

PHẬT GIÁO NGUYÊN THỦY
THERAVĀDA

HỎI ĐÁP PHẬT PHÁP CĂN BẢN

TÁC GIẢ: SƯ THANH MINH
TRỤ TRÌ: CHÙA PHÚC MINH
Địa chỉ: *Thôn La Nguyễn, xã Minh Quang,
huyện Vũ Thư, tỉnh Thái Bình*

 NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

LỜI TỰA

Cuốn sách nhỏ này ghi chép lại những bài giảng của sư Thanh Minh ở chùa Phúc Minh vào các tối thứ 7 hàng tuần dưới dạng hỏi-đáp. Nội dung cuốn sách nói về cuộc đời của Đức Phật và những giáo lý quan trọng nhất mà Đức Phật đã thuyết giảng. Cuốn sách có nội dung ngắn gọn, dễ hiểu, phù hợp với những người muốn nhanh chóng nắm bắt được cốt lõi của giáo pháp Đức Phật.

Chương cuối của cuốn sách phân tích nội dung của bài Kinh Vô Ngã Tướng, tức phân tích về 5 uẩn: Sắc, thọ, tưởng, hành, thức dưới góc độ pháp chân đế. Đây là một pháp thâm sâu nên độc giả có thể sẽ cần tham cứu song song thêm bộ Vi Diệu Pháp và các bộ chú giải liên quan khác.

“Thánh đế về Khổ, này các Tỷ-kheo, cần phải liễu tri.

Thánh đế về Khổ tập cần phải đoạn tận.

Thánh đế về Khổ diệt cần phải chứng ngộ.

Thánh đế về Con đường đưa đến Khổ diệt cần phải tu tập.”

- Trích kinh Pariññeyyasutta -

MỤC LỤC

CHƯƠNG I: ĐỨC PHẬT

1/ HÀNH BỒ TÁT ĐẠO	4
2/ ĐẢN SINH	6
3/ XUẤT GIA	9
4/ THÀNH ĐẠO	13

CHƯƠNG II: ĐỨC PHÁP

5/ CHUYỂN PHÁP LUÂN	21
6/ KHỔ ĐỂ	29
7/ TẬP ĐỂ	31
8/ DIỆT ĐỂ	36
8/ DIỆT ĐỂ	36
9/ ĐẠO ĐỂ	44
9/ ĐẠO ĐỂ	44
10/ CHÁNH KIẾN	46
11/ CHÁNH TƯ DUY	51
12/ CHÁNH NGŨ	56
13/ CHÁNH NGHIỆP	61
14/ CHÁNH MẠNG	74
15/ CHÁNH TINH TẤN	82
16/ CHÁNH NIỆM	91
17/ CHÁNH ĐỊNH	102

CHƯƠNG III: ĐỨC TĂNG

18/ XUẤT GIA	124
--------------------	-----

CHƯƠNG IV: KINH VÔ NGÃ TƯỚNG

19/ SẮC UẨN	138
20/ THỌ UẨN	154
21/ TƯỚNG UẨN	164
22/ HÀNH UẨN	173
23/ THỨC UẨN	185

CHƯƠNG I: ĐỨC PHẬT

1/ HÀNH BỒ TÁT ĐẠO

Hỏi: Phật là gì?

Đáp: Phật là một bậc Giác Ngộ chân lý, bậc có trí tuệ hiểu biết đúng sự thật.

Hỏi: Muốn giác ngộ chân lý như một vị Phật thì phải làm gì?

Đáp: Phải thực hành Bồ Tát đạo để tích lũy các Ba-la-mật cho đến khi viên mãn thì sẽ thành Phật.

Hỏi: Muốn trở thành một vị Bồ Tát thì phải làm gì?

Đáp:

- Phải phát nguyện thành Phật âm thầm ở trong tâm;
- Phải phát nguyện ra thành lời;
- Phải được một vị Phật thọ ký chứng nhận thì vị đó trở thành Bồ Tát.

Hỏi: Điều kiện để thọ ký trở thành Bồ Tát là gì?

Đáp: Có 8 điều kiện để trở thành Bồ Tát:

- 1. Phải là người;
- 2. Phải là người nam;
- 3. Phải là người tu;
- 4. Đã chứng 5 pháp thần thông;
- 5. Có khả năng chứng A-La-Hán nhưng từ chối;
- 6. Có phát nguyện thành Phật;
- 7. Có khả năng cúng dường thân mạng;
- 8. Được một vị Phật thọ ký.

Hỏi: Bồ Tát phải tu tập những pháp môn gì để trở thành một vị Phật?

Đáp: Vị Bồ Tát đó phải tu tập mười Ba-la-mật:

1. Bố thí;
2. Trì giới;
3. Xuất gia;
4. Trí tuệ;
5. Tinh tấn;
6. Kham nhẫn;
7. Chân thật;
8. Quyết định;
9. Tâm từ;
10. Tâm xả.

Ở 3 mức độ: bậc thường – bậc trung – bậc thượng:
 $10 \times 3 = 30$ pháp Ba-la-mật.

2/ ĐẢN SINH

Hỏi: Bồ Tát từ cõi nào sinh xuống nhân gian?

Đáp: Từ cõi trời Đâu Suất.

Hỏi: Một vị trời khi sắp chết sẽ có biểu hiện gì?

Đáp: Có 5 tướng suy hiện ra:

- Hoa trên người khô héo;
- Màu sắc Thiên y phai nhạt;
- Nách chảy mồ hôi;
- Màu da đen tối;
- Nhàm chán Thiên dục.

Hỏi: Trước khi đản sinh Bồ Tát thường xem xét điều gì?

Đáp: Bồ Tát quan sát 5 điều:

- Tuổi thọ: Không quá ngắn, không quá dài;
- Châu lục: Nam Diêm Phù Đề;
- Quốc gia: Trung tâm địa cầu;
- Dòng tộc: Cao quý;
- Mẫu thân: Đức hạnh.

Hỏi: Bồ Tát còn phiền não: Tham, sân, si không? Tại sao?

Đáp: Còn. Vì đang trên đường tu tập.

Hỏi: Nếu muốn trở thành một vị Phật thì phải làm gì?

Đáp: Phải hành Bồ Tát đạo.

Hỏi: Bồ Tát Siddhāttha (Tất Đạt Đa) đản sinh ở đâu?

Đáp: Bồ Tát Siddhāttha (Tất Đạt Đa) đản sinh ở dưới gốc cây vô ưu, trong vườn Lâm Tỳ Ni (Lumbini).

Hỏi: Hoàng hậu Ma Da (Mahamaya) qua đời khi nào và bà tái sinh về đâu?

Đáp: Bà qua đời sau khi sinh thái tử được 7 ngày. Bà tái sinh về cõi trời Đâu Suất.

Hỏi: Các nhà tiên tri đã tiên đoán như thế nào về tương lai của Bồ Tát?

Đáp: Nếu ở tại gia Người sẽ làm vua Chuyển luân Thánh vương. Nếu xuất gia Người sẽ thành Phật.

Hỏi: Tên Siddhāttha (Tất Đạt Đa) có ý nghĩa gì?

Đáp: Người sẽ thành tựu được ước nguyện.

Hỏi: Thái tử Tất Đạt Đa đã cảm nhận điều gì trong buổi lễ hạ điền?

Đáp: Ngài cảm nhận được nỗi khổ của trần gian và hạnh phúc của pháp hành thiền.

Hỏi: Tại sao Thái tử Siddhāttha lại nhàm chán đời sống dục lạc ở thế gian?

Đáp: Vì ước nguyện thành Phật và các Ba-la-mật đang chín mùi thôi thúc Ngài nhàm chán thế gian.

Hỏi: Thái tử Siddhāttha đã nghĩ gì khi thấy 4 cảnh:

Già, bệnh, chết, người tu?

Đáp: Ngài nghĩ:

- Ta cũng phải già;
- Ta cũng phải bệnh;
- Ta cũng phải chết;
- Ta cũng phải đi tu.

Hỏi: Tại sao con trai Thái tử lại được đặt tên là La Hầu La (Rāhula)?

Đáp: Vì Ngài nói đứa con này là sợi dây trói buộc.

3/ XUẤT GIA

Hỏi: Thái tử Siddhāttha đi xuất gia trước ngày Rāhula ra đời hay sau đó?

Đáp: Ngài đi xuất gia ngay trong ngày hôm đó.

Hỏi: Tại sao Thái tử Siddhāttha lại đi xuất gia trong ngày con trai chào đời?

Đáp: Vì Ngài không muốn bị ràng buộc.

Hỏi: Tại sao Thái tử Siddhāttha lại không muốn làm vua? Ngài xuất gia để làm gì?

Đáp: Vì làm vua cũng không thoát khỏi già, bệnh, chết. Xuất gia vì muốn giải thoát già, bệnh, chết.

Hỏi: Tại sao bốn cảnh: Già, bệnh, chết và người tu lại xuất hiện trong chuyến du hành của thái tử?

Đáp: Do các vị chư Thiên biến hiện ra để thức tỉnh thái tử.

Hỏi: Thái tử Siddhāttha đã làm lễ xuất gia ở đâu?

Đáp: Thái tử Siddhāttha đã làm lễ xuất gia bên bờ

sông Anoma.

Hỏi: Tóc và áo choàng của Ngài đang được tôn thờ ở cõi nào?

Đáp: Tóc của Ngài đang được tôn thờ ở cõi trời Đao Lợi. Áo choàng của Ngài đang được thờ ở cõi Sắc Cứu Cánh Thiên.

Hỏi: Khi xuất gia, đạo sĩ Tất Đạt Đa đã tu hành trong vương quốc nào?

Đáp: Ngài đã tu hành ở nước Ma Kiệt Đà của vua Bimbisāra.

Hỏi: Học đạo với vị thầy thứ nhất Bồ Tát có tu được kết quả gì không?

Đáp: Ngài chứng được đến tầng thiên vô sở hữu xứ.

Hỏi: Đến với vị thầy thứ hai Bồ Tát tu được gì?

Đáp: Ngài chứng được pháp thiên phi tướng phi phi tướng xứ.

Hỏi: Trải qua 6 năm tu khổ hạnh là tu đúng hay tu sai? Ngài có đắc Đạo được không?

Đáp: Là tu sai. Không đắc Đạo được.

Hỏi: Tại sao Bồ Tát Siddhāttha phải trải qua 6 năm tu khổ hạnh?

Đáp: Đó là quả báo của nghiệp bất thiện từ kiếp quá khứ: Khi đó Ngài là vị Bà la môn Jotipāla, đã xúc phạm đến Đức Phật Kassapa bằng 6 lần nói: “Việc gì

ta phải kính lễ vị sa môn trọc đầu ấy”.

Hỏi: Mục đích tu khổ hạnh là để làm gì?

Đáp: Để diệt trừ các tâm bất thiện.

Hỏi: Nhân duyên gì khiến Ngài thức tỉnh con đường trung đạo?

Đáp: Ngài nghe tiếng đàn của Thiên chủ Sakka.

Hỏi: Đạo sĩ Siddhāttha tu khổ hạnh, vậy sự khổ hạnh ấy là thân khổ hạnh hay tâm khổ hạnh.

Đáp: Thân khổ hạnh.

Hỏi: Khi tu khổ hạnh như vậy là tạo thiện nghiệp hay bất thiện nghiệp? Tại sao?

Đáp: Cả hai:

- Chiến đấu với phiền não là thiện nghiệp.
- Cho rằng tu thể này sẽ đi đến giác ngộ là tà kiến (hiếu sai) là ác nghiệp.

Hỏi: Tại sao 5 người bạn lại bỏ Ngài ra đi?

Đáp: Vì họ thấy Ngài không tu khổ hạnh nữa.

Hỏi: Ai đã bảo vệ Đức Bồ Tát khi Ngài bị ác ma quấy phá?

Đáp: Các Ba-la-mật mà Ngài đã tạo.

Hỏi: Ai làm chứng cho các Ba-la-mật mà Ngài đã tạo khi tu Bồ Tát Đạo?

Đáp: Đất làm chứng.

Hỏi: Bồ Tát bị ác ma quấy phá vậy đó là ma trong lòng

hay ma ở bên ngoài?

Đáp: Cả hai.

Hỏi: Tại sao Bồ Tát lại bị ma trong lòng quấy phá?

Đáp: Do chánh niệm yếu, tà niệm nổi lên. Tà niệm chính là ma phiền não.

Hỏi: Tại sao Bồ Tát lại bị ma bên ngoài quấy phá?

Đáp: Đó là các vị chư Thiên ở cõi Tha Hóa Tự Tại Thiên, có tà kiến, muốn mọi chúng sinh ở dưới sự cai quản của mình, không muốn ai hơn mình.

Hỏi: Làm sao để đối trị được ma trong lòng?

Đáp: Luôn giữ chánh niệm, an trú trong Tứ Niệm Xứ.

Hỏi: Đức Bồ Tát đã chiến đấu với ác ma như thế nào?

Đáp: Ngài đã tưởng niệm đến các pháp Ba-la-mật.

4/ THÀNH ĐẠO

Hỏi: Tại sao Bồ Tát có thể nhớ lại được rất nhiều đời sống quá khứ?

Đáp: Nhờ năng lực của Túc mạng trí.

Hỏi: Tại sao Bồ Tát quán thấy được sự chết và đi tái sinh của chúng sinh?

Đáp: Nhờ năng lực của Thiên nhãn trí.

Hỏi: Tại sao Ngài biết mình đã giải thoát khổ đau sinh tử?

Đáp: Nhờ năng lực của Lậu tận trí.

Hỏi: Đức Phật có những loại thần thông gì?

Đáp:

- | | |
|---------------------|-------------------|
| • Túc mạng thông; | • Tha tâm thông; |
| • Thiên nhãn thông; | • Thần túc thông; |
| • Thiên nhĩ thông; | • Lậu tận thông. |

Hỏi: Từ khi thành Đạo, Ngài được thế gian tôn xưng là gì?

Đáp: Arahamb – Ứng Cúng;

- Sammāsambuddho – Chánh Biến Tri;
- Vijjācaranasampanno – Minh Hạnh Túc;
- Sugato – Thiện Thệ;
- Lokavidū – Thế Gian Giải;
- Anuttaro Purisadammasārathi – Vô Thượng Sĩ
Điều Ngự Trượng Phu;
- Purisadammasārathi – Thiên Nhân Sư;
- Buddho – Phật;
- Bhagavā – Thế Tôn.

Hỏi: Phải tu hành bao nhiêu kiếp mới trở thành một vị Phật?

Đáp: 4 A tăng kỳ kiếp và 100 ngàn đại kiếp.

Hỏi: Chúng sinh ở các cõi khác có thể tu thành Phật được không?

Đáp: Không. Chỉ cõi người mới tu thành Phật được.

Hỏi: Ở các cõi khác có thể tu đắc các Thánh quả khác được không?

Đáp: Có thể đắc bốn Thánh quả khác.

Hỏi: Súc sinh có thể tu Giới – Định – Tuệ được không?

Đáp: Có thể tu được giới. *Không thể tu được định và tuệ.*

Hỏi: Bữa ăn cuối cùng của Bồ Tát trước khi thành đạo do ai cúng dàng?

Đáp: Nàng Sujata.

Hỏi: Khi đắc đạo rồi, Đức Phật vẫn ngồi thiền là để

làm gì?

Đáp: Để hưởng sự an lạc của Đạo quả giải thoát.

Hỏi: Khi đắc Đạo rồi, Ngài còn cảm thấy vui, buồn nữa không?

Đáp: Không.

Hỏi: Người khác thấy Ngài có biết Ngài đã thành Phật rồi không?

Đáp: Không.

Hỏi: Các vị chư Thiên có biết Ngài đã thành Phật rồi không?

Đáp: Vị nào có tha tâm thông thì mới biết Ngài đã thành Phật.

Hỏi: Tuần thứ nhất sau khi thành Đạo, Đức Phật đã đi đâu?

Đáp: Ngài nhập thiền quả dưới gốc cây Bồ Đề.

Hỏi: Tuần thứ hai Đức Phật đã hành thiền ở đâu?

Đáp: Ngài không hành thiền mà đứng nhìn cây Bồ Đề không chớp mắt.

Hỏi: Sau hai tuần từ khi thành Đạo, Ngài vẫn ở lại với cây Bồ Đề hay Ngài đã đi nơi khác?

Đáp: Ngài hóa ra con đường bằng châu báu ở bên cạnh cây Bồ Đề và đi thiền hành trên đó.

Hỏi: Vì diệu pháp thâm sâu mâu nhiệm đã được Đức Phật quán chiếu khi Ngài ở dưới cội cây Bồ Đề phải không?

Đáp: Không. Đức Phật quán chiếu *Vì Diệu Pháp* thâm sâu ở trong *bảo cung Ratanaghara* tuần lễ thứ tư sau khi thành đạo.

Hỏi: Khi Ngài thành Phật rồi ác ma còn dám đến quấy nhiễu nữa không? Tại sao?

Đáp: Có. Vì ác ma không biết được khả năng siêu phàm của Đức Phật.

Hỏi: Vị chúa rồng đã che mưa cho Phật ở tuần thứ 6 là chúng sinh ở cõi nào?

Đáp: Là chư Thiên ở cõi Tứ Thiên Vương.

Hỏi: Đức Phật đã thực hành pháp thiền gì vào tuần thứ bảy?

Đáp: Ngài nhập thiền quả giải thoát.

Hỏi: Đức Phật có phải là bậc A La Hán không?

Đáp: Có. Đức Phật là bậc A La Hán Chánh Đẳng Chánh Giác.

Hỏi: A La Hán có nghĩa là gì?

Đáp: Có 3 nghĩa:

- Đã đoạn trừ hết phiền não.
- Xứng đáng được cung kính cúng dàng.
- Giải thoát khổ đau sinh tử.

Hỏi: Phiền não là gì?

Đáp: Phiền não là các tâm bất thiện sinh khởi ở trong tâm: 8 tâm tham; 2 tâm sân; 2 tâm si.

Hỏi: Khi diệt hết phiền não rồi thì tâm gì sẽ sinh khởi?

Đáp: Còn lại tâm *Vô tham - Vô sân - Vô si* sẽ sinh khởi.

Hỏi: Ngài xứng đáng được cúng dường là làm sao?

Đáp: Vì ai cúng dường Ngài thì sẽ nhận lại được những phước báu lớn, những công đức lớn.

Hỏi: Khi Đức Phật nhập Niết Bàn rồi, mọi người dâng lễ vật cúng dường thì Ngài có nhận được không?

Đáp: Không.

Hỏi: Mọi người cầu xin Ngài phù hộ, vậy Ngài có phù hộ được không?

Đáp: Không.

Hỏi: Mọi người tụng kinh, niệm Phật, Ngài có nghe được không?

Đáp: Không.

Hỏi: Vậy dâng lễ vật cúng dàng, tụng kinh lễ bái có công đức không?

Đáp: Có.

Hỏi: Vậy bây giờ Đức Phật đang ở đâu?

Đáp: Ngài đã nhập Niết Bàn.

Hỏi: Ngài nhập Niết Bàn rồi thì còn tâm thức nữa không?

Đáp: Không.

Hỏi: Chánh Đẳng Giác có ý nghĩa gì?

Đáp: Là trí tuệ thấy biết không bị ngăn che:

- Thấu suốt quá khứ;
 - Thấu suốt hiện tại;
 - Thấu suốt vị lai.
- } → *Toàn giác trí.*

Hỏi: Đức Phật có những loại trí gì?

Đáp: Đức Phật có tám loại trí:

- Túc mạng trí;
- Thiên nhãn trí;
- Thiên nhĩ trí;
- Tha tâm trí;
- Lậu tận trí;
- Thần túc trí;
- Hóa tâm trí;
- Thiền tuệ trí.

Hỏi: Đức Phật có những đức hạnh gì?

Đáp: Đức Phật có 15 đức hạnh:

- Hạnh giữ giới thanh tịnh;
- Hạnh thu thúc 6 căn thanh tịnh;
- Hạnh tri túc trong vật thực;
- Hạnh thức tỉnh;
- Hạnh đức tin – tín;
- Hạnh chánh niệm – niệm;
- Hạnh hổ thẹn tội lỗi – tàm;
- Hạnh ghê sợ tội lỗi – quý;
- Hạnh đa văn;
- Hạnh tinh tấn;
- Hạnh trí tuệ;
- Hạnh sơ thiền;
- Hạnh nhị thiền;
- Hạnh tam thiền;

- Hạnh tứ thiền.

Hỏi: Đức Phật có nói ra tất cả những gì mà Ngài đã biết không?

Đáp: Không. Ngài chỉ nói ra sự thật có lợi ích cho chúng sinh mà thôi.

Hỏi: Cái gì là sự thật có lợi ích?

Đáp: Sự thật về khổ;

- Nguyên nhân của khổ;
- Sự thoát khổ;
- Con đường thoát khổ;

Là những sự thật có lợi ích.

Hỏi: Tại sao Đức Phật lại nói ra được những sự thật có lợi ích?

Đáp: Bởi vì Đức Phật đã thấy biết rõ ràng các pháp trên thế gian.

Hỏi: Đức Phật thấy biết các pháp gì về thế gian?

Đáp: Đức Phật thấy biết về:

- **Chúng sinh thế giới: Noãn – Thai – Thấp – Hóa.**
- **Cõi thế giới: 31 cõi/1 thế giới.**
- **Pháp hành thế giới:**
 - 1 pháp: Tất cả chúng sinh tồn tại nhờ vật thực.
 - 2 pháp: Danh và sắc.
 - 3 thọ: Khổ thọ, lạc thọ, bất khổ bất lạc thọ.
 - 4 pháp: Đoàn thực, thức thực, xúc thực, tư niệm thực.

- 5 uẩn: Sắc, thọ, tưởng, hành, thức.
- 6 xứ: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý.

Hỏi: Đức Phật điều phục những hàng chúng sinh hung dữ bằng cách nào?

Đáp:

- Đức Phật dùng lòng từ bi để điều phục;
- Đức Phật dùng trí tuệ để điều phục;
- Đức Phật dùng thần thông để điều phục;
- Đức Phật dùng lời nói để điều phục.

Hỏi: Tại sao Đức Phật lại là Thầy của trời và người?

Đáp: Vì Đức Phật có thể giảng pháp cho cả các hàng chư Thiên và nhân loại được *giác ngộ sự thật và giải thoát khổ đau*.

Hỏi: Tại sao Đức Phật được gọi là Bạc Giác Ngộ?

Đáp: Vì Ngài tuệ tri được bốn sự thật:

- *Tuệ tri 5 uẩn luôn phải chịu sự sinh diệt – Khổ Đế;*
- *Tuệ tri tham ái dính mắc nên phải chịu sinh diệt – Tập Đế;*
- *Tuệ tri Niết Bàn diệt trừ tham ái giải thoát khổ – Diệt Đế;*
- *Tuệ tri bát chánh đạo con đường tu tập thoát khổ – Đạo Đế.*

Hỏi: Vì sao Đức Phật còn được gọi là Thế Tôn?

Đáp: Thế Tôn hay Bhagavā là người may mắn, người thừa tự những thiện nghiệp đã làm.

CHƯƠNG II: ĐỨC PHÁP

5/ CHUYỂN PHÁP LUÂN

Hỏi: Chúng sinh thì nương tựa vào Phật, vậy Phật nương tựa vào ai?

Đáp: Phật nương tựa vào pháp.

Hỏi: Pháp mà Phật nương tựa là pháp gì?

Đáp: Là pháp giải thoát và pháp giải thoát tri kiến.

Hỏi: Pháp gì là pháp giải thoát? Pháp gì là pháp giải thoát tri kiến?

Đáp: Thiền định là pháp giải thoát. Thiền quả là pháp giải thoát tri kiến.

Hỏi: Ngài cảm thấy tâm tính của chúng sinh như thế nào?

Đáp: Tâm tính chúng sinh bị tham dục quá sâu nặng.

Hỏi: Hoa sen ra khỏi nước tượng trưng cho hạng chúng sinh nào?

Đáp: *Tượng trưng cho hạng chúng sinh có trí tuệ sắc bén.*

Hỏi: Hoa sen còn trong nước tượng trưng cho hạng

chúng sinh nào?

Đáp: *Tượng trưng cho hạng chúng sinh có trí tuệ trung bình.*

Hỏi: Hoa sen trong bùn tượng trưng cho hạng chúng sinh nào?

Đáp: *Tượng trưng cho hạng chúng sinh có trí tuệ yếu kém.*

Hỏi: Pháp có những ân đức gì?

Đáp: Có 6 ân đức:

- Svākkhāto – Khéo thuyết giảng;
- Sandiṭṭhiko – Thiết thực hiện tại;
- Akāliko – Không có thời gian;
- Ehipassiko – Đến để mà thấy;
- Opaneyyiko – Có khả năng hưởng thượng;
- Paccattam veditabbo viññūhī – Được người có trí chứng ngộ.

Hỏi: Khéo thuyết giảng là làm sao?

Đáp: Là Đức Thế Tôn thuyết giảng giáo pháp một cách hoàn hảo viên mãn.

Hỏi: Hoàn hảo như thế nào?

Đáp:

▪ **Pháp học hoàn hảo:**

- Đoạn đầu: Mở đầu hoàn hảo;
- Đoạn giữa: Nội dung hoàn hảo – Có nghĩa, có văn, phạm hạnh thanh tịnh, hoàn toàn trong sạch;
- Đoạn cuối: Kết thúc hoàn hảo;

■ **Pháp hành hoàn hảo:**

- Đoạn đầu: Hoàn hảo về giới;
- Đoạn giữa: Hoàn hảo về định;
- Đoạn cuối: Hoàn hảo về tuệ;

■ **Pháp thành tựu:**

- Sơ quả – Nhị quả: Giới hoàn hảo;
- Tam quả: Định hoàn hảo;
- Tứ quả: Tuệ hoàn hảo.

Hỏi: Thiết thực hiện tại là làm sao?

Đáp: *Thiết thực = sự thật (Hay chân lý).*

■ **Đức Thế Tôn chỉ thuyết giảng sự thật:**

- Sự thật về khổ;
- Sự thật nguồn gốc của khổ;
- Sự thật về sự diệt khổ;
- Sự thật về con đường thoát khổ;

Hiện tại: Những sự thật ấy luôn hiện hữu trong hiện tại.

Hỏi: Không có thời gian là sao?

Đáp: Là cho quả ngay lập tức. Ví dụ:

- Người không biết tu thì *tham – sân – si* = Khổ đau.
- Người biết tu vô tham, vô sân, vô si = An vui.

Hỏi: Đến để mà thấy là thấy cái gì?

Đáp: Là thấy các sự thật:

- Chấp thủ 5 uẩn là khổ;
- Vô minh tham ái là nhân của khổ;

- Niết Bàn là hết khổ;
- Bát chánh đạo là con đường thoát khổ.

Hỏi: Thế nào là hướng thượng?

Đáp: Là từ những chúng sinh thấp kém nhờ thực hành giáo pháp mà trở thành những bậc cao thượng.

- Tham – sân – si là thấp kém; Vô tham – vô sân – vô si là cao thượng.
- Ác giới là thấp kém; Trì giới là cao thượng.
- Nhiễm ô là thấp kém; Thanh tịnh là cao thượng.
- Tà kiến là thấp kém; Chánh kiến là cao thượng.
- Sinh tử là thấp kém; Niết Bàn là cao thượng.

Hỏi: Thế nào là người có trí sẽ giác ngộ?

Đáp:

- Trí do học mà có là văn tuệ;
- Trí do suy luận mà có là tư tuệ;
- Trí do thực hành thiền tuệ là tu tuệ.

Loại trí thứ ba này mới có thể đạt được sự giác ngộ.

Hỏi: Làm sao để phân biệt được chánh pháp với tà pháp?

Đáp: *Pháp trừ diệt được nhân sinh ra khổ là chánh pháp. Pháp không trừ diệt được nhân sinh ra khổ là tà pháp.*

Hỏi: Thế nào là thực hành đúng pháp? Thế nào là thực hành sai pháp?

Đáp: Hành theo bát chánh đạo (Giới – định – tuệ) là hành đúng pháp. Không hành theo bát chánh đạo

(Giới – định – tuệ) là hành sai pháp.

Hỏi: Thế nào là sống như pháp? Thế nào là không phải sống như pháp?

Đáp:

- Học pháp không phải sống như pháp;
- Giảng pháp không phải sống như pháp;
- Thực hành pháp là sống như pháp.

Hỏi: Pháp học là học những gì?

Đáp: Học *Kinh*; học *Luật*; học *Luận*.

Hỏi: Pháp hành là hành những gì?

Đáp: Pháp hành thì hành:

- Giữ giới;
- Thiền chỉ;
- Thiền quán.

Hỏi: Pháp thành thì thành những gì?

Đáp: Là thành Đạo và Quả:

- Sơ đạo - Sơ quả; • Tam đạo - Tam quả;
- Nhị đạo - Nhị quả; • Tứ đạo - Tứ quả.

Hỏi: Tụng kinh thì thuộc về pháp gì?

Đáp: Pháp học.

Hỏi: Nghe pháp thuộc về pháp gì?

Đáp: Pháp học.

Hỏi: Ngồi thiền thuộc về pháp gì?

Đáp: Pháp hành.

Hỏi: Sau khi thành Đạo, Đức Phật nhập thiền quả dưới gốc cây Bồ Đề suốt một tuần thì đó là pháp gì?

Đáp: Là pháp thành.

Hỏi: Pháp học để làm gì?

Đáp: Để biết sự thật.

Hỏi: Pháp hành để làm gì?

Đáp: Để thấy sự thật.

Hỏi: Pháp thành để làm gì?

Đáp: Để liễu tri sự thật.

Hỏi: Biết sự thật thì có lợi ích gì?

Đáp: Thì có niềm tin đúng.

Hỏi: Thấy sự thật thì có lợi ích gì?

Đáp: Thì dứt được hoài nghi.

Hỏi: Liễu tri sự thật thì có lợi ích gì?

Đáp: Thì thể nhập chánh trí.

Hỏi: Pháp tục đế là pháp gì?

Đáp: Là kiến thức thế gian và những luật lệ do thế gian quy định.

Hỏi: Pháp chân đế là pháp gì?

Đáp: Là những quy luật của tự nhiên, là chân lý, là sự thật tối hậu.

Hỏi: Pháp tục đế có ý nghĩa gì?

Đáp: Có ý nghĩa tưởng tri.

Hỏi: Pháp chân đế có ý nghĩa gì?

Đáp: Có ý nghĩa tuệ tri.

Hỏi: Có bao nhiêu pháp tục đế?

Đáp: Vô số.

Hỏi: Có bao nhiêu pháp chân đế?

Đáp: Có 4 pháp: Tâm, tâm sở, sắc pháp, Niết Bàn.

Hỏi: Thế nào là nương tựa pháp?

Đáp: Thực hành pháp là nương tựa pháp.

Hỏi: Thế nào là cúng dàng pháp?

Đáp:

- Cúng dàng Phật vì Phật đã nói ra pháp;
- Cúng dàng Tăng vì Tăng đã gìn giữ pháp;
- Cúng dàng tất cả những ai thực hành pháp.

Đó là cúng dàng pháp.

Hỏi: Phật – Pháp – Tăng, ngôi nào có trước?

Đáp: Phật rồi đến Pháp rồi đến Tăng.

Hỏi: Phật – Pháp – Tăng: ngôi nào diệt trước?

Đáp: Phật rồi đến Pháp rồi đến Tăng.

Hỏi: Phật – Pháp – Tăng: ngôi nào cao thượng nhất?

Đáp: Phật rồi đến Pháp rồi đến Tăng.

Hỏi: Pháp có bao nhiêu vị?

Đáp: Có 1 vị. Đó là vị giải thoát.

Hỏi: Muốn giải thoát thì phải làm gì?

Đáp: Phải thực hành pháp.

Hỏi: Muốn hành pháp thì phải làm gì?

Đáp: Phải hiểu pháp.

Hỏi: Muốn hiểu pháp thì phải làm gì?

Đáp: Phải tầm sư học đạo.

Hỏi: Đức Phật đã tuyên bố sự chứng đắc của mình với người đầu tiên là ai? Người đó có tin không?

Đáp: Với đạo sĩ Upaka. Ông ta hoài nghi.

Hỏi: Đức Phật tuyên bố Ngài đã thành Phật lần thứ hai với ai? Họ có tin không?

Đáp: Với 5 anh em Kiều Trần Như. Ba lần đầu họ không tin. Đức Phật quả quyết đến lần thứ tư thì họ mới tin.

Hỏi: Tại sao 5 anh em Kiều Trần Như lại không tin Ngài đã thành Phật?

Đáp: Vì họ nghĩ rằng phải tu khổ hạnh thì mới có thể đắc đạo.

Hỏi: Tu như thế nào thì gọi là cực đoan?

Đáp: Khổ hạnh ép xác hoặc hưởng thụ dục lạc.

Hỏi: Tu như thế nào thì sẽ giác ngộ?

Đáp: Trung đạo.

Hỏi: Như thế nào thì được gọi là giác ngộ?

Đáp: Thấy được bốn sự thật: *Khổ đế, Tập đế, Diệt đế, Đạo đế* → thì được gọi là giác ngộ.

6/ KHỔ ĐỂ

Hỏi: Khổ để hiện hữu ở đâu?

Đáp: Ở thân, tâm.

Hỏi: Thân khổ như thế nào?

Đáp: Sinh – già – bệnh – chết.

Hỏi: Tâm khổ như thế nào?

Đáp:

- Cầu mà không được;
 - Xa người yêu thương;
 - Gần người oán ghét;
 - Chấp thủ 5 uẩn;
- Rồi sinh ra sầu, bi, khổ, ưu não.

Hỏi: Chúng sinh đang sống trong sự hạnh phúc ở thế gian thì có khổ không? Tại sao?

Đáp: Có khổ. Vì cái hạnh phúc đó vô thường, giả tạm.

Hỏi: Hưởng thụ 5 dục là khổ hay lạc? Tại sao?

Đáp: Là khổ. Vì dục vui ít khổ nhiều, sự nguy hiểm

càng nhiều hơn. Như người khát uống nước mặn, càng uống càng khát.

Hỏi: Cái gì là hạnh phúc của người giác ngộ?

Đáp: Không bị dục tham thiêu đốt là hạnh phúc của người giác ngộ.

Hỏi: Ai là người còn khổ? Ai là người hết khổ?

Đáp: Người hưởng dục thì còn khổ. Người ly dục thì hết khổ.

Hỏi: Nơi nào chỉ toàn thọ khổ?

Đáp: Địa ngục.

Hỏi: Nơi nào chỉ toàn thọ lạc?

Đáp: Cõi Tam Thiên.

Hỏi: Nơi nào vừa thọ khổ, vừa thọ lạc?

Đáp: Cõi nhân gian.

Hỏi: “Khổ cần phải biết”. Biết khổ để làm gì?

Đáp: Biết khổ để tìm đường thoát khổ.

Hỏi: Thế nào là biết khổ? Thế nào là thấy khổ? Thế nào là thoát khổ?

Đáp:

- Thức tri về sự khổ của thân, tâm là biết khổ;
- Tuệ tri sự vô thường sinh diệt của danh sắc là thấy khổ;
- Thắng tri sự diệt tận của danh sắc và chứng ngộ Niết Bàn là thoát khổ.

7/ TẬP ĐẾ

Hỏi: Cái gì là nhân của khổ?

Đáp: Ái là nhân của khổ.

Hỏi: Tại sao ái là nhân của khổ?

Đáp:

- Vì ái sinh ra chấp thủ vào các hành;
- Vì chấp thủ các hành nên tạo tác nghiệp hữu;
- Vì có nghiệp hữu nên phải đi tái sanh;
- Vì tái sanh nên phải già, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não.

Vì thế ái là nguyên nhân của khổ.

Hỏi: Có bao nhiêu loại ái?

Đáp: Có ba loại ái:

- Dục ái: Tham ái với cảnh trần;
- Hữu ái: Tham ái với cõi sống;
- Vô hữu ái: Tham ái với sự ngộ nhận là không còn tồn tại gì sau khi chết.

Hỏi: Tại sao chúng sinh lại tham ái với cảnh trần?

Đáp: Vì khi tiếp xúc với cảnh trần khởi lên sự tác ý sai lầm cho rằng:

- Cảnh trần là bền vững (Chấp thường);
- Cảnh trần là an vui (Chấp lạc);
- Cảnh trần là thật tướng (Chấp ngã);
- Cảnh trần là tốt đẹp (Chấp tịnh).

Vì vậy mà chúng sinh tham ái với cảnh trần.

Hỏi: Muốn không tham ái với cảnh trần thì phải làm như thế nào?

Đáp: Khi tiếp xúc với cảnh trần thì cần tác ý như thật:

- Cảnh trần là không bền vững (Vô thường);
- Cảnh trần là khổ đau (Khổ);
- Cảnh trần là trống không (Vô ngã);
- Cảnh trần là ô uế (Bất tịnh);

thì chúng sinh sẽ không tham ái với cảnh trần.

Hỏi: Tại sao chúng sinh lại tham ái với cõi sống?

Đáp: Vì chúng sinh chấp thủ 5 uẩn:

- 5 uẩn là ta;
- 5 uẩn là của ta;
- 5 uẩn là tự ngã của ta;

nên chúng sinh tham ái với các cõi sống.

Hỏi: Tại sao chúng sinh lại tham ái với sự chấm dứt sau khi chết?

Đáp: Vì những chúng sinh này chỉ tin những gì họ có

thể thấy được (Như ếch ngồi đáy giếng).

Hỏi: Tại sao thế gian lại chạy theo ái?

Đáp: Vì ái có vị ngọt.

Hỏi: Tại sao Đức Phật lại nói phải đoạn trừ ái?

Đáp: Vì ái có sự nguy hiểm.

Hỏi: Cái gì là vị ngọt của ái?

Đáp: Sắc – Thanh – Hương – Vị – Xúc: Khả ái, khả hỷ, khả lạc, hấp dẫn là vị ngọt của ái.

Hỏi: Cái gì là sự nguy hiểm của ái?

Đáp: Sắc – Thanh – Hương – Vị – Xúc sẽ bị biến dị, đổi khác không tồn tại mãi mãi. Đó là sự nguy hiểm của ái.

Hỏi: Ái có đặc tính gì?

Đáp: Ưa thích là đặc tính của ái.

Hỏi: Ái có nhiệm vụ gì?

Đáp: Chấp thủ là nhiệm vụ của ái.

Hỏi: Ái có biểu hiện gì?

Đáp: Không thoả mãn là biểu hiện của ái.

Hỏi: Nhân gần của ái là gì?

Đáp: Cảm thọ là nhân gần của ái.

Hỏi: Cái gì làm cho ái tăng trưởng?

Đáp: Tà kiến làm cho ái tăng trưởng.

Hỏi: Cái gì làm cho ái đoạn diệt?

Đáp: Chánh tri kiến làm cho ái bị đoạn diệt.

Hỏi: Thế nào là tình thương của tham ái? Thế nào là tình thương của lòng từ ái?

Đáp: Tình thương có chấp thủ là tham ái. Tình thương không có chấp thủ là từ ái.

Hỏi: Chấp thủ có nghĩa là gì?

Đáp: Là tâm lý cho rằng: Cái này, cái kia là *ta*, là *của ta*, là *tự ngã của ta* thì đó là chấp thủ.

Hỏi: Chấp thủ thì sẽ như thế nào?

Đáp: Chấp thủ thì mọi hành động sẽ để lại nghiệp hữu. Nghiệp sẽ dẫn đến sự tái sinh ở tương lai.

Hỏi: Nếu không có chấp thủ thì các hành động ấy sẽ như thế nào?

Đáp: Sẽ là hành động không tạo thành nghiệp (Vô ký).

Hỏi: Vậy cái gì là nguyên nhân của sự tái sinh?

Đáp: Nghiệp hữu.

Hỏi: Cái gì là nhân tạo ra nghiệp hữu?

Đáp: Chấp thủ.

Hỏi: Cái gì sinh ra chấp thủ?

Đáp: Ái.

Hỏi: Cái gì sinh ra ái?

Đáp: Thọ.

Hỏi: Cái gì sinh ra thọ?

Đáp: Xúc.

Hỏi: Cái gì sinh ra xúc?

Đáp: Căn – trần.

Hỏi: Cái gì sinh ra căn – trần?

Đáp: Danh sắc.

Hỏi: Cái gì sinh ra danh sắc?

Đáp: Thức.

Hỏi: Cái gì sinh ra thức?

Đáp: Hành.

Hỏi: Cái gì sinh ra hành?

Đáp: Vô minh.

Hỏi: Cái gì là quả của khổ?

Đáp: Già, bệnh, chết, sầu bi, ưu não.

Hỏi: Cái gì là gốc rễ của khổ?

Đáp: Vô minh.

Hỏi: Vậy tại sao nói ái là nguyên nhân của khổ?

Đáp: Vì ái chiêu cảm các pháp bất thiện khiến cho chúng sinh bị cuốn hút trong sinh tử.

Hỏi: Vậy khổ có tất cả bao nhiêu nhân?

Đáp: Có 12 nhân:

1/ Vô minh;	4/ Danh-sắc;	7/ Thọ;	10/ Hữu;
2/ Hành;	5/ Lục nhập;	8/ Ái;	11/ Sinh;
3/ Thức;	6/ Xúc;	9/ Thủ;	12/ Lão tử.

8/ DIỆT ĐẾ

Hỏi: Diệt Đế là gì?

Đáp: Là Niết Bàn.

Hỏi: Niết Bàn có những tính chất gì?

Đáp: Niết Bàn có những tính chất như:

- *Tịch diệt;*
- *Chân lạc;*
- *Vắng lặng;*
- *Chân tịnh.*
- *Chân thường;*

Hỏi: Niết Bàn đối lập với cái gì?

Đáp: Niết Bàn đối lập với các pháp hữu vi. Pháp hữu vi có những tính chất:

- *Sinh diệt;*
- *Khổ;*
- *Dao động;*
- *Vô ngã;*
- *Vô thường;*
- *Bất tịnh.*

Hỏi: Diệt đế là diệt cái gì?

Đáp:

- Diệt tận các pháp ô nhiễm: Hết tham – sân – si;

- Diệt tận các hành: Hết tạo nghiệp;
- Diệt tận 5 uẩn: Hết tái sinh.

Hỏi: Niết Bàn có mấy loại?

Đáp: Niết Bàn có 2 loại:

- Niết Bàn hữu dư y: Hết nhiễm ô, hết tạo nghiệp nhưng còn 5 uẩn.
- Niết Bàn vô dư y: Đại bát Niết Bàn, diệt tận 5 uẩn.

Hỏi: Tu đến khi nào thì sẽ thấy được Niết Bàn?

Đáp: Khi nào chứng đắc đạo quả:

- Sơ đạo - Sơ quả;
 - Nhị đạo - Nhị quả;
 - Tam đạo - Tam quả;
 - Tứ đạo - Tứ quả;
- thì sẽ thấy được Niết Bàn.

Hỏi: Người tu chứng Niết Bàn rồi vẫn nguyện ở lại trong sinh tử lâu dài thì có được không?

Đáp: Không.

- Sơ quả: Còn 7 kiếp ở cõi dục giới;
- Nhị quả: Còn 1 kiếp ở cõi dục giới;
- Tam quả: Còn 1 kiếp ở cõi sắc giới;
- Tứ quả: Chấm dứt tái sinh.

Hỏi: Chứng Sơ quả thì diệt được cái gì?

Đáp: Diệt được 3 phiền não:

- Thân kiến;

- Hoài nghi;
- Giới cấm thủ.

Hỏi: Thân kiến là gì?

Đáp: Là dứt được 20 loại tà kiến về thân 5 uẩn, đó là:

- *Ta là sắc;*
- *Sắc là ta;*
- *Ta ở trong sắc;*
- *Sắc ở trong ta.*

Cũng như vậy với: *Thọ; tưởng; hành; thức.*

Hỏi: Dứt hoài nghi là gì?

Đáp: Là dứt hoài nghi về hiện hữu hay không hiện hữu:

- Ta có mặt hay không có mặt trong quá khứ?
- Ta có mặt trong quá khứ như thế nào?
- Trước kia ta là ai?

Cũng như vậy với hiện tại và tương lai:

- Dứt hoài nghi về *nghiệp và quả của nghiệp* ;
- Dứt hoài nghi về ân Đức Phật – Đức Pháp – Đức Tăng;
- Dứt hoài nghi về *khổ và con đường thoát khổ.*

Hỏi: Giới cấm thủ là gì?

Đáp: Không chấp thủ các pháp tu khổ hạnh sai lầm; không chấp thủ vào các pháp tà kiến như tế lễ, tôn thờ hạ liệt.

Hỏi: Chứng Nhị quả diệt được cái gì?

Đáp: Không diệt thêm được gì, nhưng làm suy yếu

những phiền não *tham – sân – si*.

Hỏi: Tam quả diệt được gì?

Đáp: Tam quả diệt được: tham dục và sân.

Hỏi: Tứ quả diệt được gì?

Đáp: Diệt được ngã mạn và phóng dật (Diệt hết những phiền não nào còn lại).

Hỏi: Một vị đã nhập Niết Bàn vô dư rồi còn làm được lợi ích gì cho chúng sinh nữa không?

Đáp: Nếu chúng sinh còn tưởng nhớ đến ân đức của các ngài và cung kính lễ bái, cúng dường bảo tháp xá lợi của các ngài thì vẫn được lợi ích, công đức và phước báu.

Hỏi: Nếu như chúng sinh không chán sinh tử, không mong Niết Bàn thì phải làm sao?

Đáp: Thì cũng giống như côn trùng ưa phân thối, không chịu từ bỏ thì không thoát khổ được.

Hỏi: Chúng sinh vừa muốn chứng Niết Bàn, vừa ham hưởng dục thì sẽ ra sao?

Đáp: Thì cũng giống như thanh gỗ tốt nhưng bị dính phân nên sẽ không làm được gì.

Hỏi: Chúng sinh ở cõi nào có thể tu chứng Niết Bàn? Chúng sinh ở cõi nào không thể tu chứng Niết Bàn?

Đáp: Chúng sinh ở 4 cõi khổ không thể tu chứng Niết Bàn. Chúng sinh ở những cõi khác thì có thể tu chứng

Niết Bàn.

Hỏi: Muốn cái khổ, già, chết, sầu, bi, ưu, não diệt thì cái gì phải diệt?

Đáp: Thì tái sinh phải diệt.

Hỏi: Muốn tái sinh diệt thì cái gì phải diệt?

Đáp: Hữu phải diệt.

Hỏi: Muốn hữu diệt thì cái gì phải diệt?

Đáp: Chấp thủ phải diệt.

Hỏi: Muốn chấp thủ diệt thì cái gì phải diệt?

Đáp: Ái phải diệt.

Hỏi: Muốn tham ái diệt thì cái gì phải diệt?

Đáp: Thì thọ phải diệt.

Hỏi: Muốn thọ diệt thì phải làm sao?

Đáp: Thì xúc phải diệt.

Hỏi: Muốn xúc diệt thì phải làm sao?

Đáp: Thì căn – trần phải diệt.

Hỏi: Muốn căn – trần diệt thì phải làm sao?

Đáp: Thì danh – sắc phải diệt.

Hỏi: Muốn danh – sắc diệt thì phải làm sao?

Đáp: Thì thức phải diệt.

Hỏi: Muốn thức diệt thì phải làm sao?

Đáp: Thì hành phải diệt.

Hỏi: Muốn hành diệt thì phải làm sao?

Đáp: Thì vô minh phải diệt.

Hỏi: Vô minh diệt thì cái gì sinh?

Đáp: Vô minh diệt thì minh sinh.

Hỏi: Minh là cái gì?

Đáp: Minh là ánh sáng trí tuệ thấy được các sự thật.

Hỏi: Thấy các đời sống quá khứ là minh gì?

Đáp: Túc mạng minh.

Hỏi: Thấy chúng sinh chết chỗ này sinh về chỗ kia là minh gì?

Đáp: Thiên nhãn minh.

Hỏi: Thấy các phiền não đã đoạn trừ là minh gì?

Đáp: Lậu tận minh.

Hỏi: Thấy được tâm, tâm sở, sắc, Niết Bàn là minh gì?

Đáp: Thiền tuệ minh.

Hỏi: Vô minh – hành – thức – danh sắc – lục nhập – xúc – thọ – ái – thủ – hữu – sinh – lão – tử – sầu – bi – khổ – ưu – não diệt hết thì 5 uẩn sẽ đi về đâu?

Đáp: Sẽ nhập Niết Bàn.

Hỏi: Cái gì là chân thường mãi mãi không thay đổi?

Đáp: Niết Bàn.

Hỏi: Cái gì là chân lạc mãi mãi hết khổ đau?

Đáp: Niết Bàn.

Hỏi: Cái gì là chân tịnh mãi mãi hết nhiễm ô?

Đáp: Niết Bàn.

Hỏi: Cái gì là vắng lặng mãi mãi không dao động?

Đáp: Niết Bàn.

Hỏi: Cái gì là tịch diệt mãi mãi không sinh khởi?

Đáp: Niết Bàn.

Hỏi: Niết Bàn là có tồn tại hay không tồn tại? Hay vừa có vừa không tồn tại? Hay vừa không vừa không không tồn tại?

Đáp: Đức Thế Tôn không trả lời câu hỏi này.

Hỏi: Khi bố thí cúng dàng mà phát nguyện chứng Niết Bàn thì có ý nghĩa gì?

Đáp: Thì quả của nghiệp bố thí đó sẽ hỗ trợ cho mình gặp thuận duyên tu tập để chứng Niết Bàn.

Hỏi: Muốn tạo được nhiều Ba-la-mật nhất thì phải làm gì?

Đáp: Phải hành thiện. Khi hành thiện thì:

- Các căn được thu thúc – Giữ giới Ba-la-mật;
- Xa lánh trần tục – Xuất gia Ba-la-mật;
- Luôn như lý tác ý – Trí tuệ Ba-la-mật;
- Luôn tinh cần – Tinh tấn Ba-la-mật;
- Chịu đựng sự khó chịu ở thân tâm – Kham nhẫn Ba-la-mật;
- Quán sát pháp chân đế – Chân thật Ba-la-mật;
- Chưa hết giờ thì chưa xả thiền – Quyết định Ba-la-mật;

- Không tức giận với ai – Từ tâm Ba-la-mật;
- Không dính mắc với ai – Xả tâm Ba-la-mật;
- Chia phước lành này đến tất cả chúng sinh – Bố thí Ba-la-mật.

Hỏi: Khi bố thí cúng dường mà nguyện chứng Niết Bàn thì có được hưởng phước báu giàu sang nữa không?

Đáp: Có. Khi chưa chứng Niết Bàn thì vẫn hưởng phước báu giàu sang.

Hỏi: Khi làm phước mà không phát nguyện chứng Niết Bàn thì có hỗ trợ cho sự tu chứng Niết Bàn không?

Đáp: Vị đó sẽ say đắm hưởng dục lạc không chịu buông xả nên không tu chứng Niết Bàn.

Hỏi: Người hành thiền mà không nguyện chứng Niết Bàn thì có chứng Niết Bàn không?

Đáp: Không nguyện chứng Niết Bàn thì pháp hành thiền đó sẽ là những công đức thế gian.

Hỏi: Phát nguyện chứng Niết Bàn nhưng không hành thiền thì có chứng Niết Bàn không?

Đáp: Như người không gieo hạt giống mà cầu mong hái quả thì sẽ uổng công.

Hỏi: Chỉ hành một Ba-la-mật thì có chứng Niết Bàn được không?

Đáp: Phải đủ 10 Ba-la-mật.

9/ ĐẠO ĐẾ

Hỏi: Đạo đế có nghĩa là gì?

Đáp:

- Đạo là con đường;
- Đế là chân chánh.

Đạo đế là con đường chân chánh.

Hỏi: Có bao nhiêu con đường chân chánh?

Đáp: Có 1 con đường duy nhất nhưng được chia thành nhiều thành phần, giai đoạn khác nhau.

Hỏi: Con đường ấy để đi đâu?

Đáp: Đi đến Niết Bàn giải thoát.

Hỏi: Con đường đó có những thành phần gì?

Đáp: Có 8 thành phần:

- Chánh tri kiến;
- Chánh tư duy;
- Chánh ngữ;
- Chánh nghiệp;

- Chánh mạng;
- Chánh tinh tấn;
- Chánh niệm;
- Chánh định.

Hỏi: Có những giai đoạn gì?

Đáp: Có 3 giai đoạn:

■ **Giữ giới có 3:**

- Chánh ngữ;
- Chánh nghiệp;
- Chánh mạng.

■ **Định có 3:**

- Chánh niệm;
- Chánh định;
- Chánh tinh tấn.

■ **Tuệ có 2:**

- Chánh tri kiến;
- Chánh tư duy.

Hỏi: Đi ngược lại bát chánh đạo là con đường gì?

Đáp: Là bát tà đạo:

- Tà kiến; • Tà ngữ; • Tà tinh tấn;
- Tà tư duy; • Tà nghiệp; • Tà niệm;
- Tà mạng; • Tà định.

Hỏi: Con đường tà đạo dẫn đi đâu?

Đáp: Đi quanh quẩn trong tam giới.

10/ CHÁNH KIẾN

Hỏi: Như thế nào thì được gọi là chánh kiến?

Đáp: Chánh kiến có 2 loại:

■ ***Hiểu về sự thật – Chánh kiến tương đối:***

- Có nghiệp thiện – ác;
- Có quả của nghiệp thiện – ác;
- Có khổ;
- Có nhân sinh ra khổ;
- Có giải thoát;
- Có con đường giải thoát.

■ ***Thấy sự thật – Chánh kiến pháp tuyệt đối:***

- Tuệ tri được danh sắc;
- Tuệ tri nhân sinh ra danh sắc;
- Tuệ tri danh sắc đoạn diệt;
- Tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt.

Hỏi: Thế nào là tà kiến?

Đáp: Tà kiến có 2 loại:

■ **Hiếu sai sự thật:**

- Không có nghiệp thiện – ác;
- Không có quả của nghiệp thiện – ác;
- Không có khổ;
- Không có nhân sinh ra khổ;
- Không có sự giải thoát;
- Không có con đường đi đến giải thoát;

Không biết sự thật hoặc hiểu sai sự thật đều là tà kiến.

■ **Không thấy được sự thật:**

- Không tuệ tri được danh sắc;
- Không tuệ tri được pháp duyên khởi;
- Không tuệ tri được Niết Bàn;
- Không tuệ tri được con đường đi đến Niết Bàn.

Hỏi: Biết sự thật thì có lợi ích gì?

Đáp: Có niềm tin đúng, có sự tinh tấn đúng, có chánh niệm, có chánh định, có chánh trí.

Hỏi: Thấy sự thật thì có lợi ích gì?

Đáp: Thì sẽ *nhàm chán – ly tham – đoạn diệt – từ bỏ – chánh trí – chứng ngộ Niết Bàn.*

Hỏi: Tại sao có người chánh kiến? Có người tà kiến?

Đáp: *Người có chánh kiến là do:*

- Thân cận bậc chân nhân;
- Lắng nghe diệu pháp;
- Hỏi lại những điều chưa hiểu;
- Đàm luận về Phật Pháp;

Người có tà kiến là do:

- Thân cận người phi chân nhân;
- Nghe những lời phi pháp;
- Tin tưởng những điều sai trái;
- Đàm luận những điều vô ích.

Hỏi: Thế nào là người chân nhân? Thế nào là người phi chân nhân?

Đáp: Người chân nhân là người biết đúng và thấy đúng với bốn sự thật. Người phi chân nhân là người biết sai và thấy sai với bốn sự thật.

Hỏi: Một người học rộng biết nhiều, có rất nhiều kiến thức thế gian thì người đó chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Nếu chấp thủ những kiến thức đó cho rằng đó là chân lý thì là tà kiến. Học mà không chấp thủ thì không bị tà kiến.

Hỏi: Khoa học phát minh ra nhiều thứ. Vậy khoa học chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Khoa học còn tương đối chưa tuyệt đối. Người nào chấp thủ khoa học là chân lý thì tà kiến.

Hỏi: Nhiều người thích xem tử vi tướng số để biết những chuyện quá khứ, tương lai thì đó là chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Là tà kiến. *Vì chỉ thấy quả mà không hiểu về nhân.*

Hỏi: Một người hành thiền quán được các kiếp sống quá khứ và tương lai thì là chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Là chánh kiến. Vì tuệ tri được các nghiệp nhân sinh ra nghiệp quả.

Hỏi: Làm sao để biết được mình là người có tà kiến?

Đáp: Khi nào có tham ái khởi lên thì thường có tà kiến đi cùng. Tà kiến thường đi cùng với tham ái.

Hỏi: Một người không biết đến Phật Pháp nhưng thường làm các việc thiện mà không mong cầu quả báu thì có tà kiến không?

Đáp: Có tà kiến. Vì họ cho rằng không có đời sau nên không có quả báu – hiểu sai sự thật.

Hỏi: Có người tin rằng: Khi người chết đi thì sẽ có một linh hồn ra khỏi thân xác và vẫn sinh hoạt như người sống thì chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Tà kiến. Vì chết là đi tái sinh ngay, không có linh hồn tồn tại. Chấp có linh hồn là thường kiến.

Hỏi: Có người tin rằng chết rồi thì biến mất chẳng còn gì cả thì chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Tà kiến *đoạn kiến*.

Hỏi: Có người tin rằng chết rồi đi tái sinh thì người đó có chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Có chánh kiến.

Hỏi: Có người tin rằng có một cõi sống vĩnh hằng trên Thiên giới thì đó là chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Tà kiến. *Cõi nào cũng vô thường, có sinh thì có tử.*

Hỏi: Có người được nghe một pháp chân chánh nhưng vị đó không biết đây là chánh pháp thì vị đó có chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Tà kiến.

Hỏi: Một người được nghe một pháp không chân chánh và vị đó biết pháp đó không chân chánh thì vị đó có chánh kiến hay tà kiến?

Đáp: Có chánh kiến.

Hỏi: Một người có chánh kiến có phân biệt được: *đây là chánh kiến, đây là tà kiến* không?

Đáp: Có.

Hỏi: Một người tà kiến có phân biệt được: *đây là tà kiến, đây là chánh kiến* không?

Đáp: Không.

Hỏi: Một người tà kiến có thể trở thành người có chánh kiến được không?

Đáp: Có. Nếu người đó từ bỏ tà kiến và tiếp thu chánh kiến.

Hỏi: Một người có chánh kiến có thể trở thành người có tà kiến được không?

Đáp: Chánh kiến ở *mức tương đối*, biết mà chưa thấy thì vẫn có thể thay đổi. Chánh kiến là *tuệ tri được pháp chân đế danh sắc và duyên khởi* rồi thì sẽ không thay đổi cho đến hết kiếp này. Chánh kiến là *tuệ tri được bốn sự thật* rồi thì mới thể nhập vĩnh viễn không bao giờ thay đổi.

11/ CHÁNH TƯ DUY

Hỏi: Chánh tư duy là gì?

Đáp: Là suy nghĩ chân chánh.

Hỏi: Tư duy có những tính chất gì?

Đáp: Tư duy là một tâm sở tầm:

- Đặc tính của nó là hướng đến đối tượng;
- Nhiệm vụ của nó là tác động vào đối tượng;
- Biểu hiện của nó là dẫn tâm đến đối tượng;
- Nhân gần của nó là đối tượng để tư duy.

Hỏi: Thế nào là chánh tư duy? Thế nào là tà tư duy?

Đáp: Tư duy đúng sự thật là chánh tư duy.

Tư duy không đúng sự thật là tà tư duy.

Hỏi: Tư duy về cái gì là đúng sự thật? Tư duy về cái gì là sai sự thật?

Đáp: Tư duy đúng sự thật là:

- Tư duy về nỗi khổ đau trong sinh tử;
- Tư duy về nguyên nhân dẫn chúng sinh vào sinh tử;

- Tư duy về đạo quả giải thoát;
 - Tư duy về con đường đi đến giải thoát.
- Nói chung, tư duy đi kèm với trí tuệ là chánh tư duy.

Tư duy không đúng là:

- Tư duy về dục lạc thế gian: ở quá khứ – hiện tại – tương lai;
 - Tư duy về phương pháp tầm cầu dục lạc;
- Nói chung, tư duy đi kèm với tâm tham – sân – tà kiến là tà tư duy.

Hỏi: Muốn có chánh tư duy thì phải làm gì?

Đáp: Phải nghe pháp và thực hành pháp. Nghe pháp rồi suy nghĩ đến những nghĩa lý sâu xa của bài pháp đó là chánh tư duy về pháp học.

- Suy tư về sự trong sạch của giới để hoan hỷ;
 - Suy tư về những giới đã phạm để sám hối;
 - Suy tư về sự hổ thẹn và ghê sợ tội lỗi để ngăn ngừa không tái phạm trong tương lai.
- Đó là chánh tư duy về giới.
- Hướng tâm trên đề mục thiền và nhận biết đề mục đó liên tục. → Đó là chánh tư duy về thiền định.
 - Quán chiếu các pháp chân để để giác ngộ ra sự thật của các pháp. → Đó là chánh tư duy về thiền tuệ.

Hỏi: Có người suy nghĩ rằng ta muốn làm ra nhiều tiền để đi bố thí cúng dường thì là tư duy gì?

Đáp: Muốn có nhiều tiền = tham → tà tư duy.

Muốn bố thí = vô tham → chánh tư duy.

Hỏi: Có người suy nghĩ ta sẽ giữ giới thật nghiêm để được mọi người cung kính thì đó là tư duy gì?

Đáp: Tà tư duy.

Hỏi: Tại sao lại là tà tư duy?

Đáp: Vì mục đích không cao thượng.

Hỏi: Như thế nào mới là mục đích cao thượng?

Đáp: Giữ giới để giải thoát khổ đau mới là mục đích cao thượng.

Hỏi: Có người suy nghĩ ta sẽ học thông kinh điển để trở thành pháp sư nổi tiếng thì là tư duy gì?

Đáp: Tà tư duy.

Hỏi: Tại sao?

Đáp: Vì ham sự nổi tiếng.

Hỏi: Như thế nào thì là chánh tư duy?

Đáp: Ta sẽ giảng pháp cho mọi người hiểu và hành theo lời Phật dạy để giải thoát khổ đau.

Hỏi: Có người suy nghĩ ta sẽ xây chùa thật đẹp để mọi người đến xem thì đó là tư duy gì?

Đáp: Tà tư duy.

Hỏi: Tư duy thế nào mới là chánh?

Đáp: *Xây chùa to để nhiều người đến tu học và giải thoát.*

Hỏi: Có người suy nghĩ ta sẽ tu tập giới – định – tuệ để cầu mong kiếp sau sinh về Thiên giới hưởng phước

báu lâu dài thì đó là chánh tư duy hay tà tư duy?

Đáp: *Khi mong muốn tu tập giới-định-tuệ là chánh tư duy; mong muốn hưởng phước báu lâu dài là tà tư duy.*

Hỏi: Có người suy nghĩ giờ ta đang làm người thì ta cứ hưởng thụ những niềm vui ở cõi người đi, còn kiếp sau thì cũng là một cái thân khác chứ có phải thân mình nữa đâu mà phải lo. Như vậy là chánh tư duy hay tà tư duy?

Đáp: Tà tư duy.

Hỏi: Tại sao?

Đáp: Vì người đó bị chấp thủ vào sắc thân: *còn thân thì còn ta, thân mất thì ta hết.*

Hỏi: Như thế nào mới là chánh tư duy?

Đáp: Giờ ta đang làm người, nhưng trước kia ta cũng đã từng trải qua tất cả các cõi sống rồi. Từ những vui thú trên Thiên đường đến những khổ đau nơi địa ngục ta đã nếm trải hết rồi. Vậy ta phải tận dụng kiếp người này mà tích lũy Ba-la-mật để sớm chứng ngộ Niết Bàn.

Hỏi: Có người suy nghĩ ta sẽ đi chùa lễ Phật cầu cho gia đình được bình an, tăng phúc – lộc – thọ là tư duy chánh hay tà?

Đáp: Là tham tà kiến.

Hỏi: Như thế nào là chánh tư duy?

Đáp: Ta lễ Phật là để tăng trưởng niềm tin vào giáo

pháp giải thoát mà Phật đã giảng dạy để tinh tấn thực hành theo cho sớm thoát khổ.

Hỏi: Tư duy về thế gian thì sẽ như thế nào? Tư duy về đạo thì sẽ như thế nào?

Đáp: Tư duy về thế gian thì sẽ sinh tham ái, chấp thủ sâu nặng vào đời sống thế gian, chìm đắm trong sinh tử. Tư duy về đạo thì sẽ dần dần giác ngộ được chân lý và đi đến giải thoát.

Hỏi: Làm thế nào để luôn tư duy về đạo?

Đáp:

- Học kinh điển;
- Đàm luận về giáo pháp;
- Khuyến hướng về con đường giải thoát.

Hỏi: Làm thế nào để giảm bớt tư duy về đời?

Đáp:

- Không ưa thích thế sự;
- Không đàm luận thế sự;
- Không thân cận người đam mê thế sự;
- Không chấp thủ kiến thức thế gian.

Hỏi: Người tu đạo mà hay tư duy về thế sự thì sẽ như thế nào?

Đáp: Vị đó sẽ muốn bỏ đạo để theo đời.

Hỏi: Một người ở thế gian thường hay tư duy về đạo thì sẽ như thế nào?

Đáp: Vị đó sẽ muốn bỏ đời để tu đạo.

12/ CHÁNH NGỮ

Hỏi: Thế nào là chánh ngữ?

Đáp: *Chánh ngữ là nói lời chân chánh.*

- Chánh là chân chánh;
- Ngữ là lời nói.

Hỏi: Như thế nào là lời nói chân chánh?

Đáp: *Là lời nói đúng với sự thật và có lợi ích cho người nghe.*

Hỏi: Thế nào là tà ngữ?

Đáp: *Là lời nói không đúng với sự thật và không có lợi ích.*

Hỏi: Nói đúng sự thật nhưng không có lợi ích thì là chánh ngữ hay tà ngữ?

Đáp: Tà ngữ.

Hỏi: Nói đúng sự thật có lợi ích nhưng người ta không thích nghe thì là chánh ngữ hay tà ngữ?

Đáp: Nếu nói đúng thời thì là chánh ngữ.

Hỏi: Lời nói không có lợi ích mà người khác thích nghe thì là chánh ngữ hay tà ngữ?

Đáp: Tà ngữ.

Hỏi: Như thế nào là lời nói có lợi ích? Như thế nào là lời nói không có lợi ích?

Đáp:

■ **Lời nói có lợi ích là:**

- Khiến cho người nghe *hiểu biết sự thật về nỗi khổ của sinh tử*;
- Khiến cho người nghe *nhàm chán dục lạc thế gian*;
- Khiến cho người nghe *mong muốn đạt được sự an vui giải thoát*;
- Khiến cho người nghe *tinh tấn thực hành giới-định-tuệ để sớm chấm dứt khổ đau*.

■ **Lời nói vô ích là:**

- Khiến cho người nghe *hiểu sai sự thật về nỗi khổ trong sinh tử*.
- Khiến cho người nghe *ưa thích dục lạc thế gian*.
- Khiến cho người nghe *không muốn giải thoát sinh tử*.
- Khiến cho người nghe *thực hành tà pháp*.

Hỏi: Thế nào là tà ngữ?

Đáp: Tà ngữ là:

- Nói dối;
- Nói nhảm nhí;
- Nói chia rẽ;
- Nói thô tục.

Hỏi: Thế nào là nói dối?

Đáp: Nói dối là:

- Không thấy nói thấy. Thấy nói không thấy;
- Không nghe nói nghe. Nghe nói không nghe;
- Không biết nói biết. Biết nói không biết.

Hỏi: Thế nào là nói chia rẽ?

Đáp: Là lời nói đi kèm với ác tâm làm cho hai người đang thân thiết trở thành oán ghét nhau là nói chia rẽ.

Hỏi: Thế nào là nói nhảm nhí?

Đáp:

- Bàn luận những chuyện thế sự;
- Những câu chuyện không có lợi ích;
- Không liên hệ đến mục đích giải thoát.

Hỏi: Thế nào là nói thô tục?

Đáp:

- Chửi rủa;
- Mắng nhiếc;
- Vu khống;
- Chê bai;
- Chỉ trích.

Hỏi: Thế nào là thiện ngữ?

Đáp:

- Không nói dối;
- Không nói chia rẽ;
- Không nói nhảm nhí;
- Không nói thô tục.

Hỏi: Thế nào là không nói dối?

Đáp:

- Thấy nói thấy. Không thấy nói không thấy;
- Nghe nói nghe. Không nghe nói không nghe;
- Biết nói biết. Không biết nói không biết.

Hỏi: Thế nào là không nói chia rẽ?

Đáp: Là lời nói có đi kèm với tâm từ khiến cho mọi người trở nên đoàn kết, hòa hợp, thương yêu, gắn bó với nhau.

Hỏi: Thế nào là không nói nhảm nhí?

Đáp: Là chỉ nói những lời có lợi ích, có liên hệ đến mục đích giải thoát. Có 10 thứ lời nói thích hợp:

- Nói về ít dục;
- Về tri túc;
- Về viễn ly;
- Về không hội họp;
- Về tinh cần tinh tấn;
- Về giới;
- Về định;
- Về tuệ;
- Về giải thoát;
- Về giải thoát tri kiến.

Hỏi: Thế nào là không nói thô tục?

Đáp: Là nói những lời:

- Có văn hóa;

- Có giáo dục;
- Có từ ái;
- Có trí tuệ.

Hỏi: Viết sách vở để giảng giải về sự thật thì có phải chánh ngữ không?

Đáp: Có.

Hỏi: Ở đời dạy bảo, truyền đạt cho nhau những kiến thức, những hiểu biết về các pháp thế gian thì có phải chánh ngữ không?

Đáp: Nếu những kiến thức thế gian đó làm *tăng trưởng tham – sân – si* thì đó là tà ngữ; còn nếu làm *giảm tham – sân – si* thì đó là chánh ngữ.

Hỏi: Sự khác nhau giữa chánh ngữ thế gian và chánh ngữ giải thoát?

Đáp: Chánh ngữ thế gian là những lời nói có lợi ích, có sự an vui giới hạn ở kiếp này. Chánh ngữ giải thoát là những lời nói có lợi ích, hướng mọi người đến chứng ngộ Niết Bàn, giải thoát luân hồi sinh tử.

Hỏi: Thế nào là tà ngữ thế gian? Thế nào là tà ngữ giải thoát?

Đáp: Tà ngữ thế gian là nói những lời sai trái với sự thật những quy định về đạo đức của thế gian. Tà ngữ giải thoát là những lời nói sai trái với 4 chân lý giác ngộ.

13/ CHÁNH NGHIỆP

Hỏi: Chánh nghiệp là gì?

Đáp:

- Chánh = chân chánh;
- Nghiệp = những hành động tạo nghiệp.
Chánh nghiệp = những hành nghiệp chân chánh.

Hỏi: Như thế nào là hành động tạo nghiệp?

Đáp: Khi thân – khẩu – ý có sự cố ý hành động một việc gì thì đó là đang tạo nghiệp.

Hỏi: Như thế nào là chánh nghiệp?

Đáp: Những hành động của thân – khẩu – ý đi kèm với tâm vô tham – vô sân – vô si thì tạo ra những hành nghiệp chân chánh = chánh nghiệp.

Hỏi: Có bao nhiêu thiện nghiệp dục giới?

Đáp: Có 8 thiện nghiệp dục giới.

Hỏi: Những thiện nghiệp nào đi kèm trí tuệ?

Đáp:

1. Thiện nghiệp có hỷ, tương ứng trí cần hỗ trợ;
2. Thiện nghiệp có hỷ, tương ứng trí không cần hỗ trợ;
3. Thiện nghiệp không hỷ, tương ứng trí cần hỗ trợ;
4. Thiện nghiệp không hỷ, tương ứng trí không cần hỗ trợ.

Hỏi: Những thiện nghiệp nào không có trí?

Đáp:

1. Thiện nghiệp có hỷ, không có trí cần hỗ trợ;
2. Thiện nghiệp có hỷ, không có trí không cần hỗ trợ;
3. Thiện nghiệp không hỷ, không có trí cần hỗ trợ;
4. Thiện nghiệp không hỷ, không có trí không cần hỗ trợ.

Hỏi: Thế nào là thiện nghiệp có hỷ có trí? Thế nào là thiện nghiệp không hỷ không trí?

Đáp:

- Khi làm việc gì mà mình thích thú với nó là có hỷ;
- Mình biết việc làm này có để lại quả báo là có trí;
- Khi làm mà tâm không thích thú là không hỷ;
- Khi làm mà không biết việc làm này sẽ để lại quả báo là không có trí.

Hỏi: Thế nào là cần hỗ trợ? Thế nào là không cần hỗ trợ?

Đáp: Có người khác thúc giục mới chịu làm là *cần hỗ trợ*. Mình tự giác làm không cần thúc giục là *không cần hỗ trợ*.

Hỏi: Có hỷ với không có hỷ sẽ khác nhau như thế nào?

Đáp: Có hoan hỷ với việc thiện thì quả phước sẽ mau trở và thù thắng hơn là việc thiện mà không hoan hỷ.

Hỏi: Có trí và không có trí thì khác nhau như thế nào?

Đáp:

- Có hiểu biết về việc thiện mình đang làm thì quả phước là: vật chất + trí tuệ.
- Không hiểu biết về việc thiện mình đang làm thì quả phước là: vật chất + ngu dốt.

Hỏi: Có hỗ trợ và không hỗ trợ thì khác nhau như thế nào?

Đáp:

- Có sự thúc giục mới làm thì quả phước cũng cần hỗ trợ mới trở thành công nhờ có người giúp đỡ.
- Không cần thúc giục thì quả phước đến tự nhiên, không cần trợ giúp.

Hỏi: Như thế nào thì là tà nghiệp?

Đáp: Những hành động của thân – khẩu – ý đi kèm với tâm *tham* – *sân* – *si* thì tạo ra tà nghiệp.

Hỏi: Có mấy tâm tham?

Đáp: Có 8 tâm tham.

Hỏi: Tham thì tương ứng với gì?

Đáp: Với tà kiến và ngã mạn.

Hỏi: Thế nào là tham với tà kiến?

Đáp:

- Tham thọ hỷ tương ứng tà kiến không cần hỗ trợ;

- Tham thọ hỷ tương ứng tà kiến cần hỗ trợ;
- Tham thọ xả tương ứng tà kiến không cần hỗ trợ;
- Tham thọ xả tương ứng tà kiến cần hỗ trợ.

Hỏi: Thế nào là tham tương ứng ngã mạn?

Đáp:

- Tham thọ hỷ tương ứng ngã mạn cần hỗ trợ;
- Tham thọ hỷ tương ứng ngã mạn không cần hỗ trợ;
- Tham thọ xả tương ứng ngã mạn cần hỗ trợ;
- Tham thọ xả tương ứng ngã mạn không cần hỗ trợ.

Hỏi: Có mấy tâm sân?

Đáp: Có 2 tâm sân:

- Sân có trợ;
- Sân không trợ.

Hỏi: Có mấy tâm si?

Đáp: Có 2 tâm si:

- Si phóng dật;
- Si hoài nghi.

Hỏi: Thân tạo được những chánh nghiệp gì?

Đáp: *Thân tạo được 3 chánh nghiệp:*

- Không sát sinh;
- Không trộm cắp;
- Không tà dâm;

Hỏi: Khẩu tạo được những chánh nghiệp gì?

Đáp: *Khẩu tạo được 4 chánh nghiệp:*

- Không nói dối;

- Không nói chia rẽ;
- Không nói tạp thoại;
- Không nói thô tục;

Hỏi: Ý tạo được những chánh nghiệp gì?

Đáp: Ý tạo được 3 chánh nghiệp:

- Không tham lam;
- Không sân hận;
- Không tà kiến;

Hỏi: Thân tạo được mấy tà nghiệp?

Đáp: 3 tà nghiệp:

- Sát sinh;
- Trộm cắp;
- Tà dâm.

Hỏi: Khẩu tạo được mấy tà nghiệp?

Đáp: 4 tà nghiệp:

- Nói dối;
- Nói chia rẽ;
- Nói thô tục;
- Nói nhảm nhí.

Hỏi: Ý tạo được mấy tà nghiệp?

Đáp: 3 tà nghiệp:

- Tham lam;
- Sân hận;
- Tà kiến.

Hỏi: Hành động bố thí thường đi kèm với tâm gì?

Đáp: Vô tham, vô sân, vô si.

Hỏi: Có người bố thí nhưng họ không tin rằng có quả báo của việc bố thí đó thì đi kèm với tâm gì?

Đáp: Vô tham, vô sân.

Hỏi: Hành động sát sinh thường đi kèm với tâm gì?

Đáp: Tâm sân.

Hỏi: Giữ giới thường đi kèm với tâm gì?

Đáp: Vô tham, vô sân, vô si.

Hỏi: Cung kính đi kèm với tâm gì?

Đáp: Vô tham, vô sân, vô si.

Hỏi: Cung kính nhưng không hiểu biết về đối tượng cung kính thì đi kèm tâm gì?

Đáp: Vô tham và vô sân.

Hỏi: Như thế nào là thân hành bố thí?

Đáp: Là tự tay mình làm việc bố thí.

Hỏi: Như thế nào là khẩu hành bố thí?

Đáp: Là sai bảo, khuyến khích, tán thán người khác bố thí.

Hỏi: Như thế nào là ý hành bố thí?

Đáp: Là hoan hỷ với việc bố thí của mình hoặc người khác.

Hỏi: Thế nào là thân hành sát sinh?

Đáp: Tự mình sát sinh.

Hỏi: Thế nào là khẩu hành sát sinh?

Đáp: Sai khiến người khác sát sinh.

Hỏi: Thế nào là ý hành sát sinh?

Đáp: Là tâm thỏa mãn khi thấy người khác sát sinh.

Hỏi: Khi hành thiện thì đi kèm với tâm gì?

Đáp: Vô tham; Vô sân; Vô si.

Hỏi: Hành thiện là chánh nghiệp của thân, của khẩu hay của ý?

Đáp: Của ý.

Hỏi: Thế nào là nghiệp nhân?

Đáp: Nghiệp nhân là hành động tạo nghiệp.

Hỏi: Thế nào là nghiệp quả?

Đáp: Nghiệp quả là thọ quả báo.

Hỏi: Khi nào thì nghiệp mới cho quả?

Đáp: 3 giai đoạn cho quả:

- Ở kiếp này;
- Ở kiếp sau;
- Ở nhiều kiếp về sau.

Hỏi: Khi thiện nghiệp cho quả thì sẽ như thế nào?

Đáp:

- Mắt thấy cảnh hài lòng;
- Tai nghe âm thanh hài lòng;
- Mũi ngửi hương hài lòng;
- Lưỡi nếm vị hài lòng;
- Thân xúc chạm hài lòng;
- Ý biết cảnh hài lòng;

- Tiếp nhận cảnh hài lòng;
- Suy xét cảnh hài lòng.

Hỏi: Khi ác nghiệp cho quả thì như thế nào?

Đáp:

- Mắt thấy cảnh không hài lòng;
- Tai nghe âm thanh không hài lòng;
- Mũi ngửi hương không hài lòng;
- Lưỡi nếm vị không hài lòng;
- Thân xúc chạm không hài lòng;
- Ý biết cảnh không hài lòng;
- Tiếp nhận cảnh không hài lòng;
- Suy xét cảnh không hài lòng.

Hỏi: Được sinh làm người là quả của nghiệp gì?

Đáp: Quả của dục giới thiện nghiệp.

Hỏi: Sinh làm súc sinh là quả của nghiệp gì?

Đáp: Là quả của dục giới bất thiện nghiệp.

Hỏi: Trong một kiếp sống mình tạo ra bao nhiêu nghiệp?

Đáp: Tạo ra vô số nghiệp.

Hỏi: Khi chết sẽ có bao nhiêu nghiệp dẫn đi tái sinh?

Đáp: Chỉ có một nghiệp duy nhất.

Hỏi: Những nghiệp còn lại thì làm gì?

Đáp: Những nghiệp còn lại trở thành trì nghiệp – duy trì hỗ trợ cho kiếp sống đó.

Hỏi: Nghiệp bất thiện có trở quả được ở cõi trời không?

Đáp: Không.

Hỏi: Nghiệp thiện có trở quả được ở cõi địa ngục không?

Đáp: Không.

Hỏi: Ở cõi trời có tạo được bất thiện nghiệp không?

Đáp: Có.

Hỏi: Ở cõi địa ngục có tạo được thiện nghiệp không?

Đáp: Chủ yếu là không; có thể tạo được ý nghiệp nếu đủ nhân duyên.

Hỏi: Nghiệp thiện và nghiệp bất thiện có trở quả ở cõi người không?

Đáp: Có.

Hỏi: Cõi người có tạo được nghiệp thiện và nghiệp bất thiện không?

Đáp: Có.

Hỏi: Tà nghiệp lớn nhất là nghiệp gì?

Đáp: Là nghiệp tà kiến cố định:

- Vô nhân tà kiến;
- Vô quả tà kiến;
- Vô hành tà kiến.

Hỏi: Chánh nghiệp lớn nhất là nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp siêu thế:

- Tứ Thánh đạo;
- Tứ Thánh quả.

Hỏi: Cực trọng ác nghiệp là nghiệp gì?

Đáp: Ngũ nghịch trọng tội.

Hỏi: Cực trọng thiện nghiệp là nghiệp gì?

Đáp: Ngũ thiện đáo đại.

Hỏi: Khi chết nghiệp nào sẽ ưu tiên trở quả trước?

Đáp: Nghiệp nào nặng nhất sẽ trở quả trước.

Hỏi: Thứ tự nặng nhẹ của nghiệp như thế nào?

Đáp:

1. Cực trọng nghiệp;
2. Cận tử nghiệp;
3. Tích lũy nghiệp;
4. Thường nghiệp.

Hỏi: Nếu có cả cực trọng thiện nghiệp và cực trọng ác nghiệp thì nghiệp nào sẽ trở quả trước?

Đáp: Cực trọng ác nghiệp trở quả trước.

Hỏi: Tại sao ác nghiệp cực trọng lại trở quả trước?

Đáp: Vì ác nghiệp cực trọng cắt đứt quả của thiện nghiệp.

Hỏi: Nghiệp thiện nào có thể cắt đứt được quả của ác nghiệp?

Đáp: Nghiệp thiện siêu thế Thánh đạo – Thánh quả có thể cắt đứt quả của ác nghiệp.

Hỏi: Một người đắc thiện nghiệp siêu thế rồi thì có thể tạo cực trọng ác nghiệp nữa không?

Đáp: Vị đó không thể tạo được ác nghiệp cực trọng nữa.

Hỏi: Cận tử thiện nghiệp và cận tử ác nghiệp thì nghiệp nào trở quả lúc tái sinh?

Đáp:

- Tâm ô nhiễm nặng thì ác nghiệp trở quả;
- Tâm thanh tịnh thì thiện nghiệp trở quả.

Hỏi: Tích lũy thiện nghiệp và tích lũy ác nghiệp bằng nhau thì nghiệp nào trở quả lúc cận tử?

Đáp:

- Tâm ô nhiễm nặng thì ác nghiệp trở quả;
- Tâm thanh tịnh thì thiện nghiệp trở quả.

Hỏi: Nghiệp loại thường thiện và nghiệp loại thường ác như nhau thì nghiệp nào trở quả lúc cận tử?

Đáp:

- Tâm ô nhiễm nặng thì ác nghiệp trở quả;
- Tâm thanh tịnh thì thiện nghiệp trở quả.

Hỏi: Khi nào thì mới hết tạo nghiệp?

Đáp: Khi nào hết vô minh thì mới hết tạo nghiệp.

Hỏi: Một người hành thiền nhận biết hơi thở vào ra thì đang tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp dục giới.

Hỏi: Một hành giả đang niệm ân Đức Phật – Đức Pháp – Đức Tăng thì đang tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp dục giới.

Hỏi: Một Phật tử cố gắng giữ giới thanh tịnh thì đang

tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp dục giới.

Hỏi: Một người chú tâm nghe giảng pháp thì đang tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp dục giới.

Hỏi: Thấy người khác làm thiện phước mình tùy hỷ theo thì tạo được nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp dục giới.

Hỏi: Một thiền giả đang nhập sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền thì đang tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp sắc giới.

Hỏi: Một hành giả đang nhập vào các tầng thiền vô sắc: Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Phi tưởng phi phi tưởng xứ thì đang tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp vô sắc giới.

Hỏi: Một hành giả nhập thiền diệt thọ tưởng định thì đang tạo nghiệp gì?

Đáp: Không tạo nghiệp.

Hỏi: Một hành giả đang thực hành thiền tuệ Vipassanā thì đang tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp dục giới.

Hỏi: Nghiệp thiện dục giới khi trở quả sẽ như thế nào?

Đáp: Là được hưởng những cảnh hài lòng tốt đẹp ở

các cõi thiện dục giới (nhân – Thiên).

Hỏi: Quả của thiện nghiệp sắc giới khi trở quả sẽ như thế nào?

Đáp: Hóa sinh về cõi Phạm Thiên Sắc Giới.

Hỏi: Quả của nghiệp vô sắc khi trở quả thì như thế nào?

Đáp: Hoá sinh vào cõi Phạm Thiên Vô Sắc.

Hỏi: Muốn an vui hạnh phúc ở cõi nhân-Thiên thì tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp dục giới.

Hỏi: Muốn sinh về Phạm Thiên giới thì tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp sắc giới.

Hỏi: Muốn sinh về cõi vô sắc thì tạo nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp vô sắc.

Hỏi: Muốn giải thoát tam giới thì phải tạo thiện nghiệp gì?

Đáp: Thiện nghiệp siêu thế.

Hỏi: Tạo thiện nghiệp siêu thế như thế nào?

Đáp: Hành thiền tuệ Vipassanā đến mức thuần thục chín mùi thì sẽ chứng đắc Đạo – Quả thì đó là thiện nghiệp siêu thế.

Hỏi: Một vị chứng đắc đạo quả A La Hán rồi thì thường tạo nghiệp gì?

Đáp: Không còn tạo bất cứ một nghiệp gì.

14/ CHÁNH MẠNG

Hỏi: Chánh mạng là gì?

Đáp: Là nuôi mạng chân chánh.

Hỏi: Nuôi mạng chân chánh có ý nghĩa như thế nào?

Đáp: Là mình có được 4 thứ vật dụng hằng ngày một cách không có lỗi lầm:

- Chỗ ở;
- Vật thực;
- Y phục;
- Dược phẩm.

Những thứ đó có được bằng sự làm ăn lương thiện của chính mình chứ không phải bằng sự bất thiện mà có.

Hỏi: Như thế nào là có được những vật dụng chân chánh?

Đáp: Những vật dụng đó có được một cách chân chánh là:

- Không trực tiếp hoặc gián tiếp làm tổn hại đến chúng sinh khác;

- Không phải do sát sinh;
- Không phải do trộm cắp;
- Không phải do tà dâm;
- Không phải do nói dối;
- Không phải do buôn bán chất say nghiện, chất độc, vũ khí, trốn thuế, buôn lậu,...

Hỏi: Như thế nào là nuôi mạng không chân chánh?

Đáp: Là mình có được những vật dụng đó từ những hành động bất thiện như: Sát sinh; trộm cắp; tà dâm; nói dối; buôn bán chất say nghiện, vũ khí, chất độc,...

Hỏi: Chỗ ở đơn giản nhất là ở đâu?

Đáp: Ở dưới gốc cây, ở nghĩa địa, ở ngoài trời.

Hỏi: Y phục đơn giản nhất y gì?

Đáp: Là y phần tảo (Nhặt vải ở bãi rác).

Hỏi: Vật thực đơn giản nhất là gì?

Đáp: Khất thực.

Hỏi: Nuôi sống bằng nghề xem bói, xem tướng, xem ngày tốt xấu, tế lễ cúng bái,... thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Là tà mạng.

Hỏi: Tại sao lại là tà mạng?

Đáp: Vì nó chẳng mang lại lợi ích gì cho ai mà còn khiến nhiều người sinh tâm mê tín tà kiến.

Hỏi: Người xuất gia phải nuôi mạng như thế nào mới

là chánh mạng?

Đáp: Khất thực xin ăn.

Hỏi: Xin mà không ai cho thì phải làm sao?

Đáp: Thì phải đi chỗ khác mà xin.

Hỏi: Mọi người tự mang các vật dụng đến cúng dàng cho người xuất gia dùng thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Chánh mạng.

Hỏi: Các Phật tử mời vị Sa môn đến nhà tụng kinh rồi cúng dàng vật dụng thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Tự nguyện cúng dàng thì là chánh mạng; Hỏi giá trước thầy lấy bao nhiêu tiền công rồi trả thì là tà mạng.

Hỏi: Vị tỳ kheo tự trồng cây để nuôi sống thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Trong Luật, Đức Phật *không* cho tỳ kheo trồng cây.

Hỏi: Người tại gia sinh sống bằng nghề trồng cây thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Chánh mạng.

Hỏi: Vị Sa môn tự làm ra sản phẩm bán lấy tiền nuôi sống là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Trong Luật, Đức Phật *không* cho vị tỳ kheo buôn bán.

Hỏi: Người tại gia kiếm sống bằng buôn bán thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Buôn bán chân chánh thì là chánh mạng; buôn bán bất chính thì là tà mạng.

Hỏi: Thế nào là buôn bán chân chính?

Đáp: *Mua bán những thứ không có hại là chân chánh.*

- Không mua bán hàng giả;
- Không mua bán hàng độc hại;
- Không mua bán chất say nghiện;
- Không mua bán người và súc sinh;
- Không mua bán vũ khí sát sinh.

Hỏi: Thế nào là buôn bán bất chính?

Đáp: Ngược lại với chánh là bất chánh.

Hỏi: Người tại gia sinh sống bằng nghề trồng cây phải dùng thuốc độc diệt trừ các loài gây hại thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Trồng cây thì không có lỗi gì, *nhưng đã sát sinh thì vẫn để lại nghiệp bất thiện và vẫn phải chịu quả báo.*

Hỏi: Người tại gia chăn nuôi gia súc rồi mang bán lấy tiền sinh sống thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Lúc chăn nuôi thì là thiện nghiệp. Khi mang bán cho người khác giết mổ thì phạm vào tà mạng vì cộng nghiệp sát sinh.

Hỏi: Làm cán bộ sống bằng tiền lương thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Làm cán bộ không ăn hối lộ thì là chánh mạng.

Hỏi: Sinh sống bằng nghề thầy thuốc thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Không lừa dối bệnh nhân thì là chánh mạng; Lừa dối bệnh nhân để lấy thêm tiền thì là tà mạng.

Hỏi: Sinh sống bằng nghề giáo viên thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: *Giảng dạy những điều có lợi ích thì là chánh mạng;* Giảng dạy những điều không có lợi ích thì là tà mạng.

Hỏi: Sinh sống bằng tiền lương công nhân thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Công nhân làm ra những sản phẩm có lợi ích, không tổn hại đến ai thì là chánh mạng; làm ra sản phẩm có hại cho người hoặc vật thì là tà mạng.

Hỏi: Sinh sống bằng nghề nghệ thuật như diễn viên, ca sĩ, nhạc công thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Tà mạng.

Hỏi: Tại sao lại là tà mạng?

Đáp: Vì nó khiến cho nhiều người sinh khởi tâm bất thiện như tham ái, sân hận, tà kiến, rối loạn, mê lung, phóng dật, ảo tưởng...

Hỏi: Làm nghề thầy bói, thầy cúng,... thì là chánh mạng hay tà mạng?

Đáp: Những nghề này khiến nhiều người bị mê tín, tà kiến trở thành cuồng tín, dị đoan là tà mạng.

Hỏi: Nhưng nếu xem mà đúng thì sao?

Đáp: Dù đúng cũng không có lợi ích gì, vì mọi chuyện vẫn diễn ra một cách tự nhiên theo luật nhân quả.

Hỏi: Có người nào sống tà mạng mà khi chết được sinh Thiên giới không?

Đáp: Đức Phật từng quán sát trong 91 đại kiếp mới có duy nhất 1 người tà mạng được sinh Thiên vì vị đó thường hay thuyết giảng giáo lý về nghiệp.

Hỏi: Có người sống tà mạng nhưng cuộc sống của họ vẫn an vui, sung túc là làm sao?

Đáp: Vì quả của nghiệp tà mạng đó chưa trổ. Khi nào quả của nghiệp đó chín mùi thì họ sẽ gặp nhiều bất hạnh giống như họ đã tạo ra sự bất hạnh cho những chúng sinh khác.

Hỏi: Tại sao người xuất gia phải sống bằng khát thực mới là chánh mạng?

Đáp:

- Vì muốn *dứt hết lòng tham*, nên không được tích trữ;
- Vì muốn *đẹp bỏ ngã mạn*, nên sống dựa vào sự bố thí;
- Vì muốn cho chúng sinh có *cơ hội tạo phước thiện*;
- Vì muốn *gieo duyên giải thoát* đến với chúng sinh;
- Vì *lợi ích* cho bản thân mình và các thí chủ nên người xuất gia sống bằng hạnh khát thực.

Hỏi: Người xuất gia nhưng tu hành không nghiêm túc mà sống bằng hạnh khát thực thì sao?

Đáp: Thì mắc nợ thí chủ, sau này phải trả giá bằng sự lao khổ.

Hỏi: Cúng dàng cho người xuất gia tu hành không nghiêm túc thì thí chủ có được phước không?

Đáp: Có phước nhưng không lớn.

Hỏi: Người xuất gia tu một thời gian rồi hoàn tục thì có mắc nợ thí chủ đã cúng dàng tứ vật dụng không?

Đáp: Nếu thực hành giới – định – tuệ nghiêm túc thì không mắc nợ. Nếu không nghiêm túc thì mắc nợ.

Hỏi: Người xuất gia sống tà mạng thì sẽ như thế nào?

Đáp: Thì sẽ không thể chứng được các pháp thượng nhân: Đắc thiền, thần thông và đạo - quả. Khi mạng chung sinh vào ác đạo.

Hỏi: Tại sao thời nay lại có rất ít người tu chứng được pháp thượng nhân?

Đáp: Vì rất ít người sống chánh mạng.

Hỏi: Thí chủ tự tay sát sinh rồi dâng cúng vật thực đó cho người xuất gia dùng thì người xuất gia có tà mạng không?

Đáp: Nếu người dùng:

- Không trông thấy con vật bị giết;
- Không nghe tiếng con vật kêu khi bị giết;
- Không nghi con vật đã bị giết cho mình dùng;

Thì không tà mạng; ngược lại thì tà mạng.

Hỏi: Người thí chủ sát sinh rồi cúng dàng thì có phước hay có tội?

Đáp: Có cả hai: *Sát sinh là có tội; cúng dàng là có phước.*

Hỏi: Vừa có tội vừa có phước thì khi trở quả sẽ như thế nào?

Đáp: Quả lành: *Là người có nhiều tài sản, danh vọng,...*

Quả dữ: *Thường sinh nhiều bệnh tật và gặp nhiều oan trái...*

Hỏi: Người tại gia mà đóng giả người xuất gia rồi đi khất thực thì sẽ như thế nào?

Đáp: Thì sẽ đọa vào ác đạo.

Hỏi: Ở thế gian người sống chánh mạng nhiều hơn hay tà mạng nhiều hơn?

Đáp: Tà mạng nhiều hơn.

Hỏi: Tại sao phải sống chánh mạng?

Đáp:

- Để tránh những tội lỗi do nuôi mạng tạo ra;
- Để tránh sự vay trả nghiệp báo trong luân hồi;
- Để tránh kết oán gây thù với chúng sinh;
- Để sống hạnh thiếu dục tri túc;
- Để từ bỏ tham ái, dính mắc với các vật dụng;
- Để thành tựu được đạo quả, Niết Bàn.

15/ CHÁNH TINH TẤN

Hỏi: Chánh tinh tấn là gì?

Đáp: *Chánh tinh tấn là siêng năng chân chánh.*

- Chánh là chân chánh.
- Tinh tấn là siêng năng, tích cực.

Hỏi: Siêng năng như thế nào là chánh tinh tấn?

Đáp:

- Việc ác chưa sinh thì siêng năng ngăn ngừa;
- Việc ác đã sinh thì siêng năng dứt bỏ;
- Việc thiện chưa sinh thì siêng năng thực tập;
- Việc thiện đã sinh thì siêng năng giữ gìn.

Hỏi: Như thế nào là siêng năng ngăn ngừa việc ác chưa phát sinh?

Đáp: *Ngăn ngừa việc ác chưa sinh là:*

- Nếu mình chưa từng sát sinh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu... thì phải siêng năng ngăn ngừa bằng cách thực hành giới – định – tuệ.
- Biết sợ hãi với những lỗi nhỏ nhặt, chấp nhận và

học tập các học giới.

Hỏi: Như thế nào là việc ác đã sinh siêng năng dứt bỏ?

Đáp: Những ác nghiệp sát sinh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu... đã sinh khởi nơi thân – khẩu – ý thì phải siêng năng thực hành giới – định – tuệ để dứt trừ.

Hỏi: Thế nào là việc thiện chưa sinh thì siêng năng tu tập?

Đáp:

- Chưa biết giữ giới thì phải siêng giữ giới;
- Chưa biết hành thiện thì phải siêng hành thiện;
- Chưa được giải thoát thì phải siêng năng để được giải thoát.

Hỏi: Thế nào là thiện nghiệp đã phát sinh thì siêng năng giữ gìn?

Đáp:

- Như người đã thọ trì giới rồi thì phải siêng năng giữ gìn không để thoái chí;
- Đã tập thiện định rồi thì phải siêng năng thực hành không được giải đãi.

Hỏi: Thế nào là tà tinh tấn?

Đáp: Là tinh tấn được đi kèm với tâm tham – sân – tà kiến thì trở thành tà tinh tấn.

Hỏi: Tinh tấn đi kèm với tâm tham là làm sao?

Đáp:

- Siêng năng chạy theo sắc đẹp;

- Siêng năng chạy theo tiếng khen;
- Siêng năng chạy theo hương thơm;
- Siêng năng chạy theo thức ăn ngon;
- Siêng năng chạy theo xúc chạm êm ái.

Hỏi: Thế nào là tinh tấn đi kèm với tâm sân?

Đáp:

- Siêng năng uy hiếp;
- Siêng năng gây chiến;
- Siêng năng báo thù;
- Siêng năng phá hoại.

Hỏi: Thế nào là tinh tấn đi kèm với tâm tà kiến?

Đáp:

- Siêng năng học tập sách vở tà giáo không chân chánh, không có lợi ích;
- Siêng năng thực hành khổ hạnh ép xác;
- Siêng năng tế lễ, cầu xin;
- Siêng năng thực hành tà thuật: luyện âm binh, luyện bùa chú, luyện xuất hồn...

Hỏi: Tinh tấn có những tính chất gì?

Đáp:

- Đặc tính của nó là siêng năng – nỗ lực;
- Nhiệm vụ của nó là nâng đỡ – thúc đẩy;
- Biểu hiện của nó là không dễ duôi;
- Nhân gần của nó là sự khẩn trương gấp rút.

Hỏi: Tinh tấn thuộc về pháp thực hành giới – hay

định – hay tuệ?

Đáp: Tinh tấn có mặt ở tất cả các pháp. Trong bát chánh đạo, tinh tấn được xếp vào pháp hành thiền định.

Hỏi: Tại sao?

Đáp: Vì khi tinh tấn thực hành thiền định thì giới sẽ được trong sạch. Khi tinh tấn hành thiền định thì trí tuệ phát sinh.

Hỏi: Làm thế nào để phát khởi được tinh tấn trong thực hành thiền định?

Đáp: Có 11 cách phát khởi tinh tấn:

1. Tác ý đến nỗi khổ của các đọa xứ;
2. Tác ý đến sự an lạc của các cõi lành;
3. Tác ý đến quá trình hành đạo của chư Phật và các vị Thánh;
4. Tác ý đến công lao của những người đã hộ trì;
5. Tác ý đến sự may mắn được gặp giáo pháp;
6. Tác ý đến bốn phận của ta phải giữ gìn và truyền trì giáo pháp;
7. Từ bỏ hôn trầm, giải đãi bằng đi thiền hành;
8. Không thân cận kẻ biếng nhác;
9. Thân cận người tinh tấn;
10. Ôn lại 4 chánh cần;
11. Quyết định đối với tinh tấn.

Hỏi: Có mấy mức độ tinh tấn?

Đáp: Có 3 mức độ tinh tấn:

- Bạc thường;
- Bạc trung;
- Bạc thượng.

Hỏi: Thế nào là tinh tấn bạc thường?

Đáp: Là siêng năng hành thiền dù có tổn hại đến tài sản cũng không tiếc.

Hỏi: Thế nào là tinh tấn bạc trung?

Đáp: Là siêng năng hành thiền dù có tổn hại đến thân thể cũng không tiếc.

Hỏi: Thế nào là tinh tấn bạc thượng?

Đáp: Là tinh tấn hành thiền dù có tổn hại đến mạng sống cũng không tiếc.

Hỏi: Một người siêng năng lao động, làm ăn kiếm sống thì là chánh tinh tấn hay tà tinh tấn?

Đáp:

- Siêng năng lao động mà đi kèm với *vô tham* – *vô sân* – *vô si* thì là chánh tinh tấn;
- Siêng năng lao động mà đi kèm với *tâm tham* – *tâm sân* – *tâm si* thì là tà tinh tấn.

Hỏi: Thế nào là lao động *vô tham* – *vô sân* – *vô si*?

Đáp:

▪ ***Vô tham:***

- Là lao động bằng chính sức lực của mình, không

lạm dụng sức lực của người khác;

- Dùng sản phẩm của mình làm ra, không cố ý chiếm đoạt của người khác;
- Không dùng thủ đoạn lừa dối để làm ít mà được hưởng nhiều,...

■ **Vô sân:**

- Là không làm việc *có lợi mình mà gây hại cho người*;
- Không làm việc *có lợi trước, hại sau*;
- Không làm việc trực tiếp hoặc gián tiếp *gây tổn hại đến những chúng sinh khác...*

■ **Vô si: Là làm việc mà có hiểu biết về việc mình đang làm**

- Việc làm này là có lợi hay có hại;
- Việc làm này là thiện hay ác;
- Việc làm này là chánh hay tà;
- Việc nào nên làm, việc nào nên tránh;
- Việc nào nên duy trì, việc nào nên từ bỏ.

Hỏi: Lao động như thế nào là đi kèm với *tham, sân, si*?

Đáp: Ngược lại với vô *tham* – vô *sân* – vô *si* thì là *tham* – *sân* – *si*.

Hỏi: Vị Bồ Tát tu hạnh tinh tấn trải qua bao nhiêu kiếp thì thành Phật?

Đáp: 16 A tăng kỳ và một trăm ngàn đại kiếp.

Hỏi: Bồ Tát tu hạnh đức tin trải qua bao nhiêu kiếp

thì thành Phật?

Đáp: 8 A tăng kỳ và 100 ngàn đại kiếp.

Hỏi: Bồ Tát tu hạnh trí tuệ trải qua bao nhiêu kiếp thì thành Phật?

Đáp: 4 A tăng kỳ và 100 ngàn đại kiếp.

Hỏi: Tại sao khi tu hạnh tinh tấn lại thành Phật chậm hơn tu hạnh niềm tin và trí tuệ?

Đáp:

- Vì tinh tấn nhiều khi thái quá *trở thành phóng dật*;
- Vì tinh tấn quá nhiều khi *kiệt sức*;
- Vì nhiều khi tinh tấn sai trở thành *phá hoại, lãng phí thời gian công sức*.

Hỏi: Tại sao khi tu hạnh trí tuệ lại nhanh hơn tu hạnh tinh tấn?

Đáp:

- Vì có trí tuệ thì biết cân nhắc cái gì nên làm, cái gì không nên làm, không tốn thời gian;
- Vì có trí tuệ thì biết dụng sức vừa phải nên không thái quá, không tốn sức;
- Vì có trí tuệ thì làm đến đâu được đấy không bị sai; không phải làm lại.

Hỏi: Tại sao tu hạnh đức tin lại cũng nhanh hơn tu hạnh tinh tấn?

Đáp:

- Vì người có đức tin thì luôn lấy người đi trước

làm tấm gương noi theo;

- Rút kinh nghiệm từ cái sai của tiền bối nên không phạm sai lầm;
- Học hỏi những bí quyết thành công của tiền bối nên dễ thành công;
- Luôn kính trọng tiền bối nên không tự kiêu, tự mãn.

Hỏi: Khi gặp khó khăn thì phải làm gì?

Đáp: Phải tinh tấn vượt qua.

Hỏi: Cái gì là khó vượt qua nhất?

Đáp: Sinh tử là khó nhất.

Hỏi: Khi gặp nguy hiểm thì phải làm sao?

Đáp: Phải cố gắng giải thoát.

Hỏi: Cái gì là nguy hiểm nhất?

Đáp: Sinh tử là nguy hiểm nhất.

Hỏi: Muốn vượt qua sinh tử thì phải làm sao?

Đáp: Phải tinh tấn hành thiền.

Hỏi: Khi gặp kẻ thù thì phải làm sao?

Đáp: Phải dũng mãnh chiến đấu.

Hỏi: Cái gì là kẻ thù đáng sợ nhất?

Đáp: Ái là kẻ thù đáng sợ nhất.

Hỏi: Muốn diệt trừ ái thì phải làm sao?

Đáp: Phải tinh tấn hành thiền.

Hỏi: Muốn đạt được những điều mình mong muốn thì phải làm gì?

Đáp: Phải tinh tấn.

Hỏi: Điều gì là đáng mong muốn nhất?

Đáp: Thoát khổ là đáng mong muốn nhất.

Hỏi: Muốn thoát khổ thì phải làm sao?

Đáp: Phải tinh tấn hành thiền.

Hỏi: Khi mắc bệnh hiểm nghèo thì phải làm sao?

Đáp: Phải cố gắng chữa cho khỏi.

Hỏi: Bệnh gì là hiểm nghèo nhất?

Đáp: Tham – sân – si là bệnh hiểm nghèo nhất.

Hỏi: Rắn độc bò vào nhà thì phải làm sao?

Đáp: Phải cố gắng đuổi nó ra.

Hỏi: Cái gì ở trong tâm còn nguy hiểm hơn rắn độc?

Đáp: Tham – sân – si còn nguy hiểm hơn rắn độc.

Hỏi: Muốn đuổi được *tham – sân – si* thì phải làm sao?

Đáp: Phải tinh tấn hành thiền.

Hỏi: Muốn được trao giải thưởng thì phải làm gì?

Đáp: Phải tinh tấn.

Hỏi: Giải thưởng gì là cao thượng nhất?

Đáp: Niết Bàn là cao thượng nhất.

Hỏi: Muốn chứng Niết Bàn thì phải làm sao?

Đáp: Phải tinh tấn hành thiền.

16/ CHÁNH NIỆM

Hỏi: Chánh niệm là gì?

Đáp: *Chánh niệm là ghi nhớ những điều chân chánh.*

- Chánh là chân chánh;
- Niệm là ghi nhớ.

Hỏi: Chánh niệm có đặc tính gì?

Đáp: Đặc tính của chánh niệm là *ghi nhớ đối tượng*.

Hỏi: Chánh niệm có nhiệm vụ gì?

Đáp: Nhiệm vụ của chánh niệm là *canh giữ đối tượng*.

Hỏi: Chánh niệm được thể hiện ra sao?

Đáp: Thể hiện của chánh niệm là *không quên đối tượng*.

Hỏi: Nhân gần của chánh niệm là gì?

Đáp: Nhân gần của chánh niệm là *tưởng*.

Hỏi: Tưởng nhớ cái gì thì được gọi là chánh niệm?

Đáp: Tưởng nhớ những đối tượng chân chánh khiến cho tâm trở nên *vô tham, vô sân, vô si* thì là chánh niệm.

Hỏi: Ghi nhớ những đối tượng gì thì tâm sẽ trở nên vô

tham, vô sân, vô si?

Đáp: Ghi nhớ các đề mục thiền định và thiền quán như:

- Niệm Phật;
- Niệm Pháp;
- Niệm Tăng;
- Niệm giới;
- Niệm thí;
- Niệm Thiên;
- Niệm sự chết;
- Niệm Niết Bàn;
- Niệm hơi thở;
- Niệm xác chết;
- Niệm tứ đại;
- Niệm nhân duyên;
- Niệm sinh diệt;
- Niệm vô thường, khổ, vô ngã.

Hỏi: Chánh niệm thì có lợi ích gì?

Đáp:

- Từ chánh niệm sẽ có chánh định;
- Từ chánh định sẽ có chánh trí;
- Từ chánh trí sẽ có chánh giải thoát.

Hỏi: Thế nào là tà niệm?

Đáp: Tà niệm là ghi nhớ những điều sai trái.

Hỏi: Ghi nhớ cái gì thì là sai trái?

Đáp: Ghi nhớ những đối tượng làm sinh khởi những

tâm dục tham, sân hận và tà kiến là tà niệm.

Hỏi: Ghi nhớ đối tượng gì thì sẽ sinh khởi dục tham?

Đáp: Ghi nhớ đối tượng sắc, thanh, hương, vị, xúc khả ái, khả hỷ, khả lạc, hấp dẫn thì sẽ sinh dục tham.

Hỏi: Ghi nhớ đối tượng gì thì sẽ sinh sân hận?

Đáp: Ghi nhớ đối tượng chướng ngại như:

- Nó đã làm hại ta;
- Nó đang làm hại ta;
- Nó sẽ làm hại ta;

Hoặc

- Nó đã – đang – sẽ làm hại người ta yêu quý,...
- Thì sẽ sinh tâm sân hận.*

Hỏi: Ghi nhớ đối tượng gì thì sinh tâm tà kiến?

Đáp: Ghi nhớ những đối tượng không có thật như:

- Những nhân vật được *tưởng tượng trong truyền thuyết*.
- Hoặc ghi nhớ những *điều sai sự thật* như:

■ **Sai sự thật = tà:**

- Mọi thứ (tinh thần và vật chất) do ngẫu nhiên mà có hoặc do một vị thần linh tạo ra;
- Mọi thứ luôn luôn tồn tại;
- Còn sinh ra thì còn hạnh phúc;
- Mọi thứ đều là chân thật;
- Mọi thứ là thanh tịnh.

Hỏi: Một người tín đồ thường tưởng niệm đến vị giáo chủ mà mình tôn thờ thì là chánh niệm hay tà niệm?

Đáp:

- Nếu vị giáo chủ đó *có thật* thì là chánh niệm;
- Nếu vị giáo chủ đó *không có thật* thì là tà niệm.

Hỏi: Một người tín đồ thường tưởng nhớ đến một cõi Thiên giới mà mình mong muốn được sinh về đó thì là chánh niệm hay tà niệm?

Đáp:

- Nếu cõi Thiên giới đó *có thật* thì là chánh niệm;
- Nếu cõi Thiên giới đó *không có thật* thì là tà niệm.

Hỏi: Tại sao tưởng nhớ cái gì không có thật thì lại là tà niệm?

Đáp: Vì sinh ra niềm tin sai. Giống như có người nói dối mình là ở ngoài biển có một núi vàng. Người nào tin theo đi tìm vàng sẽ uổng công. Có nhiều kinh sách cũng nói sai như vậy ai tin thì cũng uổng công.

Hỏi: Làm sao mình biết được kinh sách nào đúng, kinh sách nào sai?

Đáp:

- Sách nào dạy *tương ứng* với bốn sự thật thì là đúng.
- Sách nào dạy *trái* với bốn sự thật thì là sai.

Hỏi: Có sách dạy: Tôn thờ vị giáo chủ Thiên giới để khi chết được sinh về đó sống với vị giáo chủ đó mãi mãi thì có tương ứng với bốn sự thật không?

Đáp: Không. Vì theo khổ đế: Là còn sinh ra thì còn phải chết đi, không có cõi nào sống mãi mãi được.

Hỏi: Tưởng nhớ đến những người thân như cha mẹ, con cái thì là chánh niệm hay tà niệm?

Đáp: Nhớ người thân mà đi kèm với tâm từ – bi – hỷ – xả thì là chánh niệm; đi kèm với tham ái, chấp thủ thì là tà niệm.

Hỏi: Thế nào là nhớ người thân đi kèm với tâm từ?

Đáp:

- Mong cho họ thoát hiểm nguy;
- Mong cho họ thoát khổ thân;
- Mong cho họ thoát khổ tâm;
- Mong cho họ được an vui.

Đó là nhớ người thân đi kèm với tâm từ.

Hỏi: Thế nào là nhớ đi kèm với tâm bi?

Đáp: Mong cho họ sớm giải thoát khổ đau sinh tử.

Hỏi: Thế nào là nhớ đi kèm với tâm hỷ?

Đáp: Mong cho họ không phải xa lìa những thành công tốt đẹp.

Hỏi: Thế nào là nhớ đi kèm với tâm xả?

Đáp: *Họ là người thừa tự quả của nghiệp mà họ đã tạo.*

Hỏi: Thế nào là nổi nhớ đi kèm với tham ái?

Đáp: Nổi nhớ đi kèm tham ái là khi:

- Mong cho người thân của tôi ở bên tôi mãi mãi không phải xa lìa;
- Mong cho tôi ở bên người thân mãi mãi không phải xa lìa.

Hỏi: Thế nào là nỗi nhớ đi kèm với chấp thủ?

Đáp:

- Tôi chỉ vui khi người thân vui;
- Tôi sẽ buồn khi người thân buồn;
- Người thân sẽ vui khi tôi vui;
- Người thân sẽ buồn khi tôi buồn.

→ Đó là chấp thủ, vì nghĩ là: “Có cái tôi ở người thân; Có cái người thân ở tôi”.

Hỏi: Nhớ bạn bè, những người quen biết thì là niệm gì?

Đáp:

- Nhớ mà đi kèm với tâm từ – bi – hỷ – xả thì là chánh niệm.
- Đi kèm với tham ái, chấp thủ thì là tà niệm.

Hỏi: Nhớ đến những người nổi tiếng thì là chánh niệm hay tà niệm?

Đáp:

- Nhớ đi kèm với trí là chánh niệm;
- Nhớ đi kèm với si là tà niệm.

Hỏi: Thế nào là nhớ đi kèm với trí?

Đáp: Là sự hiểu biết về người nổi tiếng đó:

- Có công đức gì cao thượng?
- Có trí tuệ gì cao thượng?

Nhớ đến công đức và trí tuệ của vị đó là chánh niệm.

Hỏi: Thế nào là tưởng nhớ đi kèm với si?

Đáp: Là tưởng nhớ mà không hiểu gì về họ:

- Hoặc người đó không có thật;
 - Hoặc người đó còn *tham – sân – si*, nhưng được thể gian tôn xưng là thần thánh.
- Đó là *tưởng nhớ* đi kèm với *si* = *tà niệm*.

Hỏi: Nhớ ơn những người đã giúp mình thì như thế nào?

Đáp:

- Nhớ ơn đi kèm với *trí* là chánh niệm;
- Nhớ ơn đi kèm với *si* là tà niệm.

Hỏi: Thế nào là nhớ ơn đi kèm với trí?

Đáp: Là nhớ ơn đi kèm với hiểu biết về nghiệp và quả của nghiệp. Ví dụ: Người này đã giúp đỡ ta; hoặc: Ta đã giúp đỡ người này:

- Nghiệp: Người giúp = đang tạo nghiệp;
- Quả: Người được giúp đỡ = đang thọ quả.

Hỏi: Niệm Phật là như thế nào?

Đáp: Là tưởng nhớ đến đức hạnh và trí tuệ của Phật.

Hỏi: Tưởng nhớ đức hạnh – trí tuệ của Phật để làm gì?

Đáp: Để làm tấm gương mà noi theo.

Hỏi: Niệm Pháp là niệm như thế nào?

Đáp: Là tưởng nhớ đến sự cao thượng của giáo pháp.

Hỏi: Tưởng nhớ đến sự cao thượng của giáo pháp để làm gì?

Đáp: Để tinh tấn thực hành theo.

Hỏi: Niệm Tăng là như thế nào?

Đáp: Là tưởng nhớ đến đức hạnh của chư Tăng.

Hỏi: Niệm Tăng để làm gì?

Đáp: Để noi theo tu tập.

Hỏi: Niệm thí là như thế nào?

Đáp: Là tưởng nhớ đến nghiệp thiện lúc làm bố thí.

Hỏi: Niệm thí để làm gì?

Đáp: Để hoan hỷ với phước thiện bố thí.

Hỏi: Niệm giới là làm sao?

Đáp: Là tưởng nhớ đến sự giữ gìn giới trong sạch.

Hỏi: Niệm giới để làm gì?

Đáp: Để ngăn ngừa những tội lỗi.

Hỏi: Niệm hơi thở là làm sao?

Đáp: Là nhận biết hơi thở vào ra ở cửa mũi.

Hỏi: Nhận biết hơi thở để làm gì?

Đáp: Để cho tâm định tĩnh, không tán loạn.

Hỏi: Khi tâm có nhiều dục tham thì nên niệm cái gì?

Đáp: Nên niệm về xác chết bất tịnh.

Hỏi: Niệm xác chết là làm sao?

Đáp: Là tưởng nhớ đến xác chết mà mình từng trông thấy.

Hỏi: Niệm xác chết để làm gì?

Đáp: Để đoạn trừ dục tham.

Hỏi: Khi tâm khởi lên tức bực, sân hận thì nên niệm

cái gì?

Đáp: Nên niệm tâm từ.

Hỏi: Niệm tâm từ là làm sao?

Đáp: Cầu mong cho chúng sinh được an vui hạnh phúc.

Hỏi: Niệm tâm từ để làm gì?

Đáp: Để diệt trừ sân hận.

Hỏi: Khi tâm tán loạn, mộng lung khởi lên thì phải niệm cái gì?

Đáp: Niệm hơi thở vào ra.

Hỏi: Niệm hơi thở vào ra để làm gì?

Đáp: Để cho tâm được định tĩnh, không tán loạn.

Hỏi: Một người ưa phân tích những pháp cao siêu thì nên niệm cái gì?

Đáp: Nên niệm tứ đại: Đất – nước – lửa – gió. Thân này chỉ là tứ đại.

Hỏi: Niệm tứ đại để làm gì?

Đáp: Để giác ngộ ra sự thật là cái thân này không phải của ta.

Hỏi: Khi tâm lười biếng khởi lên thì phải niệm cái gì?

Đáp: Thì nên niệm về sự chết.

Hỏi: Niệm sự chết như thế nào?

Đáp:

- Sự sống sẽ chấm dứt trong cái chết;
- Sự sống không chắc chắn;

- Cái chết thì chắc chắn;
- Chắc chắn ta sẽ chết;
- Chết, chết, chết...;

Đó là niệm sự chết.

Hỏi: Niệm sự chết để làm gì?

Đáp: Để kinh cảm sự chết mà tinh tấn hành thiền không lãng phí thời gian.

Hỏi: Muốn giác ngộ sự thật thì phải niệm gì?

Đáp: Phải niệm tứ niệm xứ:

- Niệm thân;
- Niệm thọ;
- Niệm tâm;
- Niệm pháp.

Hỏi: Thế nào là niệm thân?

Đáp: *Thực hành những đề mục liên quan đến thân như:*

- Niệm tứ đại: Phân tích 28 loại sắc pháp;
- Niệm 32 thân phần;
- Niệm xác chết;
- Niệm sự chết;
- Niệm hơi thở vào ra.

Hỏi: Thế nào là niệm thọ?

Đáp: *Phải hành thiền minh sát quan sát 5 loại cảm thọ:*

- Thọ hỷ;
- Thọ ưu;
- Thọ khổ;

- Thọ lạc;
- Thọ xả;

Được sinh ra từ sự tiếp xúc giữa 6 căn với 6 trần.

Hỏi: Thế nào là niệm tâm?

Đáp: Là hành thiền minh sát phân biệt các loại tâm thức gồm 89 tâm vương, 52 tâm sở do nhân duyên mà sinh lên, do nhân duyên mà diệt đi.

Hỏi: Thế nào là niệm Pháp?

Đáp:

- Niệm 1 pháp: Chúng sinh tồn tại nhờ vật thực;
- Niệm 2 pháp: Danh và sắc;
- Niệm 3 pháp: Thọ khổ – thọ lạc – thọ xả;
- Niệm 4 pháp: Bốn sự thật;
- Niệm 5 pháp: Năm triền cái – Năm thủ uẩn;
- Niệm 6 pháp: Sáu căn – Sáu trần;
- Niệm 7 pháp: Bảy giác chi;
- Niệm 8 pháp: Bát chánh đạo.

17/ CHÁNH ĐỊNH

Hỏi: Chánh định là gì?

Đáp: *Chánh định là nhất tâm chân chánh.*

- Chánh là chân chánh;
- Định là nhất tâm.

Hỏi: Định có những tính chất gì?

Đáp: Định có:

- Đặc tính: không lang thang;
- Nhiệm vụ: gom tâm lại;
- Biểu hiện: bình yên lặng lẽ;
- Nhân gần: lạc.

Hỏi: Nhất tâm như thế nào thì gọi là chánh định?

Đáp: Nhất tâm trên những đối tượng có thể đè nén được 5 triền cái làm cho tâm trở nên thanh tịnh thì được gọi là chánh định.

Hỏi: Có bao nhiêu đối tượng để phát triển định?

Đáp: Có 40 đối tượng để phát triển định:

- 10 kasina;
- 10 tùy niệm;
- 10 tử thi;
- 4 vô lượng;
- 4 vô sắc;
- Niệm hơi thở;
- Quán 32 thể trước.

Tổng cộng: 40 đề mục.

Hỏi: Có bao nhiêu loại định?

Đáp: Có nhiều loại định:

■ **Theo mức độ:**

- Sát na định;
- Cận hành định;
- An chỉ định.

■ **Theo cõi:**

- Định dục giới;
- Định sắc giới;
- Định vô sắc giới.

■ **Theo thế:**

- Định hiệp thế;
- Định siêu thế.

Hỏi: Thế nào là sát na định?

Đáp: Là sự nhất tâm trên đối tượng trong một chốc lát.

Hỏi: Thế nào là cận hành định?

Đáp: Cận hành định là đã gần sát với định an chỉ nhưng thỉnh thoảng tâm còn bắt sang những đối tượng khác.

Hỏi: Thế nào là an chỉ định?

Đáp: Là sự nhất tâm trọn vẹn. Tâm an trú trên một đối tượng liên tục.

Hỏi: Thế nào là định dục giới?

Đáp: Sát na định và cận hành định sinh khởi lên ở lộ tâm dục giới nên gọi là định dục giới.

Hỏi: Thế nào là định sắc giới?

Đáp: An chỉ định sơ thiền đến tứ thiền là lộ tâm của sắc giới nên gọi là định sắc giới.

Hỏi: Thế nào là định vô sắc giới?

Đáp: An chỉ định của 4 tầng thiền vô sắc là lộ tâm vô sắc nên gọi là định vô sắc giới.

Hỏi: Thế nào là định hiệp thế?

Đáp: Tất cả các thiền dục giới – sắc giới – vô sắc giới đều là thiền hiệp thế.

Hỏi: Tại sao gọi là thiền hiệp thế?

Đáp: Vì nó là những thiện nghiệp, là nhân để sinh về các cõi sống trong tam giới.

Hỏi: Thế nào là thiền siêu thế?

Đáp: Là thiền của những bậc đã giác ngộ, giải thoát khỏi tam giới.

Hỏi: Thiền siêu thế lấy gì làm đối tượng?

Đáp: Lấy Niết Bàn làm đối tượng.

Hỏi: Thiền siêu thế có làm nhân để sinh về đâu không?

Đáp: Không. Thiền siêu thế là kết quả của trí tuệ giải thoát, không để lại nghiệp nhân.

Hỏi: Những đề mục thiền nào có thể chứng đắc định cận hành?

Đáp: Có 10 đề mục:

- | | |
|------------------|------------------|
| • Niệm Phật; | • Niệm thí; |
| • Niệm Pháp; | • Niệm Thiên; |
| • Niệm Tăng; | • Niệm sự chết; |
| • Niệm Niết Bàn; | • Niệm vật thực; |
| • Niệm giới; | • Niệm tứ đại. |

Hỏi: Những đề mục nào đắc được an chỉ định?

Đáp: 30 đề mục còn lại đắc được an chỉ định.

Hỏi: Muốn thực hành thiền định thì cần có những điều kiện gì?

Đáp: Cần những điều kiện sau:

1. Giữ giới:

- Giới căn bản: 5 giới, 8 giới, 10 giới,...
- Giới thu thúc: *tránh ngoại cảnh không thích hợp;*
- Giới nuôi mạng: *kiếm ăn chân chánh;*
- Giới tri túc: *biết đủ với những vật dùng hằng ngày.*

2. Viễn ly:

- Tránh xa chỗ ở ồn ào không thích hợp;
- Tránh xa hội chúng không thích hợp;
- Tránh xa người thô lỗ, người quá thân thiết, người khác phái.

3. *Buông xả:*

Buông bỏ đời sống hưởng thụ dục lạc như:

- Ưa thích sự sang trọng;
- Ưa thích ăn ngon, ngủ nhiều;
- Ưa thích tụ tập bạn bè, nói chuyện thể tục;
- Ưa thích vui chơi, giải trí, xem nghe ca kịch;
- Ưa thích giàu sang quyền lực, danh vọng;
- Ưa thích hẹn hò đôi lứa;
- Ưa thích những việc lật vật như: nấu ăn, dọn dẹp, trồng cây, nuôi thú, đọc báo, nghe đài,...

4. *Cần hỗ trợ:*

- Người thầy: có kinh nghiệm về pháp hành thiền định tận tình chỉ dạy.
- Người hộ độ: có người hộ độ những vật dụng cần dùng như *sàng tọa, y phục, thuốc men, vật thực* khi cần.

5. *Niềm tin:*

- Tin vào sự hành thiền đã đạt được sự giác ngộ của Đức Phật;
- Tin vào sự thực hành thiền nên đã đạt được sự giải thoát của các đệ tử Đức Phật;
- Tin vào sự thực hành thiền của mình cũng sẽ đi

đến giải thoát.

6. Tinh tấn:

- Dù thân này có mệt mỏi cũng không lo sợ;
- Dù thân này có đau đớn cũng không lo sợ;
- Dù thân này có bệnh tật cũng không lo sợ;
- Dù phải thực hành nhiều năm tháng cũng không lo sợ;
- Dù thân này có kiệt sức cũng không lo sợ;
- Dù thân này có gặp nguy hiểm cũng không lo sợ;
- Dù thân này có phải chết cũng không lo sợ.

7. Chánh niệm:

- Giữ chánh niệm trên đề mục thiền trong khi ngồi thiền;
- Giữ chánh niệm trong lúc đi thiền hành;
- Giữ chánh niệm ở mọi lúc, mọi nơi.

8. Định tập trung tâm trên đề mục:

- Nhất tâm trên đề mục;
- Định tĩnh trên đề mục;
- Không suy tư sang những chuyện khác như:
Tham dục, sân hận, hôn trầm, trạo hối, hoài nghi.

9. Tuệ hiểu rõ mục đích của việc hành thiền:

- Hiểu rõ lợi ích của việc hành thiền;
- Hiểu biết rõ đề mục, cách nhận biết và duy trì đề mục đó.

Hỏi: Mục đích của thiền định là gì?

Đáp: Mục đích của thiền định để làm nền tảng phát

triển thiên tuệ.

Hỏi: Lợi ích của thiền định là gì?

Đáp:

- Định làm cho *tâm được thanh tịnh*;
- Thoát khỏi *những cấu uế của 5 triền cái*;
- Trú trong sự *an lạc tối thượng*;
- *Phát triển được thắng trí*, các năng lực thần thông.

Hỏi: Muốn thực hành thiền hơi thở thì phải như thế nào?

Đáp: *Thực hành thiền hơi thở thì phải:*

- Tư thế ngồi thoải mái;
- Giữ lưng thẳng, đầu thẳng;
- Mắt nhắm lại hoàn toàn;
- Để tâm ở điểm xúc chạm;
- Nhận biết hơi thở đi vào và đi ra.

Hỏi: Có cần phải ngồi theo tư thế kiết già hay bán già không?

Đáp: Ngồi tư thế nào cũng được, không quan trọng.

Hỏi: Khi đau chân thì phải làm sao?

Đáp: Thì trở chân một cách nhẹ nhàng.

Hỏi: Mỗi lần ngồi bao nhiêu thời gian thì đủ?

Đáp: Không giới hạn thời gian, nên cố gắng ngồi càng lâu càng tốt: 1 giờ, 2 giờ, 3 giờ,...

Hỏi: Mỗi ngày ngồi mấy thời thì đủ?

Đáp: Không giới hạn số lần. *Ngồi càng nhiều càng tốt.*

Hỏi: Có nên mở mắt một chút để khỏi bị hôn trầm không?

Đáp: Không. Mở mắt một chút cũng khó phát triển được định.

Hỏi: Để tâm ở điểm xúc chạm là ở đâu?

Đáp: *Ở chóp mũi, ở môi trên, ở cánh mũi.* Khi hơi thở đi vào đi ra đều chạm vào da của 3 chỗ đó nên gọi là điểm xúc chạm.

Hỏi: Có được quan sát hơi thở ở những chỗ khác như: ở lồng ngực; ở bụng, ở đan điền không?

Đáp: Không. Theo hơi thở vào trong người thì tâm sẽ bắt vào tứ đại chứ không còn là hơi thở nữa.

Hỏi: Hành thiền khoảng bao lâu thì sẽ đắc định?

Đáp: Nếu chánh niệm mạnh thì một thời gian ngắn là đắc định. Nếu chánh niệm yếu thì mất nhiều thời gian hơn.

Hỏi: Làm sao để biết là đắc định?

Đáp: Khi đắc định thì tâm sẽ thấy được quang tướng. Đó là một loại ánh sáng, là sắc do tâm sinh.

Hỏi: Quang tướng đó như thế nào?

Đáp: Quang tướng có 3 loại:

- Chuẩn bị tướng: Ánh sáng màu xám mờ mờ;
- Học tướng: Ánh sáng trở nên trắng hơn;

- Tợ tướng: Ánh sáng trong suốt và tỏa sáng rực rỡ.

Hỏi: Như thế nào là chánh niệm mạnh?

Đáp: Là tâm tập trung trên hơi thở liên tục 1 giờ, 2 giờ, 3 giờ,... không gián đoạn.

Hỏi: Như thế nào là chánh niệm yếu?

Đáp: Là tâm tập trung không được lâu, thường hay bị quên đối tượng chú tâm và hay hướng sang đối tượng khác.

Hỏi: Người có chánh niệm yếu thì phải khắc phục như thế nào?

Đáp: Phải để ý xem tâm hay hướng đến cái gì trong 5 triền cái:

- Tham dục;
- Sân hận;
- Hôn trầm;
- Trạo hối;
- Hoài nghi.

Cố gắng dứt bỏ cái ô nhiễm đó đi thì chánh niệm sẽ tăng lên.

Hỏi: Khi thấy quang tướng xuất hiện rồi thì phải làm gì tiếp theo?

Đáp: Khi mới xuất hiện, quang tướng còn rất yếu nên đừng chú tâm vào nó:

- Đừng quan tâm đến màu sắc;
- Đừng quan tâm đến hình dáng;
- Đừng quan tâm đến kích cỡ...

Mà vẫn quan sát hơi thở vào ra bình thường.

Hỏi: Khi nào thì biết được quang tướng đã vững mạnh?

Đáp: Khi nào quang tướng đó dính liền với hơi thở và duy trì được suốt cả thời thiền từ 2 giờ đến 3 giờ là đã vững mạnh.

Hỏi: Việc tiếp theo là phải làm gì?

Đáp: Khi quang tướng duy trì liên tục từ 2 giờ đến 3 giờ thì chuyển tâm sang quan sát quang tướng đó.

Hỏi: Quan sát quang tướng như thế nào?

Đáp: Tập trung tâm vào một điểm sáng ở ngay trước mặt rồi cố gắng duy trì càng lâu càng tốt.

Hỏi: Duy trì trên quang tướng đó bao lâu thì được?

Đáp: Duy trì quang tướng được từ 2 giờ đến 3 giờ liên tục, không gián đoạn là đã vào được an chỉ định.

Hỏi: Nếu quang tướng thường xuyên bị gián đoạn thì phải làm sao?

Đáp: Thì phải quân bình 5 căn: tín – tấn – niệm – định – tuệ.

Hỏi: Quân bình 5 căn đó như thế nào?

Đáp: Quân bình là giữ cho các căn quyền đó ở mức cân bằng không để nó quá mạnh hoặc quá yếu.

- Quân bình tín với tuệ;
- Quân bình tấn với định;
- Quân bình định với tuệ.

Hỏi: Khi tâm trở nên lười biếng thì phải làm sao?

Đáp: Khi tâm lười biếng thì phải tác ý đến 3 giác chi:
Trạch pháp (trí tuệ) – Tinh tấn – Hỷ.

Hỏi: Làm thế nào để phát sinh được trạch pháp?

Đáp: Có 7 pháp phát sinh trạch pháp (trí tuệ):

- Đặt câu hỏi;
- Làm sạch nội – ngoại xứ;
- Quân bình các căn;
- Tránh những kẻ thiếu trí tuệ;
- Thân cận người có trí;
- Ôn lại lĩnh vực tri kiến sâu xa;
- Quyết định đối với trạch pháp.

Hỏi: Làm thế nào để phát sinh tinh tấn?

Đáp: Có 11 pháp đưa đến phát khởi tinh tấn (Xem phần chánh tinh tấn).

Hỏi: Làm thế nào để phát sinh hỷ?

Đáp: 11 pháp phát sinh hỷ:

- Niệm Phật;
- Niệm Pháp;
- Niệm Tăng;
- Niệm giới;
- Niệm thí;
- Niệm Thiên;
- Niệm Niết Bàn;
- Tránh người thô lỗ;
- Gần người thanh cao;

- Đọc lại những khích lệ;
- Quyết định đối với hỉ.

Hỏi: Khi tâm trở nên tinh tấn thái quá thì phải làm sao?

Đáp: Khi tinh tấn mạnh quá thì phải tác ý đến 3 giác chi: *Khinh an – Định – Xả*.

Hỏi: Làm thế nào để phát sinh được khinh an?

Đáp: Bảy pháp làm sinh khởi khinh an:

- Dùng thực phẩm bậc thượng;
- Ở trong khí hậu tốt;
- Giữ tư thế thoải mái;
- Làm theo trung đạo;
- Tránh kẻ hung hăng;
- Gần người có thân hành an tịnh;
- Quyết tâm đối với khinh an.

Hỏi: Làm thế nào để phát sinh được định?

Đáp: Mười một pháp sinh khởi định:

- Làm sạch nội – ngoại xứ;
- Thiệt xảo về tướng;
- Quân bình các căn;
- Chế ngự tâm đúng lúc;
- Tu tập tâm đúng lúc;
- Khích lệ tâm đúng lúc;
- Nhìn mọi sự với tâm xả;
- Tránh xa người không định tĩnh;
- Thân cận người định tĩnh;

- Ước muốn chứng thiền và giải thoát;
- Quyết tâm đối với định.

Hỏi: Làm thế nào để phát sinh được xả?

Đáp: Năm pháp sinh khởi xả:

- Giữ tâm xả đối với các hữu tình;
- Giữ tâm xả đối với các hành;
- Tránh người nhiều tình cảm;
- Thân cận người có tâm xả;
- Quyết tâm đối với xả.

Hỏi: Trong khi hành thiền thì cái gì là quan trọng nhất?

Đáp: Chánh niệm là quan trọng nhất.

- Có chánh niệm thì tâm thiền sẽ được quân bình;
- Có chánh niệm thì các triền cái sẽ không khởi lên;
- Có chánh niệm thì vọng tưởng sẽ hết;
- Có chánh niệm thì sẽ đạt được chánh định.

Hỏi: Làm sao để biết mình đã đạt được sơ thiền?

Đáp: Thiền giả cần quan sát tâm hữu phần (bhavaṅga) và nimitta (quang tướng). Nếu thấy nimitta xuất hiện trong tâm hữu phần thì thiền giả đã đắc sơ thiền.

Hỏi: Phân biệt tâm hữu phần như thế nào?

Đáp: Thiền giả trú tâm trong quang tướng từ 1 giờ đến 2 giờ rồi hướng tâm xuống vùng trái tim, một dòng tâm sáng rực hướng lên mạnh mẽ. Đó là tâm hữu phần.

Hỏi: Thế nào là nimitta xuất hiện ở hữu phần?

Đáp: Nimitta là một nhóm tổng hợp sắc của hơi thở,

nó sáng chói ở gần điểm xúc chạm. Khi hướng tâm xuống trái tim thiền giả sẽ thấy nó phản chiếu sâu xuống dưới vùng ánh sáng của tâm hữu phần. Đó là nimitta xuất hiện ở bhavaṅga.

Hỏi: Cần hướng tâm xuống trái tim bao lâu để thấy nimitta xuất hiện ở bhavaṅga?

Đáp: Trong khoảng thời gian rất ngắn, từ 3 – 5 giây.

Hỏi: Quan sát nimitta xuất hiện ở bhavaṅga để làm gì?

Đáp: Để hiểu cách phân biệt 5 thiền chi.

Hỏi: Phân biệt 5 thiền chi như thế nào?

Đáp: *Mỗi lần phân biệt 1 chi, khi đã thuần thục thì có thể phân biệt cả 5 chi 1 lần.*

- Tầm: Hướng và đặt tâm vào tợ tướng (nimitta);
- Tứ: Duy trì và bám sát tợ tướng;
- Hỷ: Thích thú với tợ tướng;
- Lạc: Thoải mái, dễ chịu với tợ tướng;
- Nhất tâm: Tâm lặng lẽ an trú trên tợ tướng.

Hỏi: Nếu chưa đắc sơ thiền thì có thể phân biệt được 5 thiền chi không?

Đáp: Nếu chưa đắc sơ thiền thì nimitta sẽ không phản chiếu rõ ràng dưới bhavaṅga và các thiền chi cũng rất yếu ớt, không rõ ràng.

Hỏi: Muốn lên nhị thiền thì phải làm sao?

Đáp:

- Phải trải qua 5 pháp thuần thục trước:

- Thuần thực nhập thiền;
- Thuần thực xuất thiền;
- Thuần thực quyết định thời gian nhập thiền;
- Thuần thực quan sát thiền chi;
- Thuần thực phản khán thiền chi.
- **Tác ý đến sự bất lợi của sơ thiền:**
 - *Sơ thiền còn gần với 5 triền cái;*
 - *Hai thiền chi tầm – tứ thô thiền;*
 - *Ở nhị thiền, 3 thiền chi hỷ – lạc – nhất tâm an tịnh hơn.*
- **Tác ý từ bỏ tầm – tứ để lên nhị thiền.**
- **Xuất khỏi sơ thiền, tác ý như trên rồi nhập vào tợ tướng.** *Thiền giả sẽ đắc nhị thiền.*

Hỏi: Muốn lên tam thiền thì phải làm sao?

Đáp: Sau khi đã thực hành 5 pháp thuần thực với nhị thiền, hành giả:

- **Xuất ra khỏi nhị thiền đã quen thuộc.**
- **Tác ý đến bất lợi của nhị thiền:**
 - *Còn gần với sơ thiền, có thiền chi hỷ dao động, thô thiền;*
 - *Ở tam thiền, 2 thiền chi lạc – nhất tâm an tịnh hơn;*
 - *Tác ý từ bỏ hỷ để lên tam thiền;*
- **Nhập tợ tướng trở lại thiền giả sẽ đắc tam thiền.**

Hỏi: Muốn lên tứ thiền thì phải làm sao?

Đáp: Sau khi đã thực hành 5 pháp thuần thực với tam thiền, hành giả:

- **Xuất ra khỏi tam thiên đã quen thuộc.**
 - Tác ý đến bất lợi của tam thiên: còn gần với nhị thiên, có thiên chi lạc dao động, thô thiên;
 - Ở tứ thiên, hai thiên chi xả – nhất tâm an tịnh hơn;
 - Tác ý từ bỏ lạc để lên tứ thiên.
- **Nhập tợ tướng trở lại, thiên giả sẽ đắc tứ thiên.**

Hỏi: Sau khi đắc tứ thiên rồi thì nên hành đến thiên gì tiếp theo?

Đáp: Nên quán 32 thể trước, rồi lần lượt thực hành hết cả 40 đề mục thiên. Muốn hiểu thêm thì hãy học luận “*Thanh tịnh đạo*”.

Hỏi: Tại sao lại hành 32 thể trước trước?

Đáp: Vì hành 32 thể trước xong, thiên giả sẽ hành được 4 kasina màu:

- Kasina trắng từ màu trắng của xương;
- Kasina vàng từ màu vàng của nước tiểu;
- Kasina đen từ màu đen của tóc;
- Kasina đỏ từ màu đỏ của máu.

Hỏi: Muốn tu tập thần thông thì phải hành thiên gì?

Đáp: Phải hành 8 thiên chứng của 10 kasina và thực hành 14 pháp thuần thực (đọc thêm *Thanh tịnh đạo*).

Hỏi: Muốn thực hành vào thiên tuệ thì phải hành thiên gì?

Đáp: Nếu phân biệt danh trước thì nhập vào các tầng thiên rồi xuất ra và phân biệt các tâm hành của nó

(phải học bảng danh và phải được hướng dẫn chi tiết).

Nếu phân biệt sắc trước thì phải thực hành qua thiền tứ đại và phân biệt 28 loại sắc hiện hữu ở 6 căn và 32 thân phần. *Phải học 28 loại sắc và phải được hướng dẫn chi tiết.*

Hỏi: Thế nào là tà định?

Đáp: Là sự thực hành không đúng rồi sinh ra sự ngộ nhận sai lầm.

Hỏi: Như thế nào là thực hành không đúng?

Đáp: Hành giả không biết cách nhận biết đề mục thiền rồi chú tâm sai đối tượng, hoặc hiểu sai lời Phật dạy trong kinh điển rồi thực hành sai. Ví dụ:

- Hành thiền hơi thở nhưng không quan sát hơi thở ở điểm xúc chạm là hành sai.
- Hơi thở dài – ngắn là dài ngắn về thời gian, nếu quan sát chiều dài – ngắn về không gian là hành sai.
- Cảm giác toàn thân hơi thở là quan sát hơi thở toàn diện từ thời gian đầu – giữa – cuối. Nếu quan sát trên thân mình là sai.
- Chú tâm vào một điểm nào đó trên tứ đại là sai:
 - Quan sát tính nóng – lạnh là sai;
 - Quan sát tính cứng – mềm – nặng – nhẹ – thô – mịn là sai;
 - Quan sát tính đẩy, hỗ trợ là sai;

- Quan sát tính chảy, dính là sai;
Quan sát những đối tượng khác ngoài hơi thở là sai.

Hỏi: Như thế nào là sự ngộ nhận?

Đáp:

- *Khi chưa đắc định mà tưởng đã đắc định là ngộ nhận;*
- *Khi chưa đắc thiền mà tưởng đã đắc thiền là ngộ nhận;*
- *Chưa đắc thắng trí mà tưởng có thắng trí là ngộ nhận;*
- *Khi chưa hành thiền quán mà tưởng đã đắc đạo là ngộ nhận.*

Hỏi: Thế nào là đắc định? Thế nào là ngộ nhận đã đắc định?

Đáp: Khi đắc định thì có sự xuất hiện của quang tướng.

- Ánh sáng trí tuệ sinh khởi từ sắc trái tim;
- Ánh sáng nimitta sinh khởi từ hơi thở.
Cả hai ánh sáng này cùng tập trung ở hơi thở thì hành giả đã đắc 1 trong 3 loại định:

- Sát na định;
- Cận hành định;
- An chỉ định.

■ **Ngộ nhận đắc định:**

- Chưa xuất hiện quang tướng;
- Chú tâm sai đối tượng vẫn có ánh sáng xuất hiện;
- Tâm rơi vào hữu phần nửa tỉnh nửa mê.

Hành giả nghĩ mình đã đắc định là ngộ nhận.

Hỏi: Thế nào là đắc thiền? Thế nào là ngộ nhận đắc thiền?

Đáp: Khi tâm nhận biết nimitta liên tục không gián đoạn thì sẽ xuất hiện 5 thiền chi và chế ngự được hoàn toàn 5 triền cái:

- Tầm đè nén hôn trầm;
- Tứ đè nén hoài nghi;
- Hỷ đè nén sân hận;
- Lạc đè nén trạo cử;
- Định đè nén tham dục;

Như vậy là đã đắc sơ thiền.

- Khi tâm an trú trên nimitta chưa được liên tục nhiều giờ;
- Định còn non yếu;
- Tâm còn nhận biết các cảm thọ trên thân hoặc các cảnh khác;
- Các thiền chi chưa mạnh;
- Các triền cái chưa được đè nén;

Hành giả nghĩ mình đã đắc thiền là ngộ nhận.

Hỏi: Thế nào là đắc thần thông? Thế nào là ngộ nhận đắc thần thông?

Đáp: Muốn đắc thần thông phải thực hành 10 kasiṇa và 14 pháp thuần thực trên 8 kasiṇa.

- Trước khi thực hiện thần thông, vị đó cần xuất khỏi tầng thiền căn bản;
- Quyết định thực hiện thần thông;

Nếu đắc thần thông thì lộ tâm thần thông sẽ khởi lên.

■ **Ngộ nhận đắc thần thông:**

Một số người hành thiền sau một thời gian thì xuất hiện quang tướng. Tùy theo cái tướng mà quang tướng sẽ biến hiện nhiều cảnh tướng khác nhau.

Hành giả tưởng đến cảnh gì thì cảnh đó xuất hiện. Hành giả nghĩ rằng những cảnh đó là thật rồi ngộ nhận rằng mình đã đắc thần thông. Thực ra đó chỉ là tướng tượng.

Hỏi: Thế nào là đắc đạo? Thế nào là ngộ nhận đắc đạo?

Đáp: Đắc đạo là kết quả của pháp thiền quán vô thường – khổ – vô ngã trên danh sắc chân đế:

- Khi nào thấy được sự diệt tận của danh sắc;
- Thấy được Niết Bàn;
- Thấy được sự đoạn trừ phiền não;
- Thấy được đạo quả mà mình chứng đắc.

■ **Ngộ nhận đắc đạo:**

- Chưa quán tam tướng vô thường – khổ – vô ngã trên danh sắc chân đế;
- Chưa thấy sự diệt tận của danh sắc;
- Chưa thấy Niết Bàn hoặc nhận nhầm quang tướng trên thân là Niết Bàn;
- Chưa đoạn diệt được các phiền não;
- Vẫn còn tà kiến tham ái với 5 uẩn là: *thường – lạc – ngã – tịnh*.

Vị đó tưởng mình đắc đạo là đang ngộ nhận sai lầm.

Hỏi: Quán vô thường – khổ – vô ngã trên danh sắc chân đế là như thế nào?

Đáp: Danh – sắc chân đế là sự thật tột cùng, luôn có tính sinh diệt không ngừng. Muốn thấy được nó phải có định thật sâu làm nền tảng và phải có tuệ sắc bén để quan sát:

- Vì nó luôn sinh diệt nên nó vô thường;
- Vì nó vô thường nên nó khổ;
- Vì nó khổ nên nó không có tự ngã = vô ngã.

Hỏi: Thế nào là sự diệt tận của danh sắc?

Đáp: Khi quán tam tướng trên danh sắc hành giả sẽ sinh tâm nhầm chán dẫn đến từ bỏ tham ái, chấp thủ:

- Còn tham ái – chấp thủ thì danh sắc còn sinh lên;
- Hết tham ái – chấp thủ thì danh sắc sẽ diệt đi mà không sinh trở lại = diệt tận.
- Danh sắc không sinh lên cũng đồng nghĩa với chứng ngộ Niết Bàn – giải thoát sinh tử.

Hỏi: Tại sao lại nhận nhầm quang tướng trên thân là Niết Bàn?

Đáp: Một số thiện sinh khi hành thiền có được một chút tâm thanh tịnh, ánh sáng phát sinh. Nếu không được hướng dẫn nghiêm túc, vị đó sẽ đi theo sự suy tưởng sai lầm cho rằng mình đã chứng ngộ đạo quả rồi, nhận nhầm quang tướng là Niết Bàn.

Hỏi: Thế nào là tham ái, chấp thủ 5 uẩn? Thế nào là hết tham ái, chấp thủ 5 uẩn?

Đáp: Nếu còn là phàm phu thì còn tà kiến cho rằng 5 uẩn là: *thường – lạc – ngã – tịnh*. Một người giác ngộ ở bước đầu tiên đã đoạn trừ được tà kiến này: 5 uẩn mãi mãi là vô thường – khổ – vô ngã – bất tịnh.

Hỏi: Có người không thực hành thiền định cũng không quán chiếu danh sắc chân đế nhưng vẫn tự cho mình đã ngộ đạo. Như thế thì họ có giác ngộ thật không?

Đáp:

- Có người nghe một bài kệ là giác ngộ;
- Có người nghe một bài kinh là giác ngộ;
- Có người thực hành thuần pháp thiền tuệ là giác ngộ;
- Có người thực hành chỉ – quán và giác ngộ;
- Có người thực hành vẫn phải chờ nhiều kiếp sau mới giác ngộ.

Có nhiều Tam Tạng giác ngộ như thế. Nhưng sự giác ngộ chỉ có một. Đó là giác ngộ bốn sự thật:

- Khổ đế = thấy 5 uẩn luôn sinh diệt cần phải thấy – đã thấy;
- Tập đế = phiền não bất thiện, cần phải đoạn – đã đoạn;
- Diệt đế = Niết Bàn tịch diệt, cần phải chứng – đã chứng;
- Đạo đế = Bát chánh đạo, cần phải tu – đã tu.

Nếu chưa tuệ tri bốn sự thật này mà nghĩ mình đã đắc đạo thì sẽ rơi vào ngộ nhận.

CHƯƠNG III: ĐỨC TĂNG

18/ XUẤT GIA

Hỏi: Đệ tử xuất gia đầu tiên của Đức Phật là ai?

Đáp: Là Kiều Trần Như – Koṇḍañña.

Hỏi: Nghi thức xuất gia của ông Kiều Trần Như như thế nào?

Đáp: Đức Phật nói: *Hãy đến, này tỳ kheo! Giáo pháp đã được thuyết giảng viên mãn, hãy tinh tấn thực hành để chấm dứt khổ đau.*

Hỏi: Ông Kiều Trần Như có cần phải cạo bỏ râu tóc và chuẩn bị y bát trước khi xuất gia không?

Đáp: Không. Râu tóc tự rụng, y bát và các vật dụng của người xuất gia tự hiện ra.

Hỏi: Tại sao lại như thế?

Đáp: Đó là quả phước của sự cúng dàng y bát và các vật dụng của người tu đến các vị Phật trong quá khứ.

Hỏi: Các vị tỳ kheo thời Đức Phật thường làm công việc gì?

Đáp: Nghe Đức Phật thuyết pháp và thực hành thiền

là công việc chính của các vị tỳ kheo thời đó.

Hỏi: Tăng có những ân đức gì?

Đáp: Có 9 ân đức:

- Suppaṭipanno – Diệu hạnh;
- Ujupaṭipanno – Trục hạnh;
- Ñayapaṭipanno – Chánh hạnh;
- Sāmīcipaṭipanno – Ứng lý hạnh;
- Āhuneyyo – Đáng được cung kính;
- Pāhuneyyo – Đáng được tôn trọng;
- Dakkhiṇeyyo – Đáng được cúng dàng;
- Añjalikaranīyo – Đáng được chấp tay;
- Anuttaram puññakkhettaṃ lokassā – Là phước điền vô thượng ở thế gian này.

Hỏi: Thế nào là diệu hạnh?

Đáp: Là đời sống trong sạch tốt đẹp:

- Không đam mê thế sự;
- Không đắm nhiễm dục trần;
- Không làm lỗi hận sân;
- Không dễ duôi, tà kiến.

Hỏi: Thế nào là trực hạnh?

Đáp: Là hạnh chánh trực:

- Thân chánh trực: Đi – đứng – nằm – ngồi trang nghiêm, giữ gìn, thu thúc;
- Khẩu chánh trực: Không nói đùa, nói giỡn, cười cợt nhảm nhí;
- Ý chánh trực: Tâm trí ngay thẳng, suy nghĩ điều

thiện lành, an trú chánh niệm. Không suy nghĩ
mông lung những điều bất thiện.

Hỏi: Thế nào là chánh hạnh?

Đáp: Là hạnh chân chánh thiện lành:

- Thân chánh hạnh: không làm việc bất thiện;
- Khẩu chánh hạnh: không nói lời bất thiện;
- Ý chánh hạnh: không tư duy bất thiện.

Hỏi: Thế nào là ứng lý hạnh?

Đáp: Là những người nỗ lực thọ trì giáo pháp:

- Có những bậc đã chứng đắc tứ Thánh đạo – tứ Thánh quả;
- Có những bậc đang nỗ lực hướng đến chứng đắc tứ Thánh đạo – tứ Thánh quả.

Hỏi: Tại sao chư Thánh Tăng lại đáng được cung kính?

Đáp: Bởi vì thế gian thường cung kính những bậc có đức hạnh:

- Giới đức: Giữ giới thanh tịnh;
- Định đức: Chứng đắc thiền định;
- Tuệ đức: Có chánh tri kiến;
- Giải thoát đức: Có tâm trong sạch;
- Giải thoát tri kiến đức: Có trí tuệ giác ngộ.

Hỏi: Tại sao chư Thánh Tăng lại đáng được tôn trọng?

Đáp: Vì các ngài là những bậc thầy:

- Giữ gìn và giảng dạy về pháp học;
- Giữ gìn và giảng dạy về pháp hành;

- Giữ gìn và giảng dạy về pháp thành tựu;
- Giữ gìn và truyền bá cho chánh pháp tồn tại lâu dài với thời gian.

Hỏi: Tại sao chư Thánh Tăng lại đáng được cúng dàng?

Đáp: Vì các ngài thọ nhận sự cúng dàng không phải để đam mê, không phải để trang sức... Mà chỉ để trợ duyên cho phạm hạnh mà thọ nhận với:

- Tâm từ: Mong cho chúng sinh được an vui;
- Tâm bi: Mong cho chúng sinh thoát khổ đau;
- Tâm hỷ: Mong cho chúng sinh không phải xa lìa những an vui, hạnh phúc;
- Tâm xả: Chúng sinh tạo nghiệp gì thì thọ quả của nghiệp đó.

Hỏi: Tại sao chư Thánh Tăng lại đáng được chấp tay?

Đáp: Chấp tay là thể hiện lòng cung kính, lễ bái đối với những bậc trong sạch và cao thượng:

- Giới cao thượng;
- Định cao thượng;
- Tuệ cao thượng;
- Giải thoát cao thượng;
- Giải thoát tri kiến cao thượng.

Hỏi: Tại sao chư Thánh Tăng lại là phước điền vô thượng ở thế gian?

Đáp: Vì hạt giống được gieo trên mảnh đất tốt thì dễ đơm hoa kết trái và thu lại được nhiều kết quả. Người cúng dàng đến những bậc có đức hạnh tốt thì cũng sẽ

được hưởng nhiều phước báu về sau. Vì chư Thánh Tăng là những bậc có đức hạnh cao thượng nên cũng giống như mảnh ruộng phước điền tốt nhất để cho thế gian cung kính cúng dường.

Hỏi: Thế nào là Thánh Tăng? Thế nào là phàm Tăng?

Đáp: Vị nào đã chứng 4 Thánh đạo – 4 Thánh quả thì là Thánh Tăng. Vị nào chưa chứng đắc 4 Thánh đạo – 4 Thánh quả thì là phàm Tăng.

Hỏi: Các vị phàm Tăng có đáng được cung kính, tôn trọng, cúng dường, chấp tay, là phước điền của thế gian không?

Đáp: Có. Nếu vị đó có giới đức.

Hỏi: Làm sao biết được ai là Thánh Tăng, phàm Tăng; ai có giới đức; ai không có giới đức để cung kính cúng dường?

Đáp: *Không cần phải biết ai là Thánh, ai là phàm.* Khi cung kính cúng dường đến vị Tăng nào, mình cũng hướng tâm đến ân đức của chư Thánh Tăng là được.

Hỏi: Muốn trở thành một vị tỳ kheo, thì cần có những điều kiện gì?

Đáp:

- Đủ 20 tuổi;
- Cha mẹ đồng ý cho xuất gia;
- Không phải tội phạm;
- Không mắc nợ;

- Không mắc bệnh mãn tính đặc thù;
- Sáu căn không khiếm khuyết (không dị tật bẩm sinh);
- Không phải là người vô căn, lưỡng căn;
- Không phải phi nhân;
- Có thầy tế độ;
- Có hội đồng chư Tăng tác pháp yết ma truyền giới công nhận;

Thì vị ấy trở thành tỳ kheo.

Hỏi: Khi trở thành tỳ kheo vị ấy cần phải thực hiện những bốn phận gì?

Đáp:

■ ***Khi chưa trưởng thành thì có:***

- Bốn phận với thầy tế độ: Hầu thầy;
- Bốn phận với chư Tăng: Làm việc Tăng giao phó;
- Bốn phận với pháp:
 - Học tam tạng kinh điển;
 - Thực hành giới – định – tuệ.

■ ***Khi trưởng thành thì có:***

- Bốn phận với đệ tử: Dạy dỗ đệ tử.
- Bốn phận với Phật tử: Dạy bảo Phật tử.

Hỏi: Thế nào là thân xuất gia, tâm không xuất gia?

Đáp: Là người có đi xuất gia nhưng không thật lòng muốn tu tập, chỉ muốn hưởng thụ sự an nhàn nên trong lòng vẫn còn tham lam, sân hận, tà kiến như người thế tục.

Hỏi: Thế nào là thân tại gia, tâm xuất gia?

Đáp: Là người Phật tử tuy sống ở tại gia nhưng không đắm nhiễm dục trần.

- Siêng năng ngăn ngừa lòng tham;
- Siêng năng ngăn ngừa sân hận;
- Siêng năng ngăn ngừa tà kiến.

Hỏi: Thế nào là thân tâm đều xuất gia?

Đáp: Đó là người thật tâm xuất gia vì muốn cầu đạo giải thoát giác ngộ nên nỗ lực tu sửa thân tâm, thực hành giới – định – tuệ.

Hỏi: Thế nào là thân tâm đều không xuất gia?

Đáp: Là người phạm tục chỉ lo hưởng thụ ngũ dục ở đời này mà không biết nghĩ đến đời sau.

Hỏi: Người nào tự mình cạo đầu, đắp y cà sa và tuyên bố tôi là người xuất gia thì có trở thành người xuất gia không?

Đáp: Vị đó sẽ phạm tội ăn trộm Tăng tướng. Giống như người không phải công an mà mặc áo công an rồi nói tôi là công an thì sẽ vi phạm pháp luật.

Hỏi: Người xuất gia rồi có được về nhà sống cùng với gia đình không?

Đáp: Người thân và gia đình là sự chướng ngại cho sự thực hành pháp. Nên người xuất gia phải từ bỏ gia đình và sống ở nơi thanh tịnh, không vướng bận sự đời thì mới tu hành được.

Hỏi: Người có nhiều hành động xấu như: Sát sinh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu... thì có thể đi xuất gia để trở thành người tốt được không?

Đáp: Được.

- Nếu người đó nhận thức được những hành động xấu đó là xấu;
- Muốn từ bỏ việc xấu và muốn trở thành người tốt;
- Gặp được một môi trường thuận lợi, có nhiều người tu hành nghiêm chỉnh, thường xuyên sách tấn nữa thì sẽ thay đổi dễ dàng.

Hỏi: Người có nhiều tính xấu như: Lười biếng, ham chơi, dễ tức giận... nếu đi xuất gia thì có thể thay tâm đổi tính trở thành người có tính tốt được không?

Đáp: Có.

- Nếu người đó có sự kinh cảm về nỗi khổ đau trong sinh tử và có ước muốn thoát khổ;
 - Xa lánh môi trường xấu;
 - Thân cận môi trường tốt;
 - Tinh tấn hành thiền;
- thì sẽ thay đổi được tâm tính.

Hỏi: Có người bản tính ám độn: Học trước quên sau, làm việc vụng về; nói năng đại dột. Nếu đi xuất gia có thể trở thành người thông minh hoạt bát được không?

Đáp: Vị đó phải tu hạnh kham nhẫn trong một thời gian dài, sẵn sàng làm nhiều việc thiện pháp để tích

lấy thêm công đức. Khi có cơ hội hành thiện thì vị đó phải nỗ lực chấp nhận gian khổ để thực hành, lâu ngày thì cũng có thể thay đổi được.

Hỏi: Động lực gì có thể khiến cho một người từ bỏ được gia đình để đi xuất gia?

Đáp:

- *Nguyện lực* trong quá khứ là động lực chính;
- *Gặp được giáo pháp* trong hiện tại là duyên hỗ trợ;
- *Có quyết định tâm mạnh mẽ* nữa thì vị ấy sẽ đi xuất gia.

Hỏi: Động lực gì khiến cho một người có thể từ bỏ được những hành động xấu?

Đáp: Nhờ có tri kiến đúng và có niềm tin đúng;

- Hiểu về nghiệp: Tạo nghiệp gì thì thọ quả báo đó;
- Tin rằng những hành động tốt sẽ có kết quả an vui;
Đó là động lực khiến cho người ta từ bỏ hành động xấu.

Hỏi: Động lực gì khiến cho một người có thể thay đổi được tâm tính xấu thành tốt?

Đáp: Có ước muốn cao thượng và tinh tấn đúng thì sẽ thay đổi được:

- Ước muốn thoát khổ;
- Ước muốn giác ngộ;
- Ước muốn giúp những người đang khổ được thoát khổ;
- Ước muốn giúp những người đang mê lầm được giác ngộ;
- Tinh tấn giữ chánh niệm;

- Tinh tấn thực hành thiện chí – thiện quán;
Thì sẽ thay đổi được tâm tính.

Hỏi: Động lực gì khiến cho một người đang xuất gia rồi trở lại hoàn tục?

Đáp: *Những động lực khiến một người xuất gia hoàn tục là:*

- Nghiệp chướng: Tạo bất thiện nghiệp, xúc phạm đến các bậc Thánh,...
- Báo chướng: Quả của nghiệp quá khứ ngăn cản;
- Phiền não chướng: Thường xoi mói, chỉ trích những lỗi lầm của người tu, ưa thích đời sống thế tục,...

Hỏi: Động lực gì khiến cho một người xuất gia tu đến trọn cuộc đời?

Đáp:

- Có quyết định: Quyết tâm tu đến trọn đời;
- Có kham nhẫn: Dù gặp chướng ngại cũng cố gắng chịu đựng;
- Có viễn ly: Tránh xa quần chúng bất thiện, thân cận bậc thiện tri thức;
- Có xả ly: Tự tại với những đối tượng tốt và xấu;
- Có tinh tấn: Nỗ lực trong pháp học và pháp hành.

Hỏi: Muốn sống cuộc sống có ý nghĩa nhất thì phải làm gì?

Đáp: Phải xuất gia. Vì xuất gia sẽ tạo tác được rất nhiều Ba-la-mật và sẽ không uống phí kiếp sống này.

Hỏi: Muốn sống một đời cao thượng nhất thì phải

làm gì?

Đáp: Phải xuất gia:

- Ra khỏi ngôi nhà thế tục tầm thường;
- Ra khỏi phiền não hạ liệt;
- Ra khỏi tam giới khổ đau.

Hỏi: Muốn sống một cuộc đời thanh tịnh nhất thì phải làm gì?

Đáp: Phải xuất gia:

- Giữ giới thanh tịnh: *Không tạo lỗi lầm;*
- Định tâm thanh tịnh: *Ly dục và ác bất thiện pháp;*
- Tri kiến thanh tịnh: *Không nhiễm tham ái, si mê, tà kiến...*

Hỏi: Muốn sống một đời thánh thiện nhất thì phải làm gì?

Đáp: Phải xuất gia. Để chuyên tâm thực hành các pháp thượng nhân, tri kiến thù thắng xứng đáng bậc Thánh.

Hỏi: Muốn thoát khổ sớm nhất thì phải làm gì?

Đáp: Phải xuất gia. Để thoát khỏi sự thiêu đốt của phiền não *lợi, danh, ái, ố, hỷ, nộ* ở hiện tại. Để thoát khỏi *sinh, già, bệnh, chết* ở tương lai.

Hỏi: Muốn làm lợi ích cho nhiều người nhất thì phải làm gì?

Đáp: Phải xuất gia. Vì người xuất gia có thể truyền bá giáo pháp cho đời này và lưu truyền giáo pháp cho đời sau giúp cho nhiều người được giác ngộ.

Hỏi: Muốn báo đáp công ơn cha mẹ và những người thân tốt nhất thì phải làm gì?

Đáp: Phải xuất gia. Vì người xuất gia có thể giúp được người thân giác ngộ chánh pháp và thoát khổ lâu dài.

Hỏi: Xuất gia có ý nghĩa gì? Có mục đích gì?

Đáp: Xuất gia có ý nghĩa là ra khỏi ngôi nhà thế tục. Xuất gia có mục đích là giải thoát luân hồi.

Hỏi: Nếu có nhiều người xuất gia thì xã hội này có bị nghèo đi không?

Đáp: Ngược lại sẽ làm cho xã hội này giàu hơn:

- Vì chánh pháp sẽ được thuyết giảng rộng rãi;
- Mọi người trong xã hội sẽ sống với tâm chân chánh;
- Mọi người sẽ hòa hợp giúp đỡ lẫn nhau, không ai phá hoại ai;
- Mặt tiêu cực trong xã hội sẽ giảm bớt;
- Đạo đức tinh thần sẽ phát triển mạnh mẽ;
- Xã hội sẽ bình yên hạnh phúc và giàu mạnh hơn.

Hỏi: Trong gia đình có người đi xuất gia thì gia đình đó có được lợi ích gì không?

Đáp: Được lợi ích lớn:

- Được thân cận chư Tăng;
- Được nghe chánh pháp;
- Hiểu được thiện – ác, chánh – tà;
- Có nhiều cơ hội để tạo phước thiện;
- Có cơ hội thực hành chánh đạo và giải thoát tử sinh.

CHƯƠNG IV: KINH VÔ NGÃ TƯỚNG

Khi Đức Thế Tôn ở tại vườn Lộc Uyển, Ngài đã giảng dạy cho 5 anh em ông Kiều Trần Như.

- *Này các tỳ kheo!*

- *Thưa vâng, bạch Thế Tôn!*

Thế Tôn thuyết giảng như sau:

- Này các tỳ kheo sắc là vô ngã (không có một linh hồn trường cửu). Nếu trong sắc có ngã thì sắc này không phải chịu đau khổ. Sắc *phải như thế này* hay sắc *phải không như thế kia*. Nhưng sắc này không có ngã nên còn phải chịu khổ đau và không thể có trường hợp nó *phải như thế này* hay *phải như thế kia*. Cũng như thế, thọ, tưởng, hành, thức đều vô ngã.

- Vậy các tỳ kheo, sắc này là thường hay vô thường?

- Là vô thường, bạch Thế Tôn!

- Cái gì vô thường là khổ hay lạc?

- Là khổ, bạch Thế Tôn!

- Vậy có hợp lý chăng nếu nói cái vô thường, giả tạm ấy là của tôi, là tôi, là tự ngã của tôi?

- Thưa không, bạch Thế Tôn.

- Cũng như thế thọ, tướng, hành, thức đều là vô thường và khổ. Vậy có hợp lý chăng nếu nói cái gì vô thường, giả tạm ấy là của tôi, là tôi, là tự ngã của tôi?

- Thưa không, bạch Thế Tôn.

- Như vậy, này các tỳ kheo, tất cả sắc ở: *Quá khứ - hiện tại - tương lai, bên trong - bên ngoài, thô - tế, cao thượng - hạ liệt, ở xa - ở gần*, cần phải được nhận thức với chánh tri kiến rằng:

Cái này không phải của tôi;

Đây không phải là tôi;

Cái này không phải là tự ngã của tôi.

Đối với thọ, tướng, hành, thức cũng đều như vậy. Bậc Thánh đệ tử thông suốt pháp ấy thì phải nhàm chán sắc, thọ, tướng, hành, thức. Dứt bỏ, không luyến ái những gì không đáng được ưa thích và do sự dứt bỏ ấy, vị ấy giải thoát. Tri kiến trở nên sáng tỏ: *“Ta đã giải thoát.”*

Vị ấy thấu suốt rằng:

Dòng sinh tử đã chấm dứt.

Đời sống phạm hạnh đã được thành tựu.

Những việc cần làm đã được làm xong.

Không còn trở lại trạng thái này nữa.

Khi Đức Thế Tôn thuyết giảng xong, tâm của 5 vị tỳ kheo hoàn toàn trong sạch, không còn chút ô nhiễm.

19/ SẮC UẨN

Hỏi: Vô ngã có nghĩa là gì?

Đáp: Là không có thực thể. Tức là mọi thứ trên đời này đều rỗng không, giả tạm, không có thực nên gọi là vô ngã.

Hỏi: Mọi thứ đều có hình dáng, màu sắc, kích cỡ. Như vậy, tại sao lại nói chúng không có thật?

Đáp: Vì tất cả những thứ đó đang sinh diệt liên tục mà mắt thường không nhìn thấy, chỉ có tuệ giác mới thấy.

Hỏi: Đức Phật dạy: “Sắc là vô ngã”. Vậy sắc là gì?

Đáp: Sắc là tất cả những thứ thuộc về vật chất bao gồm cả thân thể bên trong và vạn vật bên ngoài, là sự hợp thành của 4 đại: đất – nước – lửa – gió.

Hỏi: Từ đâu mà sắc sinh ra?

Đáp:

- Sắc sinh ra từ nghiệp: Hành động quá khứ;
- Sắc sinh ra từ tâm: Tinh thần tạo ra sắc;
- Sắc sinh ra từ thời tiết: Nhiệt độ nóng – lạnh;

- Sắc sinh ra từ vật thực: Thức ăn, nước uống.

Hỏi: Sắc do nghiệp sinh ra là những sắc gì?

Đáp:

- Nhãn tịnh sắc: Nhạy cảm với màu sắc;
- Nhĩ tịnh sắc: Nhạy cảm với âm thanh;
- Tỉ tịnh sắc: Nhạy cảm với mùi;
- Thiệt tịnh sắc: Nhạy cảm với vị;
- Thân tịnh sắc: Nhạy cảm với xúc chạm;
- Sắc trái tim: Hỗ trợ cho ý thức;
- Sắc giới tính nam: Biểu hiện tính mạnh mẽ của nam giới;
- Sắc giới tính nữ: Biểu hiện tính mềm mại của nữ giới;
- Sắc mạng căn: Duy trì mạng sống của sắc.

Hỏi: Sắc do tâm sinh là sắc gì?

Đáp:

- Sắc hư không: Ranh giới của sắc;
- Thân biểu tri: Cử chỉ biểu hiện – Gió trời;
- Khẩu biểu tri: Lời nói – Đất trời;
- Sắc khinh: Tính nhẹ nhàng;
- Sắc nhu: Tính mềm mại;
- Sắc thích nghiệp: Tính thích nghi;
- Sắc sinh: Sắc hình thành;
- Sắc diễn tiến: Tiếp tục kế thừa;
- Sắc dị: Sắc lão hóa;
- Sắc diệt: Sắc chấm dứt.

Hỏi: Thế nào là sắc do thời tiết sinh?

Đáp: Thời tiết là nhiệt độ hay hỏa đại:

- Trong sắc nghiệp, khi hỏa đại tác động vào dưỡng chất thì sinh ra 5 thể hệ.
- Trong sắc do tâm và vật thực thì hỏa đại sinh 3 thể hệ.
- Tất cả vật chất vô tri đều là sắc do thời tiết sinh.

Vật chất càng cứng rắn thì hỏa đại càng mạnh. Hỏa đại mạnh sinh khởi liên tục nên nó tồn tại lâu, ví dụ như kim loại.

Hỏi: Thế nào là sắc do vật thực sinh?

Đáp:

Thức ăn và nước uống vốn là sắc thời tiết. Khi vào đến bao tử, dưỡng chất của sắc thời tiết tác động với nhiệt tiêu hóa của sắc mạng căn tạo ra sắc vật thực rồi lan tỏa khắp toàn thân để nuôi dưỡng các loại sắc.

- Khi dưỡng chất của sắc vật thực gặp dưỡng chất sắc nghiệp và được tác động với tính lửa của sắc mạng căn thì tái tạo ra sắc vật thực thể hệ 1.
- Dưỡng chất của sắc vật thực thể hệ 1 gặp dưỡng chất sắc vật thực khác và tính lửa của sắc mạng căn tạo ra sắc vật thực thứ 2... liên tục cho đến 5 thể hệ.
- Khi gặp sắc tâm sinh thì tái tạo ra 3 thể hệ.
- Khi gặp sắc thời tiết thì tái tạo 10 thể hệ.
- Khi gặp sắc vật thực trước thì tái tạo ra 12 thể hệ.

Đó là sắc vật thực sinh.

Hỏi: Làm sao để thấy được các loại sắc đó?

Đáp: Phải thực hành thiền phân tích tứ đại:

- Đất có 6 đặc tính: *Cứng – Tho – Nặng – Mềm – Mịn – Nhẹ*;
- Nước có 2 đặc tính: *Tan chảy – Kết dính*;
- Lửa có 2 đặc tính: *Nóng – Lạnh*;
- Gió có 2 đặc tính: *Đẩy – Hỗ trợ*.

Phân biệt các đặc tính này cho đến khi đắc định cận hành của thiền tứ đại thì sẽ thấy được các hạt sắc *rūpa kalāpa* ở khắp 6 căn: Mắt – tai – mũi – lưỡi – thân – ý.

Hỏi: Mỗi căn có bao nhiêu loại sắc?

Đáp:

■ **Trong mắt có 63 sắc:**

- Nhãn tịnh sắc + 8 sắc bất ly (Đất, nước, lửa, gió, màu, mùi, vị, dưỡng chất) + Sắc mạng căn = 10 sắc;
- Thân tịnh sắc + 8 sắc bất ly + Sắc mạng căn = 10 sắc;
- Sắc giới tính + 8 sắc bất ly + Sắc mạng căn = 10 sắc;
- Sắc mạng căn + 8 sắc bất ly = 9 sắc;
- Sắc vật thực = 8 sắc;
- Sắc thời tiết = 8 sắc;
- Sắc tâm sinh = 8 sắc.

Tổng: $10 + 10 + 10 + 9 + 8 + 8 + 8 = 63$ sắc.

Ở tai – mũi – lưỡi cũng có 63 sắc.

■ **Ở thân có 53 sắc:**

- Thân tịnh sắc = 10 sắc;

- Sắc giới tính = 10 sắc;
- Sắc mạng căn = 9 sắc;
- Sắc vật thực = 8 sắc;
- Sắc tâm sinh = 8 sắc;
- Sắc thời tiết = 8 sắc.

Tổng: $10 + 10 + 9 + 8 + 8 + 8 = 53$ Sắc.

■ **Ở trái tim có 63 sắc:**

- Sắc trái tim + 8 bất ly + mạng căn = 10 sắc;
- Sắc giới tính = 10 sắc;
- Thân tịnh sắc = 10 sắc;
- Sắc mạng căn = 9 sắc;
- Sắc vật thực = 8 sắc;
- Sắc tâm sinh = 8 sắc;
- Sắc thời tiết = 8 sắc.

Tổng: $10 + 10 + 10 + 9 + 8 + 8 + 8 = 63$ sắc.

Hỏi: Làm sao để thấy được màu – mùi – vị – dưỡng chất của sắc?

Đáp: Phân biệt tứ đại ở trên thân cho đến khi đắc định cận hành rồi phân biệt tứ đại trên các căn cho đến khi *thấy được các hạt tổng hợp sắc kalāpa* rồi tác ý:

- Nhìn vào màu của một nhóm sắc sẽ thấy màu nhạy cảm với nhãn tịnh sắc. Đó là màu của sắc.
- Tác ý ngửi mùi thì sẽ thấy mùi. Mùi nhạy cảm với tỉ tịnh sắc.
- Tác ý nếm vị thì sẽ thấy vị. Vị nhạy cảm với thiệt tịnh sắc.

- Tác ý đến dưỡng chất – là nguồn gốc sinh ra sắc.
 - *Sắc do nghiệp thì có dưỡng chất do nghiệp sinh;*
 - *Sắc do tâm thì có dưỡng chất do tâm sinh;*
 - *Sắc do thời tiết thì có dưỡng chất do thời tiết sinh;*
 - *Sắc do vật thực thì có dưỡng chất do vật thực sinh.*

Hỏi: Làm sao để thấy được sắc mạng căn?

Đáp: Mạng căn có ở các loại sắc do nghiệp sinh. Nó có tính chất linh hoạt và có phận sự hỗ trợ và duy trì sự sống của sắc đó.

Hỏi: Làm sao để thấy được sắc giới tính?

Đáp: Có 2 loại sắc: sắc trong suốt và sắc mờ. Sắc giới tính thuộc loại sắc mờ.

- *Nếu là giới tính nam thì nó có tính mạnh mẽ, thô thiển.*
- *Nếu là giới tính nữ thì nó có tính mềm mại, dịu dàng.*

Hỏi: Làm sao để thấy được nhãn tịnh sắc và các sắc thần kinh khác (nhĩ, tỉ, thiệt, thân)?

Đáp:

- Nhãn tịnh sắc nhạy cảm với màu: Phân biệt tứ đại trên con mắt rồi tác ý nhìn vào màu của một nhóm tổng hợp sắc thì màu sẽ tác động vào nhãn tịnh sắc;
- Nhĩ tịnh sắc nhạy cảm với âm thanh thì lắng nghe âm thanh;
- Tỉ tịnh sắc nhạy cảm với mùi thì ngửi mùi của tổng hợp sắc;

- Thiệt tịnh sắc nhạy cảm với vị thì nếm vị của sắc;
- Thân tịnh sắc nhạy cảm với xúc chạm thì cho tác động vào các đặc tính của đất, lửa, gió.

Hỏi: Làm thế nào để thấy được sắc trái tim?

Đáp:

- Phân biệt tứ đại ở trái tim;
- Phân biệt thân tịnh sắc ở trái tim;
- Phân biệt sắc giới tính ở trái tim;
- Rồi hướng tâm sâu xuống bên dưới nơi an trú của tâm hữu phần, hành giả sẽ thấy sắc trái tim nổi trội. Sắc trái tim thuộc loại sắc mờ.

Hỏi: Hãy tổng hợp lại 28 loại sắc.

Đáp: 28 loại sắc bao gồm: 18 sắc thực và 10 sắc không thực.

18 SẮC THỰC		
Bốn đại chủng: • Đất • Nước • Lửa • Gió Bốn sắc cảnh: • Màu • Thanh • Hương • Vị	Sắc thân kinh: • Nhãn tịnh sắc • Nhĩ tịnh sắc • Tỷ tịnh sắc • Thiệt tịnh sắc • Thân tịnh sắc	• Sắc dưỡng chất • Sắc mạng căn • Sắc trái tim • Sắc giới tính nam • Sắc giới tính nữ
Tổng cộng: 8 Sắc	Tổng cộng: 5 Sắc	Tổng cộng: 5 Sắc

10 SẮC KHÔNG THỰC

- | | | |
|-----------------|--------------------|------------|
| • Sắc hư không | • Sắc khinh | • Sắc sinh |
| • Thân biểu tri | • Sắc nhu | • Sắc tiến |
| • Khẩu biểu tri | • Sắc thích nghiệp | • Sắc dị |
| | | • Sắc diệt |

Hỏi: Làm thế nào để thấy được các nhân sinh ra sắc?

Đáp: 1. Sắc do nghiệp sinh thì có nhân từ hành động tạo nghiệp trong quá khứ: Phải nương nhờ vào phiền não luân là danh sắc ở trái tim để đi ngược về quá khứ. Từ quá khứ gần cho đến thời điểm cận tử ở kiếp trước.

▪ **Quan sát nghiệp cận tử:** Quan sát phiền não luân ở lúc cận tử đó gồm có: Vô minh (*nhóm tâm tham tà kiến*) – Tham ái (*nhóm tâm tham tà kiến*) – Chấp thủ (*nhóm tâm tham tà kiến*) – Hành (*nhóm tâm đại thiện*) – Nghiệp (*nhóm tâm đại thiện*).

▪ **Rõi phân biệt:**

- Vô minh sinh thì sắc nghiệp sinh; *Vô minh là nhân, sắc nghiệp là quả.*
- Tham ái sinh thì sắc nghiệp sinh; *Tham ái là nhân, sắc nghiệp là quả.*
- Chấp thủ sinh thì sắc nghiệp sinh; *Chấp thủ là nhân, sắc nghiệp là quả.*

- Hành sinh thì sắc nghiệp sinh; *Hành là nhân, sắc nghiệp là quả.*
- Nghiệp sinh thì sắc nghiệp sinh; *Nghiệp là nhân, sắc nghiệp là quả.*

Sắc nghiệp là: 5 sắc thần kinh, sắc trái tim và sắc giới tính.

2. Sắc do tâm sinh thì sinh ra từ tâm ở hiện tại:

Hướng tâm xuống ý môn rồi cử động một ngón tay, ngay lập tức hành giả sẽ thấy vô số các tổng hợp sắc do tâm sinh xuất hiện ở khắp toàn thân và sáu căn.

3. Sắc do thời tiết sinh thì được sinh ra từ hỏa đại trong các tổng hợp sắc:

- Sắc nghiệp sinh ra 5 thể hệ thời tiết;
- Sắc tâm sinh ra 3 thể hệ thời tiết;
- Sắc vật thực sinh ra 3 thể hệ thời tiết.

4. Sắc do vật thực sinh được quán sát bằng vật thực mới ăn vào:

- Phân biệt tứ đại nơi thức ăn ở trong miệng, rồi xuống cổ, rồi xuống bao tử.
- Khi vào bao tử thì nhiệt tiêu hóa (của sắc mạng căn) tác động vào dưỡng chất của vật thực liền tái tạo ra sắc vật thực lan tỏa khắp sáu căn.
 - *Khi gặp sắc nghiệp thì sinh ra 5 thể hệ;*
 - *Khi gặp sắc tâm – thời tiết thì sinh ra 3 thể hệ;*
 - *Khi gặp sắc vật thực trước thì sinh ra 12 thể hệ.*

Hỏi: “Tóc, lông, móng, răng, da; Thịt, gân, xương, tủy, thận;

Tim, gan, lá lách, phổi, ruột; Màng ruột, bao tử, vật thực, phân, não; Mật, đờm, máu, mủ, mồ hôi, mỡ; Mỡ nước, nước mắt, nước mũi, nước miếng, nước khớp xương, nước tiểu.”

32 thân phần thuộc về sắc gì?

Đáp:

Tóc, lông, móng, răng, da; Thịt, gân, xương, tủy, thận; Tim, gan, lá lách, phổi, ruột; Màng ruột, bao tử, vật thực, phân, não; Mật, đờm, máu, mủ, mồ hôi, mỡ; Mỡ nước, nước mắt, nước mũi, nước miếng, nước khớp, xương, nước tiểu.	giống như thân, có 53 sắc
Vật thực, phân, mủ, nước tiểu.	là sắc thời tiết, có 8 sắc
Mồ hôi, nước mắt, nước mũi, nước miếng:	là sắc tâm và thời tiết, có 16 sắc

Hỏi: Thế nào là tính vô ngã của sắc?

Đáp: Sắc có tính sinh diệt không ngừng nghỉ:

■ **Sinh diệt theo sát na:**

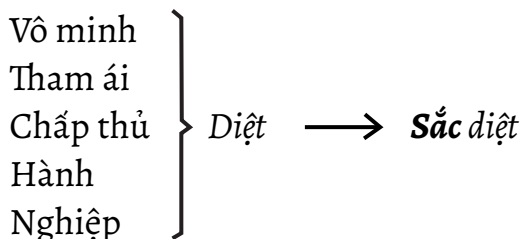
- Vì sắc sinh lên rồi diệt đi nên nó vô thường. Cái gì vô thường thì là khổ. Cái gì khổ thì là vô ngã.

Vì vậy sắc:

- Không phải là ta = vô thường;
- Không phải của ta = khổ;

- Không phải tự ngã của ta = vô ngã.

■ **Sinh diệt theo nhân duyên:**



- Sắc sinh rồi diệt nên sắc vô thường;
- Vì chịu sự bức bách của vô thường nên sắc là khổ;
- Vì vô thường, khổ nên sắc là vô ngã;

Vậy:

- Sắc không phải là ta;
- Sắc không phải của ta;
- Sắc không phải là tự ngã của ta.

Như vậy quán tất cả sắc theo 11 cách ở: *Quá khứ; hiện tại; tương lai; bên trong; bên ngoài; thô; tế; cao thượng; hạ liệt; ở xa; ở gần* đều vô thường - khổ - vô ngã.

Hỏi: 11 cách quán đó là như thế nào? Tại sao phải quán sắc theo 11 cách đó?

Đáp:

- Sắc quá khứ: Là những sắc ở kiếp quá khứ kế cận ngay kiếp sống này và nhiều kiếp trước;
- Sắc tương lai: Là những sắc ở kiếp tương lai kế cận ngay kiếp sống này và nhiều kiếp sau;

- Sắc bên trong: Là sắc ở thân này;
- Sắc bên ngoài: Là sắc ở thân người khác;
- Sắc thô: Là những sắc hiển lộ rõ dễ thấy;
- Sắc tế: Là những sắc mờ khó thấy;
- Sắc cao thượng: Là sắc được sinh ra từ thiện nghiệp;
- Sắc hạ liệt: Là sắc được sinh ra từ nghiệp bất thiện;
- Sắc ở xa: Là sắc bên ngoài, sắc khó thấy, sắc quá khứ, tương lai,...
- Sắc ở gần: Là sắc ở hiện tại, dễ thấy, sắc cao thượng.

Tất cả các loại sắc ấy cần phải được tuệ tri như thực với chánh trí rằng:

- Sắc không phải là ta = vô thường;
- Sắc không phải của ta = khổ;
- Sắc không phải là tự ngã của ta = vô ngã.

Quán sắc theo 11 cách như vậy là để nhằm chán, ly tham đối với tất cả các sắc ở quá khứ – hiện tại – tương lai, bên trong – bên ngoài, cao thượng – hạ liệt, thô – tế, xa – gần.

Nhờ nhằm chán, ly tham mà đi đến đoạn diệt, từ bỏ, hướng đến chánh trí và chứng ngộ Niết Bàn.

Hỏi: Thế nào là nhằm chán, ly tham, đoạn diệt, từ bỏ, chánh trí, chứng ngộ Niết Bàn?

Đáp:

- Nhàm chán: Nhàm chán sắc;
- Ly tham: Hết tham ái, chấp thủ đối với sắc;
- Đoạn diệt: Diệt trừ phiền não vì sắc;
- Từ bỏ: Từ bỏ các hành tạo nghiệp vì sắc;

- Chánh trí: Giác ngộ các sự thật;
- Chứng ngộ Niết Bàn: Chấm dứt sinh tử.

Hỏi: *Người có sắc đẹp; Người có sắc xấu; Người có sắc mạnh khỏe; Người có sắc yếu ớt. Đó là do nhân quá khứ hay do nhân hiện tại?*

Đáp: Có cả 2 nhân quá khứ và hiện tại.

■ ***Người có sắc đẹp hoàn hảo:***

- **Nhân quá khứ:** Là do phước thiện đi kèm với tâm từ – bi – hỉ – xả.
- **Nhân hiện tại:** Là biết cách chăm sóc, bảo vệ, giữ gìn sắc.

■ ***Người có sắc đẹp trung bình:***

- **Nhân quá khứ:** Làm phước đi kèm với sân – tật – hận – hối.

- **Nhân hiện tại:** Thường chăm sóc cho sắc.

Hoặc:

- **Nhân quá khứ:** Làm phước thiện với từ tâm;

- **Nhân hiện tại:** Không chăm sóc cho sắc.

■ ***Người có sắc xấu xí:***

- **Nhân quá khứ:** Làm phước đi kèm với sân – tật – hận – hối.

- **Nhân hiện tại:** Không biết chăm sóc sắc.

■ ***Người có sức khỏe tốt:***

- **Nhân quá khứ:** Tận tâm phục vụ;

- **Nhân hiện tại:** Thường chăm sóc, rèn luyện cho sức khỏe.

■ **Người có sức khỏe trung bình:**

- **Nhân quá khứ:** Phục vụ không chu đáo;
- **Nhân hiện tại:** Thường chăm sóc, rèn luyện.

Hoặc:

- **Nhân quá khứ:** Phục vụ chu đáo;
- **Nhân hiện tại:** Không chăm sóc, rèn luyện.

■ **Người có sức khỏe yếu:**

- **Nhân quá khứ:** Phục vụ không tận tâm;
- **Nhân hiện tại:** Không chăm sóc, rèn luyện.

Hỏi: Người có sắc đẹp mà không có trí tuệ;

Người không có sắc đẹp mà lại có trí tuệ;

Người vừa có sắc đẹp vừa có trí tuệ;

Người vừa không có sắc đẹp vừa không có trí tuệ.

Là do nguyên nhân gì?

Đáp:

- **Có sắc đẹp mà không có trí tuệ:** Là do có tạo phước đi kèm với tâm từ, nhưng lại không tạo phước trí.
- **Có trí tuệ mà không có sắc đẹp:** Là do có tạo phước trí, nhưng lại không có từ tâm khi tạo phước.
- **Người vừa có sắc đẹp vừa có trí tuệ:** Là do vừa tạo phước với từ tâm, vừa tạo phước trí.
- **Người vừa không có sắc đẹp vừa không có trí tuệ:** Là do vừa không tạo phước với từ tâm, vừa không tạo phước trí.

Hỏi: Thế nào là phước với từ tâm? Thế nào là phước trí?

Đáp: Phước với từ tâm là khi mình tạo các phước thiện luôn đi kèm với tâm hoan hỷ và lòng từ ái.

Phước trí là khi mình siêng năng trau dồi trí tuệ:

- Văn tuệ;
- Tư tuệ;
- Tu tuệ.

Hỏi: Người có sắc đẹp mà có ít tài sản;

Người không có sắc đẹp mà có nhiều tài sản;

Người vừa có sắc đẹp vừa có nhiều tài sản;

Người vừa không có sắc đẹp vừa không có nhiều tài sản; Là do nguyên nhân gì?

Đáp:

- Có sắc đẹp mà không có tài sản là do có tu từ tâm nhưng không bố thí.
- Không có sắc đẹp nhưng có tài sản là do không tu từ tâm nhưng có bố thí.
- Vừa có sắc đẹp, vừa có tài sản là do vừa bố thí, vừa tu từ tâm.
- Vừa không có sắc đẹp, vừa không có tài sản là do không bố thí cũng không tu từ tâm.

Hỏi: Chư Thiên, quỷ thần cũng có sắc thân. Vậy tại sao ta không nhìn thấy họ?

Đáp: Vì họ là những chúng sinh hóa sinh có sắc thân rất vi tế nên mắt thường không nhìn thấy.

Hỏi: Cái gì khiến cho chúng sinh tham ái sâu nặng nhất?

Đáp: Sắc là cái khiến cho chúng sinh tham ái nhất.

Hỏi: Cái gì ngự trị và chi phối tâm trí của người đàn ông nhiều nhất?

Đáp: Sắc của người đàn bà.

Hỏi: Cái gì ngự trị và chi phối tâm trí của người đàn bà nhiều nhất?

Đáp: Sắc của người đàn ông.

Hỏi: Sắc là tịnh hay bất tịnh?

Đáp: Là bất tịnh.

Hỏi: Tại sao sắc bất tịnh?

Đáp: Vì sắc hôi tanh, xú uế.

Hỏi: Tại sao chúng sinh lại tham đắm cái hôi tanh bất tịnh đó?

Đáp: Vì chúng sinh bị chi phối bởi cái tướng điên đảo.

Hỏi: Thế nào là tướng điên đảo?

Đáp:

- Cái vô thường lại tướng là thường;
- Cái khổ lại tướng là lạc;
- Cái vô ngã lại tướng là ngã;
- Cái bất tịnh lại tướng là thanh tịnh.

Vì vậy chúng sinh mới tham đắm chấp trước:

- Sắc là ta;
- Sắc là của ta;
- Sắc là tự ngã của ta.

Đó là điên đảo tướng.

Hỏi: Muốn hết điên đảo tướng thì phải làm gì?

Đáp: Phải thực hành thiền minh sát để:

- Phân biệt được sắc;
- Phân biệt nguyên nhân sinh ra sắc;
- Phân biệt sự vô thường – khổ – vô ngã của sắc;
- Phải diệt trừ tham ái đối với sắc.

Thì sẽ hết điên đảo tướng.

20/ THỌ UẨN

Hỏi: Thọ là gì?

Đáp: Thọ là những cảm giác của thân và tâm.

Hỏi: Thân có những loại cảm thọ gì?

Đáp: Thân có 2 loại cảm thọ:

- Lạc thọ: Sự an lạc, dễ chịu của thân;
- Khổ thọ: Sự đau khổ, khó chịu của thân.

Hỏi: Tâm có những loại cảm thọ gì?

Đáp: Tâm có 3 loại cảm thọ:

- Hỷ: Sự vui vẻ, thích thú của tâm;
- Ưu: Sự buồn phiền, sầu muộn của tâm;
- Xả: Sự dửng dưng, không vui không buồn của tâm.

Hỏi: Nguyên nhân nào sinh ra các cảm thọ khác nhau như vậy?

Đáp: Khi các căn tiếp xúc với các trần, tâm có sự ưa thích, chán ghét hoặc dửng dưng mà sinh ra các cảm thọ khác nhau.

Hỏi: Khi mắt thấy cảnh sắc đẹp thì sinh ra thọ gì?

Đáp: Thọ hỷ.

Hỏi: Thấy cảnh chán ghét thì sinh ra thọ gì?

Đáp: Thọ ưu.

Hỏi: Thấy cảnh bình thường thì sinh ra thọ gì?

Đáp: Thọ xả.

Hỏi: Như thế nào thì sinh ra thọ khổ, thọ lạc?

Đáp: Khi thân xúc chạm vật thô, đau đớn thì sinh ra thọ khổ. Khi thân xúc chạm vật êm ái thì sinh ra thọ lạc.

Hỏi: Làm thế nào để thấy được các cảm thọ đó?

Đáp:

■ ***Phải thực hành thiền tuệ Vipassanā phân biệt danh ở sáu hàng:***

- Hàng cảnh sắc: Thọ do nhãn xúc sinh;
- Hàng cảnh thanh: Thọ do nhĩ xúc sinh;
- Hàng cảnh hương: Thọ do tỉ xúc sinh;
- Hàng cảnh vị: Thọ do thiệt xúc sinh;
- Hàng cảnh xúc: Thọ do thân xúc sinh;
- Hàng cảnh pháp: Thọ do ý xúc sinh.

■ ***Quán duyên khởi thì phân biệt được các nhân quá khứ sinh ra thọ:***

- Năm nhân quá khứ:

Vô minh	}	Là nhân → Thọ là quả
Tham ái		
Chấp thủ		
Hành		
Nghiệp		

• **Nhân hiện tại:**

Tướng – Hành – Thức	}	Là Nhân → Thọ là quả
Sắc căn		
Sắc cảnh		
Tác ý		

Hỏi: Thọ nào sinh với tâm thiện? Thọ nào sinh với tâm bất thiện?

Đáp:

1. Thọ hỷ sinh với cả thiện và bất thiện.

▪ ***Thọ hỷ sinh cùng với 4 tâm tham:***

- Tham thọ hỷ hợp tà kiến cần hỗ trợ;
- Tham thọ hỷ hợp tà kiến không cần hỗ trợ;
- Tham thọ hỷ hợp ngã mạn cần hỗ trợ;
- Tham thọ hỷ hợp ngã mạn không cần hỗ trợ.

▪ ***Thọ hỷ sinh cùng 4 tâm thiện dục giới:***

- Thọ hỷ sinh cùng với trí tuệ cần hỗ trợ;
- Thọ hỷ sinh cùng với trí tuệ không cần hỗ trợ;
- Thọ hỷ ly trí cần hỗ trợ;
- Thọ hỷ ly trí không cần hỗ trợ.

- **Thọ hỷ sinh cùng 2 tâm thiện sắc giới:**
 - Tâm thiện sắc giới sơ thiền (Một trạng thái hỷ lạc do ly dục sinh với tâm, với tứ);
 - Tâm thiện sắc giới nhị thiền (Một trạng thái hỷ lạc do định sinh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm).
- 2. **Thọ ưu: sinh cùng với 2 tâm sân:**
 - Thọ ưu sinh cùng với sân cần hỗ trợ;
 - Thọ ưu sinh cùng với sân không cần hỗ trợ.
- 3. **Thọ xả: sinh với cả tâm thiện, bất thiện và vô ký.**
 - **Thọ xả sinh cùng với 4 tâm tham:**
 - Tham tà kiến thọ xả cần hỗ trợ;
 - Tham tà kiến thọ xả không cần hỗ trợ;
 - Tham ngã mạn thọ xả cần hỗ trợ;
 - Tham ngã mạn thọ xả không cần hỗ trợ;
 - **Thọ xả sinh cùng 2 tâm si:**
 - Si phóng dật thọ xả;
 - Si hoài nghi thọ xả.
 - **Thọ xả sinh cùng 4 tâm thiện dục giới:**
 - Tâm thiện thọ xả có trí cần hỗ trợ;
 - Tâm thiện thọ xả có trí không cần hỗ trợ;
 - Tâm thiện thọ xả ly trí cần hỗ trợ;
 - Tâm thiện thọ xả ly trí không cần hỗ trợ.

■ **Thọ xả sinh cùng tâm thiện sắc giới:**

- Tâm tứ thiên sắc giới thọ xả;

■ **Thọ xả sinh cùng tâm thiện vô sắc giới:**

- Không vô biên xứ thọ xả;
- Thức vô biên xứ thọ xả;
- Vô sở hữu xứ thọ xả;
- Phi tướng phi phi tướng xứ thọ xả.

Hỏi: Cõi nào thuần thọ khổ? Cõi nào thuần thọ lạc?

Cõi nào vừa khổ vừa lạc? Cõi nào thuần thọ xả?

Đáp:

- Cõi địa ngục thuần thọ khổ;
- Cõi tam thiên thuần thọ lạc;
- Cõi người vừa khổ vừa lạc;
- Cõi tứ thiên và 4 cõi vô sắc giới thuần thọ xả.

Hỏi: Cõi nào là cõi khổ? Cõi nào là cõi lạc? Cõi nào là cõi vừa khổ vừa lạc? Cõi nào là cõi không khổ không lạc?

Đáp:

- Địa ngục – ngạ quỷ – súc sinh – Atula là cõi khổ;
- Chư Thiên là cõi lạc;
- Nhân loại là cõi vừa khổ vừa lạc;
- Cõi Phạm Thiên tứ thiên và 4 cõi Vô Sắc Giới là cõi không khổ không lạc.

Hỏi: Tại sao có người hoan hỷ với việc thiện, có người lại hoan hỷ với việc bất thiện?

Đáp:

- Người có chánh kiến hiểu được lợi ích của việc thiện thì luôn hoan hỷ với việc thiện.
- Người có tà kiến không hiểu được sự nguy hiểm của việc bất thiện nên hoan hỷ với việc bất thiện.

Hỏi: Thế nào là thọ cao thượng, thế nào là thọ hạ liệt?

Đáp:

- Thọ sinh cùng với những tâm bất thiện: *tham – sân – si* thì là thọ hạ liệt.
- Thọ sinh cùng với các tâm thiện dục giới – sắc giới – vô sắc giới và siêu thế là thọ cao thượng.

Hỏi: Pháp thiên nào luôn luôn có thọ hỷ?

Đáp:

■ **Sáu pháp tùy niệm:**

- Tùy niệm Phật: Hoan hỷ với ân Đức Phật;
- Tùy niệm Pháp: Hoan hỷ với ân Đức Pháp;
- Tùy niệm Tăng: Hoan hỷ với ân Đức Tăng;
- Tùy niệm giới: Hoan hỷ với giới thanh tịnh;
- Tùy niệm thí: Hoan hỷ với hạnh bố thí;
- Tùy niệm Thiên: Hoan hỷ với hạnh chư Thiên.

■ **Hai tầng thiên sắc giới:**

- Sơ thiên: Một trạng thái hỷ lạc do ly dục sinh;
- Nhị thiên: Một trạng thái hỷ lạc do định sinh.

Hỏi: Thọ hỷ có những mức độ nào?

Đáp: Hỷ có 5 mức độ:

1. Tiểu hỷ: như dựng lông tóc;
2. Hỷ chớp nhoáng: thỉnh thoảng loé lên;
3. Hỷ như mưa rào: nổi lên liên tục như sóng vỗ bờ;
4. Hỷ nâng người lên: thân thể như mất trọng lượng;
5. Hỷ sung mãn: toàn thân được thấm nhuần hỷ lạc.

- Năm loại hỷ khi chín mùi → Thân khinh an → Tâm khinh an;
- Khinh an khi chín mùi → Thân lạc → Tâm lạc → Định chốc lát;
- Lạc khi chín mùi → Định cận hành → Định an chỉ.

Hỏi: Pháp thiền nào luôn luôn có thọ lạc?

Đáp: Tam thiền: Thuần nhất hướng lạc.

Lạc-Sukha: là sự hài lòng dễ chịu.

- Đặc tính của nó là thỏa mãn;
- Nhiệm vụ của nó là tăng cường pháp tương ứng;
- Hiện tướng của nó là sự hỗ trợ;
- Nhân gần của nó là hỷ.

Hỏi: Pháp thiền nào thuần thọ xả?

Đáp: Tứ thiền và bốn thiền vô sắc giới: không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh.

Hỏi: Xả có những biểu hiện như thế nào?

Đáp: Có 10 thứ xả:

1. Xả thuộc 6 căn: 6 căn không còn bị hấp dẫn hay chán ghét với 6 trần cảnh nơi 1 vị đã đoạn tận lậu hoặc.
2. Xả phạm trú: là tâm bình đẳng với mọi loài chúng sinh.
3. Xả giác chi: xả giác chi liên hệ đến từ bỏ.
4. Xả tinh tấn: không quá tinh cần – không quá biếng nhác.
5. Xả hành uẩn: thản nhiên với các triền cái.
6. Xả thọ uẩn: là không khổ, không lạc.
7. Xả thuộc tuệ: trung lập với suy tư cái gì hiện hữu, cái gì trở thành.
8. Xả trung lập đặc biệt: 1 trong 4 bất định pháp: dục, quyết định, tác ý, xả.
9. Xả thuộc về thiên: thản nhiên với tối thượng lạc của thiên.
10. Xả niệm thanh tịnh: xả thuộc tứ thiên.

Hỏi: Hành động sát sinh đi kèm với thọ gì?

Đáp: Thọ ưu. Khi cố ý sát sinh thì sẽ khởi lên tâm sân. Tâm sân thì luôn đi kèm với thọ ưu.

Hỏi: Hành động trộm cắp thường đi kèm với thọ gì?

Đáp: Vì lòng tham mà trộm cắp thì đi kèm với thọ hỷ hoặc thọ xả (tham thọ hỷ, tham thọ xả). Vì tức giận mà trộm cắp thì đi kèm với thọ ưu.

Hỏi: Hành động bố thí thường có thọ gì?

Đáp: Thọ hỷ hoặc thọ xả (đại thiện câu hữu hỷ, đại thiện câu hữu xả).

Hỏi: Khi ngủ có thọ gì?

Đáp: Khi tục sinh có thọ hỷ thì tâm hữu phần có thọ hỷ. Tâm tục sinh thọ xả thì tâm hữu phần thọ xả. Khi ngủ, tâm an trú ở hữu phần (thọ hỷ hoặc thọ xả).

Hỏi: Thế nào là thọ duyên cho ái?

Đáp: Khi các căn tiếp xúc với cảnh trần sinh ra các cảm giác vui, buồn, khổ, lạc hoặc không vui, không buồn thì gọi là cảm thọ. Từ cảm thọ lại sinh ra ưa thích. Chính những cảm thọ hỷ lạc đó nên chúng sinh luôn chạy theo trần cảnh hấp dẫn, trốn tránh cảnh không hấp dẫn để được thỏa mãn các cảm thọ.

Vì thế nên gọi là thọ duyên ái.

Hỏi: Khi gặp cảnh không ưa thích sinh ra thọ ưu, thọ khổ thì cảm thọ đó có làm duyên cho ái không?

Đáp: Nếu gặp cảnh không ưa thì tham ái sẽ hướng về những cảm thọ hỷ lạc ở quá khứ hoặc tương lai và mong sớm được thoát khỏi khổ thọ ở hiện tại.

Vì thế thọ vẫn làm duyên cho ái.

Hỏi: Thế nào là tính vô ngã của thọ?

Đáp: Thọ có tính sinh diệt không ngừng.

- Cái gì có tính sinh diệt thì nó là vô thường.
- Cái gì vô thường thì là khổ.
- Cái gì chịu sự vô thường, khổ thì cái đó là vô ngã.

Như vậy:

- Thọ không phải là ta = vô thường;
- Thọ không phải của ta = khổ;
- Thọ không phải là tự ngã của ta = vô ngã.

Hỏi: Tại sao phải quán chiếu thọ là vô thường – khổ – vô ngã?

Đáp:

- Quán thọ vô thường là để diệt trừ tà kiến cho rằng thọ là thường;
- Quán thọ là khổ để diệt trừ tà kiến cho rằng thọ là lạc;
- Quán thọ vô ngã để diệt trừ tà kiến cho rằng thọ là ta – của ta – tự ngã của ta.

Quán thọ là vô ngã:

- Để nhàm chán: nhàm chán đối với thọ;
- Để ly tham: ly tham đối với thọ;
- Để đoạn diệt: hết tham ái, chấp thủ đối với thọ;
- Để từ bỏ: đối với các hành nghiệp vì thọ;
- Để đạt được chánh trí: giác ngộ sự thật;
- Để chứng ngộ Niết Bàn: giải thoát tử sinh.

Như vậy quán tất cả thọ theo 11 cách ở: *quá khứ – hiện tại – tương lai, bên trong – bên ngoài, cao thượng – hạ liệt, thô – tế, xa – gần* đều là vô thường – khổ – vô ngã.

21/ TƯỚNG UẨN

Hỏi: Tướng có nghĩa là gì?

Đáp: *Tướng là những tư tưởng, sự nhận thức, sự ghi nhớ.*

Hỏi: Tướng thường làm phạm sự gì?

Đáp: Tướng làm phạm sự ghi nhớ, tướng tượng.

Hỏi: Có bao nhiêu tướng?

Đáp:

- Sắc tướng: Tướng nhớ đến cảnh sắc;
- Thanh tướng: Tướng nhớ đến âm thanh;
- Hương tướng: Tướng nhớ đến mùi;
- Vị tướng: Tướng nhớ đến thức ăn;
- Xúc tướng: Tướng nhớ đến đụng chạm;
- Pháp tướng: Tướng nhớ đến bất cứ thứ gì.

Hỏi: Khi mình gặp một người lạ một lần rồi 1 năm sau mới gặp lại lần nữa nhưng mình vẫn nhớ rõ họ là ai thì đó là tướng gì?

Đáp: Pháp tướng.

Hỏi: Tại sao mình lại nhận ra người đó?

Đáp: Vì mình đã ghi nhớ hình ảnh người đó trong tâm.

Hỏi: Khi gặp một người mà mình vẫn nhớ được tên tuổi của họ thì đó là tướng gì?

Đáp: Đó là thanh tướng và các tướng còn lại cũng tương tự như thế.

Hỏi: Những nguyên nhân nào sinh ra tướng?

Đáp:

■ 5 nhân quá khứ:

Vô minh	}	Là Nhân → Tướng là quả
Tham ái		
Chấp thủ		
Hành		
Nghiệp		

■ **Nhân hiện tại:**

Thọ – Hành – Thức	}	Là Nhân → Tướng là quả
Sắc căn (Ý vật)		
Sắc cảnh		

Hỏi: Tư tưởng có nghĩa là gì?

Đáp: *Tư là tư duy – suy nghĩ. Tướng là trí nhớ và tưởng tượng.* Tư tưởng là nhớ, nghĩ, hình dung ra những chuyện đã diễn ra trong quá khứ hoặc sẽ diễn ra trong tương lai, hoặc những chuyện không có thật.

Hỏi: Thế nào là tướng thiện? Thế nào là tướng bất thiện?

Đáp: Tướng khởi lên cùng với tâm *tham – sân – tà kiến* là tướng bất thiện. Tướng khởi lên cùng với tâm *vô tham – vô sân – chánh kiến* là tướng thiện.

Hỏi: Thế nào là tướng khởi lên cùng với tham – sân – tà kiến?

Đáp:

- **Tham tướng:** Tướng nhớ đến những cảnh trần của sắc – thanh – hương – vị – xúc khả ái, khả hỷ, khả lạc, hấp dẫn liên hệ đến dục theo 11 cách: *quá khứ – hiện tại – tương lai – bên trong – bên ngoài – thô – tế – cao thượng – hạ liệt – xa – gần* thì đó là tham tướng.
- **Sân tướng:** Tướng nhớ đến những đối tượng chán ghét liên hệ đến *tức giận – ghen tị – bòn xén – hối hận – sầu bi – ưu não...* theo 11 cách thì đó là sân tướng.
- **Tà kiến tướng:** Tướng nhớ đến những đối tượng *không đúng với sự thật chân lý Tứ Thánh Đế* theo 11 cách thì đó là tà kiến tướng.

Hỏi: Thế nào là tướng khởi lên cùng với vô tham – vô sân và chánh kiến?

Đáp:

■ **Tướng vô tham – vô sân:**

Tướng nhớ đến những đối tượng làm cho tâm

được thanh tịnh – ly dục, ly ác pháp bất thiện như khi thực hành 40 đề mục thiền định:

- 10 đề mục chứng định cận hành;
- 10 kasina;
- 10 pháp quán tử thi;
- 4 thiền vô lượng tâm;
- 4 thiền vô sắc;
- 1 thiền quán 32 thể trước;
- 1 thiền niệm hơi thở.

làm cho tâm được vô tham – vô sân.

■ **Tưởng sinh cùng tuệ (chánh kiến):**

Tuệ tri các pháp chân đế:

- Tâm;
- Tâm sở;
- Sắc pháp;
- Niết Bàn.

Bằng sự thực hành thiền tuệ thì đó là tưởng sinh cùng chánh kiến.

Hỏi: Thế nào là tính vô ngã của tưởng?

Đáp: Vì tưởng có tính sinh diệt liên tục:

- Cái gì sinh lên rồi diệt đi thì cái đó là vô thường;
- Vì vô thường, chịu bức bách nên nó khổ;
- Cái gì vô thường, khổ thì cái đó là vô ngã.

Vậy:

- Tưởng không phải là ta = vô thường;

- Tường không phải của ta = khổ;
- Tường không phải là tự ngã của ta = vô ngã.

Hỏi: Quán sát tính vô ngã của tường để làm gì?

Đáp:

- Để nhàm chán: nhàm chán đối với tường;
- Để ly tham: ly tham đối với tường;
- Để đoạn diệt: diệt tham ái, chấp thủ vào tường;
- Để từ bỏ: từ bỏ hành nghiệp vì tường;
- Để đạt được chánh trí: giác ngộ các sự thật;
- Để chứng Niết Bàn: giải thoát khổ đau.

Như vậy quán tất cả tường theo 11 cách ở:

Quá khứ - Hiện tại - Tương lai, Bên trong - Bên ngoài, Tho - Tế, Cao thượng - Hạ liệt, Ở xa - Ở gần;
→ Điều vô thường, khổ, vô ngã.

Hỏi: Chúng sinh ở cõi nào thân sai biệt, tướng sai biệt?

Đáp: Cõi người và một số chư Thiên, một số chúng sinh ở các cõi địa xứ.

Hỏi: Chúng sinh ở cõi nào thân sai biệt, tướng đồng nhất?

Đáp: Phạm Chúng Thiên khi mới tái sinh.

Hỏi: Chúng sinh ở cõi nào thân đồng nhất, tướng sai biệt?

Đáp: Cõi Quang Âm Thiên.

Hỏi: Chúng sinh ở cõi nào thân đồng nhất, tướng đồng nhất?

Đáp: Cõi Tịnh Cư Thiên.

Hỏi: Chúng sinh ở cõi nào không có tướng, không có thọ?

Đáp: Cõi Vô Tướng.

Hỏi: Chúng sinh ở cõi nào có tướng là hư không, không có giới hạn?

Đáp: Cõi Không Vô Biên Xứ.

Hỏi: Chúng sinh nào có tướng là tâm không có giới hạn?

Đáp: Cõi Thức Vô Biên Xứ.

Hỏi: Chúng sinh nào có tướng là không có gì cả?

Đáp: Cõi Vô Sở Hữu Xứ.

Hỏi: Chúng sinh ở cõi nào không có tướng, cũng chẳng phải không có tướng?

Đáp: Chúng sinh ở cõi Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ.

Hỏi: Làm sao biết được tư tướng của mình là tốt hay xấu?

Đáp: Khi nào tâm nhớ đến những đối tượng hạ liệt như: Dục tướng; sân tướng; hại tướng thì là tướng xấu. Khi nào tâm nhớ đến những đối tượng cao thượng như: Vô thường tướng; khổ tướng; vô ngã tướng; bất tịnh tướng thì là tướng tốt.

Hỏi: Làm sao biết được tư tướng của người khác là tốt hay xấu?

Đáp: Để biết được tư tướng người khác thì cần phải:

- Có thời gian thân cận;
- Có đàm luận trao đổi;
- Có sự quan sát lời nói và hành động;

- Có tác ý;
- Có trí tuệ;

thì mới biết được tư tưởng của người khác.

Hỏi: Tư tưởng ảnh hưởng đến hành động như thế nào?

Đáp: Người có tư tưởng cao thượng thì cũng có hành động cao thượng. Người có tư tưởng hạ liệt thì cũng có hành động hạ liệt, ví dụ:

- Một người có tư tưởng thành Phật thì thường tạo tác tích lũy các Ba-la-mật.
- Một người muốn giải thoát sinh tử thì thích thực hành giới – định – tuệ.
- Một người muốn hưởng phước thì thích tạo phước.
- Một người muốn giàu có thì thích kiếm tiền.
- Một người muốn quyền lực thì thích làm việc chính trị.
- Người có tư tưởng thường kiến (tin vào cõi vĩnh hằng) thì thích cầu nguyện.
- Người có tư tưởng đoạn kiến (bác nhân quả) thích hưởng thụ dục lạc.

Hỏi: Tướng tri là gì?

Đáp: Là sự hiểu biết dựa trên cái tướng, ví dụ:

- Một bà mẹ nghe thấy tiếng trẻ con khóc tưởng là con mình liền chạy đến bế nó lên thì mới phát hiện ra là con người khác.

- Như một người mò cá nắm phải con rắn tưởng là cá đưa lên khỏi mặt nước mới biết là rắn.
- Như một người đàn ông ở với con Dạ Xoa mà cứ tưởng là vợ hiền, cho đến khi phát hiện người phụ nữ này thường ra nghĩa địa ăn xác chết mới biết là Dạ Xoa.

■ **Tưởng tri về cái thân 5 uẩn:**

- Sắc này là vô thường mà tưởng là thường;
- Sắc là khổ mà tưởng là lạc;
- Sắc là vô ngã mà tưởng là ngã;
- Sắc là bất tịnh mà tưởng là tịnh;

Cũng như vậy với thọ – tưởng – hành – thức.

Chính vì cái tưởng sai lầm sinh ra tham ái, chấp thủ tạo nghiệp và đi tái sinh trong tam giới.

Hỏi: Thế nào là vọng tưởng?

Đáp: Cứ tưởng nhớ hết chuyện này sang chuyện khác không chịu ngừng nghỉ thì là vọng tưởng.

- Nhớ đến những chuyện đã qua trong quá khứ;
- Nhớ đến những chuyện chưa đến ở tương lai;
- Những chuyện vui buồn đang diễn ra trong hiện tại.

Hỏi: Thế nào là tưởng tượng?

Đáp: Tưởng tượng cũng là một loại vọng tưởng.

Tưởng tượng là tưởng ra những cái không có thực.

Như:

- Lòng rùa, sừng thỏ;
- Những câu chuyện thần thoại;
- Phim hoạt hình, phim viễn tưởng,...

đều là sản phẩm của tưởng tượng.

Hỏi: Thế nào là ảo tưởng?

Đáp: Ảo tưởng cũng là sự lầm tưởng. Khi mong muốn điều gì thì luôn cố gắng tưởng tượng ra cái đó. Khi sợ hãi cái gì thì cũng luôn tưởng tượng đến cái đó. Bỏ quên thực tại mà luôn sống với cái tưởng như vậy thì là ảo tưởng.

Hỏi: Môi trường sống có tác động đến tư tưởng như thế nào?

Đáp: Nếu thân cận với môi trường tốt, có nhiều người tốt, có giáo dục, tu dưỡng đạo đức, trí tuệ thì sẽ phát sinh nhiều tư tưởng thiện. Nếu thân cận với môi trường xấu, có nhiều người bất thiện, thường tiếp xúc với những văn hóa xấu thì sẽ sinh ra nhiều tư tưởng bất thiện.

Hỏi: Làm thế nào để luôn sinh khởi những tư tưởng thiện, tránh sinh khởi những tư tưởng bất thiện?

Đáp: Luôn luôn giữ chánh niệm thì sẽ phát sinh những tư tưởng thiện.

Hỏi: Làm sao để luôn luôn giữ được chánh niệm?

Đáp: Luôn như lý tác ý và hành thiền miên mật thì sẽ luôn giữ được chánh niệm.

22/ HÀNH UẨN

Hỏi: Thế nào là hành uẩn?

Đáp: Hành là hành động, sự tạo tác. Hành uẩn là cái tâm đốc thúc, điều hành tất cả những hành động tạo tác của thân – khẩu – ý.

Hỏi: Hành có những tính chất gì?

Đáp: Hành là tâm sở tư (Cetanā).

- Đặc tính: tình trạng sẵn sàng;
- Chức năng: tạo nghiệp;
- Biểu hiện: đốc thúc các tâm làm nhiệm vụ;
- Nhân gần: căn – cảnh – xúc.

Hỏi: Làm sao để nhận biết được hành uẩn?

Đáp: Bất cứ khi nào mình cố ý làm một việc gì đó thì đó là hành uẩn, ví dụ:

- Khi mình cố ý sát sinh thì đó là hành uẩn = tạo ác nghiệp sát sinh.
- Hoặc mình cố ý tránh xa sự sát sinh thì đó cũng là hành uẩn = tạo thiện nghiệp giữ giới.

Bất cứ hành động gì có sự chủ tâm, cố ý tạo tác đều là hành uẩn.

Hỏi: Nhân của hành là gì?

Đáp:

■ **Nhân quá khứ:**

Vô minh	}	Là Nhân → Hành là quả
Tham ái		
Chấp thủ		
Hành		
Nghiệp		

■ **Nhân hiện tại**

Thọ – Tưởng – Thức	}	Là Nhân → Hành là quả
Sắc căn		
Sắc cảnh		

Hỏi: Hành có bao nhiêu loại?

Đáp: Hành có 3 loại: Thiện, bất thiện và duy tác.

Hỏi: Thế nào là hành thiện?

Đáp: Là hành sinh khởi cùng với tâm thiện thì là hành thiện.

- Hành thiện dục giới;
- Hành thiện sắc giới;
- Hành thiện vô sắc giới;
- Hành thiện siêu thế.

1. Hành thiện dục giới có 36 tâm sở:

- **7 tâm sở biến hành – 2 (thọ, tưởng) = 5 tâm sở.**

- 1. Xúc: sự xúc chạm giữa căn – trần – thức;
- 2. Tư: cố ý, đốc thúc các tâm cùng làm nhiệm vụ;
- 3. Định: sự tập trung tâm;
- 4. Mạng quyền: hỗ trợ, duy trì mạng sống của các tâm;
- 5. Tác ý: tác ý đến đối tượng.

■ **Sáu biệt cảnh:**

- 1. Tầm: hướng tâm;
- 2. Tứ: bám sát;
- 3. Thắng giải: quyết định, không do dự;
- 4. Cần: cố gắng;
- 5. Hỷ: thích thú;
- 6. Dục: ước muốn.

■ **25 tịnh hảo:**

- 1. Tín: niềm tin;
- 2. Niệm: nhớ nghĩ;
- 3. Tàm: hổ thẹn tội lỗi;
- 4. Quý: ghê sợ tội lỗi;
- 5. Vô tham: không dính mắc;
- 6. Vô sân: không tức giận;
- 7. Hành xả: tự tại;
- 8. Tịnh thân: tâm sở bình an;
- 9. Tịnh tâm: tâm bình an;
- 10. Khinh thân: tâm sở nhẹ nhàng;
- 11. Khinh tâm: tâm nhẹ nhàng;
- 12. Nhu thân: tâm sở mềm mại;

- 13. Nhu tâm: tâm mềm mại;
- 14. Thích thân: tâm sở tinh luyện;
- 15. Thích tâm: tâm tinh luyện;
- 16. Thuần thân: tâm sở thuần thực;
- 17. Thuần tâm: tâm thuần thực;
- 18. Chánh thân: tâm sở chánh trực;
- 19. Chánh tâm: tâm chánh trực;
- 20. Chánh ngữ: Lời nói chân chánh;
- 21. Chánh nghiệp: Hành động chân chánh;
- 22. Chánh mạng: sự nuôi mạng chân chánh;
- 23. Bi: thương xót;
- 24. Hỷ: hoan hỷ;
- 25. Tuệ: trí tuệ.

2. Hành thuộc sắc giới:

- **Sơ thiền:** 34 danh pháp – 3 uẩn (thọ, tưởng, thức)
= 31 danh pháp;
- **Nhị thiền:** 32 danh pháp – 3 uẩn (thọ, tưởng, thức)
= 29 danh pháp;
- **Tam thiền:** 31 danh pháp – 3 uẩn (thọ, tưởng, thức)
= 28 danh pháp;
- **Tứ thiền:** 31 danh pháp – 3 uẩn (thọ, tưởng, thức)
= 28 danh pháp.

3. Hành uẩn vô sắc giới:

- Không vô biên xứ = 28 danh pháp;
- Thức vô biên xứ = 28 danh pháp;
- Vô sở hữu xứ = 28 danh pháp.

- Phi tướng phi phi tướng xứ = 28 danh pháp.

Hỏi: Thế nào là hành bất thiện?

Đáp: Là hành sinh cùng với các tâm bất thiện:

■ **7 tâm sở biến hành – 2 (thọ, tưởng) = 5 tâm sở:**

- 1. Xúc;
- 2. Tứ;
- 3. Nhất hành;
- 4. Mạng quyền;
- 5. Tác ý.

■ **6 tâm sở biệt cảnh:**

- 1. Tầm;
- 2. Tứ;
- 3. Thắng giải;
- 4. Cần;
- 5. Hỷ;
- 6. Dục.

■ **Bốn si phần (biến hành bất thiện):**

- 1. Si: sự ngu dốt hiểu sai sự thật;
- 2. Vô tầm: không biết xấu hổ;
- 3. Vô quý: không biết ghê sợ;
- 4. Phóng dật: tâm tán loạn.

■ **Ba tham phần:**

- 1. Tham: ham muốn, dính mắc;
- 2. Tà kiến: thấy sai;
- 3. Ngã mạn: kiêu ngạo.

■ **Bốn sân phần:**

- 1. Sân: tức giận;
- 2. Tật: ghen tị;
- 3. Lận: keo kiệt;
- 4. Hối: hối hận.

■ **Hai hôn phần:**

1. Hôn trầm: chờ đợi;
2. Thụy miên: rã rượi.

■ **Một nghi phần:**

1. Hoài nghi.

BẢNG TỔNG HỢP CÁC TÂM HÀNH SINH CÙNG VỚI CÁC TÂM BẤT THIỆN:

THAM TÀ KIẾN	THAM NGÃ MẠN
5 biến hành	5 biến hành
6 biệt cảnh	6 biệt cảnh
4 si phần	4 si phần
tham	tham
tà kiến	ngã mạn
2 hôn phần	2 hôn phần
TỔNG: 19 HÀNH UẨN	TỔNG: 19 HÀNH UẨN

TÂM SÂN	SÂN TẬT	SÂN LẶN	SÂN HỐI
5 biến hành	5 biến hành	5 biến hành	5 biến hành
5 biệt cảnh	5 biệt cảnh	5 biệt cảnh	5 biệt cảnh
4 si phần	4 si phần	4 si phần	4 si phần
sân	sân	sân	sân
2 hôn phần	2 hôn phần	2 hôn phần	2 hôn phần
	tật	lặn	hối
TỔNG: 17 HÀNH UẨN	TỔNG: 18 HÀNH UẨN	TỔNG: 18 HÀNH UẨN	TỔNG: 18 HÀNH UẨN

Chú thích: 5 sở hữu biệt cảnh của tâm sân bao gồm: tầm, tứ, thắng giải, dục, cần.

SI PHÓNG DẬT	SI HOÀI NGHI
5 biến hành	5 biến hành
4 biệt cảnh (không có hỷ, dục)	3 biệt cảnh (không có hỷ, dục, thắng giải)
4 si phần	4 si phần
	hoài nghi
TỔNG: 13 HÀNH UẨN	TỔNG: 13 HÀNH UẨN

LOẠI TÂM BẤT THIỆN	SỐ HÀNH UẨN	THỌ, TƯỜNG, THỨC	TỔNG SỐ DANH PHÁP
Tâm tham tà kiến	19	+ Thọ, tưởng, thức	22
Tâm tham ngã mạn	19	+ Thọ, tưởng, thức	22
Tâm sân	17	+ Thọ, tưởng, thức	20
Tâm sân tật	18	+ Thọ, tưởng, thức	21
Tâm sân lận	18	+ Thọ, tưởng, thức	21
Tâm sân hối	18	+ Thọ, tưởng, thức	21
Tâm si phóng dật	13	+ Thọ, tưởng, thức	16
Tâm si hoài nghi	13	+ Thọ, tưởng, thức	16

Chú thích: Thọ, tưởng, thức là 3 danh pháp luôn có mặt trong mọi lộ tâm.

Hỏi: Thế nào là hành duy tác?

Đáp: Là hành sinh cùng với các tâm duy tác vô nhân và các tâm duy tác hữu nhân.

Hỏi: Thế nào là tính vô ngã của hành?

Đáp: Vì hành có tính sinh diệt liên tục:

- Cái gì sinh lên rồi diệt đi thì cái đó là vô thường;
- Vì vô thường, chịu bức bách nên nó khổ;
- Cái gì vô thường, khổ thì cái đó là vô ngã.

Vậy:

- Hành không phải là ta = vô thường;
- Hành không phải của ta = khổ;
- Hành không phải là tự ngã của ta = vô ngã.

Như vậy quán tất cả các hành theo 11 cách ở:

Quá khứ – Hiện tại – Tương lai, Bên trong – Bên ngoài, Thô – Tế, Cao thượng – Hạ liệt, Ở xa – Ở gần
→ *Đều vô thường, khổ, vô ngã.*

Hỏi: Quán sát tính vô ngã của hành để làm gì?

Đáp:

- Để nhàm chán: nhàm chán đối với các hành;
- Để ly tham: ly tham đối với các hành;
- Để đoạn diệt: diệt tham ái, chấp thủ vào hành;
- Để từ bỏ: từ bỏ các hành tạo nghiệp;
- Để đạt được chánh trí: giác ngộ các sự thật;
- Để chứng Niết Bàn: giải thoát khổ đau.

Hỏi: Hành thiện sẽ có quả báo như thế nào?

Hành bất thiện sẽ có quả báo như thế nào?

Hành duy tác sẽ có quả báo như thế nào?

Đáp:

- **Hành thiện dục giới cho quả:**
 - *Trong hiện tại:* được thấy – nghe – ngửi – nếm – xúc chạm – tiếp nhận và suy xét những cảnh hài lòng;
 - *Lúc cận tử:* sinh làm người, hoặc Thiên thần các cõi trời Dục Giới.
 - *Sau khi tái sinh* thì được phước báu: Sống lâu, mạnh khỏe, sắc đẹp, an vui, trí tuệ.
- **Hành thiện sắc giới và vô sắc giới (tức là chứng đắc tứ thiền bất định) cho quả:**
 - *Trong hiện tại:* trú trong sự an lạc cao thượng;
 - *Lúc cận tử:* tái sinh về các cõi Phạm Thiên;
 - *Sau khi tái sinh:* hưởng phước báu của Phạm Thiên lạc, Phạm Thiên dung sắc, Phạm Thiên thọ mạng.
- **Hành thiện siêu thế cho quả:**
 - *Hiện tại:* An lạc hữu dư y Niết Bàn;
 - *Tương lai:* Nhập đại bát Niết Bàn.
- **Hành bất thiện cho quả:**
 - *Trong hiện tại:* được thấy – nghe – ngửi – nếm – xúc chạm, tiếp nhận và suy xét những cảnh không hài lòng;
 - *Lúc cận tử* thì tái sinh vào ác thú: Địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, A-tu-la.
 - *Sau khi tái sinh:* cảm thọ những sự thống khổ về thân tâm cho đến khi hết nghiệp bất thiện đó.

Hỏi: Hành duy tác (không thiện, không ác) cho quả như thế nào?

Đáp: Hành duy tác là hành vô hiệu quả, không cho quả gì hết.

Hỏi: Muốn phát triển được thiện hành thì phải làm sao?

Đáp: Phải có tác ý chân chánh:

- Mong rằng mình sẽ là *người có từ tâm*, không có sân tâm;
- Mong rằng mình sẽ là *người hào phóng*, không keo kiệt;
- Mong rằng mình sẽ là *người chân thật*, không gian dối;
- Mong rằng mình sẽ là *người tạo phước*, chứ không tạo tội;
- Mong rằng mình sẽ là *người có nội tâm thanh tịnh*, không ô nhiễm;
- Mong rằng mình sẽ là *người có trí tuệ*, chứ không si mê;
- Mong rằng mình sẽ là *người theo chánh pháp*, chứ không theo tà pháp;
- Mong rằng mình sẽ *giải thoát sinh tử*, chứ không chìm đắm trong luân hồi.

Nhờ có tác ý chân chánh sẽ có hành động chân chánh và tạo được nhiều thiện hành.

Hỏi: Khi ta ngủ thì có hành gì?

Đáp: Ngủ một cách tự nhiên thì có hành duy tác. Ngủ

li bì tham đắm thì có hành bất thiện.

Hỏi: Khi ăn thì có hành gì?

Đáp:

- Ăn để thưởng thức vị ngon ngọt = hành bất thiện;
- Ăn trong chánh niệm, quán tưởng đến sự bất tịnh của vật thực = hành thiện.

Hỏi: Khi nói thì có hành gì?

Đáp: Lời nói đúng sự thật, có lợi ích = hành thiện.

Lời nói sai sự thật, không lợi ích = hành bất thiện.

Hỏi: Khi xem phim, đọc sách, nghe đài thì có hành gì?

Đáp: Xem nghe những cái gì mà khởi tâm *tham – sân – si* thì là hành bất thiện;

Xem nghe những cái gì mà khởi tâm *vô tham – vô sân – vô si* thì là hành thiện.

Hỏi: Khi nghe giảng Phật Pháp thì là hành gì?

Đáp:

- Nghe với tâm hoan hỷ có tín, có tuệ thì là hành thiện;
- Nghe với tâm hoài nghi: Chánh pháp thì cho là tà, tà pháp thì cho là chánh thì là hành bất thiện.

Hỏi: Khi đang lao động thì là hành gì?

Đáp: Trong khi lao động mà khởi lên tâm bất thiện thì là hành bất thiện. Khi lao động mà khởi lên tâm thiện thì là hành thiện.

Hỏi: Hành động gì sẽ khởi lên nhiều tâm thiện nhất?

Đáp: Hành thiện sẽ khởi lên nhiều tâm thiện nhất:

- Tâm thiện dục giới;
 - Tâm thiện sắc giới;
 - Tâm thiện vô sắc giới;
 - Tâm thiện siêu tam giới;
- đều có được khi thực hành thiện.*

Hỏi: Hành động gì sẽ khởi lên nhiều tâm bất thiện nhất?

Đáp: **Hành động:**

- Sát sinh;
- Trộm cắp;
- Tà dâm;
- Nói dối;
- Uống rượu;

là những hành động khởi lên nhiều tâm bất thiện nhất.

Hỏi: Người có hành động thiện và tâm thiện thì thuộc hành uẩn gì?

Đáp: Hành thiện.

Hỏi: Người có hành động bất thiện cùng với tâm bất thiện thì thuộc hành uẩn gì?

Đáp: Hành bất thiện.

Hỏi: Người đang làm việc thiện cùng với tâm duy tác thì thuộc hành gì?

Đáp: Hành duy tác.

23/ THỨC UẨN

Hỏi: Thức là gì?

Đáp: Thức là tâm.

- Đặc tính của tâm là biết cảnh;
- Chức năng của tâm là đứng đầu các tâm sở;
- Thể hiện của tâm là diễn tiến liên tục;
- Nhân gần của tâm là danh và sắc.

■ TÂM TỤC SINH:

Tâm tục sinh là tâm đầu tiên của kiếp sống này.

- Đặc tính là *nhận biết 3 đối tượng*:
 - Nghiệp;
 - Nghiệp tướng;
 - Thú tướng.
- Chức năng: nối liền 2 kiếp sống;
- Biểu hiện: duy trì sự liên tục của các kiếp sống;
- Nhân gần: tâm sở và sắc tục sinh.

Hỏi: Tâm tục sinh sinh lên một lần hay nhiều lần?

Đáp: Tâm tục sinh chỉ sinh lên một lần lúc đi tái sinh.

Hỏi: Tại sao lại biết được cái tâm này?

Đáp: Nhờ thực hành thiền minh sát quán chiếu pháp duyên khởi: Tác ý về nhân quả.

- Nhân: Do đâu mà có cái thân 5 uẩn già, bệnh, chết này?

→ *Quả: Vì có tái sinh nên có thân 5 uẩn già, bệnh, chết này.*

- Tái sinh = tâm tục sinh: 34 danh pháp (thức + 7 tâm sở biến hành + 6 tâm sở biệt cảnh + 19 tâm sở tịnh hảo biến hành + trí tuệ = 34) là nhân.

→ *Thân 5 uẩn già, bệnh, chết là quả.*

■ **TÂM HỮU PHẦN:**

Còn gọi là tâm hộ kiếp bởi nó bảo hộ, duy trì sự sống từ lúc sinh ra cho đến lúc chết đi.

- Đặc tính: nhận biết đối tượng nghiệp cận tử;
- Chức năng: làm cho dòng tâm không bị đứt quãng;
- Biểu hiện: sự liên tục của tâm thức;
- Nhân gần: tâm sở và sắc trái tim.

Hỏi: Tâm hữu phần sinh lên lúc nào, mình có cảm nhận được nó không?

Đáp: Tâm hữu phần sinh lên khi tâm thức ở các căn: mắt – tai – mũi – lưỡi – thân – ý ngừng hoạt động.

Khi một lộ tâm ngừng nghỉ thì tâm sẽ chìm vào dòng hữu phần, trước khi một lộ tâm khác sinh lên thì tâm

hữu phần sẽ rung động và đứt dòng. Khi một người đang ngủ thì lúc đó thuần chỉ có lộ tâm hữu phần này sinh lên liên tục.

Hỏi: Tại sao tâm hữu phần lại bắt đối tượng là nghiệp cận tử?

Đáp: Vì tâm tục sinh làm phận sự tái sinh xong thì diệt đi, tâm tiếp theo sẽ duy trì dòng tâm thức của kiếp sống mới không bị gián đoạn là tâm hữu phần nên nó có cùng một đối tượng với tâm tục sinh, đó là nghiệp cận tử của kiếp trước.

Hỏi: Tại sao tâm tục sinh duy trì suốt kiếp sống mà người thường lại không thấy được đối tượng nghiệp cận tử của nó?

Đáp: Chỉ có trí tuệ quán chiếu duyên sinh nhân quả mới thấy được.

Vô minh	}	Là Nhân	→	Tâm hữu phần là quả
Tham ái				
Chấp thủ				
Hành				
Nghiệp				

Sắc trái tim	}	Là Nhân	→	Tâm hữu phần là quả
Đối tượng: nghiệp cận tử				
Tâm sở				

■ **TÂM HƯỚNG NGŨ MÔN:**

Là tâm hướng đến các cảnh trần.

- Đặc tính: Nhận biết cảnh trần;
- Chức năng: Hướng đến cảnh;
- Biểu hiện: Chạm đến cảnh;
- Nhân gần: Sự gián đoạn của hữu phần.

■ **NHÃN THỨC:**

Là cái tâm thấy được cảnh vật bằng mắt.

- Đặc tính: Nhận biết cảnh sắc;
- Chức năng: Hướng đến sắc;
- Biểu hiện: Thấy cảnh;
- Nhân gần: Sự rời đi của hướng ngũ môn.

■ **NHĨ THỨC – TỶ THỨC – THIỆT THỨC – THÂN THỨC:**

Là những tâm nghe – ngửi – nếm – chạm.

- Đặc tính: Nhận biết thanh – hương – vị – xúc;
- Chức năng: Nghe – ngửi – nếm – chạm;
- Biểu hiện: Biết thanh – hương – vị – xúc;
- Nhân gần: Sự rời đi của hướng ngũ môn.

■ **TÂM TIẾP THẬU:**

Là tâm tiếp nhận cảnh trần.

- Đặc tính: Nhận biết cảnh;
- Chức năng: Thâu nhận cảnh;
- Biểu hiện: Thâu nhận cảnh;
- Nhân gần: Sự rời đi của nhãn thức.

■ **TÂM QUAN SÁT:**

Là tâm suy xét cảnh trần.

- Đặc tính: Nhận thức cả sáu cảnh;
- Chức năng: Thẩm tra, suy xét cảnh;
- Biểu hiện: Thẩm tra, suy xét cảnh;
- Nhân gần: Sắc trái tim.

■ **TÂM QUYẾT ĐỊNH:**

Là tâm quyết định đối với cảnh và hướng ý môn.

- Đặc tính: Nhận thức sáu loại cảnh;
- Chức năng: Quyết định;
- Biểu hiện: Quyết định hướng đến;
- Nhân gần: Sự rời đi của ý thức giới.

■ **TỐC HÀNH TÂM THIỆN:**

Là 7 chấp Javana đi kèm với các tâm sở tịnh hảo.

- Đặc tính: Vô tội;
- Chức năng: Đối lập với cái ác;
- Biểu hiện: Thanh tịnh;
- Nhân gần: Như lý tác ý.

■ **TỐC HÀNH TÂM BẤT THIỆN:**

Là 7 chấp javana đi kèm với các tâm bất thiện.

- Đặc tính: Có lỗi;
- Chức năng: Mang đến sự khó chịu;
- Biểu hiện: Bất tịnh;
- Nhân gần: Phi lý tác ý.

■ **TÂM ĐĂNG KÝ:**

Là hai chập tâm cuối của lộ tâm còn gọi là mót cảnh.

- Đặc tính: Nhận thức cả sáu loại đối tượng;
- Chức năng: Đăng ký;
- Biểu hiện: Mót cảnh;
- Nhân gần: Sự rời đi của tâm tốc hành.

Ví dụ về trái xoài:

- Một người đang ngủ dưới gốc cây xoài thì có một trái chín rơi xuống người.
- Người đó tỉnh dậy, mở mắt nhìn xem cái gì.
- Vị đó thấy trái xoài;
- Nhặt trái xoài lên;
- Xem xét nó thật kĩ;
- Quyết định sẽ ăn;
- Thưởng thức ngon lành;
- Còn lại cái hạt, liếm thêm vài cái nữa rồi bỏ đi;
- Lại nằm xuống ngủ tiếp.

Hỏi: Câu chuyện này có ẩn ý gì?

Đáp: Ẩn dụ cho một lộ trình tâm ngũ song thức.

- Một người đang ngủ: là tâm đang ở hữu phần;
- Trái xoài là cảnh trần, đập vào các căn;
- Người đó tỉnh dậy, mở mắt nhìn xem cái gì: tâm hướng ngũ môn;
- Vị đó thấy trái xoài: tâm nhãn thức;

- Nhặt trái xoài lên: tâm tiếp thân;
 - Xem xét nó thật kĩ: tâm suy xét;
 - Quyết định sẽ ăn: tâm đoán định;
 - Thường thức ngon lành: 7 chặp javana tốc hành;
 - Còn lại cái hạt, liếm thêm vài cái nữa rồi bỏ đi: 2 tâm đăng ký;
 - Lại nằm xuống ngủ tiếp: rơi trở lại hữu phần.
- Câu chuyện này có ẩn ý như vậy.*

■ **TÂM HƯỚNG Ý MÔN:**

Là tâm hướng đến đối tượng ở lộ ý môn.

- Đặc tính: Nhận thức cảnh;
- Chức năng: Hướng về ý môn;
- Biểu hiện: Sự hướng về;
- Nhân gần: Sự rời đi của hữu phần.

■ **TÂM TỬ:**

Là tâm cuối cùng của kiếp sống.

- Đặc tính: Nhận biết đối tượng nghiệp;
- Chức năng, biểu hiện: Chuyển đời kiếp sống này sang kiếp sống khác;
- Nhân gần: Sự rời đi của tốc hành tâm trước.

Hỏi: Có tất cả bao nhiêu tâm?

Đáp: Ngắn gọn = 89 tâm. Chi tiết = 121 tâm.

■ 8 TÂM THAM:

THAM TÀ KIẾN	THAM NGÃ MẠN
<i>Tham tà kiến thọ hỉ hữu trợ</i>	<i>Tham ngã mạn thọ hỉ hữu trợ</i>
<i>Tham tà kiến thọ hỉ vô trợ</i>	<i>Tham ngã mạn thọ hỉ vô trợ</i>
<i>Tham tà kiến thọ xả hữu trợ</i>	<i>Tham ngã mạn thọ xả hữu trợ</i>
<i>Tham tà kiến thọ xả vô trợ</i>	<i>Tham ngã mạn thọ xả vô trợ</i>

THAM TÀ KIẾN:

Hỏi: Thế nào là tham tà kiến?

Đáp: Là do mình tác ý sai với sự thật mà sinh ra tâm tham. Ví dụ: Khi nhìn một cảnh sắc khởi lên tác ý: Cảnh này xinh đẹp quá thì sẽ khởi lên tâm ưa thích.

- Tác ý sai: Cảnh này xinh đẹp = tà kiến;
- Ưa thích = tham;

Nên gọi là tham tà kiến.

Hỏi: Tại sao tác ý cảnh đẹp lại là tà kiến?

Đáp: Vì bản chất của tất cả các cảnh đều là bất tịnh.

Hỏi: Thế nào là tham ngã mạn?

Đáp: Khi có tác ý so sánh giữa mình với người khác rồi khởi lên sự thích thú cho rằng ta hơn người thì sẽ là tham ngã mạn. Ví dụ:

- *Ta bằng người, nhưng tự cho là ta hơn người;*
- *Ta không bằng người, nhưng tự nghĩ là ta bằng người;*
- *Ta không bằng người, nhưng tự nghĩ là ta hơn người;*
- *Ta chưa đắc đạo, nhưng tự nghĩ là ta đã đắc đạo.*

Hỏi: Thế nào là tham hữu trợ? Thế nào là tham vô trợ?

Đáp: Khi có sự tác động, thúc giục của chính mình hoặc của người khác rồi mới khởi lên tâm tham thì gọi là hữu trợ. Khi không có sự tác động của mình hoặc của người khác mà tự động khởi lên tâm tham thì gọi là vô trợ.

Ví dụ: một đứa trẻ chưa biết tiêu tiền, khi cầm tiền nó tưởng là giấy và vứt đi. Khi có người nói cho nó biết đó là tiền, quý lắm thì nó mới biết. Từ đó nó mới sinh tâm tham đắm với tiền, đó là tham tà kiến hữu trợ. Những lần sau cứ thấy tiền là nó tham không cần nhắc bảo nữa, đó là tham tà kiến vô trợ.

THAM NGÃ MẠN:

Bình thường thì mình không để ý là mình có gì hơn người hay không. *Nhưng khi có người khác xúi giục rằng:*

- Mình có sức khỏe hơn người;
- Có trí tuệ hơn người;
- Có tài sản hơn người;
- Có sắc đẹp hơn mọi người;

khiến mình sinh tâm kiêu ngạo, thì đó là tham ngã mạn hữu trợ. Những lần sau không cần ai nhắc bảo nữa, lúc nào mình cũng tự cho là ta hơn người thì đó là tham ngã mạn vô trợ.

■ 2 TÂM SÂN:

- Sân thọ ưu cần hỗ trợ;

- Sân thọ ưu không cần hỗ trợ.

Hỏi: Như thế nào thì được gọi là tâm sân?

Đáp: Tức giận vì tác ý đến khía cạnh không đáng ưa của người khác;

- Ghen tị vì cảm thấy người khác hơn mình;
- Bỏn xẻn vì không muốn chia sẻ những gì mình có với người khác;
- Hối hận vì đã làm những điều không nên làm hoặc đã không làm những điều nên làm.

Hỏi: Thế nào là sân hữu trợ? Thế nào là sân vô trợ?

Đáp: **Sân hữu trợ** là do tự mình thúc giục hoặc người khác xúi giục mà khởi lên tâm sân. **Sân vô trợ** là tự mình khởi lên tâm sân không cần người khác xúi giục. Ví dụ: Mình đang vui vẻ với người xung quanh thì có người khác nói mấy người này có ý đồ không tốt hay nói xấu sau lưng bạn đó khiến cho mình sinh tâm tức giận thì đó là sân hữu trợ. Từ lần sau, hễ thấy những người đó là mình tức giận thì đó là sân vô trợ.

■ **2 TÂM SI:**

- Si thọ xả hợp hoài nghi;
- Si thọ xả hợp trạo cử.

Hỏi: Thế nào là si hoài nghi?

Đáp: Vì không có trí tuệ để phân biệt được đúng sai nên mới sinh ra hoài nghi, do dự. Ví dụ:

- Có người nói: có kiếp trước, có kiếp sau, có nhân

quả của nghiệp thiện, nghiệp ác.

- Có người nói: không có kiếp trước, không có kiếp sau, không có nhân quả của nghiệp thiện, nghiệp ác...

Người có trí tuệ thì biết ai đúng, ai sai. Người không có tuệ thì nghi ngờ lưỡng lự, không biết ai đúng, ai sai.

Cho nên tâm nghi ngờ được gọi là si hoài nghi.

Hỏi: Thế nào là si phóng dật?

Đáp: Phóng dật là cái tâm lăng xăng, tán loạn, không yên tĩnh vì vậy mà mọi chuyện trở nên mơ hồ, thiếu sáng suốt nên gọi là si phóng dật.

■ 18 TÂM VÔ NHÂN:

- Tâm quả bất thiện = 7 tâm;
- Tâm quả thiện = 8 tâm;
- Tâm duy tác vô nhân = 3 nhân;

TÂM QUẢ BẤT THIỆN	TÂM QUẢ THIỆN	TÂM DUY TÁC VÔ NHÂN
Nhãn thức	Nhãn thức	Khai ngũ môn
Nhĩ thức	Nhĩ thức	Khai ý môn
Tỷ thức	Tỷ thức	Tâm tiểu sinh
Thiệt thức	Thiệt thức	
Thân thức	Thân thức	
Tiếp thân	Tiếp thân	
Suy xét (<i>Thọ xả</i>)	Suy xét (<i>Thọ xả</i>)	
	Suy xét (<i>Thọ hỷ</i>)	

Hỏi: Vô nhân có nghĩa là gì?

Đáp:

- Vô tham – vô sân – vô si: là ba nhân thiện;
- Tham – sân – si: là ba nhân bất thiện;

Nếu lộ tâm nào không có: vô *tham* – vô *sân* – vô *si*, cũng không có: *tham* – *sân* – *si*, thì được gọi là tâm vô nhân. Ví dụ: Ở lộ nhãn thức có *thức* – *xúc* – *thọ* – *tưởng* – *tư* – *nhất hành* – *mạng quyền* – *tác ý*; không có: vô *tham* – vô *sân* – vô *si*; cũng không có: *tham* – *sân* – *si*, nên gọi là tâm vô nhân.

Hỏi: Tại sao tâm quả thiện lại có suy xét thọ hỷ mà quả bất thiện thì lại không có?

Đáp: Vì ở tâm quả thiện là được: *thấy* – *nghe* – *ngửi* – *nếm* – *chạm* – *tiếp nhận* – *suy xét* những cảnh hài lòng nên sinh hoan hỷ.

Còn ở quả bất thiện phải: *thấy* – *nghe* – *ngửi* – *nếm* – *chạm* – *tiếp nhận* – *suy xét* những cảnh không hài lòng nên không sinh hoan hỷ.

■ 24 TÂM DỤC GIỚI TỊNH HẢO:

8 TÂM ĐẠI THIỆN	8 TÂM ĐẠI QUẢ	8 TÂM ĐẠI TỔ
<i>Thọ hỷ có trí có trợ</i>	<i>Thọ hỷ có trí có trợ</i>	<i>Thọ hỷ có trí có trợ</i>
<i>Thọ hỷ có trí vô trợ</i>	<i>Thọ hỷ có trí vô trợ</i>	<i>Thọ hỷ có trí vô trợ</i>
<i>Thọ hỷ ly trí có trợ</i>	<i>Thọ hỷ ly trí có trợ</i>	<i>Thọ hỷ ly trí có trợ</i>
<i>Thọ hỷ ly trí vô trợ</i>	<i>Thọ hỷ ly trí vô trợ</i>	<i>Thọ hỷ ly trí vô trợ</i>
<i>Thọ xả có trí có trợ</i>	<i>Thọ xả có trí có trợ</i>	<i>Thọ xả có trí có trợ</i>
<i>Thọ xả có trí vô trợ</i>	<i>Thọ xả có trí vô trợ</i>	<i>Thọ xả có trí vô trợ</i>
<i>Thọ xả ly trí có trợ</i>	<i>Thọ xả ly trí có trợ</i>	<i>Thọ xả ly trí có trợ</i>
<i>Thọ xả ly trí vô trợ</i>	<i>Thọ xả ly trí vô trợ</i>	<i>Thọ xả ly trí vô trợ</i>

Hỏi: Sự khác nhau giữa 3 tâm: tâm đại thiện, tâm đại quả, tâm duy tác như thế nào?

Đáp: Tâm đại thiện là tâm khởi lên lúc đang tạo thiện nghiệp. Tâm đại quả là tâm khởi lên lúc nghiệp đang cho quả. Tâm duy tác là tâm khởi lên ở thân-khẩu-ý trong các hoạt động hằng ngày của Đức Phật và các bậc A La Hán.

Hỏi: Thế nào là tâm thọ hỷ có trí có trợ?

Đáp: Là khi tạo thiện nghiệp với tâm hoan hỷ, có trí hiểu về nghiệp và quả của nghiệp nhưng làm một cách thụ động, khi có người khác thúc giục mới làm.

Hỏi: Thế nào là tâm thọ hỷ có trí vô trợ?

Đáp: Là khi làm việc thiện với tâm hoan hỷ, có trí hiểu về nghiệp và quả lại hăng hái, chủ động, không cần ai

phải nhắc nhở.

Hỏi: Thế nào là ly trí?

Đáp: Ly trí là khi làm việc thiện nhưng không có trí hiểu về nghiệp và quả của nghiệp như những người không hiểu biết về giáo pháp thì gọi là ly trí.

Hỏi: Thế nào là câu hành xả?

Đáp: Là khi làm việc thiện với tâm thản nhiên, không hoan hỷ thì gọi là câu hành xả.

■ **15 TÂM SẮC GIỚI:**

5 TÂM THIỆN SẮC GIỚI	5 TÂM QUẢ THIỆN SẮC GIỚI	5 TÂM DUY TÁC SẮC GIỚI
Sơ thiền	Sơ thiền	Sơ thiền
Nhị thiền	Nhị thiền	Nhị thiền
Tam thiền	Tam thiền	Tam thiền
Tứ thiền	Tứ thiền	Tứ thiền
Ngũ thiền	Ngũ thiền	Ngũ thiền

■ **12 TÂM VÔ SẮC GIỚI:**

4 TÂM THIỆN VÔ SẮC GIỚI	4 TÂM QUẢ THIỆN VÔ SẮC GIỚI	4 TÂM DUY TÁC VÔ SẮC GIỚI
Không vô biên xứ	Không vô biên xứ	Không vô biên xứ
Thức vô biên xứ	Thức vô biên xứ	Thức vô biên xứ
Vô sở hữu xứ	Vô sở hữu xứ	Vô sở hữu xứ
Phi tưởng phi phi tưởng xứ	Phi tưởng phi phi tưởng xứ	Phi tưởng phi phi tưởng xứ

■ 20 TÂM ĐẠO:

SƠ ĐẠO	NHỊ ĐẠO	TAM ĐẠO	TỨ ĐẠO
Sơ thiện	Sơ thiện	Sơ thiện	Sơ thiện
Nhị thiện	Nhị thiện	Nhị thiện	Nhị thiện
Tam thiện	Tam thiện	Tam thiện	Tam thiện
Tứ thiện	Tứ thiện	Tứ thiện	Tứ thiện
Ngũ thiện	Ngũ thiện	Ngũ thiện	Ngũ thiện

Tổng cộng:

- 12 bất thiện (8 *tham*, 2 *sân*, 2 *si*);
 - 18 vô nhân (7 *quả bất thiện*, 8 *quả thiện*, 3 *duy tác*);
 - 24 dục giới tịnh hảo (8 *đại thiện*, 8 *đại quả*, 8 *duy tác*);
 - 15 sắc giới (5 *thiện*, 5 *quả*, 5 *duy tác*);
 - 12 vô sắc giới (4 *thiện*, 4 *quả*, 4 *duy tác*);
 - 20 tâm đạo (5 *sơ* – 5 *nhị* – 5 *tam* – 5 *tứ đạo*);
 - 20 tâm quả (5 *sơ* – 5 *nhị* – 5 *tam* – 5 *tứ quả*);
- = 121 tâm.

Hỏi: Nhân nào sinh ra tâm?

Đáp: Nhân quá khứ:

Vô minh	}	Là Nhân	→	Tâm là quả
Tham ái				
Chấp thủ				
Hành				
Nghiệp				

• **Nhân hiện tại:**

Tâm sở
Sắc căn
Cảnh
Tác ý } Là **Nhân** → Tâm là **quả**

Hỏi: Thế nào là tính vô ngã của tâm?

Đáp: Bản chất của tâm là luôn luôn sinh lên rồi diệt đi. Vì *tâm sinh diệt nên tâm là vô thường*;

- Vì *chịu sự sinh diệt bức bách liên tục nên tâm là khổ*;
- Vì *vô thường, khổ nên tâm không phải là ta, không phải của ta, không phải là tự ngã của ta nên tâm là vô ngã*.

Như vậy quán tất cả các tâm theo 11 cách ở:

Quá khứ – Hiện tại – Tương lai, Bên trong – Bên ngoài, Tho – Tế, Cao thượng – Hạ liệt, Ở xa – Ở gần → *Đều vô thường, khổ, vô ngã*.

Hỏi: Quán tâm vô ngã để làm gì?

Đáp: Quán tâm là vô ngã:

- Để nhàm chán: nhàm chán đối với tâm;
- Để ly tham: ly tham đối với tâm;
- Để đoạn diệt: hết tham ái, chấp thủ đối với tâm;
- Để từ bỏ: đối với các hành nghiệp vì tâm;
- Để đạt được chánh trí: giác ngộ sự thật;
- Để chứng ngộ Niết Bàn: giải thoát tử sinh.

Hỏi: Tâm của bậc Thánh nhân với phàm nhân có sự khác nhau như thế nào?

Đáp:

1. Tâm của bậc Thánh Dự Lưu khác với phàm nhân:

THÁNH DỰ LƯU	PHÀM NHÂN
- Hết tà kiến về thân 5 uẩn (Sắc – thọ – tưởng – hành – thức là vô thường – khổ – vô ngã – bất tịnh); - Có niềm tin tuyệt đối về nghiệp và quả của nghiệp: - Nghiệp thiện có quả báu thiện; - Nghiệp ác có quả báo ác... - Còn tham – sân – si (vị tế).	- Còn tà kiến về thân 5 uẩn (Sắc – thọ – tưởng – hành – thức là thường – lạc – ngã – tịnh); - Còn hoài nghi về nghiệp và quả của nghiệp: - Không biết nghiệp thiện có quả báu thiện hay không? - Không biết nghiệp ác có quả báo ác hay không? - Còn tham – sân – si (thô).

2. Tâm bậc Thánh Nhất Lai khác với phàm nhân:

THÁNH NHẤT LAI	PHÀM NHÂN
- Hết tà kiến về thân 5 uẩn (Sắc – thọ – tưởng – hành – thức là vô thường – khổ – vô ngã – bất tịnh); - Có niềm tin tuyệt đối về nghiệp và quả của nghiệp (Nghiệp thiện có quả báu thiện. Nghiệp ác có quả báo ác). - Còn tham – sân – si nhưng khó khởi lên và rất vị tế.	- Còn tà kiến về thân 5 uẩn (Sắc – thọ – tưởng – hành – thức là thường – lạc – ngã – tịnh); - Còn hoài nghi về nghiệp và quả của nghiệp (Không biết nghiệp thiện có quả báu thiện hay không? Không biết nghiệp ác có quả báo ác hay không?...) - Tham sân si dễ khởi lên và rất mạnh.

3. Tâm bậc Thánh Bất Lai khác với phàm nhân:

THÁNH BẤT LAI	PHÀM NHÂN
Hết tham dục với trần cảnh: • Mắt không tham sắc; • Tai không tham tiếng; • Mũi không tham hương; • Lưỡi không tham vị; • Thân không tham xúc; <i>Còn ngã mạn và phóng dật vi tế.</i>	Tham dục rất mạnh với trần cảnh: • Mắt tham sắc; • Tai tham tiếng; • Mũi tham hương; • Lưỡi tham vị; • Thân tham xúc; <i>Ngã mạn và phóng dật rất lớn.</i>

4. Tâm bậc Thánh A La Hán khác với phàm nhân:

THÁNH A LA HÁN	PHÀM NHÂN
• Hết sạch cả 12 tâm bất thiện. • Tham – sân – si đã được diệt trừ hoàn toàn không bao giờ còn sinh khởi trở lại được. • Sinh đã tận; • Phạm hạnh đã thành; • Việc cần làm đã làm xong; • Đã đặt gánh nặng xuống; • Đã diệt trừ hết kiết sử (phiền não); • Đã đạt chánh trí giải thoát; • Đã diệt tận khổ đau.	• Còn nguyên cả 12 tâm bất thiện: Tham – sân – si khởi lên hằng ngày. • Sinh bất tận; • Phạm hạnh chưa thành; • Việc cần làm chưa xong; • Chưa đặt gánh nặng xuống; • Chưa diệt trừ kiết sử (phiền não); • Còn vô minh tham ái trói buộc; • Chưa diệt tận khổ đau.

Hỏi: Muốn chế ngự được tâm *tham – sân – si* thì phải làm sao?

Đáp: Thực hành thiền quán bất tịnh thì chế ngự được tâm tham;

- Thực hành thiền tâm từ thì chế ngự được tâm sân;
- Thực hành thiền niệm hơi thở vào ra thì chế ngự được tâm si phóng dật.

Hỏi: Muốn diệt trừ hoàn toàn tâm *tham – sân – si* thì phải làm sao?

Đáp: ***Phải thực hành thiền Vipassanā:***

- Phân biệt được tâm và các tâm sở;
- Phân biệt được các *nhân sinh ra và diệt đi* của tâm;
- Giác ngộ sự thật về sự *vô thường – khổ – vô ngã của tâm*;
- Còn hiểu sai sự thật: *tâm là ta, là của ta, là tự ngã của ta* thì *tham – sân – si* còn sinh lên. Khi nào giác ngộ sự thật: *tâm không phải là ta, không phải của ta, không phải là tự ngã của ta* thì *tham – sân – si* không sinh lên nữa.

Hỏi: Tại sao có người thì thông minh trí tuệ; có người thì ngu si đần độn?

Đáp: Người ngu si là do có những hiểu biết sai, thường có tác ý sai sự thật để cho những phiền não *tham – sân – si* khởi lên thường xuyên.

Người có trí tuệ là do có hiểu biết đúng và thường có tác ý đúng sự thật nên trí tuệ thường khởi lên.

Hỏi: Tại sao lại có người có tánh hung dữ; người có tánh hiền thiện; có người thì không hung dữ, cũng không hiền thiện?

Đáp:

■ **Người có tánh hung dữ:**

- **Nhân quá khứ:** ảnh hưởng tập khí từ những chúng sinh hung dữ như: chúng sinh dưới địa ngục, A-tu-la, quỷ thần Dạ Xoa, những loài sư tử, hổ, báo, mãng xà,... tái sinh trở lại.

- **Nhân hiện tại:**

- Thường có ác ý *không muốn chúng sinh được an vui;*
- Hay ghen tị *không muốn chúng sinh hơn mình;*
- Hay bòn xén *không muốn chúng sinh được lợi ích như mình;*
- Hay trạo hối thường hay oán trách chúng sinh.

■ **Người có tánh hiền thiện:**

- **Nhân quá khứ:** Ảnh hưởng tập khí từ những chúng sinh cao thượng như: các vị Phạm Thiên, chư Thiên tái sinh, người có nhiều kiếp quá khứ tu hành tái sinh.

- **Nhân hiện tại:**

- Thường có tâm từ: *Mong cho chúng sinh được an vui;*
- Thường có tâm bi: *Mong cho chúng sinh thoát khổ đau;*
- Thường có tâm hỉ: *Mong cho chúng sinh không phải xa lìa những thành công – hạnh phúc;*
- Thường có tâm xả: *Tự tại với những hành nghiệp của chúng sinh.*

▪ **Người trung tính không hung dữ cũng không hiền thiện:**

• **Nhân quá khứ:** Có nguồn gốc tái sinh từ những chúng sinh hung dữ.

• **Nhân hiện tại:**

- Không ác ý;
- Không ghen tị;
- Không bòn xén;
- Không oán trách.

Hoặc

• **Nhân quá khứ:** Có nguồn gốc tái sinh từ những chúng sinh cao thượng;

• **Nhân hiện tại:**

- Không có tâm tử;
- Không có tâm bi;
- Không có tâm hi;
- Không có tâm xả.

Hỏi: Tại sao có người có tà kiến, có người có chánh kiến?

Đáp: *Người có tà kiến* là do được tiếp thu những kiến thức sai trái và vị đó chấp nhận cho những kiến thức đó là đúng.

Người có chánh kiến là do:

- Được tiếp thu những kiến thức đúng với sự thật;
- Hoặc do tư duy, phân tích mà hiểu được sự thật;
- Hoặc do tu tập giác ngộ chân lý mà thể nhập với sự thật.

HỎI ĐÁP PHẬT PHÁP CĂN BẢN

Tác giả: Sư Thanh Minh

Trụ trì chùa Phúc Minh

*Địa chỉ: Thôn La Nguyễn, xã Minh Quang,
huyện Vũ Thư, tỉnh Thái Bình.*

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

53 Tràng Thi - Hoàn Kiếm - Hà Nội

ĐT: (024) 37822845

Email: nhaxuatbantongiao@gmail.com

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Giám đốc: Ths. Nguyễn Hữu Có

Chịu trách nhiệm nội dung:

Q. Tổng biên tập: Lê Hồng Sơn

Biên tập: Vũ Văn Hiếu

Đơn vị liên kết: Ông Nguyễn Vương Anh,

*663 Lý Thái Tổ, phường Quang Trung,
thành phố Thái Bình, tỉnh Thái Bình.*

Số lượng in: 1000 bản, Kích: 13 x 21 cm

In tại: Công ty TNHH In Thành Trung,

*Số 7/ lô 7, Đô thị 1, phường Trần Hưng Đạo,
thành phố Thái Bình, tỉnh Thái Bình.*

Số ĐKXB: 4435-2021/CXBIPH/06-115/TG

Mã ISBN: 978-604-61-8107-1

QĐXB: 527/QĐ-NXBTG ngày 06 tháng 12 năm 2021

In xong và nộp lưu chiểu quý IV năm 2021