**Khenpo Tsultrim giảng ngày 02/12/2018**

 **Pháp bảo của sự giải thoát**

**CHƯƠNG 6. NGHIỆP VÀ QUẢ**

1. Phân loại

2. Đặc điểm sơ khởi của từng phân loại

A. Nghiệp và quả của nó không thiện lành

B. Nghiệp và Quả tương xứng

3. Nghiệp

4. Quả

----------- Tiếp tục -----------

**B. Nghiệp và Quả tương xứng**

**1. Nghiệp**

Chúng ta dừng bài học trước ở phần nghiệp tiêu cực, những hành động như thế nào cho ra kết quả tiêu cực. Khi chúng ta thực hành những công đức chúng ta sẽ nhận được những quả tích cực bởi vì, khi tạo tác công đức, đó chính là chúng ta thực hành những hành động tích cực.

Tránh không làm mười bất thiện hạnh là tạo ra mười thiện hạnh. Khi chúng ta tránh không thực hành mười bất thiện hạnh, 3 từ thân, 4 từ khẩu và 3 từ ý. Khi tránh không làm mười bất thiện hạnh tự động chúng ta đã thực hành thiện hạnh.

Tránh không lấy đi mạng sống, tránh lấy những gì không thuộc về mình, tránh có hành vi tình dục không đúng, tránh nói dối, nói điều làm đau lòng người khác…. Biết được mười bất thiện hạnh, không làm, có nghĩa, đã thực hành thiện hạnh.

*Tránh xa mười bất thiện hạnh chính là mười thiện hạnh, hơn thế mười thiện hạnh có nghĩa: bảo vệ mạng sống của những chúng sinh khác, bố thí, trì giới, nói lời chân thật dễ nghe và lễ độ, hòa giải cho những ai không hòa hợp, nói những lời dễ nghe và lễ độ, nói những điều có nghĩa , thực hành để giảm bám chấp và phát triển sự mãn nguyện, thực hành tình yêu thương, và vv, kết nguyện vào những ngữ nghĩa tuyệt hảo.*

“Quả tương xứng” Khi chúng ta bảo vệ mạng sống của một ai đó có nghĩa là chúng ta sẽ có một cuộc sống trường thọ, khi chúng ta thực hành hạnh thí chúng ta sẽ có một cuộc sống đầy đủ tài sản, khi chúng ta giữ gìn không vi phạm hành vi tình dục không đúng thời chúng ta sẽ có một người bạn tình chung thủy, khi bạn nói những lời chân thật, mọi người luôn nói tốt về bạn, khi bạn hòa giải cho hai người bạn không hòa hợp, thì bạn luôn được gần những người thương mến, không bao giờ bị chia lìa. Khi bạn luôn nói những lời êm ái dễ nghe, thì bạn luôn được nghe những tin tức tốt lành. Khi tránh không nói những chuyện vô bổ, bạn luôn được nghe những điều làm bạn hài lòng. Khi bạn không hạ tiện mà thực hành bố thí, thì tất cả những gì bạn mong cầu đều trở thành sự thật. Khi bạn từ bỏ những ý nghĩ hãm hại người khác thì bạn sẽ thoát khỏi mọi nỗi sợ hãi, sống ở những nơi không có sự sợ hãi. Nếu bạn không có tà kiến, thì bạn sẽ luôn gặp những bài giảng của chính pháp. Đó là những quả tương xứng mà chúng ta sẽ trải nghiệm cả đời.

Nhưng đôi khi cho dù chúng ta làm nhiều việc tốt, có làm tốt đến đâu đi chăng nữa, mọi người vẫn nói xấu về chúng ta, chúng ta làm nhiều hạnh thí nhưng cuộc sống chúng ta vẫn nghèo khổ,… thì có nghĩa là do từ kiếp trước của chúng ta, quả ứng với nhân. Thầy gặp rất nhiều hành giả rồi, cho dù họ thực hành rất chân thành nhưng họ luôn gặp những chướng ngại, có nghĩa từ kiếp trước chúng ta đã làm gì đó không đúng, những quả của kiếp này đến từ sự tích tụ từ kiếp trước của chúng ta, tương xứng với hành động từ kiếp trước.

Khi mà chúng ta tránh không lấy đi mạng sống, chúng ta sẽ tái sinh ở một nơi chốn đẹp đẽ, có một thân thể đẹp, có tài bảo, bạn bè tốt, có gia đình tốt… tất cả đều là do từ những hành động thiện lành của chúng ta từ kiếp trước. Khi chúng ta có cuộc sống tốt lành như vậy rồi thì đừng có quá ngã mạn, mà phải trân trọng, bởi vì vạn hữu là vô thường, là kết quả từ những kiếp trước, nghiệp tương xứng. Những quả thiện lành đến từ những hành động thiện lành của quá khứ. Cho nên hành động là nhân, còn quả là từ những công đức. Chúng ta cần hiểu những gì tốt đẹp là quả của những công đức tích tụ từ những kiếp trước, thậm chí chúng ta không làm gì đi chăng nữa, chúng ta vẫn được hưởng quả như vậy trong kiếp này.

*Những điều này cho thấy nghiệp do nhân và quả tạo bởi công đức. Trong Tràng Hoa Châu Bảo Trân Quý nói:*

 *Một tâm trí không bám chấp, không hung hãn, không tăm tối*

 *Và nghiệp đến từ những thiện hạnh tạo tác*

 *Mọi cõi trên đến từ thiện lành*

 *Cũng như yên bình, hỷ lạc trong mọi đời sống sau*

Cõi trên là cõi người, Thiên và bán Thiên. Tại sao nói là cõi cao hơn? Những con vật có khi ở trên những nơi cao hơn chúng ta, trên núi, còn chúng ta ở dưới chân núi, nhưng không phải là cõi cao hơn. Cõi cao hơn không phải về mặt địa lý mà là nơi có ít khổ đau hơn, có phẩm tính tốt hơn. Ở những cõi cao chúng sinh có khả năng nhận thực được đâu là đúng, đâu là sai trái, và có ít khổ đau hơn là những cõi khác nên mới gọi là cõi thấp và cõi cao.

Tiếp theo là phần nghiệp quả bởi thiền định **không dao động**. Đó là kết quả đến từ thiền và không dao động, không thay đổi. Chúng ta trải nghiệm những quả nhưng chúng thay đổi liên tục, hàng ngày. Có ngày thì chúng ta khổ đau nhiều hơn, có ngày thì hạnh phúc nhiều hơn. Ở trong cõi người và trời thường xuyên bị chịu kết quả thất thường, lên xuống không đồng đều. Lúc tốt, lúc xấu, có khi sáng tốt lành, chiều xấu, có nghĩa mọi thứ thay đổi. Nhưng ở cõi trời sắc giới và vô sắc giới từ lúc sinh ra cho đến lúc chết đi, điều kiện của họ không thay đổi chút nào, luôn luôn là như vậy, nên gọi là không dao động. Tại sao không dao động? Vì đó là quả của thiền định. Bạn chỉ tái sinh trong cõi trời sắc và vô sắc giới từ thiền định. Khi chúng ta thực hành hạnh thí, trì giới, thì không thể nào tái sinh trong cõi sắc và vô sắc giới được cả.

Thiền định cân bằng, khi đó tâm trí của hành giả an trụ trong trạng thái cân bằng, không bị rơi vào trạng thái kích động cũng không rơi vào trạng thái hôn trầm, có nghĩa không bị nghĩ ngợi nhiều quá cũng không bị quá buồn ngủ, ở khoảng giữa, rất cân bằng. Bạn có sự nhận thức, nhưng không có ý thức. (ví dụ: khi thiền bạn nghe tiếng chân người đi lại, đó là nhận thức có tiếng chân, nhưng tâm trí bạn không chạy theo tiếng chân đó, mà an trụ trong thiền, có nghĩa là không có ý thức). Đó có nghĩa là thiền cân bằng.

*Thiền định tập trung cân bằng có tám bước chuẩn bị, tám cấp bậc của thực tế thiền định, và một thiền đặc biệt.*

**Tám bước** **chuẩn bị** để hành giả chuẩn bị bước vào thiền, có tám bước chuẩn bị gồm 4 giai đoạn của sắc giới và 4 giai đoạn của vô sắc giới. Trước khi tới được 8 cấp bậc của thực tế thiền định này thì phải qua giai đoạn chuẩn bị, thiền và sử dụng các phương tiện để thiền, nhờ sự hỗ trợ của những nhân duyên phù hợp, đi từng bước một, gọi là tám bước chuẩn bị. Sau khi thu thập được tất cả những phương tiện thì chúng ta mới có thể đi tới tiếp được. Mỗi một bước chuẩn bị thì sẽ có một thực tế thiền định được đặt tên. Có nghĩa khi chuẩn bị giai đoạn đầu tiên sau đó sẽ tới thực tế thiền định đầu tiên được đặt tên.

Loại thiền **thứ nhất** được chia thành hai, khi đó tất cả những xúc tình tiêu cực **thô** từ cõi dục giới đã được tịnh hóa, chỉ còn lại những xúc tình tiêu cực **vi tế**. Một bên khi đã được tịnh hóa hoàn toàn thì được gọi là đặc biệt, một bên khi tịnh hóa vẫn còn lại những xúc tình tiêu cực vi tế, có nghĩa là những gì vô cùng nhỏ tựa như khi chúng ta rửa bát, chỉ còn lại một chút vô cùng vấy bẩn hay một chút mùi, đó là những gì còn sót lại từ cõi dục giới. Khi những xúc tình tiêu cực này được tịnh hóa hoàn toàn rồi thì được gọi là đặc biệt, và chỉ có một, được gọi là bước đầu của giai đoạn thiền. Chút nữa sẽ được nói kỹ sau. Và chính bởi vậy có tám bước chuẩn bị, tám cấp bậc của thiền thực tế và thiền đặc biệt.

Kết quả là khi chúng ta đạt được khi đã có thiền định không dao động là sự tái sinh trong mười bảy cõi, trong đó có 4 tầng thuộc cõi sắc giới và 4 thuộc về vô sắc giới. Vô sắc giới có mười bảy cảnh giới, chia làm 4 (Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền và Tứ Thiền). Ba mức thiền đầu thì gần giống nhau, riêng Tứ Thiền thì chia làm 8 cảnh giới, 4 dành cho chúng sinh thế tục, 4 dành cho A La Hán. Ở bốn mức thiền đầu giống nhau, và sau tứ thiền, còn 4 mức, thuộc về cõi Thiên Vô Sắc giới,

1. Không Vô Biên Xứ Thiên (Akasanankayatana). Cảnh giới có quan niệm rằng không gian vô tận.

2. Thức Vô Biên Xứ Thiên (Vinnancayatana). Cảnh giới có quan niệm quan niệm rằng thức là vô cùng tận.

3. Vô Sở Hữu Xứ Thiên (Akincannancayatana). Cảnh giới có quan niệm về hư không.

4. Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Thiên (Neva Sanna Nasannayatana). Cảnh giới có quan niệm rằng không có tri giác cũng không có không-tri-giác. [6]

Cõi vô sắc giới cũng được chia làm bốn như vậy. Như trước đã nói rằng chia làm tám mức thiền bởi hai cõi là như vậy.

Quả ở đây: *Tại đây nhân và quả trực tiếp liên quan từng loại một, về tổng thể tất cả dựa trên mười thiện hạnh.*

Có nghĩa nếu bạn muốn thiền, đầu tiên bạn cần học làm sao để tránh mười bất thiện hạnh. Bạn càng không thoát khỏi mười bất thiện hạnh, bạn không thiền được. Trong thiền định samadhi, nền tảng cơ bản của thiền là **giới hạnh**. Không giữ giới hạnh, không có nền tảng để thiền. Và tổ Gampopa nói rằng tất cả đều dựa trên nền tảng của mười thiện hạnh. Thiện hạnh ở đây là tránh không sát sinh, không trộm cắp, không có hành vi tình dục không đúng, không nói dối, không nói lời chia rẽ, không nói lời làm đau lòng người khác… Khi bạn đọc những bản văn về thiền định, bao giờ cũng nhắc đến bạn cần có đầy đủ những nhân duyên, đặc biệt giới hạnh. Tại sao? Bởi khi tâm trí bạn đang mải bận rộn với những xúc tình tiêu cực, sân hận, ghét bỏ, ghen tỵ,… thân thể bạn thì còn mải bận rộn với giết chóc, có hành vi tình dục không đúng…. Bạn không có cơ hội để yên bình, không có khả năng để thấm thiền vào mình được. Nên khi muốn thiền, bạn cần cơ sở, nền tảng cho thiền. Đó chính là giới hạnh và ở đây nhắc đến như mười thiện hạnh, thực hành mười thiện hạnh là nền tảng để ngấm được thiền.

***2.1.*** *Loại thiền định* ***thứ nhất*** *bắt đầu nhờ thực hành phát ra và giai đoạn chuẩn bị lĩnh hội được không chướng ngại, sự hoàn thiện từ nền tảng thiền định thực tại đầu tiên.*

Ở đây tại sao gọi là phát ra-bởi vì thiền là thực hành cao hơn của chúng ta, khi chúng ta muốn thực hành được cao hơn, chúng ta cần phải có cái gì đó để đẩy cao hơn. Cần phải có sự đẩy để đẩy cao lên. Nếu không có sự phát ra, cứ để tự nhiên thì sẽ không có sự tiến lên cao hơn được.

Tiếp đến là giai đoạn lĩnh hội được không chướng ngại, chướng ngại ở đây chính là những bám chấp, bám chấp vào sắc, thanh, hương, vị…. Những đối tượng tạo sự ham muốn. Tất cả những điều này là chướng ngại. Một khi chúng ta có bất cứ chướng ngại nào như sân hận, ghét bỏ… trong tâm trí, tất cả những xúc tình tiêu cực được gọi là chướng ngại cho thiền định. Vì vậy trong bản văn nói rằng ***không chướng ngại***, trước hết chúng ta cần hiểu chướng ngại đó là gì.

Sau đó cần **quán chiếu** cho giai đoạn thiền đầu tiên. Chúng ta có nhiều cách áp dụng, thiền bằng hình ảnh một bức tượng phật nhỏ, hay hơi thở của mình, hít vào nhẹ nhàng, thở ra nhẹ nhàng, nín hơi thở… đó là những cách khác nhau.

Không cần thực hành tất cả cùng với nhau, mà thực hành từng phương pháp một, phương pháp nào mà **thích hợp nhất** với mình.

Và khi hành giả thành tựu được giai đoạn thiền đầu tiên rồi, khi đó *hòa tan hiện hữu thô và những yếu tố tinh thần, và những gì còn lại là những niệm, phản chiếu (vicara), niềm vui (piti), và sự hỷ lạc (sukha) vi tế lan man, rời rạc.*

Đó là những xúc tình tiêu cực thô được tịnh hóa.

Có **2 cách** để tịnh hóa, đầu tiên là loại bỏ những xúc **tình tiêu cực thô**, sau đó mới đến những xúc tình tiêu cực **vi tế**. Khi mà bạn không có những xúc tình tiêu cực thô, bạn đã có thiền định thực tại. Lúc này những xúc tình tiêu cực của cõi dục giới, sân hận, bám chấp, ghét bỏ đã được tịnh hóa, vậy bạn đã chứng được sơ thiền.

*và những gì còn lại là những niệm, phản chiếu (vicara), niềm vui (piti), và sự hỷ lạc (sukha) vi tế lan man, rời rạc.*

Có nghĩa ở đây bạn còn lại những **quan niệm** phân tích, bạn quan niệm được cõi dục giới là sai lầm, và hiểu thiền là phẩm tính, và ở đây muốn nói tới những niệm rời rạc, lan man, những niệm này không phải là những xúc tình tiêu cực. Niệm và phản chiếu ở đây là sự hiểu biết, phân tích cái gì là đúng, sai, những gì là lầm lẫn của cõi dục giới và những gì phẩm tính của cõi sắc giới.

Khi **đã hiểu** như vậy, bạn sẽ biết loại trừ những sai lầm của cõi dục giới, những xúc tình tiêu cực. Sau đó thì bạn có được *niềm vui (piti), và sự hỷ lạc (sukha) vi tế lan man, rời rạc.*

Khi đã **loại bỏ hết** những xúc tình tiêu cực, bạn mới được trải nghiệm niềm vui và hỷ lạc. Khi thực hành thiền thành tựu như vậy thì sẽ được tái sinh ở cõi trời thứ nhất Phạm Chúng Thiên.

*Nhờ thực hành thiền định đặc biệt, một người sẽ tái sinh ở cõi Mahabrahma (Đại Phạm).* Có nghĩa là cõi cao hơn Phạm Chúng Thiên cõi thứ ba trong mười bảy tầng trời, Mahabrahma. Để đạt tới tầng trời này, chúng ta phải loại bỏ thậm chí cả những xúc tình tiêu cực thô, những lầm lẫn của cõi dục giới, bám chấp vào cõi dục giới, những bám chấp vào những tham dục của chúng ta tạo bởi những uẩn. Chúng ta tới được tầng này khi loại bỏ được mọi xúc tình tiêu cực thô và vi tế.

Ở giai đoạn thiền thứ nhất này (Sơ thiền), có ba cõi, có cùng phẩm tính như nhau, đều còn lại những niệm, phản chiếu, niềm vui và hỷ lạc. Tên gọi của ba cõi Sơ Thiền xem ở Phụ lục 1.

**2.2.** Bây giờ là **Nhị thiền**, *Loại thiền định thứ nhất bắt đầu nhờ thực hành vượt lên,* vượt lên có nghĩa chúng ta vượt lên cao hơn nữa, tiến xa hơn nữa. *Giai đoạn chuẩn bị lĩnh hội được không có chướng ngại.* Chướng ngại ở đây là gì? Đến lúc này hành giả hiểu rằng, những **niệm phản chiếu** cũng là những **lầm lạc**, cần loại bỏ. Ở Sơ thiền, hành giả chưa hiểu được niệm, phản chiếu là những lầm lạc, chỉ ở giai đoạn nhị thiền mới hiểu được

*Thành tựu của thiền định thứ hai này, hai yếu tố tinh thần đầu tiên (niệm và phản chiếu lan man, rời rạc vi tế) bây giờ trở nên yên bình, và một người có thể trải nghiệm niềm vui và sự hỷ lạc.*

Hành giả ở mức nhị thiền loại bỏ được hết những niệm, phản chiếu, và trải nghiệm niềm vui, hỷ lạc *kết quả là một người sẽ tái sinh nơi cõi trời thứ hai của thiền định gọi là Cõi Trời Thiểu Quang (ít Ánh sáng), và vv…*

Cũng như cõi Sơ Thiền, cõi Nhị Thiền cũng có ba tầng (xem phụ lục 1 đính kèm). 3 cõi này có chung một phẩm tính là những niệm, phản chiếu được loại bỏ, trở nên yên bình hành giả thực hành niềm vui và hỷ lạc.

**2.3. Tam thiền**, cõi thiền cao hơn.

*Giống như vậy việc thực hành vượt lên và giai đoạn chuẩn bị được hiểu cho tất cả những loại thiền định còn lại.*

Khi thực hành thiền, chúng ta luôn phải tạo **nỗ lực**. Tại sao, hãy coi ví dụ: khi ta làm đập chắn nước, nước đại dương yên bình, ta chỉ làm một cái đập bình thường. Còn ở nơi đại dương đầy sóng, dữ dội, chúng ta cần phải làm một cái đập chắn nước rất khỏe. Cũng vậy, những niệm của chúng ta rất dữ dội. Khi chúng ta muốn đạt những mức thiền cao cao hơn như vậy chúng ta cần bỏ ra rất nhiều nỗ lực, **không** có chỗ cho sự **giải đãi**.

Ở tam thiền, ***niềm vui*** *bị tránh xa nhờ thiền định về hỷ lạc.* Tại đây hành giả nhận ra kể cả niềm vui cũng là khiếm khuyết, cần loại bỏ, bởi vì đó là tâm thức thô. Khi hành giả loại bỏ được niềm vui, chỉ còn thực hành hỷ lạc, hành giả thành tựu được Tam Thiền. Khi thực hành Tam Thiền *một người sẽ tái sinh ở cõi trời thứ ba của thiền định, được gọi là Cõi Trời Tiểu Thịnh (Ít Giới hạnh).*

Ba tầng của cõi Tam Thiền, xem phụ lục 1. Ba tầng trong tam thiền có chung một tính chất là **niềm vui được loại bỏ**, chỉ thực hành hỷ lạc. Để đạt được thành quả này chúng ta phải tạo bởi rất nhiều nỗ lực.

2.4. Ở **Tứ thiền**, hành giả *thực hành vượt xa những niệm, phản chiếu, niềm vui, hỷ lạc rời rạc vi tế.*

Sau khi **loại bỏ hết** những niệm, phản chiếu, niềm vui, hỷ lạc hành giả đạt được một mức cao hơn, và kết quả *Một hành giả khi hoàn thiện được thiền định thứ tư này, sẽ tái sinh nơi cõi trời thứ tư, gọi là Vô Vân, và vv…*

Bốn yếu tố tinh thần ở đây đã được loại bỏ nên hành giả bước vào một mức thiền hoàn toàn khác hẳn. Ở tứ thiền, có ba tầng thiền tiếp theo thuộc về chúng sinh thế tục và năm tầng thuộc về các vị A La Hán.

Tám tầng trong cõi Tứ Thiền xin xem phụ lục 1, đều có chung tính chất, đều thoát khỏi bốn yếu tố tinh thần.

**2.5.** Cõi **Vô Sắc Giới**

**2.5.1.** **xứ Không Vô Biên**

Tiếp theo, cõi đầu tiên của cõi Vô Sắc Giới là Không Vô Biên.

*Sau khi buông bổn tầng thiền này rồi, tầng tiếp theo được gọi là Không Vô Biên. Nhờ thực hành mà hành giả sẽ tái sinh ở cõi Xứ Không Vô Biên.*

Không có nghĩa sau khi hành giả thành tựu Tứ Thiền có thể tái sinh ở cõi Vô Sắc Giới mà **Buông** ở đây có nghĩa là loại bỏ hết những yếu tố vi tế, thức vi tế, tâm trí trở nên vô cùng vi tế.

Nhiều người nhầm tưởng về cõi Vô Sắc Giới, về cách nhìn nhận, ví dụ có ai đó thực hành tính không, nhận được những chỉ dẫn và hành giả đó nhìn nhận tính không đó chỉ là bầu không gian. Chỉ dẫn nói rằng tính không **tựa như bầu không gian vô tận** nhưng hành giả cho rằng tính không chính là bầu không gian. Khi họ chỉ thực hành được đến thế, thì họ sẽ tái sinh ở cõi thiền Vô Sắc giới thứ nhất. Buông bỏ ở đây không nói đến sau khi thành tựu ở cõi Sắc giới, hành giả tái sinh vào cõi Vô Sắc Giới mà đây là có thể từ sự hiểu sai lệch về tính không nên hành giả tái sinh vào đây.

Thậm chí hành giả có thể từ cõi Dục Giới tái sinh vào cõi Vô Sắc giới chứ không phải từ Sắc giới mà tái sinh vào Vô Sắc giới. Buông bỏ có nghĩa trở nên **vi tế hơn**. Trạng thái tinh thần trở nên vi tế hơn.

**2.5.2. xứ Thức Vô Biên**

Ở cõi Vô sắc giới có bốn tầng *nhờ thực hành mà hành giả sẽ tái sinh ở cõi Xứ Không Vô Biên.* *Buông những quả này trong trạng thái ý thức vô biên. Khi hành giả thực hành, sẽ tái sinh trong Xứ Thức Vô Biên.*

Ở đây cũng nhắc tới buông, không có nghĩa là sau thành tựu cõi Sắc giới hành giả đạt Vô sắc vì khi đó hành giả chưa có khả năng tiến xa hơn. Khi mà thực hành thiền, hành giả nhận ra vạn pháp vi tế hơn cả không gian, các pháp tựa như thức, chỉ là sự nhận thức của hành giả. Vạn pháp không hiện hữu, không thật tồn tại. Khi hành giả nhận ra ngay cả bầu không gian cũng chỉ là **nhận thức** của mình, không thật tồn tại, khi đó hành giả sẽ tái sinh trong xứ thức vô biên.

**2.5.3. xứ Vô Sở Hữu**

*Buông quả của tầng thiền này, hành giả sẽ đạt tiếp trạng thái vô sở hữu. Nhờ thực hành như vậy, hành giả sẽ tái sinh trong xứ Vô Sở Hữu.* Ở đây hành giả nhận thức thậm chí **thức** cũng **không tồn tại thật**. Hành giả nhận thức không có gì tồn tại.

(Dịch giả có hỏi thầy khi nói rằng không có gì tồn tại có nghĩa đã phạm vào tà kiến, rơi vào trạng thái hư không đúng không ạ?

Thầy khẳng định: đúng, vì do hiểu sai, là không có gì tồn tại nên hành giả rơi vào trạng thái hư không nên sẽ tái sinh ở xứ này).

**2.5.4. xứ Phi Tưởng Phi Phi tưởng**

Tiếp theo, *Buông kết quả đó, hành giả tái sinh trong trạng thái không có nhận thức cũng không có* ***không-nhận-thức****. Nhờ thực hành, hành giả sẽ tái sinh trong xứ Phi Tưởng Phi Phi tưởng.*

Khi này hành giả nhận ra không có nhận thức mà ngay cả không-nhận-thức cũng không có nốt, nhưng cũng không thể nói như vậy vì lúc này hành giả vẫn còn tâm trí. Dù tâm thức không hoạt động nhưng vẫn còn ở đó. Giống như một người bị liệt hoàn toàn, không cử động, động đậy được nhưng ta không thể nói rằng người này đã chết vì não bộ và ý thức của người đó vẫn còn. Ở đây cũng vậy, hành giả không thể coi như một cái xác chết được vị vẫn còn có tâm trí.

Ở giai đoạn này có thể nói *sự nhận thức, cho dù không có sự nhận thức sáng suốt, mà cũng không phải không có. Nhờ thực hành, hành giả sẽ tái sinh trong xứ Phi Tưởng Phi Phi tưởng.*

Tiếp đến *Con đường được gọi là “sinh ra từ buông” có nghĩa như thế nào? Có nghĩa từ bỏ mức độ thấp hơn, từ đó thoát khỏi mọi sự bám chấp.*

Khi từ bỏ những mức độ thấp, tâm trí trở nên vi tế hơn, sâu hơn.

2.5.2. Ví dụ khi hành giả nghĩ vạn pháp tựa như bầu không gian, sau đó nhận thức rằng, như vậy là thô, **vạn pháp** là **ý thức**, bầu không gian bản thân cũng không tồn tại, chỉ là do ý thức của ta. Khi đó đã trở nên vi tế hơn.

2.5.3. Tiếp đến hành giả nhận thức ngay cả **ý thức không tồn** tại, chả có gì cả (khi đó hành giả rơi vào thuyết hư không). Lúc này hành giả đã giải thoát được khỏi những quan niệm thô, xuất hiện các quan niệm hoàn toàn vi tế.

2.5.4. Và khi đó thoát hết khỏi mọi sự bám chấp là như vậy. Bám chấp này không giống như bám chấp của cõi Dục giới, mà những bám chấp vi tế, bám chấp rằng vạn pháp giống như bầu không gian, đó là sự nhận thức của bạn, được gọi là bám chấp.

Sau khi thoát khỏi bám chấp vào nhận thức vạn pháp như bầu không gian thì bạn nhận thức rằng vạn pháp chỉ là ý thức của bạn, bầu không gian không tồn tại. Ở đây bám chấp hoàn toàn vi tế, không theo nghĩa thông thường trong cõi dục giới ta thấy. Trở nên rất vi tế. Và ở đây hành giả rơi vào sự nhận thức sai lầm, thầy sẽ giải thích sau.

Những nhận thức sai lầm là gì?

Khi chúng ta cho rằng vạn pháp tựa như bầu không gian, khi đó phần **rỗng rang** xuất hiện nhưng không được các **công đức** hỗ trợ, trong khi thực hành chúng ta cần có sự hỗ trợ từ **phương tiện** và **trí tuệ**, nhưng khi có những lầm lẫn có nghĩa trí tuệ của chúng ta không được phương tiện hỗ trợ.

Chúng ta thường được dạy, trong kim cương thừa thiền được dựa trên nền tảng của tính không và từ ái. **Từ ái** chính là **phương tiện**, hành động công đức. Khi không có phương tiện hỗ trợ thì tính không trở nên quá độ, rơi vào thuyết hư không. Khi ta nói dù rằng không có gì, nhưng đương nhiên vẫn có sự tỉnh giác. Dù thiền về tính không, vẫn cần có sự tỉnh giác. Khi thiền về tính không không có tỉnh giác, chúng ta sẽ bị rơi vào tình trạng không có gì, hay hư vô. Chúng ta sẽ bị rơi về một phía hoàn toàn và sẽ tái sinh ở cõi Vô sắc giới.

Khi nói vạn pháp tựa như **tính không**, ví dụ vậy, nhưng thực tế, nghĩa sâu sắc hơn như thế rất nhiều. Khi bạn chưa nắm được nghĩa thực tế, bị lạc sâu quá vào ví dụ thì giống như một ai khi chỉ cho bạn **mặt trăng**, người đó dùng **ngón tay** để chỉ, muốn nhìn được mặt trăng thì bạn phải bỏ qua ngón tay, còn nếu bạn chỉ tập trung vào ngón tay đó, có bao giờ bạn nhìn thấy mặt trăng. Ngón tay là ví dụ, còn mặt trăng về bản chất tuyệt đối là cái khác, nhưng để đạt được bản chất tuyệt đối đó, bạn phải nương vào ví dụ. Khi bạn không thể vượt qua ví dụ đó và tiến xa hơn nữa thì bạn rơi vào không có tỉnh giác. Thiếu tỉnh giác sẽ rơi vào tình trạng hư vô thái quá. Và như vậy, sẽ tái sinh ở cõi Vô sắc giới.

Hôm nay bài học dừng ở đây, các bạn về nhà đọc và quán chiếu, buổi học sau chúng ta sẽ tranh luận. Đôi khi qua mạng có nhiều điều khó có thể trao đổi hết, nhưng các bạn hãy về đọc kỹ và cố gắng hiểu.

**Phụ lục 1**

**Bốn cảnh giới của cõi Thiên Sắc Giới**

**A.- Cảnh Giới tương ứng với Sơ Thiền**

1. Phạm Chúng Thiên (Brahma Parisajja). Cảnh giới của các vị Trời tùy tùng các vị Phạm Thiên.

2. Brahma Purohita. Cảnh giới của những vị Trời thân cận các vị Phạm Thiên.

3. Đại Phạm Thiên (Maha Brahma). Cảnh giới của những vị Phạm Thiên có nhiều hạnh phúc, đẹp đẽ và tuổi thọ nhiều hơn các Phạm Thiên khác, nhờ phước báu đạo do thiền tập.

**B.- Cảnh Giới tương ứng với Nhị Thiền:**

4. Thiều Quang Thiên (Parittabha). Cảnh giới của những vị Phạm Thiên có ít ánh sáng.

5. Vô Lượng Quang Thiên (Appamanabha). Cảnh giới của những vị Phạm Thiên có ánh sáng vô cùng, vô hạn định.

6. Quang Âm Thiên (Abhassara). Cảnh giới của những vị Phạm Thiên có ánh sáng rực rỡ chói lòa.

**C.- Cảnh Giới tương ứng với Tam Thiền:**

7. Thiền Tịnh Thiên (Parittasubha). Cảnh giới của những vị Phạm Thiên có hào quang nhỏ.

8. Vô Lượng Tịnh Thiên (Appamanasubha). Cảnh giới của những vị Phạm Thiên co hào quang vô cùng, vô hạn định.

9. Biến Tịnh Thiên (Subha kinha). Cảnh giới của những vị Phạm Thiên có hào quang vững chắc, không lay động.

**D.- Cảnh Giới tương ứng với Tứ Thiền:**

10. Quảng Quả Thiên (Vô Vân Thiên -Vehapphala). Cảnh giới của những vị Phạm Thiên hưởng quả rộng lớn.

11. Vô Tưởng Thiên (Asannasatta). Cảnh giới của những vị Trời không có tâm (danh).

12. Vô Phiên Thiên (Suđhavasa). Cảnh giới hoàn toàn tinh khiết. Cảnh nầy lại chia làm năm (5) là:

i. Aviha, cảnh giới trường cửu.
ii. Atappa, cảnh giới êm đềm tĩnh lặng.
iii. Sudassa, cảnh giới đẹp đẽ.
iv. Sudassi, cảnh giới quang đãng.
v. Akannittha, cảnh giới tối thượng.

Chỉ có những vị đắc Thiền Sắc Giới mới tái sanh vào những cảnh Sắc Giới kể trên. Đắc Sơ Thiền thì sanh vào ba cảnh giới thứ nhất (A), đắc Nhị Thiền thì sanh vào ba cảnh giới thứ nhì (B), đắc Tam Thiền thì sanh vào ba cảnh giới thứ ba (C), đắc Tứ Thiền thì sanh vào bảy cảnh giới thứ tư (D).

Trong mỗi tầng Thiền-na, có nhiều bậc. Cũng cùng đắc một tầng thiền, như Sơ Thiền chẳng hạn, mà có người ở bậc thấp còn có người ở bậc cao. Bậc thứ ba là những người đã nắm vững hoàn toàn tầng Thiền của mình.

Trong cảnh thứ 11, Vô Tưởng Thiên (Asannasatta), chúng sanh không có tâm. Chỉ có sự biến chuyển liên tục của Sắc. Trong lúc năng lực của Thiền (Jhana) diễn tiến thì tâm tạm thời chấm dứt. Thông thường Danh và Sắc dính liền với nhau, không thể phân tách ra được. Nhưng đôi khi, do năng lực của Thiền, như trường hợp kể trên, cũng có thể tách rời Danh và Sắc. Khi một vị A La Hán nhập đại định (Nirodha Samapatti, Diệt Thọ Tưởng Định) cũng vậy, tâm của Ngài tạm thời không có. Đối với hạng phàm nhân như chúng ta thì khó mà quan niệm được một trạng thái tương tợ. Tuy nhiên, có nhiều việc không thể quan niệm mà thật sự có.

Vô Phiên Thiên (Suddavasa) hay cảnh giới hoàn toàn tinh khiết là cảnh giới tuyệt đối riêng biệt của các vị A Na Hàm (Anagami). Chúng sanh ở trong một cảnh khác mà đắc Quả Bất Lai, hay A Na Hàm, thì tái sanh vào cảnh nầy. Về sau, các Ngài đắc Quả A La Hán và sống cảnh hoàn toàn tinh khiết ấy cho đến lúc hết tuổi thọ, nhập Đại Niết Bàn.

**Bốn cảnh giới của cõi Thiên Vô Sắc Giới**

Có bốn (4) cảnh gọi là Arupaloka (Vô Sắc Giới), hoàn toàn không có phần vật chất (Sắc) hay hình thể.

Theo Phật Giáo, có những cảnh giới trong ấy chỉ có Danh (tâm) mà không có Sắc (vật chất). "Cũng như khi ta cầm một thanh sắt và buông thả tay ra thì thanh sắt rơi xuống đất. Tuy nhiên cũng có thể dùng đá nam châm để giữ thanh sắt lơ lững giữa không trung. Cùng một thế ấy, do Thiền, có thể tách rời Danh ra khỏi Sắc và giữ trạng thái ấy cho đến khi chấm dứt Thiền. Đó chỉ là sự tách rời tam thời Danh và Sắc, hai yếu tố theo thường phải dính liền nhau." Cũng nên ghi nhận rằng không có giống nam, hay giống nữ trong hai cảnh Sắc và Vô Sắc Giới.

Trong Vô Sắc Giới có bốn cảnh tương xứng với bốn tâm Thiền Vô Sắc Giới:

1. Không Vô Biên Xứ Thiên (Akasanankayatana). Cảnh giới có quan niệm rằng không gian vô tận.

2. Thức Vô Biên Xứ Thiên (Vinnancayatana). Cảnh giới có quan niệm quan niệm rằng thức là vô cùng tận.

3. Vô Sở Hữu Xứ Thiên (Akincannancayatana). Cảnh giới có quan niệm về hư không.

4. Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Thiên (Neva Sanna Nasannayatana). Cảnh giới có quan niệm rằng không có tri giác cũng không có không-tri-giác. [6]