: tất cả mọi mùi hương.

4- Vị trần: Tất cả mọi thứ vị.

5- Xúc trần: Tất cả mọi đất, lửa, gió.

6- Pháp trần: tất cả tam giới tâm, tâm sở, sắc pháp và Niết Bàn (ngoại trừ đối tượng chế định pháp).

Sáu đối tượng của pháp hành thiền tuệ này, mỗi đối tượng tiếp xúc với mỗi môn, phát sanh mỗi loại tâm làm phận sự trực tiếp nhận biết đối tượng ấy.

Sáu đối tượng tiếp xúc 6 môn, có 6 loại thức tâm làm phận sự trực tiếp nhận biết đối tượng như sau:

1- Sắc trần, hình dạng tiếp xúc với nhãn môn, qua nhãn môn lộ trình tâm, tiếp nhận sắc trần, hình dạng; tâm thức trực tiếp thấy sắc trần hình dạng ấy là nhãn thức tâm có 2 tâm nhìn thấy sắc trần, hình dạng hiện tại ấy, thuộc đối tượng chân nghĩa pháp (không phải ta thấy sắc trần).

2- Thanh trần, âm thanh tiếp xúc với nhĩ môn, qua nhĩ môn lộ trình tâm, tiếp nhận thanh trần, âm thanh; tâm thức trực tiếp nghe thanh trần, âm thanh ấy là nhĩ thức tâm có 2 tâm nghe thanh trần, âm thanh hiện tại ấy, thuộc đối tượng chân nghĩa pháp (không phải ta nghe thanh trần).

3- Hương trần, mùi hương tiếp xúc với tỷ môn, qua tỷ môn lộ trình tâm, tiếp nhận hương trần, mùi hương; tâm thức trực tiếp ngửi, hương trần, mùi hương ấy là tỷ thức

tâm có 2 tâm ngửi hương trần, mùi hương hiện tại ấy, thuộc đối tượng chân nghĩa pháp (không phải ta ngửi hương trần).

4- Vị trần, thứ vị tiếp xúc với thiệt môn, qua thiệt môn lộ trình tâm, tiếp nhận vị trần, các thứ vị. Tâm thức trực tiếp nếm vị trần, các thứ vị ấy là thiệt thức tâm có 2 tâm nếm vị trần, thứ vị hiện tại ấy, thuộc đối tượng chân nghĩa pháp (không phải ta nếm vị trần).

5- Xúc trần, có 3 chất là chất đất (cứng, mềm), chất lửa (nóng, lạnh), chất gió (phồng, xẹp) tiếp xúc với thân môn, qua thân môn lộ trình tâm, tiếp nhận xúc trần; tâm thức trực tiếp xúc giác xúc trần (chất đất, chất lửa, chất gió) ấy là thân thức tâm có 2 tâm xúc giác xúc trần hiện tại ấy, thuộc đối tượng chân nghĩa pháp (không phải ta xúc giác với xúc trần).

6- Pháp trần: gồm có tam giới tâm, tâm sở, sắc pháp và Niết Bàn (ngoại trừ đối tượng chế định pháp) tiếp xúc với ý môn qua ý môn lộ trình tâm tiếp nhận pháp trần nào, tâm thức trực tiếp biết pháp trần ấy là ý thức tâm có 70 tâm

[6] biết pháp trần ấy, tuỳ theo mỗi loại ý thức tâm có khả năng biết pháp trần hiện tại, quá khứ, vị lai thuộc đối tượng chân nghĩa pháp (không phải ta biết pháp trần).

Đức Phật dạy:

"Sabbe dhammā anattā". (Tất cả các pháp đều vô ngã), nghĩa là các pháp không phải ta, không phải người, không phải đàn ông, không phải đàn bà, không phải chúng sinh nào, v.v... Mỗi pháp phát sanh do hội đủ nhân duyên của nó, khi pháp nào hội đủ nhân duyên thì pháp ấy phát sanh, hoàn toàn không tuỳ thuộc vào quyền sở hữu của một ai cả. Vì vậy, gọi các pháp là vô ngã.

Phương pháp thực hành pháp hành thiền tuệ:

Hành giả đang tiến hành pháp hành thiền tuệ thường có 3 trường hợp xảy ra:

1- Phương pháp tiến hành sai pháp hành thiền tuệ.

2- Phương pháp tiến hành đúng pháp hành thiền tuệ.

3- Không tiến hành pháp hành thiền tuệ.

1- Phương pháp tiến hành sai pháp hành thiền tuệ như thế nào?

Thật khó mà trình bày những phương pháp tiến hành sai pháp hành thiền tuệ, bởi vì mỗi hành giả tiến hành thiền tuệ có một cách sai riêng, nên chỉ có thể trình bày một cách sai chung là hành giả tiến hành thiền tuệ không hành đúng theo Pháp hành Trung đạo, nghĩa là tâm của hành giả thiên về hai cực đoan:

- Hài lòng trong đối tượng danh pháp, sắc pháp đáng hài lòng do năng lực của tâm tham phiền não, đó là một cực đoan.

- Không hài lòng trong đối tượng danh pháp, sắc pháp không đáng hài lòng, do năng lực của tâm sân phiền não, đó cũng là một cực đoan.

Ví dụ: Hành giả đang tiến hành thiền tuệ có một trong 4 oai nghi làm đối tượng thiền tuệ, ví như oai nghi đi.

Oai nghi đi là sắc pháp phát sanh từ tâm, đó là dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi, nhưng hành giả tiến hành sai pháp hành thiền tuệ như sau:

- Hành giả có khái niệm về dáng đi, tư thế đi ở trong tâm hoặc niệm tưởng rằng "sắc đi, sắc đi" hoặc "chân trái bước, chân phải bước", v.v... Như vậy đối tượng oai nghi đi ấy thuộc về chế định pháp (paññattidhamma), không phải là chân nghĩa pháp (paramatthadhamma). Đó là tiến hành sai do biết sai về đối tượng.

- Hành giả có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi ấy gọi là sắc đi (không phải ta đi). Nhưng hành giả phát sanh tâm tham hài lòng trong đối tượng sắc pháp ấy, cho nên khi phóng tâm phát sanh, biết về chuyện này chuyện kia hoặc nghe tiếng nói ồn ào, v.v... khiến buông bỏ đối tượng dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi ấy, hành giả liền phát sanh tâm sân không hài lòng sự phóng tâm hoặc tiếng nói ồn ào, v.v... ấy. Đó là tiến hành sai, do hành không đúng theo Pháp hành Trung đạo.

2- Phương pháp tiến hành đúng pháp hành thiền tuệ như thế nào?

Phương pháp tiến hành đúng pháp hành thiền tuệ, có rất nhiều căn cứ để nhận định đúng như sau:

- Đối tượng của pháp hành thiền tuệ phải là danh pháp, sắc pháp thuộc chân nghĩa pháp, chắc chắn không phải đối tượng chế định pháp.

- Hành giả cần phải có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp ấy.

- Trí tuệ thiền tuệ thấy rõ biết rõ sự sanh, sự diệt của danh pháp, sắc pháp ấy, thấy rõ biết rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp ấy, v.v...

Duy có một điều rất quan trọng là hành giả tiến hành thiền tuệ phải đúng theo Pháp hành Trung đạo, nghĩa là tâm của hành giả không thiên về hai cực đoan:

* Không hài lòng (không phát sanh tâm tham) trong đối tượng danh pháp, sắc pháp đáng hài lòng, đó là diệt tâm tham.

* Không chán ghét (không phát sanh tâm sân) trong đối tượng danh pháp, sắc pháp không đáng hài lòng, đó là diệt tâm sân.

Hành giả là người có thiện tâm hợp với trí biết trung dung trong mọi đối tượng danh pháp sắc pháp thuộc chân nghĩa pháp, không coi trọng danh pháp sắc pháp này cũng không xem khinh danh pháp sắc pháp kia, bởi vì hành giả có trí tuệ sáng suốt hiểu biết rõ thực tánh của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp thuộc chân nghĩa pháp có sự sanh, sự diệt, có trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã như nhau, không hơn không kém. Do đó, hành giả không phát sanh tâm tham hài lòng trong đối tượng danh pháp sắc pháp này, cũng không phát sanh tâm sân không hài lòng trong đối tượng

danh pháp sắc pháp kia; nhờ vậy, hành giả tiến hành thiền tuệ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ thực tánh của mọi danh pháp, mọi sắc pháp đúng theo Pháp hành Trung đạo không thiên về cực đoan nào cả.

Ví dụ: Hành giả đang tiến hành thiền tuệ có một trong 4 oai nghi chính làm đối tượng thiền tuệ.

* Khi hành giả đang ở trong oai nghi đi: oai nghi đi là sắc pháp phát sanh từ tâm, đó là dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi một cách tự nhiên.

- Hành giả có chánh niệm trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi một cách tự nhiên gọi là "sắc đi". Nếu có nhãn thức tâm phát sanh làm phận sự nhìn thấy sắc trần, hình dạng, thì hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ sắc trần hình dạng ấy gọi là "danh thấy sắc trần" (không phải ta thấy gì), dầu đối tượng thay đổi (từ sắc đi diệt, danh thấy sanh), song chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ đối tượng sắc đi hoặc danh thấy vẫn tự nhiên, nên diệt được cả tâm tham lẫn tâm sân trong mọi đối tượng.

Như vậy, gọi là hành giả tiến hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo.

- Trong oai nghi đi, hành giả có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi một cách tự nhiên gọi là "sắc đi". Nếu có nhĩ thức tâm phát sanh làm phận sự nghe thanh trần, âm thanh, thì hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ thanh trần âm thanh ấy gọi là "danh nghe thanh trần" (không phải ta nghe tiếng gì); dầu đối tượng thay đổi (từ sắc đi diệt, danh nghe sanh), song chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ đối tượng sắc đi hoặc danh nghe vẫn tự nhiên, nên diệt được cả tâm tham lẫn tâm sân trong mọi đối tượng.

Như vậy, gọi là hành giả tiến hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo.

- Trong oai nghi đi, hành giả có chánh niệm trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ dáng đi, tư thế đi toàn thân di chuyển bước đi một cách tự nhiên gọi là "sắc đi". Nếu có tỷ thức tâm phát sanh làm phận sự ngửi hương trần, các mùi, thì hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ hương trần, các mùi ấy gọi là "danh biết ngửi mùi" (không phải ta ngửi mùi gì); dầu đối tượng thay đổi (từ sắc đi diệt, danh biết ngửi sanh), song chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ đối tượng sắc đi hoặc danh biết ngửi vẫn tự nhiên, nên diệt được cả tâm tham lẫn tâm sân trong mọi đối tượng.

Như vậy, gọi là hành giả tiến hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo.

* Khi hành giả đang ở trong oai nghi ngồi: oai nghi ngồi là sắc pháp phát sanh từ tâm, đó là dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên một cách tự nhiên.

- Hành giả có chánh niệm trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên một cách tự nhiên không cử động gọi là "sắc ngồi". Nếu có thiệt thức tâm phát sanh làm phận sự nếm vị trần, thứ vị, thì hành giả có chánh niệm,

trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ vị trần, thứ vị ấy gọi là "danh biết nếm vị" (không phải ta nếm vị nào); dầu đối tượng thay đổi (từ sắc ngồi diệt, danh biết nếm sanh), song chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ đối tượng sắc ngồi hoặc danh biết nếm vị vẫn tự nhiên, nên diệt được cả tâm tham lẫn tâm sân trong mọi đối tượng.

Như vậy, gọi là hành giả tiến hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo.

- Trong oai nghi ngồi, hành giả có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên một cách tự nhiên không cử động, gọi là "sắc ngồi". Nếu có thân thức tâm phát sanh làm phận sự xúc giác với xúc trần có 3 chất (chất đất: cứng, mềm; chất lửa: nóng, lạnh; chất gió: phồng, xẹp), thì hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ xúc trần ấy gọi là "danh biết xúc trần" (không phải ta biết cứng mềm, nóng lạnh... nào); dầu đối tượng thay đổi (từ sắc ngồi diệt, danh biết xúc trần sanh), song chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ sắc ngồi hoặc danh biết xúc trần vẫn tự nhiên, nên diệt được cả tâm tham lẫn tâm sân trong mọi đối tượng.

Như vậy, gọi là hành giả tiến hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo.

- Trong oai nghi ngồi, hành giả có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên một cách tự nhiên không cử động, gọi là "sắc ngồi". Nếu có phóng tâm phát sanh biết chuyện này chuyện kia, thì hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ "danh phóng tâm" (không phải ta phóng tâm, đặc biệt hành giả không theo dõi câu chuyện phóng tâm ấy); dầu đối tượng thay đổi (từ sắc ngồi diệt, danh phóng tâm sanh) song chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ sắc ngồi hoặc danh phóng tâm vẫn tự nhiên, nên diệt được cả tâm tham lẫn tâm sân trong mọi đối tượng.

Như vậy, gọi là hành giả tiến hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo.

- Trong oai nghi ngồi, hành giả có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên một cách tự nhiên không cử động, gọi là "sắc ngồi". Nếu có tâm suy nghĩ chuyện này chuyện kia phát sanh, thì hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ "danh suy nghĩ" (không phải ta suy nghĩ, đặc biệt hành giả không theo dõi vấn đề suy nghĩ ấy); dầu đối tượng thay đổi (từ sắc ngồi diệt, danh suy nghĩ sanh), song chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ sắc ngồi hoặc danh suy nghĩ vẫn tự nhiên, nên diệt được cả tâm tham lẫn tâm sân trong mọi đối tượng.

Như vậy, gọi là hành giả tiến hành thiền tuệ đúng theo Pháp hành Trung đạo.

Pháp hành Trung đạo trong giai đoạn đầu đó là pháp hành tứ niệm xứ. Hành giả tiến hành pháp hành tứ niệm xứ: niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp để diệt tâm tham hài lòng trong đối tượng thân, thọ, tâm, pháp và diệt tâm sân không hài lòng trong đối tượng thân, thọ, tâm, pháp.

Hành giả có chánh niệm, có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ:

- Đối tượng thân thuộc sắc pháp là chân nghĩa pháp.

- Đối tượng thọ thuộc danh pháp là chân nghĩa pháp.

- Đối tượng tâm thuộc danh pháp là chân nghĩa pháp.

- Đối tượng pháp thuộc danh pháp, sắc pháp là chân nghĩa pháp.

Chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ biết rõ thực tánh của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp; thấy rõ biết rõ sự sanh, sự diệt của danh pháp, sắc pháp; thấy rõ biết rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp v.v... tiến triển đến giai đoạn cuối của Pháp hành Trung đạo đó là pháp hành bát chánh đạo: chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định, chính là 8 tâm sở:

1- Tâm sở trí tuệ gọi là chánh kiến.

2- Tâm sở hướng tâm gọi là chánh tư duy.

3- Tâm sở chánh ngữ gọi là chánh ngữ.

4- Tâm sở chánh nghiệp gọi là chánh nghiệp.

5- Tâm sở chánh mạng gọi là chánh mạng.

6- Tâm sở tinh tấn gọi là chánh tinh tấn.

7- Tâm sở niệm gọi là chánh niệm.

8- Tâm sở định gọi là chánh định.

Tám tâm sở này gọi là 8 chánh đồng sanh trong Thánh Đạo Tâm, Thánh Quả Tâm có Niết Bàn làm đối tượng.

Pháp hành Trung đạo trong giai đoạn cuối hoàn thành mọi phận sự Tứ thánh đế chứng đắc Thánh Đạo, Thánh Quả và Niết Bàn.

3- Không tiến hành pháp hành thiền tuệ như thế nào?

Khi hành giả đang ở trong oai nghi ngồi, thì phóng tâm phát sanh biết đến chuyện này chuyện kia hoặc tâm suy nghĩ phát sanh nghĩ đến vấn đề trong quá khứ hay vị lai; hành giả theo dõi biết đến câu chuyện thuộc về đối tượng chế định pháp (paññattidhamma), không phải là đối tượng chân nghĩa pháp (paramatthadhamma). Hành giả không biết đối tượng sắc ngồi ở hiện tại và không biết chủ thể danh biết sắc ngồi ấy, chỉ theo dõi biết những đối tượng chế định pháp, đó là câu chuyện do phóng tâm hoặc vấn đề trong quá khứ, vị lai do tâm suy nghĩ.

Như vậy, hành giả không tiến hành pháp hành thiền tuệ, nên không gọi hành giả tiến hành sai hoặc đúng pháp hành thiền tuệ.

Tứ oai nghi cơ bản ban đầu:

Tứ oai nghi: oai nghi đi, oai nghi đứng, oai nghi ngồi, oai nghi nằm có thể chọn làm đối tượng thiền tuệ cơ bản ban đầu của hành giả tiến hành thiền tuệ.

Mỗi hành giả đã từng tạo ba la mật, đã từng gieo duyên lành trong giáo pháp của Đức Phật ở quá khứ như thế nào, không một ai có thể biết được ngoài Đức Phật, bởi vì Đức Phật có 2 loại trí tuệ đặc biệt là:

1- Indriyaparopariyattañāṇa: trí tuệ thấy rõ biết rõ căn duyên cao thấp của mỗi chúng sinh.

2- Āsayānusayañāṇa: trí tuệ thấy rõ biết rõ phiền não ngấm ngầm và thiện nghiệp, ác nghiệp của mỗi chúng sinh.

Chư bậc Thánh Thanh Văn dầu là bậc Thánh A-ra-hán cũng không có hai loại trí tuệ này, nên không thể biết được căn duyên ba la mật của mỗi chúng sinh. Do đó, bậc Thánh Thanh Văn không có khả năng truyền dạy pháp hành thiền định hoặc pháp hành thiền tuệ để cho hành giả dễ dàng chứng đắc các bậc thiền, chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn như Đức Phật.

Bản tánh với trí tuệ của hành giả thích hợp Tứ niệm xứ

Trong pháp hành thiền tuệ, hành giả được phân loại có 2 bản tánh với 2 khả năng trí tuệ, như vậy có 4 hạng người:

1- Hạng người có tánh tham ái, trí tuệ kém.

2- Hạng người có tánh tham ái, trí tuệ nhiều.

3- Hạng người có tánh tà kiến, trí tuệ kém.

4- Hạng người có tánh tà kiến, trí tuệ nhiều.

Mỗi hạng người kể trên thích hợp với một niệm xứ. Nếu hành giả biết chọn đối tượng niệm xứ thích hợp với bản tánh và trí tuệ của mình, thì việc tiến hành tứ niệm xứ hoặc tiến hành thiền tuệ ở giai đoạn ban đầu rất thuận lợi cho sự phát triển trí tuệ thiền tuệ. Đến giai đoạn giữa và giai đoạn cuối còn tuỳ thuộc vào ba la mật và căn duyên của mỗi hành giả đã từng hành trong những kiếp quá khứ.

Trong Chú giải kinh Đại tứ niệm xứ dạy rằng:

1- Hành giả có tánh tham ái, trí tuệ kém, thì thích hợp với đối tượng niệm thân thuộc về sắc pháp.

Hành giả tiến hành đối tượng niệm thân (sắc pháp) để thấy rõ biết rõ thân này "bất tịnh", nên diệt được tâm tham ái nương nhờ nơi thân cho rằng: "tịnh, xinh đẹp".

2- Hành giả có tánh tham ái, trí tuệ nhiều thì thích hợp với đối tượng niệm thọ thuộc về danh pháp.

Hành giả tiến hành đối tượng niệm thọ (danh pháp) để thấy rõ biết rõ thọ này "khổ" nên diệt được tâm tham ái nương nhờ nơi thọ cho rằng: "lạc".

3- Hành giả có tánh tà kiến, trí tuệ kém thì thích hợp với đối tượng niệm tâm thuộc về danh pháp.

Hành giả tiến hành đối tượng niệm tâm (danh pháp) để thấy rõ biết rõ tâm này "vô thường", nên diệt được tâm tà kiến nương nhờ nơi tâm cho rằng: "thường".

4- Hành giả có tánh tà kiến, trí tuệ nhiều thì thích hợp với đối tượng niệm pháp thuộc về danh pháp, sắc pháp.

Hành giả tiến hành đối tượng niệm pháp (danh pháp -- sắc pháp) để thấy rõ biết rõ pháp này "vô ngã", nên diệt được tâm tà kiến nương nhờ nơi pháp cho rằng: "ngã".

Tuy 4 đối tượng: "thân là bất tịnh, thọ là khổ, tâm là vô thường, pháp là vô ngã" chỉ đề cập đến tính chất đặc biệt của mỗi đối tượng; nhưng thực ra, tất cả 4 đối tượng thân, thọ, tâm, pháp đều có trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã, trạng thái bất tịnh.

Nếu hành giả biết chọn đúng đối tượng niệm xứ nào hoặc danh pháp, sắc pháp nào thích hợp với bản tánh và khả năng trí tuệ của mình, thì việc tiến hành niệm xứ ấy hoặc tiến hành thiền tuệ với danh pháp, sắc pháp ấy rất thuận lợi cho việc phát triển trí tuệ thiền tuệ, để thấy rõ biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp ấy; thấy rõ biết rõ sự sanh, sự diệt của danh pháp, sắc pháp ấy; thấy rõ biết rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp ấy ở giai đoạn ban đầu; đến giai đoạn giữa và giai đoạn cuối còn tuỳ thuộc vào ba la mật đã từng tạo, căn duyên lành đã từng gieo trong giáo pháp của Đức Phật quá khứ.

Do đó, tứ oai nghi chỉ là đối tượng cơ bản ở giai đoạn đầu của hành giả mà thôi, đến giai đoạn giữa và giai đoạn cuối có thể dẫn đến kết quả như sau:

- Có số hành giả, giai đoạn đầu tiến hành niệm thân, đối tượng tứ oai nghi, đến giai đoạn giữa và giai đoạn cuối vẫn không thay đổi đối tượng tứ oai nghi. Số hành giả ấy có đủ ba la mật, có duyên lành đã từng tiến hành đối tượng tứ oai nghi thuộc về sắc pháp, có khả năng dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc Thánh Đạo bậc nào, Thánh Quả bậc nào và Niết Bàn, tuỳ theo năng lực ba la mật của hành giả.

- Có số hành giả, giai đoạn đầu tiến hành niệm thân, đối tượng tứ oai nghi, đến giai đoạn giữa và giai đoạn cuối thay đổi sang đối tượng niệm thọ để phù hợp với bản tánh và khả năng trí tuệ của mình. Số hành giả ấy có đủ ba la mật, có duyên lành đã từng tiến hành đối tượng niệm thọ thuộc về danh pháp, có khả năng dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc Thánh Đạo bậc nào, Thánh Quả bậc nào và Niết Bàn, tuỳ theo năng lực ba la mật của hành giả.

- Có số hành giả, giai đoạn đầu tiến hành niệm thân, đối tượng tứ oai nghi, đến giai đoạn giữa và giai đoạn cuối thay đổi sang đối tượng niệm tâm để phù hợp với bản tánh và khả năng trí tuệ của mình. Số hành giả ấy có đủ ba la mật, có duyên lành đã từng tiến hành đối tượng niệm tâm thuộc về danh pháp, có khả năng dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc Thánh Đạo bậc nào, Thánh Quả bậc nào và Niết Bàn, tuỳ theo năng lực ba la mật của hành giả.

- Có số hành giả, giai đoạn đầu tiến hành niệm thân, đối tượng tứ oai nghi, đến giai đoạn giữa và giai đoạn cuối thay đổi sang đối tượng niệm pháp để phù hợp với bản

tánh và khả năng trí tuệ của mình. Số hành giả ấy có đủ ba la mật, có duyên lành đã từng tiến hành đối tượng niệm pháp thuộc về danh pháp, sắc pháp có khả năng dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc Thánh Đạo bậc nào, Thánh Quả bậc nào và Niết Bàn, tuỳ theo năng lực ba la mật của hành giả v.v...

Hành giả tiến hành tứ niệm xứ hoặc tiến hành thiền tuệ chỉ khác nhau về danh từ gọi pháp hành mà thôi, còn thực tánh dẫn đến kết quả mục đích cuối cùng chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, giải thoát khổ tử sanh luân hồi trong ba giới bốn loài, thì hoàn toàn giống nhau.

Việc tiến hành pháp hành tứ niệm xứ hoặc tiến hành pháp hành thiền tuệ, sự thay đổi đối tượng để cho phù hợp với căn duyên của hành giả là việc thường xảy ra trong khi đang tiến hành pháp hành ấy. Đối tượng của pháp hành tứ niệm xứ là thân, thọ, tâm, pháp. Còn đối tượng của pháp hành thiền tuệ là tất cả mọi danh pháp, mọi sắc pháp thuộc chân nghĩa pháp, đối tượng trong tam giới và đối tượng siêu tam giới, Niết Bàn.

Nguyên nhân không biết đối tượng chân nghĩa pháp: Thực tánh của danh pháp sắc pháp là có thật, là một sự thật hiển nhiên, đó là 6 đối tượng: sắc trần, thanh trần, hương trần, vị trần, xúc trần và pháp trần (trừ chế định pháp) luôn luôn hiện rõ trong 6 lộ trình tâm: nhãn môn lộ trình tâm, nhĩ môn lộ trình tâm, tỷ môn lộ trình tâm, thiệt môn lộ trình tâm, thân môn lộ trình tâm và ý môn lộ trình tâm tuỳ theo mỗi đối tượng tương ứng với môn của chúng. Nhưng thực tế trong cuộc sống, đối với hàng phàm nhân, không phải là hành giả đang tiến hành thiền tuệ, thường không thấy, không biết đến thực tánh của danh pháp sắc pháp thuộc chân nghĩa pháp, mà thường chỉ thấy, chỉ biết đến chế định pháp theo khái niệm ý nghĩa, hình dạng chế định trong tâm và danh từ ngôn ngữ chế định gọi tên như: con người, đàn ông, đàn bà, chúng sinh, vật này, vật kia v.v.....

Bởi do nguyên nhân nào không thấy, không biết thực tánh của danh pháp sắc pháp đúng theo chân nghĩa pháp; mà thường chỉ thấy, chỉ biết đến chế định pháp, theo khái niệm ý nghĩa chế định, danh từ ngôn ngữ chế định?

Sở dĩ, chúng ta không biết được thực tánh của danh pháp sắc pháp thuộc chân nghĩa pháp; là vì, những đối tượng danh pháp, sắc pháp hiện tại hiện ra và tồn tại (trụ) thời gian quá ngắn ngủi. Hơn nữa, mỗi sát na tâm biết đối tượng sanh rồi diệt lại càng quá mau lẹ (chỉ một lần búng đầu móng tay, tâm sanh diệt liên tục trải qua 1.000 tỷ lần) qua các lộ trình tâm quá mau lẹ theo định luật tự nhiên của chúng. Cho nên, đối tượng danh pháp sắc pháp thuộc chân nghĩa pháp vừa hiện rõ trong lộ trình tâm này, liền chuyển sang ý môn lộ trình tâm khác, trở thành đối tượng chế định pháp.

Tuy nhiên, nguyên nhân chính, làm cho chúng ta không thấy không biết được thực tánh của danh pháp, sắc pháp đúng theo chân nghĩa pháp, đó là do vô minh bao trùm phủ kín trên đối tượng danh pháp sắc pháp ấy.

Theo thói quen của tâm thường biết đến đối tượng chế định pháp, theo khái niệm ý nghĩa chế định, danh từ ngôn ngữ chế định gọi tên khái niệm ý nghĩa ấy. Do đó, tâm không thể biết được thực tánh của danh pháp sắc pháp đúng theo chân nghĩa pháp.

[1] Một cách thoáng qua: nghĩa là không cần chú tâm rõ ràng đối tượng quá, chỉ cần chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết thoáng qua đối tượng, nhờ tinh tấn nên càng lúc càng rõ thêm. Bởi vì, chú tâm quá nơi đối tượng, thì đối tượng không còn ở lãnh vực đối tượng paramattha , mà chuyển sang lãnh vực đối tượng paññatti .

[2] Trạng thái tĩnh: trong một giây lát ngắn ngủi của mỗi dáng đứng, tư thế đứng đối tượng hiện tại.

[3] Trạng thái tĩnh: trong một giây lát ngắn ngủi của mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi đối tượng hiện tại.

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

[5] Trạng thái tĩnh: trong một giây lát ngắn ngủi của mỗi dáng nằm, tư thế nằm đối tượng hiện tại.

[6] 70 ý thức tâm: gồm 54 dục giới tâm, 2 thần thông tâm, 3 thức vô biên xứ tâm, 3 phi tưởng phi phi tưởng xứ tâm và 8 siêu tam giới tâm.

-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.