

Giác ngộ – Giải thoát

覺悟 – 解脫

Sambodhi – Vimokkha

Enlightenment – Liberation

(2025)



Nội dung

1. Tổng quan về Giác ngộ – Giải thoát.

1.1. Chân lý và Đạo đức.

[Chân lý + Đạo đức] → Hạnh phúc (đích thực)

[Chân + Thiện] → Mỹ

1.2. Giác ngộ: (覺悟; P: bodhi; E: enlightenment, perfect wisdom).

- Giác ngộ là thấy biết ra **chân lý Duyên khởi** và **đạo đức Duyên khởi**.

1.2. Giải thoát (解脫; P: vimokkha; S: vimokṣa; E: liberation, deliverance).

- Giải thoát là lìa khỏi các **chấp thủ** gây nên phiền não, đạt tới một **nội tâm tự do**.

2. Giác ngộ.

2.1. Giác ngộ chân lý Duyên khởi.

- Duyên khởi (緣起; P: Paṭicca-samuppāda; S: Pratītya-samutpāda; E: Dependent origination, Dependent arising) là chân lý khách quan tự nhiên.

2.2. Những hệ quả của chân lý Duyên khởi.

1) Lý 'Vô thường - Vô ngã'.

1. Vô thường (không mãi tồn tại; 無常; P: Anicca; S: Anitya; E: ...).

2. Vô ngã (không thực thể, giả ảo; 無我; P: Anattā; S: Anātman; E: ...)

2) Lý 'Trung đạo'.

- Trung đạo (中道; P: Majjhimā-paṭipadā; S: Madhyamā-pratipad; E: ...).

3) Lý 'Như lý Tác ý'.

- Như lý Tác ý (如理作意; P;S: Yoniso-manasikāra; E: ...)

4) Lý 'Tùy Duyên'.

- Tùy duyên (隨緣; E: Resulting from conditioning cause, ...)

- Khế lý 契理: Phù hợp với chân lý, đạo lý.

- Khế cơ 契機: Phù hợp với đạo đức ứng với hoàn cảnh, cảnh giới.

- Khế thời 契時: Phù hợp với thời gian, đúng lúc.

- Khế xứ 契處: Phù hợp với không gian, đúng nơi.

1. Tùy duyên mà Bất biến

2. Bất biến mà Tùy duyên

5) Lý Nhân Quả - Tứ Diệu Đế.

- Cặp Nhân Quả thế gian: [Khổ ⇌ Tập]

[Khổ ⇌ (Chấp ngã + Chấp thường)]

- Cặp Nhân Quả xuất thế gian: [Diệt ⇌ Đạo]

[Diệt ⇌ (Vô ngã + Vô thường)]

2.3. Giác ngộ đạo đức Duyên khởi.

1) Khái niệm về đạo đức Duyên khởi.

2) Nguyên tắc Nhân Quả.

- (Nhân + Duyên) → Quả

3) Nguyên tắc Từ bi-Trí tuệ.

- Tình cảm và Lý trí.

- [Từ bi và Trí tuệ] ↔ "Hiện thiện từ nội tâm quán triệt Vô ngã và Vô thường"

3. Giải thoát.

3.1. Giải thoát phiền não: **Chấp thủ.**

- Phiền não (煩惱; P: kilesa; S: kleśa, kleshas; E: afflictions, mind poisons)

- Bộc lưu (瀑流; P; S: ogha; E: a torrent, the stream of passion, or illusion).

1) Phiền não theo Phật giáo Nam truyền.

1. Theo luận Thanh Tịnh Đạo, gồm 10 loại:

- Tham; Sân; Si; Mạn; Kiến; Nghi; Hôn trầm; Trạo cử; Vô tầm; Vô quý.

2. Theo luận Vi Diệu Pháp gốc phiền não được phân loại theo 3 biểu hiện:

- Ngoại phiền não (P: vitikamokilesa – phiền não vi phạm bậc lộ).

- Nội phiền não (P: pariyutthanakilesa – phiền não ám ảnh nơi tâm).

- Tùy phiền não (P: anusayakilesa – phiền não ngủ ngầm sâu kín nơi tâm)

2) Phiền não theo Phật giáo Bắc truyền.

1. Căn bản phiền não (根本煩惱; S: mūla-kleśa; E: fundamental afflictions).

- Tham; Sân; Si; Mạn; Kiến; Nghi.

2. Tùy phiền não (隨煩惱; S: upa-kleśa; E: consequent afflictions).

3.2. Giải thoát phiền não: **Tham Sân Si.**

- **Tham:** (貪; P: Lobha; S: Lobham; E: Greed): Biểu tượng là con gà trống.

- **Sân** (瞋; P: Dosa; S: Dveṣa; E: Hatred): Biểu tượng là con rắn.

- **Si** (癡; P: Moha; S: Moham; E: Ignorance): Biểu tượng con heo.

1) Các cấp độ của Tam độc.

2) Tam độc và Lục đạo.

3) Tam độc và Tam giới.

3.3. Giải thoát phiền não: **Lậu hoặc.**

1) Lậu hoặc - Vô lậu hoặc.

1. Lậu hoặc (漏惑; P: Āsava; S: Āsrava; E: Mental intoxicants, ...)

2. Vô lậu hoặc (無漏惑; P: Anāsava; S: Anāsrava; E: Pure happiness, ...)

2) Lậu hoặc theo Phật giáo Nam truyền.

1. Dục lậu (P: Kāmasava)

2. Hữu lậu (P: Bhavāsava)

3. Kiến lậu (P: Diṭṭhāsava)

4. Vô minh lậu (P: Avijjāsava)

3) Lậu hoặc theo Phật giáo Bắc truyền.

1. Kiến tư hoặc (見思惑)

2. Trần sa hoặc (塵沙惑)

3. Vô minh hoặc (無明惑)

4) Đoạn trừ lậu hoặc.

3.4. Giải thoát phiền não: **Kết sử.**

Kết sử = **Kiết sử** (結使; P;S: Saṃyojana; E: Fetter)

1) Mười kết sử theo Phật giáo Nam truyền.

- *Năm hạ phần kết sử:*

1. Thân kiến (身見; P: Sakkyadiṭṭhi; S: Satkya-dṛṣṭi; E: Belief in a self)
2. Nghi (疑; P: Vicikicchā; S: Vicikitsā; E: Doubt or uncertainty)
3. Giới cấm thủ (戒禁取; P: Sīlabbata-parāmāsa; S: Śīlavrata-parmarśa; E: ...)
4. Dục tham (欲貪; P: kāmacchando; S: kma-rga; E: sensual desire)
5. Sân hận (瞋恚; P: vyāpāda; S: vypda; E: ill will).

- *Năm thượng phần kết sử:*

6. Sắc tham (色貪; P: rūparāgo; S: rpa-rga; E: lust for material existence)
7. Vô sắc tham (無色貪; P: arūparāgo; S: arpa-rga; E: lust for ...)
8. Mạn (慢; P;S: māna; E: conceit, pride, arrogance)
9. Trạo cử (掉舉; P: uddhacca; S: auddhatyauddhacca; E: restlessness)
10. Vô minh (無明; P: avijjā; S: avidyavijj; E: ignorance)

2) Mười kết sử theo Phật giáo Bắc truyền.

- *Năm lợi sử* (五利使)

1. Thân kiến (身見)
2. Biên kiến (邊見)
3. Kiến thủ kiến (見取見)
4. Giới cấm thủ kiến (戒禁取見)
5. Tà kiến (邪見)

- *Năm độn sử* (五鈍使)

6. Tham (貪, 欲)
7. Sân (瞋)
8. Si (癡)
9. Mạn (慢)
10. Nghi (疑)

3.5. Giải thoát phiền não: **Chướng.**

Chướng (障; P;S: Āvaraṇa; E: Hindrance, Obstruction)

1) Nhị chướng (二障 → Hai chướng)

1. Theo kinh Viên Giác:

- Lý chướng (理障)

- Sự chướng (事障)

2. Theo Câu Xá tông:

- Phiền não chướng (煩惱障)

- Giải thoát chướng (解脫障)

3. Theo A-sa-phước-sao (阿娑縛抄):

- Nội chướng (內障)
- Ngoại chướng (外障)

4. Theo Duy Thức tông:

- Phiền não chướng (煩惱障; P: Kilesa-āvaraṇa; S: Kleśa-āvaraṇa; E: ...)
- Sở tri chướng (所知障; P: Vijānanaka-āvaraṇa; S: Jñeya-āvaraṇa; E: ...)

2) Tam chướng (三障 → Ba chướng).

Theo kinh Đại Bát Niết Bàn Q.11 (bản Bắc).

- Phiền não chướng (煩惱障; S: Kleśāvaraṇa; E: hindrances of affliction)
- Nghiệp chướng (業障; S: Karmāvaraṇa; E: hindrances of action)
- Di thực chướng (異熟障; S: Vipākāvaraṇa; E: hindrances of retribution)

3.6. Giải thoát phiền não: **Dục.**

Dục (欲, 慾; P;S: Chanda; ; E: Intention, Desire to act)

1) Dục theo quan điểm Phật giáo Nam truyền.

1. Nhị dục.

- 1. Thiện dục (善欲)
- 2. Ác dục (惡欲).

2. Tam dục.

- 1. Dục dục (欲欲; P;S: Kāma-chanda)
- 2. Pháp dục (法欲; P: Dhamma-chanda; S: Dharma-chanda)
- 3. Tác dục (作欲; P: Kattukamyatā-chanda; S: Kartṛkāmayati-chanda)

3. Lục dục (六欲; E: Six desires to act): Lục dục nơi đây được xem là Dục dục,:

- 1. Sắc dục (色欲; P;S: rūpa-kāma)
- 2. Thính dục (聲欲; P: sadda-kāma; S: śabda-kāma)
- 3. Hương dục (香欲; P;S: gandha-kāma)
- 4. Vị dục (味欲; P;S: rasa-kāma)
- 5. Xúc dục (觸欲; P: phassa-kāma; S: spraṣṭavya-kāma)
- 6. Ý dục (意欲; P; S: māna-kāma)

4) Dục ái và Ái dục.

Ái (愛; P: taṇhā; S: tṛṣṇā; E: craving, thirst)

- 1. Dục ái (欲愛; P: kāmatanhā; S: kāmatṛṣṇā)
- 2. Ái dục (愛欲; P;S: kāma)

2) Dục theo quan điểm Phật giáo Bắc truyền.

1. Dục ở thất tình-lục dục (七情-六欲):

- Thất tình (七情): Là bảy loại tình cảm mà mọi người đều có.

- Theo Phật giáo Bắc truyền, thất tình gồm:

Hỷ 喜, Nộ 怒, Ái 愛, Ố 惡, Ai 哀, Lạc 乐, Dục 欲
Mừng, Giận, Thương, Ghét, Buồn, Vui, Muốn

- Theo Nho giáo (kinh Lễ): thất tình gồm:

Hỷ 喜, Nộ 怒, Ái 愛, Ố 惡, Ai 哀, Cự 懼, Dục 欲
Mừng, Giận, Thương, Ghét, Buồn, Sợ, Muốn

- Lục dục (六欲): Lục dục này (khác với Lục dục ở mục 3) trên, đó là:

1. Sắc dục
2. Hình mạo dục
3. Oai nghi tư thái dục
4. Tế hoạt dục
5. Nhân tướng dục
6. Ngôn ngữ âm thanh dục

2. Dục ở Ngũ dục (五欲) còn gọi là Ái dục (愛欲).

- 4 dục thuộc về vật chất :

1. Tài dục 財欲 (của cải)
2. Sắc dục 色欲 (tình dục)
3. Thực dục 食欲 (cái ăn)
4. Thù dục 睡欲 (cái ngủ)

- 1 dục thuộc về tinh thần :

5. Danh dục 名欲 (cái ta)

3) Dục ở Tam dục (三 欲).

- Tam dục của phàm phu:

1. Hình mạo dục
2. Tư thái dục
3. Tế xúc dục

- Tam dục của người tu:

1. Ác dục
2. Đại dục
3. Dục dục

3.7. Giải thoát khỏi Tam giới:

Tam giới: - Dục giới - Sắc giới - Vô sắc giới.

1) Tam giới theo nghĩa hẹp.

2) Tam giới theo nghĩa rộng.

- Lục đạo
- Trời Dục giới

4. Thực hành tu tâm Giác ngộ - Giải thoát.

4.1. Pháp học Giác ngộ - Giải thoát.

- 1) Tâm loạn động => Tâm an tĩnh (Định).
- 2) Tâm mê lầm => Tâm sáng suốt (Tuệ).

4.2. Pháp hành Giác ngộ – Giải thoát.

- 1) Phòng hộ 6 căn: Chánh niệm Duyên khởi.
- 2) Pháp hành Thiền: Chánh niệm Duyên khởi (Thiền Minh Sát, Tứ Niệm Xứ).
- 3) Pháp hành Tịnh: Chánh niệm Ba-la-mật (Niệm Phật Thật tướng).
- 4) Pháp hành Mật: Chánh niệm Ba-la-mật (Niệm Chân ngôn).

Bài đọc thêm

1. Ý nghĩa Tri kiến và Chánh tri kiến (Chánh kiến).

2. Sơ yếu về Bát Chánh Đạo.

NBS: Minh Tâm 12/2020; 6/2025



1. Tổng quan về Giác ngộ – Giải thoát.

1.1. Chân lý và Đạo đức.

Đến với bất kỳ tôn giáo hay triết học nào, chúng ta không thể không khảo sát cơ bản quan điểm về chân lý và đạo đức của tôn giáo hay triết học đó.

- *Chân lý* nói (Chân đế) đến bản chất thật của vũ trụ vạn sự vạn vật, trong đó bao gồm con người.

- *Đạo đức* (Tục đế) là nói đến mối quan hệ giữa con người và môi trường bên ngoài, bao gồm tất cả các sự vật.

Với đạo Phật cũng thế:

- Chân lý mang ý nghĩa là Chân đế nơi thế giới, nó giúp hành giả hiểu và sống với lẽ thật, với sự thật mà xa rời các dính mắc giả ảo. Theo đó, chân lý dẫn đến hạnh phúc (tuyệt đối) đích thực cho hành giả.

- Đạo đức mang ý nghĩa Tục đế nơi thế gian, nó giúp hành giả hiểu và sống tốt đẹp, mang lại lợi ích cho mọi người. Theo đó, đạo đức dẫn đến hạnh phúc (tương đối) cho hành giả và cuộc đời.

Chân lý và Đạo đức trong đạo Phật là hài hòa và không rời nhau.

Trong kinh Pháp Cú, kệ 183, Phẩm Phật Đà có ghi rõ về giới như sau:

諸 惡 莫 作	Chư ác mạc tác
眾 善 奉 行	Chúng thiện phụng hành
自 淨 其 意	Tự tịnh kỳ ý
是 諸 佛 教	Thị chư Phật giáo.

Chớ làm các điều ác

Siêng làm các việc lành

Giữ tâm ý trong sạch

Đó là lời Phật dạy.

Hay:

Mọi hoàn cảnh không làm bất thiện

Dù khó khăn, phát triển nhân lành

Luyện tâm, rèn ý tịnh thanh

Là lời Phật dạy đàn lành xưa nay.

Trong bài kệ số 10 của Phẩm Quán Tứ Đế, Trung Luận, Tổ sư Long Thọ có viết:

若不依俗諦	Nhược bất y tục đế
不得第一義	Bất đắc đệ nhất nghĩa
不得第一義	Bất đắc đệ nhất nghĩa
則不得涅槃	Tắc bất đắc Niết bàn.

Nếu không nương Tục đế

Thì không đạt Chân đế

Nếu không đạt Chân đế

Thì không chứng Niết-bàn.

Nghĩa: "... Chư Phật vì chúng sinh, y vào Nhị đế mà nói pháp, thứ nhất là Tục đế và thứ hai là Chân đế. Nếu người nào không nhận thức được hai chân lý này, thì đối với Phật pháp sâu xa, không thể hiểu được chân nghĩa. Nếu không nương tựa vào Tục đế, thì không thể thấy được Chân đế; nếu không thấy được Chân đế, thì không thể ngộ được Niết-bàn ..."

Trong kinh Pháp Bảo Đàn, Tổ sư Huệ Năng, cũng thế, đã nói:

佛法在世间	Phật pháp tại thế gian
不离世间觉	Bất ly thế gian giác
离世觅菩提	Ly thế gian mịch bồ đề
恰如求兔角	Kháp như cầu thố giác

Phật pháp trên thế gian

Không thể rời thế gian mà giác ngộ

Rời thế gian tìm giác ngộ

Giống như tìm sừng thỏ

Ý nghĩa của Chân lý – Đạo đức nói trên có thể dùng lý giải phân tích cho ba khái niệm Chân Thiện Mỹ [真善美; E: Truth, Goodness, Beauty; F: Le Vrai, Le Bien, Le Beau] như sau:

- Chân 真: Là lẽ thật, sự thật.
- Thiện 善: Là điều tốt, điều lành.
- Mỹ 美: Là cái đẹp, cuộc sống đẹp (hạnh phúc).

Chân Thiện Mỹ theo đó có ý nghĩa rằng khi con người thấy ra lẽ thật tự nhiên và sống tốt theo lẽ thật này, thì đó là hạnh phúc đích thực của con người. Điều này cho thấy rằng hạnh phúc đích thực không là cái học vấn rộng, tiền bạc nhiều, địa vị cao, quyền lực lớn, mà có chăng là thứ hạnh phúc tạm và mong manh.

[Chân + Thiện] → Mỹ

[Chân lý + Đạo đức] → Hạnh phúc (đích thực)



Chú thích: Ba khái niệm Chân Thiện Mỹ tuy được phổ biến khắp Đông Tây, nhưng nguồn gốc chưa được xác định. Có quan điểm cho rằng nó được nhen nhúm khơi mào bởi triết gia Hy Lạp cổ đại là Plato (427 – 347 BC).

Dưới đây chúng ta sẽ khảo sát vấn đề Giác ngộ – Giải thoát, đó là giác ngộ về chân lý và giác ngộ đạo đức như thế nào, và hệ quả là giải thoát tức tự do nội tâm cho con người ra sao vậy. Trong đạo Phật thường nói tới cụm từ Hán Việt thuộc phạm trù *tâm* (= tinh thần), đó là "**Giác ngộ-Giải thoát** 覺悟 – 解脫" có thể được phân tích sau.



1.2. Giác ngộ (覺悟; P;S: bodhi – *bồ-đề*, E: enlightenment, perfect wisdom, awakened intellect), trong đó:

- Giác 覺: Có nghĩa là *hiểu ra*.
- Ngộ 悟: Có nghĩa là *vỡ lẽ*.

Theo đó, Giác ngộ nói ngắn là thấy biết ra lẽ thật, sự thật (= chân lý). Nói rõ hơn, Giác ngộ được xem là khả năng thấy biết rõ chân lý khách quan của vũ trụ, là thấy biết rõ được bản chất thực của mọi sự vật trong vũ trụ.

Giác ngộ bằng cách nói khác, là thấy biết rõ *bản ngã giả ảo*

Giác ngộ được xem là đồng nghĩa với: Tuệ = Trí = Minh, trong đó:

- **Tuệ** (慧; P: paññā; S: prajñā – *bát-nhã*, E: wisdom).
- **Trí** (智; P: ñāṇa, ñāṇam; S: jñāna; E: wisdom).
- **Minh** (明; P: vijjā; S: vidyā; E: correct knowledge, factual knowledge – Sáng suốt, sáng tỏ, ngay thẳng, không mờ ám) $\neq$ **Vô minh** 無明 hay **Bất giác** 不覺 (P: avijjā; S: avidyā; E: ignorance or misconceptions about the nature of metaphysical reality).

Thấy biết rõ chân lý khách quan chính là nhận thức thấu đáo *Nguyên lý Duyên khởi*. Đây là khám phá vĩ đại nơi đức Phật Thích-ca Mâu-ni. Điều này vốn rất khác đối với các chân lý chủ quan được chế tác từ các tôn giáo hữu thần.

Về sau, trong Phật giáo phát triển còn dùng các cách gọi *Chân tâm* 真心 hay *Chân trí* 眞智 hay *Tuệ giác* 慧覺 ... để chỉ Giác ngộ, đó là sự thấy biết đúng đắn mọi sự vật như thật; trái với *Vọng tâm* 妄心 hay *Vọng thức* 妄識 là sự thấy biết sai lầm.

Nguyên lý Duyên khởi là phương tiện hữu hiệu giúp con người chuyển **mê** 迷 khai **ngộ** 悟, chuyển **thức** 識 thành **trí** 智, chuyển **vọng** 妄 thành **chân** 眞, chuyển **vô minh** 無明 thành **minh** 明.

Chú thích: Trong Phật giáo Bắc truyền, nguyên lý Duyên khởi còn gọi là Phật tính, Không tính, Tự tính, Chân tâm, Bản tâm, ... là sự thật, lẽ thật của mọi sự vật hiện tượng, là vô ngã (không giả ảo) của vũ trụ vạn vật. Hành giả cần thấy biết Duyên khởi là bước đầu để quán triệt toàn bộ giáo lý của đạo Phật mà tu hành, như các tổ sư đã từng khuyên:

- Ngũ tổ Hoa Nghiêm tông là Đại sư Khuê Phong Tông Mật (780-841) có nói: "*Không ngộ được Chân tâm mà tu, thì đó không phải là chân tu*"

- Ngũ tổ Thiền tông là Hoảng Nhẫn (601-674) cũng nói: "*Không biết Bản tâm, thì học Phật pháp vô ích*".

- Lục tổ Thiền tông là Huệ Năng (638-713) khẳng định: "*Tự tính nếu mê, thì phước nào cầu được?*"



1.3. Giải thoát (解脫; P: vimokkha; S: vimokṣa; E: liberation, deliverance, emancipation), trong đó:

- Giải 解: Có nghĩa là *cởi ra, bửa ra, mổ ra, mở ra*.
- Thoát 脫: Có nghĩa là *rời, lìa, khỏi, rời khỏi, lìa khỏi*.

Theo đó, giải thoát trong đạo Phật hàm ý là cởi mở và thoát khỏi các trói buộc; các trói buộc nơi đây là các trói buộc tinh thần, tức các trói buộc nơi tâm. Bấy giờ, tâm giải thoát là một nội tâm tự do, vượt thoát mọi quy ước đối đãi ràng buộc. Ý tưởng vượt thoát này không mang ý nghĩa phủ bác các quy ước mặc định, mà là tinh thần linh hoạt chủ động nơi chúng, qua nhận thức trung thực của hành giả về tương đối tính nơi các quy ước này.

Thật vậy, nếu gặp phải trói buộc nơi thân, ta có thể dễ dàng tự mình hay nhờ người giúp cởi trói, nhưng với trói buộc nơi tâm là do chính mình tự trói bởi các thói quen hay bị nhồi sọ từ các tín điều, ... mà hình thành, thì chỉ chính hành giả tự cởi trói cho mình mà thôi, bằng *sự thấy biết chân chính* (= giác ngộ) của chính mình về bản chất thực của mọi sự vật sự kiện.

Trong kinh “Tăng Chi Bộ III”, chương Tám Pháp, phẩm Lớn, đức Phật xác định rằng: “*Ví như nước biển chỉ có một vị, đó là vị mặn, cũng vậy, này Pahārada, **Pháp** (= Chân lý) và **Luật** (Đạo đức) của Như Lai chỉ có một vị, đó là **vị giải thoát*** (P: vimuttirasa; E: the essence of emancipation)”.

Có thể thấy rằng Giác ngộ là *Nhân*, và Giải thoát là *Quả*. Giác ngộ - Giải thoát trong đạo Phật không những là trọng tâm cho các hành giả tu học mà còn là trang bị cho đời sống hạnh phúc thiết thực nơi xã hội con người trong mọi thời đại. Giá trị này đã được Đại Hội đồng Liên Hợp Quốc trong phiên họp thứ 54, mục 174 của chương trình nghị sự, đã chính thức công nhận Đại lễ Vesak của Phật giáo là một lễ hội văn hóa, tôn giáo quốc tế của Liên Hợp Quốc, là đặc trưng cho đời sống tinh thần cao đẹp của nhân loại.



Xem thêm:

- [Giác ngộ là gì? - Phật Học – TVHS](#)
- [Như thế nào là giải thoát - Thái Hà Books](#)
- [Khái niệm giải thoát và giải thoát sinh tử trong đạo Phật](#)
- [Giải Thoát Trong Phật Giáo - Phật Học - THƯ VIỆN HOA SEN](#)
- [Vấn đề giải thoát trong đạo Phật | Đạo Phật Qua Nhận Thức Mới](#)

VIDEO

- [Sự Thật Về GIÁC NGỘ - TRIẾT TÂM](#)
- [CÓ GIÁC NGỘ, MỚI CÓ GIẢI THOÁT](#)
- [Giác Ngộ & Giải Thoát – HT Viên Minh](#)
- [Thầy Viên Minh: Giác Ngộ Giải Thoát Là Gì ?](#)
- [Giác ngộ - Giải thoát - TT. Thích Quảng Thiện](#)
- [Giác Ngộ Và Giải Thoát - Thầy Thích Thanh Từ](#)
- [Giác ngộ và giải thoát - Thầy Thích Trí Huệ 2015](#)
- [Sư Minh Niệm || Đâu là sự giải thoát đích thực - 2016](#)
- [Giác Ngộ và Giải Thoát \(vấn đáp 2018\) - Thầy Thích Pháp Hòa](#)
- [Bản chất của sự giác ngộ giải thoát 2020 - TT. Thích Nhật Từ](#)

2. Giác ngộ.



[Enlightenment in Buddhism - Wikipedia](#)

[Giác ngộ – Wikipedia tiếng Việt](#)

Giác ngộ trong đạo Phật có 2 nội dung là giác ngộ chân lý Duyên khởi và giác ngộ đạo đức Duyên khởi như trình bày dưới đây:

2.1. Giác ngộ chân lý Duyên khởi:

Nguyên lý Duyên khởi là điều mà hành giả cần giác ngộ. Dưới đây là sơ nét về nội dung của nguyên lý này.

Duyên khởi (緣起; P: Paṭicca-samuppāda; S: Pratītya-samutpāda; E: Dependent origination, Dependent arising; F: Coproduction conditionnée), trong đó:

- *Duyên* (緣, 缘; P: paccaya; S: prātyaya; E: cause, condition): Có nghĩa là những điều kiện, yếu tố, để một sự vật hay một sự kiện *nảy sinh hình thành* hay *suy kiệt biến hoại*. Cụ thể nơi con người, duyên là những điều kiện để cấu thành hay hoại diệt các hiện tượng về tâm cũng như thân.

- *Khởi* (起; P: samutthapeti; S: samupajjati; E: raise, arise, originate): Có nghĩa là phát sinh, trỗi dậy.

Theo đó, Duyên khởi chỉ ra rằng vũ trụ vạn vật do những yếu tố, những điều kiện tương tác sinh sinh hóa hóa, in tưởng *như có-như không*, chứ không là *thực có-thực không*.

Có sự phân biệt, *Duyên khởi* chỉ cho **lý**, còn *Duyên sinh* hay *Duyên hợp* chỉ cho **pháp** hình thành hay biến hoại.

Vì thế, nguyên lý Duyên khởi còn được gọi là nguyên lý *Duyên Sinh* (= *Duyên Sinh Diệt*) hay nguyên lý *Duyên Hợp* (= *Duyên Hợp Tan*). Và cần hiểu rằng nơi đây không có cái *sinh ra* và rồi *diệt mất* hay *hợp lại* và rồi *tan đi*, mà tất cả đều sinh sinh hóa hóa vô thủy vô chung (không có bắt đầu, không có kết thúc) như hàm ý nơi các diễn đạt mang tính chu kỳ sau:

Pháp : Thành – Trụ – Hoại – Không (vũ trụ vạn vật).

Thân : Sanh – Lão – Bệnh – Tử (các loài hữu tình).

Tâm : Sanh – Trụ – Dị – Diệt (các loài hữu tình).

Duyên khởi được đặc biệt trình bày trong các kinh như kinh Đại Bản, kinh Đại Duyên (Trường bộ 1), kinh Tương Ưng Nhân Duyên (Tương Ưng bộ 2), ..., nói đến tính tương tác (không gian) và tính biến đổi (thời gian) của các Duyên (= vạn sự vạn vật).

Trong kinh Phật Tự Thuyết (Udāna), thuộc Tiểu Bộ kinh (Khuddaka-nikāya), tập 1, nguyên lý Duyên khởi được tóm tắt như sau:

Imasmiṃ sati idaṃ hoti

Imass'uppādā idaṃ uppajjati

Imasmiṃ asati idaṃ na hoti

Imassa nirodhā idaṃ nirujjhati

[P: Paṭiccasamuppāda]

Yaduta asmin satīdaṃ bhavaty

Asyotpadād idaṃ utpadyate

Yaduta asmin asatīdaṃ na bhavaty

Asya nirodhād idaṃ nirudhyate

[S: Pratītyasamutpāda]

This being, that becomes;

From the arising of this, that arises.

This not being, that does not become;

From the cessation of this, that ceases.

此有故彼有

Thử hữu tắc bỉ hữu

此生故彼生

Thử sinh tắc bỉ sinh

此無故彼無

Thử vô tắc bỉ vô

此滅故彼滅

Thử diệt tắc bỉ diệt

Do cái này có, cái kia có.

Do cái này sinh, cái kia sinh.

Do cái này không có, cái kia không có.

Do cái này diệt, cái kia diệt.

Hay:

Cái này có, cái kia hình thành

Cái này hiển hiện, cái kia sinh ra

Cái này không có, cái kia không hiển hiện

Cái này chấm dứt, cái kia không sinh ra

Giác ngộ Duyên khởi là sự giác ngộ tối thượng, là thấy được thực tại tối hậu, vượt ra ngoài mọi ràng buộc của thế giới ngã tính - bị giới hạn bởi vô minh 'chấp thủ cực đoan' trong nhận thức và hành động theo quan niệm nhị nguyên-hữu ngã.

- Trong các kinh Trung Bộ I, số 28; Tương Ưng III, tr. 144 và Tiểu Bộ I, tr. 48 nói rõ:

"Ai thấy Duyên khởi, người ấy thấy Pháp (= Chân lý). Ai thấy Pháp (= Chân lý), người ấy thấy Duyên khởi".

Hay:

"Ai thấy Duyên khởi, người ấy thấy Pháp (= Chân lý). Ai thấy Pháp (= Chân lý), người ấy thấy Như Lai (= Phật)".

- Trong kinh Tăng Chi Bộ cũng như trong kinh Tạp A Hàm, đức Phật đã xác định rằng :

"Duyên khởi là lẽ thật chỉ rõ thực tính nơi mọi sự mọi vật – vật lý hay tâm lý, trong vũ trụ. Sự thật này luôn tồn tại cho dù Như Lai có xuất hiện hay không xuất hiện nơi thế gian này ...".

- Trong kinh Đại duyên (Mahanidana sutta), tr. 50-51, hay trong kinh Maha Nidana, Trường A Hàm đã nêu rõ bản chất của vũ trụ vạn vật là Duyên khởi, là *Không* làm nền tảng cho việc tu học:

"Sâu sắc là giáo lý Duyên khởi! Thậm chí là giáo lý Duyên khởi! Vì không giác ngộ và thâm nhập giáo lý Duyên khởi này mà chúng sanh hiện tại sống trong cảnh giống như ổ kén lộn xộn, cuộn chỉ rối ren, ... không thể nào vượt qua khỏi khổ cảnh, ác thú, đoạ xứ, luân hồi".

Như Lai dạy cho các tỳ-kheo giáo pháp thánh thiện, siêu việt, có liên hệ đến Không tính và phù hợp với giáo lý Duyên khởi".

Nguyên lý Duyên khởi là vũ trụ quan của đạo Phật, là chân lý khách quan tự nhiên của vũ trụ, khác với các chân lý chủ quan được chế tác nơi các tôn giáo khác.

Duyên khởi được xem như chiếc chìa khóa để mở kho tàng Pháp bảo ở Nam tạng hay Bắc tạng. Ý nghĩa khái quát của nó trông có vẻ đơn giản, nhưng kỳ thực Duyên khởi không những là phương tiện tối thượng dẫn dắt chúng sinh đi tới giác ngộ vô thượng, mà còn là giáo lý căn bản của tất cả kinh điển Phật giáo.

Xem thêm:

- [Duyên khởi - Báo Giác Ngộ](#)
- [Duyên khởi – Wikipedia tiếng Việt](#)
- [Thuyết duyên khởi của đạo Phật - Phật giáo](#)
- [Phật học - Tìm hiểu Lý duyên khởi - Tu Viên Khánh An](#)
- [Ý nghĩa của Duyên Khởi và học thuyết Mười Hai Nhân Duyên](#)

VIDEO

- [Chữ Duyên - Đại đức Thích Chánh Định](#)
- [Thích Hạnh Tuệ - Nguyên Lý Duyên Khởi](#)
- [Giáo Lý Duyên Khởi Tùy Thuận Vào Bản Môn ...](#)
- [Giáo Lý Duyên Khởi - HT Thiền Sư Thích Nhất Hạnh](#)
- [Thầy Thích Pháp Hòa - Mười Hai Duyên Khởi \(phần 1\)](#)
- [Thầy Thích Pháp Hòa - Mười Hai Duyên Khởi \(phần 2\)](#)
- [Vấn đáp: Học thuyết Duyên Khởi và Vô Thức | Thích Nhật Từ](#)



2.2. Những hệ quả của chân lý Duyên khởi:

Chân lý Duyên khởi có các biểu hiện đa dạng qua các nhận thức, được cụ thể hóa bằng các hệ quả sau:

1) Lý 'Vô thường - Vô ngã':

Lẽ thật Duyên khởi mô tả sự vận hành của các Duyên, là yếu tố điều kiện trong từng sát-na hiện tại. Nội hàm của Duyên khởi là Vô ngã và Vô thường của mọi sự vật hiện tượng diễn biến trong từng sát-na hiện tại.

Vô ngã và Vô thường đặc trưng cho sự thật cốt lõi của vũ trụ, là bản chất và hiện tượng của mọi sự vật (= **thực tính pháp**; 實性法; P: Dhamma-sabhāva; S: Dharma-svabhāva; E: Property or Quality of nature), được tóm tắt như sau:

1. **Vô thường** (không mãi tồn tại; 無常; P: Anicca; S: Anitya; E: Impermanence), với ý nghĩa rằng ở mọi sự vật, các Duyên (nội Duyên và ngoại Duyên) luôn liên tục tương tác thay đổi trong từng sát-na. Theo đó, mọi sự vật sẽ không mãi tồn tại (hằng hữu), nghĩa là không mất đi mà luôn biến đổi từ dạng này sang dạng khác. Vô thường mang tính thời gian.

2. **Vô ngã** (không thực thể, giả ảo; 無我; P: Anattā; S: Anātman; E: No-self, Non-self, Non-ego, Impersonality), với ý nghĩa rằng mọi sự vật là một hợp Duyên (yếu tố nội-ngoại mang tính điều kiện). Theo đó, mọi sự vật không có tự tính (tự ngã tính). Vô ngã mang tính không gian.

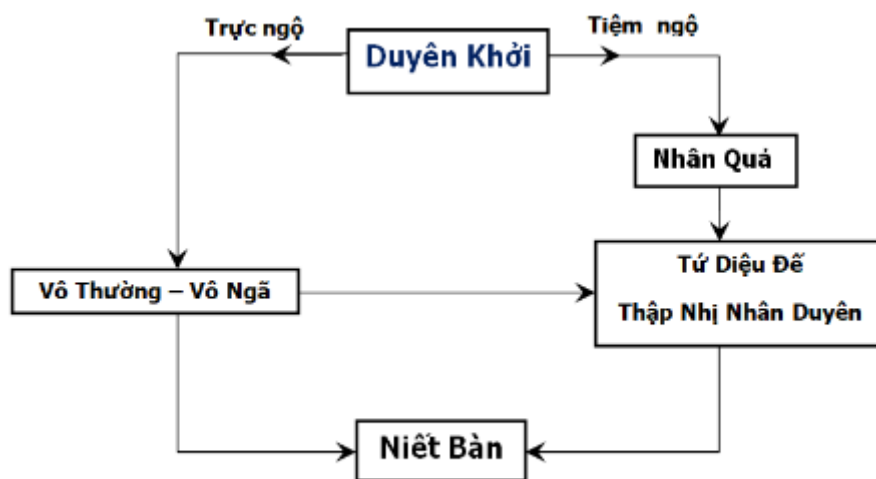
- Vô ngã hàm ý là Không có thực "ngã". Từ "**ngã**" (= bản ngã), được hiểu là cái mà chúng sinh dính mắc, đại khái như:

- Những quan điểm hay khái niệm (chế định, có điều kiện).
- Những gì được cho là tự hữu hay hằng hữu (tự có hay luôn có).
- Những gì được suy nghĩ (kiến thức) hay tưởng tượng (hư giả, ảo tưởng).

- Vô ngã không hàm ý "phủ bác ngã", vì "ngã" vốn là cái mà chúng sinh dính mắc, còn "phủ bác ngã" (với ý niệm nhị nguyên) cũng là cái dính mắc đối ngược lại với "ngã".

Theo đó, trong thực hành Chánh niệm, hành giả sẽ tùy duyên mà ứng xử hài hòa “ngã” và “phủ bác ngã” nơi thế tục. Rốt ráo khi trở về với chính mình, hành giả không còn bận tâm cả hai “ngã” và “phủ bác ngã” nữa; bấy giờ hành giả được gọi là vượt thoát, là giải thoát, là tự do đích thực hay Niết-bàn. Vì thế, nói tới Chánh niệm đối với bất kỳ đối tượng là sự vật hiện tượng nào mà hành giả tiếp xúc từ 6 căn, cũng đều chứa đựng hai nội hàm Vô ngã và Vô thường.

• Vô ngã hàm ý “Vô niệm 無念 + Vô trụ 無住 + Vô tu 無修 + Vô chứng 無證” là các đặc điểm của Bạc giác ngộ.



Vạn sự vạn vật do các Duyên tương tác mà hình thành hay hoại diệt, nên về mặt *hiện tượng* là sự biến đổi – *sinh diệt vô thường*; về mặt *bản chất* là không thực có (= không tự hữu hay hằng hữu) – *duyên sinh vô ngã*.

- Trong kinh Niệm Xứ (Satipatthana sutta), đức Phật dạy: “ *Chúng ta hãy quán chiếu sâu sắc sẽ thấy rằng (con người) nằm uẩn không phải là một thực thể, mà là hiện tượng của loạt các tiến trình vật chất và tâm thức; chúng (nằm uẩn) sinh diệt một cách liên tục và nhanh chóng, chúng luôn biến đổi từng phút, từng giây; chúng không bao giờ tĩnh mà luôn động, và không bao giờ là thực thể mà luôn biến hiện*”.

- Trong kinh Pháp Cú, câu 113 : “*Ai sống cả trăm năm. Không thấy pháp sinh diệt. Tốt hơn sống một ngày. Thấy được pháp sinh diệt*”.

- Trong kinh Pháp Hoa có nói: “*Thực tướng của vạn pháp là Vô tướng (= Vô ngã + Vô thường)*”.

- Trong kinh Kim Cương cũng cùng ý: “*Nhất tướng của vạn pháp là Vô tướng*”.

Xem thêm

- [Anattā](#) - Wikipedia
- [Vô ngã](#) – Wikipedia tiếng Việt
- [Impermanence](#) - Wikipedia
- [Vô thường](#) – Wikipedia tiếng Việt
- [Vô Thường – Vô Ngã - Phật Học Cơ Bản](#) - THƯ VIỆN HOA ...
- [LÝ DUYÊN KHỞI VÀ VÔ THƯỜNG VÔ NGÃ](#)- Đại Đức Nguyên Tuệ

VIDEO

- [Cuộc đời là vô thường](#) -TT. Thích Nhật Từ
- [VÔ THƯỜNG VÔ NGÃ là gì](#) - TS Thích Nhất Hạnh
- [Quán Vô Thường Và 4 Pháp](#) - Thầy Thích Nhất Hạnh
- [Đã biết VÔ THƯỜNG sao còn phiền não?](#) Thầy Thích Tâm Nguyên
- [THẤU NHÂN DUYÊN NGỘ VÔ THƯỜNG](#) - TT THÍCH CHÁNH ĐỊNH



2) Lý ‘Trung đạo’.

Trung đạo (中道; P: Majjhimā-paṭipadā; S: Madhyamā-pratipad; E: Middle Way).

Trung đạo còn gọi là Trung đạo Duyên khởi dùng chỉ chung cho phương pháp tu học của đạo Phật, nhằm tránh những cực đoan nhị nguyên trong đời sống vật chất, tiêu biểu là lối sống buông thả theo dục lạc hay lối sống trói buộc trong khổ hạnh, hoặc đời sống tinh thần với các tư duy cực đoan như sau:

Hữu (有; P: Atthitā; S: Astitā; E: Existence)

Vô (無; P: Natthitā; S: Nāstitā; E: Non-existence)

Thường (常; P: Niccatā; S: Nityatā; E: Eternity)

Đoạn (斷; P: Ucccheda; S: Ucccheda; E: Annihilation)

Một = Đồng (同; P: Ekatta; S: Ekatā; E: Oneness)

Khác = Dị (異; P: Anna; S: Anya; E: Another)

Một = Đơn (單; P: Ekatta; S: Ekatā; E: Oneness)

Nhiều = Đa (多; P: Puthutta; S: Pṛthutva; E: Diversity)

Từ các tư duy cực đoan, đã nảy sinh ra những ý niệm đẹp-xấu, tốt-xấu, hay-dở, lạc quan-bi quan ... được cố chấp hóa, đưa tới ưa-ghét, chiếm giữ-loại trừ, ..., đã đưa con người đến biết bao phiền não. Tuy nhiên, trong cuộc sống thực tế, phải thấy rằng việc phủ bác triệt để những ý niệm nói trên kỳ thực vẫn là một cực đoan cố chấp. Vì thế, thấy biết ra lẽ thật Duyên khởi là nhằm giúp cho chúng ta cảnh giác vượt qua, để không phải bị ràng buộc và trôi lăn trong cái thế gian đầy bất trắc này.

- Trong kinh Tương Ưng Bộ 5 - đức Phật dạy :

" Có hai cực đoan vô ích mà người sống đời cao thượng không nên hành theo, đó là sống kết hợp với dục vọng thấp hèn và sống kết hợp với tự hành hạ mình, tự làm khổ mình".

- Trong kinh Ca Chiên Diên (P: Kaccāyana), thuộc Tương Ưng bộ, Phật dạy: "*Trung đạo là cái thấy Chánh kiến vượt thoát ý niệm 'có' và 'không'*"

Hay

"Tất cả là có", này Kaccāyana, là một cực đoan. "Tất cả là không có" là cực đoan thứ hai. Xa lìa hai cực đoan ấy, này Kaccāyana, Như Lai thuyết pháp theo Trung đạo.

- Trong kinh Maha Nidana, Trường A Hàm - đức Phật nói :

“Vì không hiểu biết thấu đáo giáo lý Duyên khởi này, nên chúng sinh sống trong cảnh rối loạn như tơ vò”.

Vì thế, Trung đạo Duyên khởi, tiêu biểu cho nhận thức thực tại về hiện tượng và bản chất của các pháp. Trong Phật giáo Phát triển, Trung đạo-Duyên khởi còn gọi là **Trung đạo Độ nhất nghĩa đế** (中道 第一義諦: Trung đạo là Chân lý tối thượng hay Trung đạo là Chân đế 真諦).

Ghi chú:

Nguyên lý Duyên khởi còn gọi là lý Không. Theo đó, có các cách diễn đạt thích nghi với cảnh trạng.

Duyên khởi tính = Không tính = Trung tính

Bài kệ 18, Phẩm 24 “*Quán Tứ Đế*” của Trung Luận đã chỉ ra mối tương quan nhất quán giữa Nguyên lý *Duyên khởi* và các cách nhìn về *Trung đạo* và *Không tính* (= *tính Không*):

眾因緣生法	Chúng <u>Nhân Duyên</u> sanh pháp
我說即是空	Ngã thuyết tức thị <u>Không</u>
亦為是假名	Diệc vi thị giả danh
亦是中道義	Diệc thị <u>Trung đạo</u> nghĩa

Các pháp từ **Nhân Duyên**

Ta nói tức là **Không**

Cũng gọi là giả danh

Cũng là nghĩa **Trung đạo**.

Xem thêm:

- [Trung đạo](#) – Wikipedia
- [Middle Way](#) - Wikipedia
- [Vận dụng thuyết Trung Đạo](#) của Nhà Phật trong đời sống hiện nay

VIDEO

- [Trung đạo là gì?](#) Hòa thượng Pháp Tông

- [Con đường Trung đạo đưa đến Giác ngộ Giải thoát](#)
- [Trung đạo trong ngũ dục là gì? - TT. THÍCH NHẬT TỪ](#)
- [Trung Đạo, Nhận Thức Và Tu Tập - Thầy Thích Phước Tiến](#)
- [Trung đạo của đức Phật và trung quán luận của ngài Long Thọ - TT. Thích Nhật Từ](#)



3) Lý 'Như lý Tác ý'.

Như lý Tác ý (如理作意; P;S: Yoniso-manasikāra; E: Proper consideration, Wise reflection), còn được gọi là *Như pháp Tác ý* hay *Khéo Tác ý*. Trong đó:

- Manasikāra: Là hướng tâm, khởi tâm hay tác ý.
- Yoniso: Là đúng như thật, đúng lẽ thật, đúng theo chân đế.

Hay

- Như 如: Là theo, theo đúng.
- Lý 理 = Pháp 法 = Chân lý 真理.
- Tác 作: Là khởi lên, sáng tác.
- Ý 意: Là ý nghĩ, điều suy nghĩ, kiến giải, quan điểm, tư niệm.

Theo đó, Như lý Tác ý có nghĩa là khởi tâm đúng như thực, đúng với lẽ thật, đúng theo chân đế tới một đối tượng, nghĩa là biết dùng trí tuệ suy luận, nhận xét một cách khôn khéo. Cụ thể hơn, Như lý Tác ý là khởi tâm tới một đối tượng hợp lẽ với chân lý Duyên khởi.

Xem thêm:

- [TU ĐÚNG "NHƯ LÝ TÁC Ý "](#)
- [Như Lý Tác Ý Là Gì? | Nhật Ký](#)
- [Tìm hiểu về như lý tác ý - Thư Viện Hoa Sen](#)

VIDEO

- [NHƯ LÝ TÁC Ý - SƯ VIỆN MINH](#)

- [Như Lý Tác Ý- TS Thích Nhất Hạnh](#)
- [Như Lý Tác Ý - TL Thích Thông Lạc](#)
- [Sống Như Lý Tác Ý - Thầy Trí Chơn](#)
- [Vấn đáp: Như lý tác ý | Thích Nhật Từ](#)
- [Như Lý Tác Ý \(KT92\) - Thầy Thích Trí Minh](#)



4) Lý 'Tùy Duyên'.

Tùy duyên (隨緣; E: resulting from conditioning cause, circumstances as waves result from wind) [# *khế cơ + khế lý*]:

- Tùy 隨: Là thuận theo.
- Duyên 緣: Là điều kiện, yếu tố, hoàn cảnh.

Theo đó:

Tùy duyên là thuận theo hoàn cảnh mà sống, mà hành động, mà tu tập. Hành giả sống tùy duyên thì không câu nệ và chấp trước bất cứ hoàn cảnh nào dù đó là thuận hay nghịch trong cuộc sống.

Tùy duyên nói đủ là "*Tùy duyên nhi Bất biến, Bất biến nhi Tùy duyên*" * 隨緣而不變, 不變而隨緣 * Tùy duyên mà Bất biến, Bất biến mà Tùy duyên – ”.

Nơi đây, Tùy duyên 隨緣 và Bất biến 不變 là hai nguyên tắc chính trong Phật pháp làm phương tiện ứng xử của đạo Phật thích hợp với đời sống, đó là "khế lý, khế cơ, khế thời, khế xứ":

- Khế lý 契理: Phù hợp với chân lý, đạo lý.
- Khế cơ 契機: Phù hợp với đạo đức ứng với hoàn cảnh, cảnh giới.
- Khế thời 契時: Phù hợp với thời gian, đúng lúc.
- Khế xứ 契處: Phù hợp với không gian, đúng nơi.

1. Tùy duyên mà Bất biến: Tùy duyên có nghĩa là thuận theo nhân duyên mà có sinh diệt biến hóa; còn Bất biến nghĩa là không thay đổi.

- Tùy duyên là đạo đức ứng xử – Đạo đức Duyên khởi, là thuận theo căn cơ của chúng sanh, thuận theo phong tục tập quán của từng địa phương, thuận theo hoàn cảnh tình huống mà uyển chuyển, linh động thay đổi các sự việc cho thích hợp. Từ đó chúng sanh nơi ấy hiểu và tin theo Phật pháp.

- Bất biến là chân lý nền tảng – Chân lý Duyên khởi, là những điều cốt tủy của Phật pháp thì luôn được giữ vững, không thay đổi. (*)

Tùy duyên mà Bất biến nghĩa là các pháp phương tiện được khai mở ra, nhưng không trái với chân lý Duyên khởi.

2. Bất biến mà Tùy duyên: Nghĩa là luôn giữ gìn bản sắc, tinh hoa của Chánh pháp, đó là chân lý Duyên khởi. Từ đó Đạo đức Duyên khởi phát huy sự linh hoạt, năng động hiệp thể, tránh được các giáo điều cứng nhắc.

Chánh pháp cần phải được đem áp dụng rộng rãi trong cuộc đời, giúp con người và cuộc đời vơi bớt khổ đau, nên “Tùy duyên mà Bất biến, Bất biến mà Tùy duyên” chính là hành trang, là phương tiện cần thiết để những người con Phật dẫn thân nhập thế, lợi đạo và ích đời.

Các pháp do các duyên vận hành tương tác nhau, nên về mặt hành động (tác) thì thể hiện khéo thích nghi, tùy hoàn cảnh, tùy thời, tùy căn cơ chúng sinh để mang lại lợi ích cho mình, cho người. Mọi hành động đều được thực hiện trên nhận thức chân lý Duyên khởi, vượt thoát các tập tục văn hóa thiếu nhân bản hay các thành kiến cố chấp của cá nhân. Theo đó, hệ quả là nội tâm hành giả được an tịnh, không bị chướng ngại bởi hành động đã thực hiện. Theo đó, kinh điển nói tùy duyên **tác** với vạn pháp bằng nhận thức **vô tác** là vậy (# tinh thần “*Dĩ bất biến ứng vạn biến*” * 以不變應萬變 * Lấy cái bất biến (cái không thay đổi) ứng phó với cái vạn biến (cái thay đổi)” của Dịch học).

Trong kinh *Trung Bộ*, Đại kinh Giáo giới Rahula, số 62, Đức Phật đã nói rõ ý nghĩa thế nào về sự an trụ tâm trước những biến thiên của dòng đời, cách thức tu tâm của người con Phật và thái độ đón nhận chúng xảy ra trên cuộc đời:

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như đất. Ví như trên đất người ta quăng đồ tịnh, quăng đồ không tịnh, quăng phân uế, quăng nước tiểu, nhổ nước miếng, quăng mủ và quăng máu; tuy vậy đất không lo âu, không dao động, hay không nhàm chán; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập như đất. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như đất, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như nước. Ví như trong nước người ta rửa đồ tịnh, rửa đồ không tịnh, rửa sạch phân uế, rửa sạch nước tiểu, rửa sạch nước miếng, rửa sạch mủ, rửa sạch máu; tuy vậy nước không lo âu, không dao động, không nhàm chán; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như nước, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như lửa. Ví như lửa đốt các đồ tịnh, đốt các đồ không tịnh, đốt phân uế, đốt nước tiểu, đốt nước miếng, đốt mủ, đốt máu; tuy vậy lửa không lo âu, không dao động, không nhàm chán; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như lửa, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như gió. Ví như gió thổi các đồ tịnh, thổi các đồ không tịnh, thổi phân uế, thổi nước tiểu, thổi nước miếng, thổi mủ, thổi máu, tuy vậy gió không lo âu, không dao động, không nhàm chán; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như gió, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như hư không. Ví như hư không không bị trú tại một chỗ nào; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như hư không. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như hư không, các xúc khả ái không, khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

- Trong Thanh Tịnh Đạo luận có ghi :

Không có người hành động, chỉ có hành động.

Ngoài sự chứng ngộ, không có người chứng ngộ.

Chỉ có những thành phần cấu tạo luôn trôi chảy.

Đó là quan kiến thực tiễn và chân chánh.

- Trong Cư Trần Lạc Đạo của Sơ tổ Trúc Lâm có viết :

Ở đời vui đạo thả tùy duyên

Đói đến thời ăn, mệt ngủ liền

Trong nhà có báu thôi tìm kiếm

Đối cảnh vô tâm chớ hỏi thiền.

- Bài kệ Trung đạo Tùy duyên nhật dụng được trình bày sau đây:

Trung đạo hằng ngày dụng.

Tâm không dính hai bờ,

Nói nín động và tịnh,

Tùy duyên dụng không nơ

Như ánh trăng tịch chiếu

Đâu cần luận sạch dơ

Bùn đen trắng vẫn đẹp

Cung vàng vẫn nên thơ

Trần gian lòng không mộng

Thiên đàng dạ chẳng mơ

Đó gọi là Phật tính

Tự tại cả hai bờ ...

Xem thêm:

- [TÙY DUYÊN TỰ TẠI - The Sungate](#)
- [Ý nghĩa tùy duyên - Thư Viện Hoa Sen](#)
- [Thế nào là Tùy duyên - Hiểu đúng để Hành đúng](#)
- [Tùy duyên trong cuộc sống | Chùa Hội Phước](#)

VIDEO:

- [Tùy Duyên – TT. Nhật Từ](#)
- [Tùy Duyên Bất Biến – ĐĐ. Pháp Hòa](#)
- [Tùy duyên niệm Phật - TT. Giác Đăng](#)
- [Phật Pháp Tùy Duyên - ĐĐ. Phước Tiến](#)
- [Phật Pháp Tùy Duyên – HT. Giác Hạnh](#)
- [Cách Sống Tùy Duyên TT. Chân Quang](#)
- [Thế nào là sống tùy duyên thuận pháp? - HT. Viên Minh](#)



5) Lý Nhân Quả - Tứ Diệu Đế.

1. **Lý Nhân Quả** (因果; P;S : Hetu-phala; E: Cause and Effect): Nguyên lý Duyên khởi còn được gọi là nguyên lý *Nhân Duyên Quả*, nói gọn là *Nhân Quả* hay *Nhân Duyên*.

- **Nhân** (因; P;S: hetu; E: cause, antecedent condition): Cũng chỉ là một duyên, là *duyên chính*, là điều kiện sinh khởi, được dùng như là phương tiện diễn đạt, chứ không là cái Nhân đầu tiên được sinh ra từ một Đấng tạo hóa và hạn chế về mặt thời gian. Nhân còn gọi là *nội duyên*.

Ví như con người là duyên chính, tổ hợp bởi 5 duyên (5 uẩn).

- **Duyên** (緣; P: paccaya, paticca; S: pratyaya, pratitya; E: condition): Được xem là *duyên phụ*, là điều kiện hỗ trợ (aiding condition), tác động làm cho *Nhân* sinh khởi, còn gọi là *ngoại duyên*, nó có thể có lợi (thiện) hay có hại (bất thiện) cho duyên chính.

Ví như hạt lúa là nhân của cây lúa, các yếu tố như đất, độ ẩm, ánh sáng mặt trời, người gieo và chăm sóc ... là duyên để hạt lúa (Nhân) nảy mầm phát triển thành cây lúa.

- **Quả** (果; P;S: phala; E: effect, result): Là *duyên chính mới* hình thành từ sự phối hợp duyên chính và duyên phụ.

Nhân + Duyên = Quả

2. **Tứ Diệu Đế** (四妙諦; P: Cattāri ariya-saccāni; S: Catvāry ārya-satyāni; E: Four Noble Truths): Nhân-Duyên-Quả được xem là giáo lý xuyên suốt đạo đức và chân lý của đạo Phật. Cũng từ đây, đức Phật đã đúc kết 2 cặp Nhân Quả trên con người, đó là cặp thế gian *Khổ - Tập* và cặp xuất thế gian *Diệt - Đạo*, được gọi là **Tứ Diệu Đế**, trong đó:

- *Tứ* 四: Có nghĩa là *bốn*.
- *Diệu* 妙: Có nghĩa là *hay, đẹp, tuyệt, kỳ diệu, tài tình*.
- *Đế* 諦: Có nghĩa là *đạo lý, nghĩa lý, chân lý*.

Tứ Diệu Đế còn gọi là *Tứ Thánh Đế* 四聖諦 hay nói gọn là *Tứ Đế* 四諦, đó là 4 chân lý (sự thật) cao quý nối kết theo lý Nhân Quả theo 2 cặp:

- Cặp Nhân Quả thế gian:

1. **Khổ đế** (苦諦; P: Dukkha-saccā; S: Duḥkha-satya; E: Truth of Dukkha, Truth of Suffering, Truth of Unsatisfactoriness): **Quả 1**

Khổ đế trình bày lẽ thật về mọi dạng tồn tại đều mang tính chất bất toàn biểu hiện cho *sự khổ của tâm* (= phiền não), chủ yếu là tình cảm và lý trí thuộc phạm trù tinh thần.

+ **Tập đế** (集諦; P: Samudaya-saccā; S: Samudaya-satya; E: Truth of the Origin of Suffering): **Nhân 1**

Tập đế trình bày lẽ thật về *nguồn gốc phát sinh của sự khổ* nên còn gọi là Tập khổ đế 集苦諦). Nguyên nhân của khổ là từ chấp ngã và chấp thường, sinh ra *Vô minh*

(= 10 Kết sử), là các đối tượng cần chuyển hóa bằng tuệ giác qua tu tập Thiền tuệ Tứ Niệm Xứ nhằm giải trừ các cố chấp cực đoan từ những thành kiến, tà kiến và lục dục.

Nội dung của Tập để được xem là Ái (愛; P: Taṇhā; S: Trṣṇā; E: Thirst, Craving, Desire), gồm 3 dạng chính sau:

- *Dục ái* (欲愛; P: kāma-taṇhā; S: kāmatrṣṇā; E: sensual pleasures craving): Là lòng ham mê xác thịt.

- *Hữu ái* (有愛; P: bhava-taṇhā; S: bhavatrṣṇā; E: craving for being): Là lòng ham muốn tồn tại.

- *Phi hữu ái* (非有愛; P: vibhava-taṇhā; S: vibhavatrṣṇā; E: craving for non-existence): Là lòng ham muốn tiêu diệt (= Đoạn ái).

- Cặp Nhân Quả xuất thế gian:

+ **Diệt đế**: (滅諦; P: Nirodha-saccā; S: Nirodha-satya; E: Truth of the Cessation of Suffering): **Quả 2**.

Diệt đế trình bày lẽ thật về *kết quả của sự diệt khổ* (= Diệt khổ đế 滅苦諦), biểu hiện nội tâm *thanh tịnh và hạnh phúc đích thực* (= giải thoát), đó gọi là Niết-bàn.

Niết-bàn (涅槃; P: Nibbāna; S: Nirvāṇa; E: Delusion-extinguished), trong đó **Niết** (P: nib; S: nir): là ra khỏi; **bàn** (P: bāna; S: vāna): là rừng mê. Niết-bàn được Hán dịch là Tịch, Tịch diệt, Diệt, Diệt độ, Vô Sinh, đồng nghĩa với Ly Hệ, Tịnh Diệt, Giải Thoát.

Niết-bàn đã được các kinh điển nói đến như sau:

- Trong kinh Đại Bát Niết-bàn (Mahāparinibbāṇa Sutta), thuộc Trường Bộ Kinh, chép rằng: "*Các phiền não diệt gọi là Niết-bàn, không dính mắc vào các pháp hữu vi (= pháp do Duyên khởi) cũng gọi là Niết-bàn*".

- Trong kinh Tạp A Hàm viết: "*Niết Bàn có nghĩa là dập tắt hoàn toàn ngọn lửa phiền não, là đoạn trừ nghiệp gây ra từ ba bất thiện là Tham, Sân và Si*".

- Trong kinh Tương Ưng Bộ IV. Trang 404 nêu rõ: “*Đoạn tận tham, đoạn tận sân, đoạn tận si, đây gọi là Niết-bàn*”.

+ **Đạo đế** (道諦; P: Magga-saccā; S: Mārga-satya; E: Truth of the Path to the Cessation of Suffering): **Nhân 2.**

Đạo đế trình bày lẽ thật về *phương pháp dẫn đến diệt khổ* (= *diệt phiền não*), gọi là *Đạo khổ đế* 道苦諦, dẫn đến Niết-bàn. Đó là nội tâm xả ly, tức tâm Vô ngã và Vô thường hình thành từ sự giác ngộ “Duyên khởi”.

Đạo đế là con đường thực hành nhằm chuyển hóa 10 kết sử ở *Tập đế*, để chứng quả giải thoát – Niết-bàn. Có nhiều phương pháp tu tập được giáo lý nêu ra là 37 *Phẩm trợ đạo* cho Đạo đế; trong đó Bát Chánh Đạo được xem là tiêu biểu (Xin xem [Bát Chánh Đạo](#) và [Quan điểm về tri kiến trong đạo Phật](#) ở Bài đọc thêm).

Bát Chánh Đạo và Chân Đế - Tục Đế (tức Chân lý - Đạo đức) có mối quan hệ mật thiết nhau, trong đó Bát Chánh Đạo là con đường thực hành để đạt đến sự giác ngộ, còn Chân Đế - Tục Đế là hai khía cạnh của thực tại được nhận thức qua con đường này. Bát Chánh Đạo giúp chúng ta nhận biết và vượt qua khổ đau, đạt đến sự giải thoát, trong khi Chân Đế - Tục Đế giúp chúng ta hiểu rõ bản chất của thế giới và con người.

Tóm tắt: Có 2 cách trình bày Tứ Diệu Đế sau:

1. Theo chiều Quả-Nhân:

- + Khổ đau (*Khổ Đế*) là do bởi Chấp thủ (*Tập Đế*).
- + Hạnh phúc (*Diệt Đế*) là do bởi Xả ly (*Đạo Đế*).

2. Theo chiều Nhân-Quả :

- + Chấp thủ (*Tập Đế*) dẫn đến Khổ đau (*Khổ Đế*).
- + Xả ly (*Đạo Đế*) dẫn đến Hạnh phúc (*Diệt Đế*).

Trong đó:

- *Chấp thủ* = Chấp thủ cực đoan = Chấp thương + Chấp ngã
- *Xả ly* = Vượt lên chấp thủ cực đoan = Vô thường + Vô ngã.

Xem thêm

- [Four Noble Truths - Wikipedia](#)
- [Tứ diệu đế – Wikipedia tiếng Việt](#)
- [Ý nghĩa sâu sắc của giáo pháp Tứ Diệu Đế](#)

VIDEO

- [TỨ DIỆU ĐẾ - Thầy Thích Pháp Hòa](#)
- [Tứ Diệu Đế - Thầy Thích Phước Tiến](#)
- [Tu Tập Tứ Diệu Đế - Thích Bửu Chánh](#)
- [Bốn Sự Thật \(Tứ Diệu Đế\) - HT Thích Nhất Hạnh](#)
- [Tứ diệu đế: Pháp môn duy nhất của Đức Phật - Thích Nhất Từ](#)



2.3. Giác ngộ đạo đức Duyên khởi.

1) Khái niệm về đạo đức Duyên khởi.

Đạo đức 道德 hay còn gọi là **Luân lý** 倫理, là *thuật xử thế*, là *lẽ phải ở đời*. Đó là *chuẩn tắc và quy phạm (trong một cộng đồng xã hội) mà hành vi cử chỉ của con người đối với môi trường xung quanh cần phải ứng hợp theo để được xem là tốt hay thiện, ngược lại là xấu hay ác* tương thích.

Đạo đức Duyên khởi (= Tục đế) trong đạo Phật là loại đạo đức được xây dựng trên nền tảng của Chân lý Duyên khởi (= Chân đế). Theo đó, các hình thức đạo đức đều dựa trên một nguyên tắc linh hoạt khách quan, chứ không là những tín điều bất di bất dịch chủ quan; đồng thời các hình thức đạo đức này đều có liên quan đến những hệ quả của chân lý Duyên khởi.

Hơn nữa, đạo Phật là một tôn giáo vô thần, cho nên đạo đức học Phật giáo được xem là dạng đạo đức học **nhân bản** 人本, lấy con người làm gốc. Các hình thức của đạo đức Phật giáo thường được phổ biến là nguyên tắc Nhân Quả và nguyên tắc Từ bi-Trí tuệ.

2) Lý Nhân Quả - Đạo đức Duyên khởi.

Nguyên tắc Nhân Quả thể hiện tính khách quan tự nhiên, được phát biểu như sau:

- + Nhân thiện lành => Quả thiện lành.
- + Nhân ác dữ => Quả ác dữ.

Nguyên tắc Nhân Quả “thiện-ác” này tức Đạo đức Duyên khởi theo Trung bộ Kinh II, Kinh thứ 61 và 62 và Trung bộ Kinh III, kinh thứ 147) đặt nền tảng trên chân lý **Duyên khởi-Vô ngã** mang tính tương đối, vượt lên mọi không gian và thời gian được cụ thể và phổ quát hóa, với chuẩn mực sau:

“Mọi hành động đem lại lợi mình-lợi người, được xem là tốt, là thiện, là lành.

Mọi hành động đem lại lợi mình-hại người hay hại mình-lợi người hay hại mình-hại người, được xem là xấu, là ác, là dữ.”

Đạo Phật còn chỉ ra căn gốc của hành động thiện-ác, lành-dữ là do từ chính nội tâm của con người mà ra, như các bài kệ trong kinh Pháp Cú nói đến như sau:

Tâm dẫn đầu các pháp.

Ý làm chủ tạo tác.

Nếu với ý nhiễm ô.

Nói năng hay hành động.

Khổ não bước theo sau.

Như xe theo vật kéo.

(Kệ **Pháp Cú 1**)

Không trên trời dưới biển.

Ý dẫn đầu các pháp.

Ý làm chủ tạo tác.

Nếu với ý thanh tịnh.

Nói năng hay hành động

An lạc bước theo sau.

Như bóng không rời hình.

(Kệ **Pháp Cú 2**)

Lành dữ bởi nơi ta.

Không hang động núi rừng.

Không trú chốn nơi nào.

Trốn được quả ác nghiệp.

Không ai lành cho ai.

Nhiễm tịnh do ta cả.

Không ai thanh tịnh ai.

(Kệ **Pháp Cú 127**)

(Kệ **Pháp Cú 165**)

Đây cũng chính là lý do vì sao đạo Phật nhấn mạnh đến việc tu tâm để hướng tới các hành động thiện lành của con người.

Hơn nữa, do căn tính mỗi con người có khác biệt, nên có sự phân chia theo những mức độ khác nhau theo các hành động của **Thân-Khẩu-Ý**. Đạo đức học Phật giáo đưa ra việc thực hành Ngũ giới là năm điều đạo đức dựa trên nguyên tắc Nhân Quả nói trên, khuyến khích mọi người gìn giữ để hưởng được quả báo tốt đẹp. Ngũ giới được cụ thể chi tiết bằng 10 điều đạo đức gọi Thập thiện nghiệp:

Thập thiện nghiệp (十善業; P: Dasa kusala; S: Daśa kuśala; E: The ten good acts; The ten whole-someness.): Hành giả thực hành rèn luyện tốt 10 điều đạo đức sau.

Thân : có 3 điều.

1. Không sát sinh mà phóng sinh (殺生; P: Pānātipātā; S: Pāṇātipātā; E: Killing).
2. Không trộm cắp mà bố thí (偷盜; P: Adinnādānā; S: Adattādāna; E: Stealing).
3. Không tà hạnh mà giữ phạm hạnh (邪淫; P: Kāmēsu micchācārā; S: Kāmamithyācāra; E: Wrongful sexual relations).

Khẩu : có 4 điều.

4. Không nói dối mà nói lời thành thật (妄語; P: Musāvāda; S: Mṛṣāvādātvirati; E: Lying).
5. Không nói vu khống mà nói lời chất trực (兩舌; P: Pisunāvācā; S: Piśunatā; E: Slandering).
6. Không nói lời thô lỗ mà nói lời dịu dàng, hòa nhã (粗魯; P: Pharusāvācā; S: Uśatī; E: Harsh speech).
7. Không nói lời phù phiếm mà nói lời có ý nghĩa lợi ích (浮泛; P: Samphappalāpo;

S: Sambhinnapralāpa; E: Frivolous talk).

Ý : có 3 điều.

8. Không tham dục (vị kỷ) mà viển ly (vị tha) bằng pháp bố thí (貪欲; P: Abhijjā; S: Abhidya; E: Covetousness; greed for other's belongings).

9. Không sân hận mà khoan dung bằng pháp nhẫn (kiềm chế) (瞋恚; P: Vyāpāda; S: Vyāpāda; E: Ill-will, hatred).

10. Không si mê mà sáng suốt thấy biết luật Nhân-Quả (邪見; P: Micchā diṭṭhi; S: Mithyādr̥ṣṭi; E: Wrong views).

Những 5 điều thiện thuộc Nhân thừa, còn 10 điều thiện nơi đây thuộc Thiên thừa, là những nhận thức và hành động tích cực *trực tiếp* nơi cá nhân. Còn về *gián tiếp* nơi cá nhân như:

- **Không bảo kẻ khác làm**
- **Không vui khi thấy kẻ khác làm**
- **Không khen khi thấy kẻ khác làm**

Bấy giờ sẽ phát sinh thêm 30 điều thiện khác. Như vậy, hành động có tác ý tạo nên tất cả 40 thiện nghiệp, và đối lại là 40 bất thiện nghiệp, đó là các **Thân** nghiệp, các **Khẩu** nghiệp và các **Ý** nghiệp.

Theo kinh Thập Thiện thì "*10 điều đạo đức này là nhân lành của đạo quả Nhân, Thiên (cõi người, cõi trời), là nhân lành của đạo quả Bồ Đề (giác ngộ-giải thoát) của hàng Thánh Văn, Độc Giác, là nhân lành của đạo quả Vô Thượng Bồ Đề của chư Phật. Tất cả đều y vào thiện pháp này làm cội gốc mà được thành tựu*".

Đạo đức Nhân, Thiên trong tu hướng thiện, là nền tảng đạo đức cho tu học giác ngộ-giải thoát.

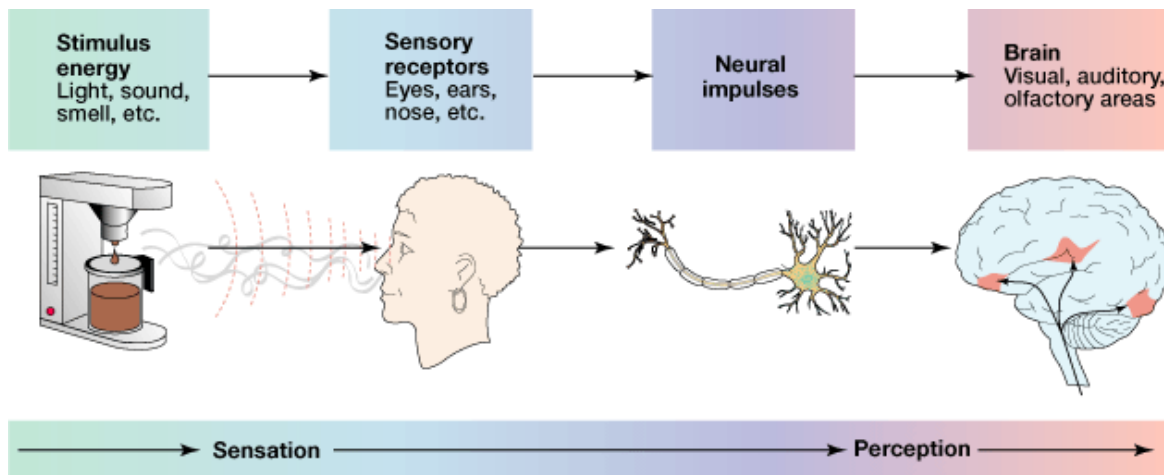


3) Nguyên tắc Từ bi-Trí tuệ.

1. Tình cảm và Lý trí.

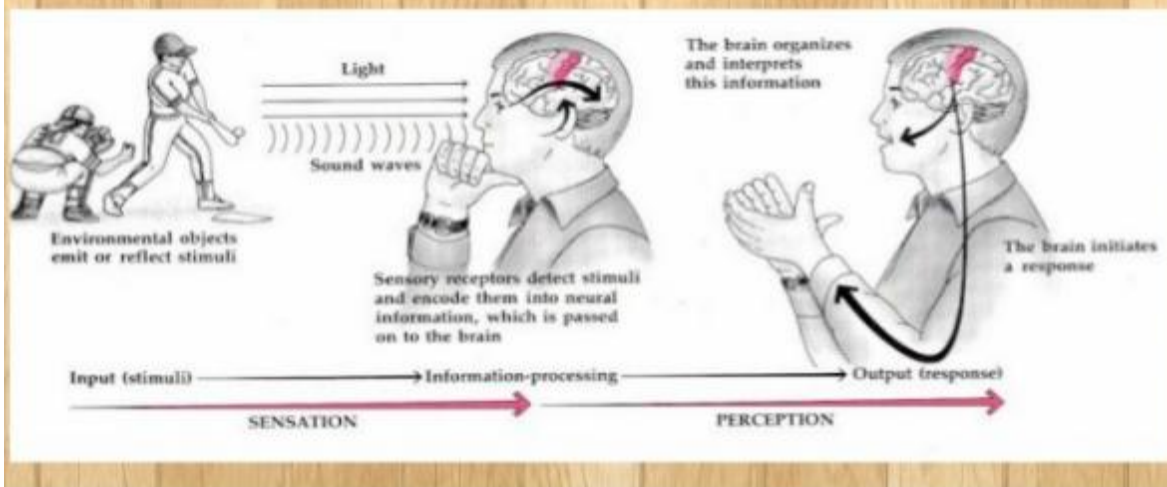
- *Tình cảm* (情感; E: Affection) = Cảm xúc (情绪; E: Emotion – body // Feeling - mind) được xem là sự rung động qua gắn kết của con người với một đối tượng là sự vật hay hiện tượng nào đó. Tình cảm có hai mặt là *tình thân* (đối tượng được ưa thích hay yêu thương) và *tình thù* (đối tượng bị chê ghét hay loại trừ)

- *Lý trí* (理智; E: Reason) được cho là khả năng giải thích hay đánh giá qua hiểu biết các sự kiện, hiện tượng. Lý trí gắn kết với suy nghĩ, nhận thức, phán đoán.



Sensation & Perception

In psychology, sensation and perception are stages of processing the sensory systems, such as vision, auditory, and pain sensory systems.



Diễn biến: **Khi xem một trận đấu (cảm giác), biết đó là trận bóng chày (tri giác). Người xem thuộc đội chiến thắng sẽ rất *sung sướng, phấn khích* (cảm xúc tích cực), nếu đội của thua người này sẽ *buồn bã, thất vọng* (cảm xúc tiêu cực).**

Cảm giác => Tri giác => Cảm xúc // Tình cảm => Nhận thức

[Sensation => Perception => Emotion // Feeling => Cognition]

2. Từ bi và Trí tuệ.

- **Từ bi** 慈悲 được phân tích như sau:

+ *Từ*(慈; P: Mettā; S: Maitrī; E: Loving-kindness): Đó là phát nguyện độ sinh đạt được hạnh phúc cao thượng và cảm thán trước hạnh phúc cao thượng của chúng sinh.

+ *Bi* (悲; P;S: Karuṇā; E: Compassion): Đó là phát nguyện độ sinh vượt qua khổ đau thấp hèn và cảm thông trước khổ đau thấp hèn của chúng sinh.

Theo đó, Từ bi hàm chứa ý nghĩa là thứ tình cảm rộng lớn hình thành trên nền tảng của nhận thức Vô ngã không dính mắc. Điều này tương phản với *Bát ái* hay *Tình yêu* nơi các tôn giáo khác, là thứ tình cảm rộng lớn hình thành trên nền tảng của nhận thức Hữu ngã dính mắc.

- **Trí tuệ** (智慧; P: Paññā; S: Prajñā; E: Wisdom): Trí tuệ nơi đây hàm chứa ý nghĩa là thứ lý trí nhận biết sự thật-lẽ thật, là *Giác ngộ* (覺悟 = *Trí tuệ Giải thoát* 智慧解脫 = *Bát-nhã Ba-la-mật-đa* 般若波羅蜜多; E: Perfect wisdom, Awakened intellect), là thứ trí tuệ không dính mắc, có khả năng sáng tạo hay dung nạp chọn lọc trong mọi nhận thức và hành động. Trí tuệ này hình thành từ quán triệt chân lý Duyên khởi, nó giúp hành giả vượt lên mọi phiền não nơi nội tâm, cũng như giúp hành giả soi sáng mọi hành động của mình hợp với nguyên tắc Nhân Quả.

Trí tuệ được xem là Chánh tri kiến, là chi phần quan trọng nhất, và là động lực chính trong Bát Chánh Đạo, dẫn hướng cho bảy chi phần còn lại (Xin xem Bát Chánh Đạo). Trí tuệ này cũng được xem là phương tiện *Ba-la-mật hóa* (= vượt thoát) mọi hành động trong cuộc sống, điển hình là các pháp tu dẫn hướng Thập Ba-la-mật (= Thập độ 十度) trong Phật giáo Nam truyền, và Lục Ba-la-mật (= Lục độ 六度) trong Phật giáo Bắc truyền.

Một điển đạt nhiều ý vị về Từ bi – Trí tuệ được ghi nhận như sau: “... *Nếu bảo Từ Bi là một thứ tình yêu, thì tình yêu này không phải là thứ cảm xúc nồng nức, hời hợt và sẵn sàng dẫn đến hành động một cách mù quáng. Mà chính đó phải là thứ cảm xúc sâu thẳm, xuất phát từ cái nhìn rộng lớn, không lầm lẫn, đi liền với toàn bộ cuộc sống như là một tổng thể. Vì thế, không có từ bi thì đời sống chúng ta sẽ như một thân cây khô cằn, và không có trí tuệ thì đó chỉ là sự sống trong tăm tối ...*”.



Xem thêm

- [Từ Bi Và Trí Tuệ - Phật Học - THƯ VIỆN HOA SEN](#)
- [Từ Bi và Trí Tuệ \(Con người và Đạo Phật, Mê hay Ngộ ...](#)
- [Từ Bi Và Trí Tuệ - Phật Học Cơ Bản - THƯ VIỆN HOA SEN](#)
- [Trong đạo Phật, từ bi gắn liền với trí tuệ - Phật giáo Việt Nam](#)
- [Mối quan hệ giữa trí tuệ và lòng từ bi trong đạo phật - sức khỏe](#)

VIDEO

- [TỪ BI & TRÍ TUỆ - Thầy Thích Pháp Hoà](#)
- [Vấn đáp: Từ bi và trí tuệ | Thích Nhật Từ](#)
- [VĐPP | Từ bi và Trí tuệ - Hòa thượng Pháp Tông](#)
- [Thế nào là Từ Bi và Trí Tuệ - Thầy Thích Trí Huệ](#)
- [Pháp Tu Từ Bi Và Trí Tuệ - Thầy Thích Quang Thạnh](#)

3. Giải thoát.



[Moksha - Wikipedia](#)

- [Giải thoát – Wikipedia tiếng Việt](#)

Giải thoát (解脱; P: Mokka, vimokkha; S: Mokṣa, vimokṣa; E: Liberation, deliverance, emancipation)

- Giải 解: Là cởi ra, mở ra. Như: giải y (解衣) là cởi áo.

- Thoát 脱: Là ra khỏi, thoát khỏi. Như: đào thoát (逃脫) là trốn khỏi.

Theo đó, giải thoát là tâm không bị ràng buộc bởi các phiền não, đạt tới một nội tâm tự do. Để hiện thực giải thoát, hành giả cần tự trang bị:

1. Nhận thức chân lý Duyên khởi và đạo đức Duyên khởi làm phương tiện, để tuệ giác khai mở, đi tới giải thoát.

2. Thực hành quán chiếu (= soi sáng) và chánh niệm:

- **Duyên khởi tính** (= Vô thường tính + Vô ngã tính) theo truyền thống Phật giáo Nam truyền.

- **Phật tính, Không tính, Tự tính, Chân tâm, Bản tâm** ... theo truyền thống Phật giáo Bắc truyền.

3.1. Giải thoát phiền não.

Phiền não (煩惱; P: kilesa; S: kleśa, kleshas; E: afflictions, mind poisons → passion; lust; depravity; impurity: *đam mê; dục vọng; đồi trụy; ô uế*).

- Phiền 煩: Buồn lo, sầu muộn // Nhàm, chán // Rườm rà, rắc rối.
- Nảo 惱: Buồn bực, nhiễu loạn.

Theo đó:

Phiền não là tên gọi tổng quát chỉ cho những hiện tượng tâm lý xấu và sai lầm như buồn bực, lo lắng, lo sợ, chán chường ... Nói cách khác, phiền não là những trạng thái của tâm chấp thủ vì chưa thấy biết rõ chân lý – chân lý Duyên khởi, cho nên *tâm chấp thủ* còn gọi là *tâm vô minh* (= Si: tâm không sáng, tâm mê lầm, tâm si). Tâm vô minh trong đời sống biểu hiện qua các đối đãi nhị nguyên cực đoan là Tham (khởi đầu bằng ưa thích) và Sân (khởi đầu bằng chê ghét).

Phiền não còn gọi là *Bộc lưu* (瀑流; P; S: ogha; E: a torrent, the stream of passion, or illusion).

1) Phiền não theo Phật giáo Nam truyền.

Theo Phật giáo Nam truyền có sự trình bày chi tiết của căn bản phiền não Si Tham Sân này như sau:

1. **Theo luận Thanh Tịnh Đạo** của ngài Buddhaghosa (Phật Âm) gốc của phiền não được kể ra **10** loại: Tham; Sân; Si; Mạn (ngã mạn); Kiến (tà kiến); Nghi (hoài nghi); Hôn trầm (buồn ngủ); Trạo cử (vọng động, hồi tiếc); Vô tầm (không biết hổ thẹn tội lỗi); Vô quý (không biết lo sợ tội lỗi).

2. **Theo luận Vi Diệu Pháp** gốc phiền não được phân loại theo 3 biểu hiện của chúng:

- **Ngoại phiền não** (P: vitikamokilesa – phiền não vi phạm): Là các loại phiền não đã bộc lộ ra ngoài bằng thân hay khẩu, thành những hành động phạm giới. Phiền não loại này được chế ngự do sự hành trì giới luật.

- **Nội phiền não** (P: pariyutthanakilesa – phiền não ám ảnh): Là các loại phiền não phát sinh trong tâm ngay lúc nhận biết cảnh, không biểu lộ ra ngoài, người nào có người đó biết, người khác không biết được, nhưng nếu với con mắt tinh tế cũng có thể

biết được. Phiền não loại này được khắc phục do hành thiền, dùng tâm thiền để chế ngự chúng.

- **Tùy phiền não** (P: anusayakilesa – phiền não ngủ ngầm): Là loại phiền não ngủ ngầm nơi tâm, không ai biết được do sự ô nhiễm nhiều đời nhiều kiếp. Phiền não loại này được đoạn diệt bằng tuệ giác nghĩa là trí tuệ phát sanh ở Đạo tâm siêu thế, khi chứng ngộ các tầng thánh Tu Đà Hoàn, Tư Đà Hàm, A Na Hàm, A La Hán.

2) Phiền não theo Phật giáo Bắc truyền.

Trong Phật giáo Bắc truyền có sự trình bày chi tiết của căn bản phiền não Si Tham Sân bằng sự phân biệt 2 dạng gốc là Căn bản phiền não và Tùy phiền não:

1. **Căn bản phiền não** (根本煩惱; S: *mūla-kleśa*; E: fundamental afflictions):

Đây là những **6** gốc của phiền não được Duy Thức học phân biệt gọi là căn bản phiền não, đó là: **Tham**; **Sân**; **Si**; **Mạn** (ngã mạn, kiêu căng); **Kiến** (tà kiến); **Nghi** (hoài nghi).

2. **Tùy phiền não** (隨煩惱; S: *upa-kleśa*; E: consequent afflictions): Là những 20 loại phiền não sinh ra từ căn bản phiền não, chia làm ba dạng là Tiểu tùy, Trung tùy và Đại tùy, được trình bày chi tiết ở mục 'Tam độc và Tùy phiền não']

Gốc của mọi phiền não tuy có nhiều cách nhìn và phân tích, như **Lậu hoặc**, **Kết sử**, **Chướng**, **Dục** ..., nhưng tựu trung cũng không ngoài gốc Tam độc **Tham Sân Si**. Tam độc khiến cho con người bị trói buộc bị động trong vòng sanh tử, tử sanh.

Về căn bản cách hóa giải Tam độc hữu hiệu không gì khác hơn là thấy ra sự thật, thấy ra lẽ thật bằng phương tiện Duyên khởi, tức thấy ra Vô ngã và Vô thường của vũ trụ.

Trong kinh Tương Ưng Bộ IV. Trang 404 nêu rõ: “Đoạn tận Tham, đoạn tận Sân, đoạn tận Si, đây gọi là Niết-bàn”.

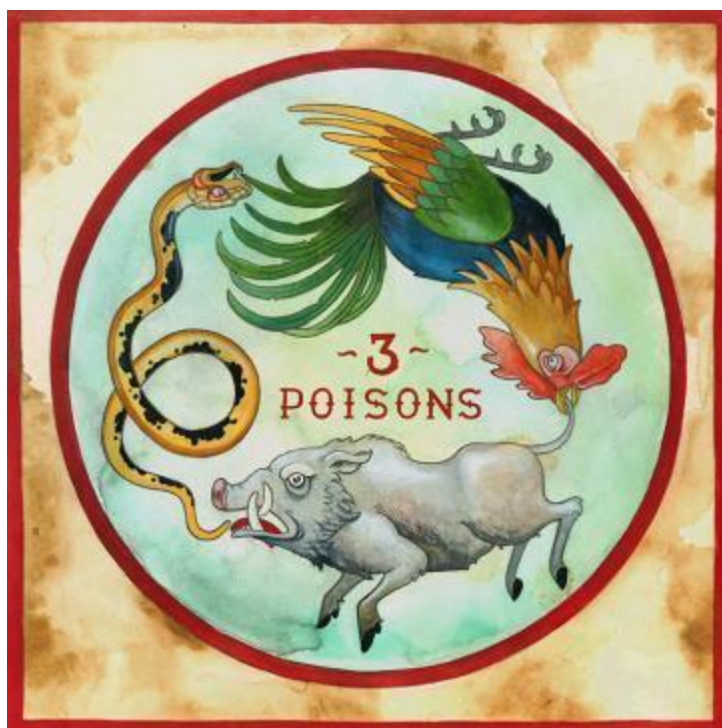
Trong kinh Tạp A Hàm có chép:

“Niết-bàn có nghĩa là dập tắt hoàn toàn ngọn lửa phiền não, là đoạn trừ Nghiệp gây ra từ ba bất thiện là Tham, Sân và Si.”

Tham Sân Si là căn bản, là trọng tâm của phiền não nơi con người, và tồn tại dưới rất nhiều hình thức và cung bậc khác nhau.



3.2. Giải thoát phiền não: Tham Sân Si.



[Three poisons - Wikipedia](#)

[Tam độc – Wikipedia tiếng Việt](#)

[Tranh Thangka với biểu tượng Tam độc]

Tam độc (三毒; P;S: Akusalamula samyōjana; E: The three poisons) còn được gọi là **Tam bất thiện căn** (三不善根; P: Akusala-mūla; S: Akúśala-mūla; E: The three

unwholesome roots), sinh khởi từ chấp thủ Ngã, có các hình biểu tượng trong tranh Thangka như sau:

+ **Tham** (貪; P: Lobha; S: Lobham; E: Greed): Biểu tượng là con gà trống.

+ **Sân** (瞋; P: Dosa; S: Dveṣa; E: Hatred): Biểu tượng là con rắn.

+ **Si** (癡; P: Moha; S: Moham; E: Ignorance): Biểu tượng con heo.

1) Các cấp độ của Tam độc:

Tham:	P: iccha (ưa thích)	lobha (ham muốn)	abhijjha (chiếm đoạt)
	S: rāga	lobham	abhidhyana
	E: wish (desire)	greed (covetousness)	avarice (extreme greed)
Sân:	P: kodha (chê ghét)	dosa (bực tức)	byapada (loại trừ)
	S: pratigha	dveṣa	vaira
	E: dislike	anger, resentment	enmity
Si:	P: avijja (vô minh)	moha (mê lầm)	micchaditthi (tà kiến)
	S: avidya	moham	mithyadrsti
	E: ignorance	mistaken	perverted view

2) Tam độc và Lục đạo:

+ Đối với chúng sinh trội về ác nghiệp.

Tham	=>	Ngạ quỷ
Sân	=>	Địa ngục
Si	=>	Súc sinh

+ Đối với chúng sinh trội về thiện nghiệp

Tham	=>	Nhân-giới
Sân	=>	A-tu-la
Si	=>	Thiên giới (= Trời, Thiên)

Cảnh giới địa ngục được xem như tệ hại nhất với tâm sân (# hỏa ngục).

Thế giới quan về Lục đạo này tồn tại khách quan không luận là người có theo đạo Phật hay theo bất kỳ tôn giáo nào. Nói riêng trong thế giới loài người 6 cảnh giới này đều tương thích. Sự tương thích của 6 cảnh giới này hẳn còn phù hợp nơi từng mỗi con người; đây là lý do vì sao một người đang ở cảnh giới 'thiên' vui sướng đầy quyền lực, bất giác với tạo tác xấu xa nặng nề mà phải rơi vào cảnh giới 'địa ngục' tù đày, bị bức tử ngay trong một kiếp sống.

- Trong kinh Hoa Nghiêm, phẩm Phổ Hiền hạnh đã chép:

*"Chỉ một khởi niệm sân mà kết quả là muôn ngàn chướng ngại nảy sinh * Nhất niệm tâm khởi, bách vạn chướng môn khai * 一念瞋心起,百萬障門開",*

hay

*"Một ngọn lửa sân có thể thiêu rụi cả muôn rừng công đức * Nhất sân chi hỏa, năng thiêu vạn khoảnh công đức chi lâm * 一瞋之火, 能燒萬頃功德之林 ".*

- Trong tục ngữ Việt: *"No mất ngon, giận mất khôn".*

- Theo Robert G. Ingersoll (1833-1899) chính trị gia nổi tiếng của Mỹ cũng đã phát biểu: *"Giận dữ là cơn gió thổi tắt đi ngọn đèn của trí tuệ" - Anger is a wind which blows out the lamp of the mind* (Xin xem: [-Danh ngôn về sự giận dữ](#)).

3) Tam độc và Tam giới:

Trong kinh Pháp Hoa có chép rằng: *"Chúng sinh còn ở trong Tam giới đều không được an ổn, giống như ở trong lò lửa vậy"*, có nghĩa là chúng sinh trong tam giới đều bị chi phối bởi Tam độc Tham-Sân-Si ở những định lượng chấp thủ thiện-ác khác nhau.

1. Dục giới:

- Có bốn cảnh giới bất hạnh (P: apāya) thuộc Dục giới, vì cả tinh thần lẫn vật chất đều chịu đau khổ, đó là: Địa ngục, Ngã quỷ, Súc sanh, A-tu-la.

- Có bảy cảnh giới hữu phúc (P: sugati) thuộc Dục giới, đó là: Người, Trời dục giới (Tứ đại Thiên vương, Đạo lợi, Dạ ma, Đâu xuất, Hoá lạc, Tha hoá tự tại).

2. Sắc giới và Vô sắc giới:

Đó là những cảnh giới các vị Phạm Thiên, những vị Trời đã từ bỏ tham dục và đang thọ hưởng hạnh phúc của thiên, nhưng hãy còn Si chưa đoạn trừ. Có tất cả mười sáu cảnh Sắc giới và 4 cảnh Vô sắc giới (Xin xem chi tiết hơn ở mục 3.4. '*Giải thoát khỏi Tam giới*').



3.3. Giải thoát phiền não: lậu hoặc.

1) Lậu hoặc - Vô lậu hoặc.

1. **Lậu hoặc** (漏惑; P: Āsava; S: Āsrava; E: Mental intoxicants, mental defilements) = **Hữu lậu** (有漏; P: Sāsava; S: Sāsrava; E: Impure happiness).

- Lậu 漏: Là ô nhiễm, phiền não.

- Hoặc 惑: Là mê lú, mê lầm.

Theo đó lậu hoặc nói vắn tắt là Lậu theo PGNT, là Hoặc theo PGBT, là gốc phiền não chướng ngại **Si**, tức không hiểu biết hay hiểu biết sai về chân lý Duyên khởi, mà theo đó mọi hành động sẽ dễ dàng rơi vào các bám chấp **Tham** hoặc **Sân**.

2. **Vô lậu hoặc** (無漏惑; P: Anāsava; S: Anāsrava; E: Pure happiness, pure faculties; free from mental +intoxicants) hay **Vô lậu** 無漏 có nghĩa là đoạn diệt gốc phiền não Si do nhận thức quán triệt và hành động thuận theo chân lý Duyên khởi (tùy Duyên thuận Pháp).



2) Lậu hoặc theo Phật giáo Nam truyền.

Theo Phật giáo Nam truyền, lậu hoặc chia làm 4 loại, đó là: Dục lậu, Hữu lậu, Kiến lậu và Vô minh lậu.

1. **Dục lậu** (P: Kāmāsava): Đây là những phiền não ở cõi dục (nơi cuộc sống của con người). Dục lậu được xem như sinh ra từ 2 dạng Ngũ dục sau:

- Ngũ dục giác quan: Sắc dục, Thính dục, Hương dục, Vị dục, Xúc dục.
- Ngũ dục thế tục: Tài (tài sản), Sắc (nữ sắc), Danh (tiếng khen), Thực (ăn uống), Thù (ngủ nghỉ).

2. **Hữu lậu** (P: Bhavāsava):

Đây là những phiền não ở cõi dục, cõi sắc, cõi vô sắc (tam giới):

- *Dục hữu* : Ý nghĩa như Dục lậu.
- *Sắc hữu* và *Vô sắc hữu* : Đây là những phiền não gây ra do sự ham mê, mong muốn được chứng đắc các tầng thiền Sắc và Vô sắc để thọ hưởng hỷ, lạc, xả ... trong các tầng thiền định.

3. **Kiến lậu** (P: Diṭṭhāsava):

Đây là những phiền não thuộc về sở tri, tức về kiến thức, về quan niệm của mình trên các lĩnh vực của đời sống như chính trị, tôn giáo, xã hội. Kiến lậu xuất phát từ kiến chấp ưa ghét ... làm tổn thương đến giá trị tinh thần, lòng nhân ái, làm mất đi công bằng và lẽ phải giữa con người với con người.

Kiến lậu biểu hiện chấp thủ, bảo vệ quan điểm của riêng mình qua cách nhìn, các thấy biết sai lệch, những tư tưởng, những triết lý, quan niệm sai lạc mà cho là đúng.

4. **Vô minh lậu** (P: Avijjāsava):

Đây là trạng thái tâm không sáng suốt, không tỉnh giác, đối với chân lý Duyên khởi khiến con người có những hành động mê lầm chấp thường-chấp ngã, gieo trồng các mê nghiệp, tạo nên lậu hoặc, khiến phải chịu trôi lăn trong vòng sanh tử.



3) Lậu hoặc theo Phật giáo Bắc truyền.

Theo Phật giáo Bắc truyền, lậu hoặc cũng chia làm 4 loại, nhưng ghép thu gọn lại thành 3 loại gọi là Tam hoặc (三惑; E: Three delusions) cũng gọi là Tam chướng.

1. Kiến tư hoặc [見思惑 = Kiến hoặc (見惑) và Tư hoặc (思惑):

- *Kiến hoặc* là do các tà kiến sinh khởi khi ý căn tiếp xúc với pháp trần.
- *Tư hoặc* là tư tưởng chấp trước dấy lên khi 5 căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân tham đắm nơi 5 trần sắc, thanh, hương, vị, xúc.

Kiến tư hoặc là phiền não mê lầm đối với Lý-Sự ở hiện tại.

2. **Trần sa hoặc** (塵沙惑): Chướng ngại sinh khởi vì mê lầm đối với các pháp thuộc nội giới, ngoại giới nhiều như số cát sông Hằng, gọi là Trần sa hoặc. Bồ tát sau khi đoạn trừ Kiến tư hoặc, dễ bị dính mắc vào Không quán, gây chướng ngại cho việc tự tại giáo hoá độ sinh của Bồ tát, nên Trần sa hoặc còn được gọi là *Trước không hoặc*, *Hoá đạo chướng hoặc*. Vì hoặc này chỉ có Bồ tát đoạn trừ nên cũng gọi là Biệt hoặc, thuộc cả nội giới và ngoại giới, phải dùng Giả quán để đối trị.

3. **Vô minh hoặc** (無明惑): Đối với tất cả pháp không rõ biết nên gọi là Vô minh. Tức là phiền não do mê lầm về Trung đạo, phải dùng Trung quán để đối trị.

Thật ra, Tam hoặc vốn do một hoặc mà chia ra theo tính chất thô và tế, chứ thể của hoặc thì không khác, tính thô gọi Kiến tư, tính tế gọi là Vô minh, ở khoảng giữa thì gọi là Trần sa.



4) Đoạn trừ lậu hoặc.

Đoạn trừ lậu hoặc là nhằm đạt *Tâm vô lậu* 無漏心, chấm dứt phiền não và đạt cảnh giới thanh tịnh. *Trí vô lậu* 無漏智 là trí của các bậc đắc quả Thánh không còn phiền não bám nhiễm. Trí vô lậu là Tuệ giác và không gì khác hơn là khả năng thông suốt chân lý Duyên khởi, thấy rõ bản chất thực vũ trụ vạn vật.

- Trong Kinh Pháp Cú – Phẩm Ác, kệ 126 có viết:

*Người thiện lên cõi trời,
Vô lậu chứng Niết Bàn.*

- Trong kinh *Trung bộ I*, Phật dạy 7 cách giúp phòng hộ và diệt tận lậu hoặc:

"Này các Tỷ-kheo!

Có những lậu hoặc phải do tri kiến mà được đoạn trừ.

Có những lậu hoặc phải do phòng hộ mà được đoạn trừ.

Có những lậu hoặc phải do thọ dụng mà được đoạn trừ.

Có những lậu hoặc phải do kham nhẫn mà được đoạn trừ.

Có những lậu hoặc phải do tránh né mà được đoạn trừ.

Có những lậu hoặc phải do trừ diệt mà được đoạn trừ.

Có những lậu hoặc phải do tu tập mà được đoạn trừ".

1. Tri kiến giúp đoạn trừ lậu hoặc:

Tri kiến là thấy biết. Có loại tri kiến dẫn con người vào chỗ bất thiện, không tránh được phiền não trong hiện tại và tương lai. Có loại tri kiến giúp đoạn tận phiền não dẫn con người vào Thánh đạo; tri kiến về đạo đức và chân lý Duyên khởi, mà cụ thể là Vô thường, Vô ngã, Nhân Quả là tri kiến đỉnh cao giúp hành giả đạt tới Phật quả.

Trong kinh *Tương ưng bộ*, chương 22 *Tương ưng Uẩn*, iii: Phẩm Những gì được ăn, có chép:

Này các Tỷ-kheo, biết như thế nào, thấy như thế nào, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức? Ở đây, này các Tỷ-kheo, kẻ vô văn phạm phu không thấy rõ các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, quán Sắc như là Tự ngã, sự quán như vậy là Hành, Hành ấy là Vô thường, hữu vi, do duyên sinh. Vô minh ấy là Vô thường, hữu vi, do duyên sinh. Do biết vậy, do thấy vậy, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức”.

Đoạn kinh văn trên còn chứng tỏ rằng các lậu hoặc được đoạn tận ngay lập tức, không cần trải qua thời gian, không cần phải tu tập tứ niệm xứ, tứ thiền, 37 phẩm trợ đạo... mà chỉ cần rõ biết các Hành là vô thường, hữu vi, do duyên sinh, Thọ là vô thường, hữu vi, do duyên sinh, thì sẽ đoạn tận các lậu hoặc ngay lập tức, cứu cánh niết-bàn.

2. Phòng hộ giúp đoạn trừ lậu hoặc:

Phòng hộ nói đây là phòng hộ sáu căn khi tiếp xúc với sáu trần. Sáu căn là nơi có thể làm hiện khởi tập khí Tham dục, Sân hận, Si mê, gây chướng ngại cho sự tu học. Đó là lý do cần phòng hộ sáu căn.

- Trong kinh Lăng Nghiêm có chép: “*Sáu thứ mắt tai mũi lưỡi thân ý làm mai mối cho giặc phiền não. Do đây từ vô thủy, thế giới chúng sinh sinh ra ràng buộc, không thể vượt khỏi sự vật thế gian*”. Phòng hộ được sáu căn thì ngay đó là giải thoát.

- Trong kinh Tăng Chi Bộ, đức Phật đã chỉ dạy pháp hành 6 căn này dựa trên nhận thức chân lý Duyên khởi để đi đến giải thoát, tức Lục căn viên thông, như sau:

"Các thầy phải tu *sáu pháp vô thượng*. Những gì là sáu?

+ *Mắt* thấy sắc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

+ *Tai* nghe tiếng, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

+ *Mũi* ngửi mùi, không ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

+ **Lười** nểm vị, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

+ **Thân** xúc chạm, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

+ **Ý** đối với suy nghĩ mọi việc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.”

3. Thọ dụng giúp đoạn trừ lậu hoặc:

Thọ dụng nơi đây là đối với việc ăn mặc. Ăn mặc sao để không ngày càng bị trôi buột làm cho Tham dục và Sân hận tăng trưởng. Mục đích của việc thọ dụng này là để hỗ trợ phạm hạnh. Đây là chỗ khác với người đời, ăn là phải ngon, mặc là phải đẹp, là chỗ hướng đến của người đời.

- Trong kinh Tất Cả Các Lậu Hoặc (P: Sabbāsava sutta) thuộc Trung Bộ Kinh, có chép:

"Này các Tỷ-kheo, ở đây Tỷ-kheo như lý giác sát (), thọ dụng y phục, chỉ để che đậy sự trần truồng, ngăn ngừa lạnh, nóng, xúc chạm của các loài côn trùng. Vị ấy như lý giác sát, thọ dụng món ăn khát thực không phải để vui đùa, đam mê, trang sức, hay tự làm đẹp mình. Chỉ là để thân này được dài lâu, để thân này khỏi bị hại thương, để hỗ trợ phạm hạnh..."*

(*) **Chú thích:**

1/. Như lý giác sát (如理覺察; P: Yoniso-paṭisaṅkhāna; E: skilful discrimination, wise discrimination) = **Khéo giác sát**. Là dùng ánh sáng chân lý suy xét hiểu biết một đối tượng.

2/. Như lý tác ý (如理作意; P: Yoniso-manasikāra; E: proper attention, wise attention) = **Khéo tác ý**. Là dùng ánh sáng chân lý soi sáng tới một đối tượng.

- Như lý (P: Yoniso) là đúng lẽ thật (chân lý Duyên khởi)
- Giác sát (P: Paṭisaṅkhāna) là suy xét hiểu biết một đối tượng.
- Tác ý (P: Manasikāra) là hướng tâm, khởi tâm tới một đối tượng.

4. Kham nhẫn giúp đoạn trừ lậu hoặc:

Kham nhẫn là nói đến những gì không thuận với ý mình. Ăn những món không hợp khẩu vị mà phải ăn; mặc những thứ không thích mà phải mặc; gần những người không hợp; xa những người thân thương ...; rất nhiều thứ trong cuộc đời này hiện ra rất trái ý, mà không ít thì nhiều, ai cũng phải chịu. Bởi thế, sống có kham nhẫn thì mới tìm thấy an lạc, mới vượt thoát được Sân hận.

Quán chiếu Duyên khởi, mà cụ thể là lý Nhân Duyên Quả, Vô thường, Vô ngã – là tuệ giác soi sáng cho kham nhẫn, vượt lên các phiền não dẫn nén.

5. Tránh né giúp đoạn trừ lậu hoặc:

Tránh né, là một hình thức của tránh duyên. Những duyên nào không thể đương đầu hay kham nhẫn, có thể ảnh hưởng đến hành giả khiến có thể làm hiện hành và phát triển Tham dục cũng như Sân hận thì cần phải tránh.

- Trong kinh Tất Cả Các Lậu Hoặc, Phật dạy:

“Thế nào là các lậu hoặc do tránh né mà được đoạn trừ? Nay các Tỷ-kheo, ở đây các Tỷ-kheo như lý giác sát, tránh né voi dữ, ngựa dữ, bò dữ, chó dữ, rắn khúc cây, gai góc, hố sâu, vực núi, ao nước nhớp, vũng nước”.

“Ở đây, nay các Tỷ-kheo như lý giác sát, có những chỗ ngồi không xứng đáng ngồi, những trú xứ không nên lai vãng, những bạn bè ác độc mà nếu giao du thì bị các đồng phạm hạnh nghi ngờ khinh thường”.

- Trong kinh Phạm Võng Bồ-tát giới nói:

“Cũng chẳng được đi xem hát, nghe nhạc, chơi cờ, đánh bạc, chơi cầu, đá bóng, cho đến chơi bói xú v.v...”. Bởi đây là những trú xứ làm loạn tâm, tăng trưởng hơn thua và tham, sân, si, mà hành giả không nên lai vãng.

6. Trừ diệt giúp đoạn trừ lậu hoặc:

Trừ diệt là hành tác không cho **lậu** hoặc tồn tại và hiện khởi. Tuy nhiên có những lậu hoặc khó dứt trừ, nên cần sự hỗ trợ của các pháp khác như tránh duyên, kham nhẫn v.v...

- *Tránh duyên*, để không tạo duyên cho lậu hoặc sinh khởi.
- *Kham nhẫn*, vì lỡ sinh khởi rồi thì chịu đựng, không cho nó phát thành hành động.

Trong kinh Tất Cả Các Lậu Hoặc nói:

"Thế nào là các lậu hoặc phải do trừ diệt được đoạn trừ? Nay các Tỷ-kheo, ở đây Tỷ-kheo như lý giác sát, không chấp nhận dục niệm đã khởi lên. Từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại dục niệm ấy. Không chấp nhận sân niệm đã khởi lên. Từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại sân niệm ấy..."

7. Tu tập giúp đoạn trừ lậu hoặc:

Tu tập là gồm những 6 pháp đã trình bày trên. Ngoài ra theo kinh Tất Cả Lậu Hoặc, phần tu tập này chỉ cho Thất Giác Chi (= Thất Bồ-đề Phần, thuộc hệ thống 37 Phẩm Trợ Đạo). Đây là 7 pháp có công năng giúp cho hành giả đi tới giác ngộ (Xin xem mục từ Thất Giác Chi).

Trong kinh Pārileyya, Chương 22: Tương Ứng Uẩn, Tương Ứng Bộ kinh, cốt lõi của đoạn trừ lậu hoặc khi quán triệt 3 yếu tố sau:

"Như vậy, nay các Tỷ-kheo, mọi hành ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sinh. Khát ái ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sinh. Thọ ấy ..., Xúc ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sinh. Vô minh ấy là vô thường, hữu vi, do duyên sinh. Do biết vậy, do thấy vậy, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức."

Chú thích:

- **Mọi hành** (= **Chư hành**: 諸行; P: Sabbe saṅkhārā; S: Sarve saṃskārā; E: All conditioned things) = Mọi sự vật hiện tượng.

- **Hữu vi** (有爲; P: Saṅkhāta; S: Saṃskṛta; E: Conditioned existence): được tạo tác phụ thuộc, bị ảnh hưởng; đối nghĩa với **Vô vi** (無爲). Chỉ tất cả mọi sự vật hiện tượng chịu ảnh hưởng lẫn nhau.

Những pháp có hình tướng, số lượng, có thể suy lường và dùng lời nói văn tự diễn tả được, đều gọi là pháp hữu vi. Đặc điểm chính của những Pháp hữu vi này là Thành, Trụ, Hoại, Diệt. Vì thế nên tất cả những gì hữu vi đều **Vô ngã** = **Không** (không thực có, không có tự tính), **Vô thường** (biến đổi, không thường hằng).

- **Duyên sinh** (hay Duyên hợp = **Duyên khởi** (緣起; P: Paṭicca-samuppāda; S: Pratītya-samutpāda; E: Dependent origination, Dependent arising; F: Coproduction conditionnée): Các sự vật, hiện tượng được tạo tác sinh khởi do các duyên (nhân duyên), biến dịch và hoại diệt gọi là các pháp hữu vi. Năm uẩn: sắc, thọ tưởng, hành, thức các yếu tố được tạo thành do các điều kiện (các duyên) là các pháp hữu vi.



3.4. Giải thoát phiền não: Kết sử.



[Fetter \(Buddhism\) - Wikipedia](#)

[Kết sử – Wikipedia tiếng Việt](#)

Kết sử (結使; P;S: Saṃyojana; E: Fetter) là một thuật ngữ trong đạo Phật gốc Hán, với:

- Kết = Kiết 結: Có nghĩa là *thắt buộc, trói buộc*.
- Sử 使: Có nghĩa là *sai khiến*.

Theo đó, *kết sử* chỉ cho những chướng ngại tạo ra *phiền não* (= nội kết) trói buộc tâm, khiến cho con người bị ràng buộc và bị động trong sinh tử luân hồi. Vì thế, đoạn diệt những kết sử này, là cách để thể nhập Niết-bàn (tự do nội tâm).

1) Mười kết sử theo Phật giáo Nam truyền.

- Năm hạ phần kết sử.

1 - *Thân kiến* (身見; P: sakkyadiṭṭhi; S: satkya-drṣṭi; E: belief in a self): Cố chấp rằng có một bản ngã (= thực thể) hình thành nơi thân thể.

2 - *Nghi* (疑; P: vicikicchā; S: vicikitsā; E: doubt or uncertainty, especially about the Buddha's awakeness and nine supermundane consciousnesses): Cố chấp ngờ vực, do dự, khả nghi, đáng ngờ.

3 - *Giới cấm thủ* (戒禁取; P: sīlabbata-parāmāsa; S: ṷlavrata-parmarśa; E: attachment to rites and rituals): Cố chấp vào giới luật một cách không chính đáng.

4 - *Dục tham* (欲貪; P: kāmacchando; S: kma-rga; E: sensual desire): Cố chấp tham đắm vào cõi dục.

5 - *Sân hận* (瞋恚; P: vyāpāda; S: vypda; E: ill will): Cố chấp vào bực tức, thù ghét.

- Năm thượng phần kết sử.

6 - *Sắc tham* (色貪; P: rūparāgo; S: rpa-rga; E: lust for material existence, lust for material rebirth): Cố chấp tham đắm vào cõi sắc.

7 - *Vô sắc tham* (無色貪; P: arūparāgo; S: arpa-rga; E: lust for immaterial existence, lust for rebirth in a formless realm): Cố chấp tham đắm vào cõi vô sắc.

8 - *Mạn* (慢; P: māna; S: mna; E: conceit): Cố chấp ngạo mạn, kiêu căng.

9 - *Trạo cử* [vi tế] (掉舉; P: uddhacca; S: auddhatyauddhacca; E: restlessness):
Cố chấp vào lo lắng, hồi hộp không yên vi tế.

10 - *Vô minh* (無明; P: avijjà; S: avidyavijj; E: ignorance): Cố chấp mê lầm vi tế (= Si).

Cả hai phần kết sử này đều cần được chế ngự trong quá trình thực hành tu tập thiền tuệ (= thiền quán).

Bảng tóm tắt

Tiến trình giác ngộ-giải thoát của một vị Thánh trong Phật giáo

Tứ quả	Kết sử (phiền não cần đoạn diệt)	Vòng tái sinh
Dự Lưu – Tu-đà-hoàn <u>Sotāpanna</u> (Stream-enterer)	<i>Thân kiến, Nghi, Giới cấm thủ.</i> (3 kết sử đầu tiên)	Thêm bảy lần tái sinh trong cõi người hoặc trời
Nhất lai – Tư-đà-hàm <u>Sakadāgāmi</u> (Once-returner)	Làm nguội thêm Dục tham và Sân. (2 kết sử kế tiếp)	Thêm một lần tái sinh nữa trong cõi Dục
Bất Lai – A-na-hàm <u>Anāgāmi</u> (Non-returner)	Đoạn diệt hoàn toàn <u>5 hạ phần kết sử</u> . (Thân kiến, Nghi, Giới cấm thủ, Dục tham, và Sân)	Tùy sinh vào cõi Sắc giới
Bất sinh – A-la-hán <u>Arahanta</u> (Complete-liberation)	Đoạn diệt hoàn toàn <u>5 thượng phần kiết sử</u> . (Sắc tham, Vô Sắc tham, Mạn, Trạo cử, Vô minh)	Giải thoát vòng sinh tử luân hồi



2) Mười kết sử theo Phật giáo Bắc truyền.

Mười kết sử còn gọi là *Thập sử* (十使), *Thập phiền não* (十煩惱), *Thập hoặc* (十惑), *Thập tùy miên* (十隨眠) gồm :

- Năm Lợi sử - Năm Độn sử

- **Năm lợi sử** (Ngũ lợi sử 五利使) là những 5 phiền não *Thân kiến, Biên Kiến, Kiến Thủ, Giới thủ kiến, Tà Kiến*. Chúng dễ sanh khởi nhanh chóng, mà cũng rất dễ trừ bỏ (*lợi* 俐 là nhanh lẹ).

1. Thân kiến (身見): Là chấp kiến cực đoan về cái thân Ngũ uẩn này là ta, do không thấy biết đạo lý Vô ngã.

2. Biên kiến (邊見): Là chấp kiến cực đoan đối đãi là thật có, như chấp chặt *có thường, có đoạn, có trước, có sau, có cao, có thấp*, v.v.

3. Kiến thủ kiến (見取見): Là chấp kiến cực đoan (= thành kiến, định kiến) những thấy biết hiểu biết hãy còn nhiều thiếu sót hay sai lầm đã có từ trước mà không chịu rời bỏ.

4. Giới cấm thủ kiến (戒禁取見) : Là chấp kiến cực đoan những giới luật ngoại đạo đã được truyền thọ, khi đã được nghe Chánh pháp, cũng không chịu rời bỏ.

5. Tà kiến (邪見): Là chấp kiến cực đoan những giáo lý tà giáo đã học được, như những *chân lý chủ quan ảo tưởng*, thậm chí còn bài bác các *chân lý khách quan hiện thực*.

- **Năm độn sử** (五鈍使) là những 5 loại phiền não *Tham, Sân, Si, Mạn, Nghi*. Chúng sanh khởi một cách ngấm ngầm, chậm chạp, nhưng mãnh liệt, sâu nặng, khó dứt trừ (*độn* 鈍 là chậm lụt).

6. *Tham* (貪, 欲): Là tâm *ưa thích* => *đắm trước* => *mong muốn chiếm đoạt* những đối tượng gây ra lạc thọ hoặc hỉ thọ.

7. *Sân* (瞋): Là tâm *chê ghét* => *bực tức* => *mong muốn loại trừ* những đối tượng với cái gây ra khổ thọ hoặc ưu thọ.

8. *Si* (癡): Là tâm mê mờ đối với lẽ thật (chân lý) Duyên khởi – Nhân Quả. Do đó mà dẫn đến chấp ngã-chấp pháp cực đoan, phát sinh nên những nhận thức và hành động sai lầm, là đầu mối của mê nghiệp khiến phải bị động trong luân hồi sinh tử.

9. *Mạn* (慢): Là tự đề cao mình, phân tích ra có: ngã mạn, xem cái ta là quý báu hơn hết; quá mạn là mình chỉ bằng người, lại cho là hơn người; mạn quá mạn là chính chỗ mình thua kém người, lại tự phụ là hơn người; tà mạn là tự cao tự đại với những tà pháp, với những chức vụ cao trong tà đạo; tăng thượng mạn là chưa chứng đã xưng là chứng, chưa ngộ đã xưng là ngộ, lại có cái mạn bình thường, mình có hơn người một ít mà cho là hơn nhiều. Mạn có tác hại tăng trưởng các kiến chấp, sinh lòng tự mãn, làm trở ngại rất nhiều cho sự tu tập.

10. *Nghi* (疑): Là đối với Chánh pháp, sinh lòng do dự, không tin chắc chắn, như đã phát lòng tin với *Tam Bảo* (= Chân lý), lại còn cầu thần, vái quỷ, bảo rằng “*Phật thì xa, bản nhà thì gần*”.

Mười kết sử này buộc con người, sai khiến con người mãi bị động trong đường luân hồi sinh tử.



3.5. Giải thoát phiền não: Chướng.

Chướng (障; P;S: Āvaraṇa; E: Hindrance, Obstruction). Cũng gọi là Ngại. Nói đủ là Chướng ngại. Hàm ý là những điều cản trở chướng ngại gây phiền não cho con đường tu tập chứng ngộ giải thoát.

1) Nhị chướng (二障 → Hai chướng)

Trong các kinh văn của Du-già hành tông và Pháp Tướng tông, như luận Du-già Sư Địa, luận Nhiếp Đại Thừa, và sau này như luận Đại Thừa Khởi Tín và kinh Viên Giác có trình bày Nhị chướng

1. **Theo kinh Viên Giác** (圓覺經, Đại 17, 914 trung) phân làm hai loại chướng là Lý chướng và Sự chướng ngăn cản chính kiến.

1. *Lý chướng* (理障): Là tà kiến làm cản trở cho sự giác ngộ chân chính. Lý chướng tương tự như Sở tri chướng 所知障 trong Duy Thức tông.

So với Sự chướng thì Lý chướng vi tế hơn, và thế nên nó được xem là vấn đề của những hành giả tiến bộ hơn.

2. *Sự chướng* (事障): Là chướng ngại của thế giới hiện tượng, là thế giới của nhị nguyên đối đãi, làm trì hoãn sự giác ngộ. Sự chướng bao gồm những tâm trạng mê muội của chúng sinh như yêu ghét, phải quấy, đẹp xấu ... Sự chướng này tương đương với Phiền não chướng (煩惱障) trong Duy thức tông.

2. **Theo A-sa-phước-sao** (阿娑縛抄) Q.187 có phân biệt là Nội chướng và Ngoại chướng, và gọi hai chướng này là Ma chướng (魔障; P;S: Māra; E: Demon)

1. *Nội chướng* (內障): Là chướng trong nội tâm, là Tam độc làm chướng ngại khiến trong tâm chúng sinh khởi lên phiền não.

2. *Ngoại chướng* (外障): Là chướng do các ngoại cảnh bên ngoài tác động vào, khiến tâm loạn động, kinh sợ.

3. **Theo Duy Thức tông** phân chia thành hai chướng là duyên nghiệp trong vòng sinh tử nối nhau.

1. *Phiền não chướng* (煩惱障; P: Kilesa-āvaraṇa; S: Kleśa-āvaraṇa; E: Afflictive obstructions), còn gọi là Sự chướng, Nội chướng: Phiền não chướng do **chấp ngã** mà sinh ra, biểu hiện qua *tham, sân, si...* Phiền não chướng được xem là *Thất tình Lục dục* (七情六欲), tức bao gồm phiền não do 7 thứ tình cảm (dính mắc) và 6 thứ dục vọng (ảo tưởng tham muốn) của lục căn sinh khởi.

Thất tình (七情)

- Thất tình theo Nho giáo (kinh Lễ):

Hỷ (mừng), **Nộ** (giận), **Ái** (thương), **Ố** (ghét), **Âi** (buồn), **Cụ** (sợ), **Dục** (muốn).

- Thất tình theo Phật giáo (Đại Thừa Chơn Giáo):

Hỷ (mừng), **Nộ** (giận), **Ái** (thương), **Ố** (ghét), **Âi** (buồn), **Cụ** (sợ), **Lạc** (vui).

Lục dục (六欲) gồm:

1. *Sắc dục*: Ham muốn nhìn thấy sắc đẹp.
2. *Thính dục*: Ham muốn nghe âm thanh êm tai.
3. *Hương dục*: Ham muốn ngửi mùi thơm dễ chịu.
4. *Vị dục*: Ham muốn món ăn ngon miệng.
5. *Xúc dục*: Ham muốn xác thân sung sướng.
6. *Pháp dục*: Ham muốn ý nghĩ được thỏa mãn.

Vượt qua Phiền não chướng bằng tuệ giác Duyên khởi là cách chuyển hóa tận gốc rễ mọi *phiền não* (= nội kết, nội chướng), thực chứng Niết-bàn.

2. *Sở tri chướng* (所知障; P: Vijānanaka-āvaraṇa; S: Jñeyāvaraṇa, Jñeya-āvaraṇa, Jñeya; E: Cognitive obstructions), còn gọi là Lý chướng, Ngoại chướng, Giải thoát chướng: Sở tri chướng do **chấp pháp** mà sinh ra, đó là chấp kiến, là thành kiến, là dính mắc đối với những thấy biết từ việc học các sách vở kinh điển hay từ những kinh nghiệm đã trải qua, khiến chúng sinh không thấy rõ được sự tướng và thực tính của các pháp, ngăn trở diệu trí Bồ-đề.

Vượt qua Sở tri chướng bằng tuệ giác Duyên khởi là cách chuyển hóa nên *Sở tri thông* (所知聰; P: Vijānanaka-vipra; S: Jñeya-vipra).

Trong kinh Pháp Cú, kệ 72 có chép:

*Quả thật điều nguy hại
Người ngu sinh ngã sở
Hủy phần sáng của mình
Não đầu bị nát tan*

Với:

Ngã sở 我所 [Ngã 我: Là ảo vọng, ảo tưởng; Sở 所: Là nơi, chỗ]: Ngã sở là cái không thực, gồm 2 dạng chính là ngã sở đắc và ngã sở tri như sau:

1. *Ngã sở đắc* 我所得 = Hữu sở đắc 有所得: Là cái danh đạt được không thực, bởi cái danh thường cái bản ngã ngấm ngấm của tham muốn hơn thua. Do đó, nếu như hành giả luôn có ý muốn đắc thành Niết-bàn trong tu học, thì đó là thứ *Niết-bàn bản ngã* của ảo vọng, chứ không đích thực là *Niết-bàn vô ngã* của thực tại. Vì thế, *ngã sở đắc* là cái danh làm chướng ngại (= phiền não chướng) cho hành giả trên con đường giải thoát.

2. *Ngã sở tri* 我所知 = Hữu sở tri 有所知: Là cái biết không thực, bởi cái biết từ học hỏi nơi sách vở kinh điển chỉ là cái biết tương đối, nhưng nếu cái biết này được hành giả tuyệt đối hóa, nghĩa là cái biết bị hành giả chấp thủ dính mắc, thì cái biết này trở thành chướng ngại (= **sở tri chướng**) cho hành giả trên con đường giải thoát.



2) Tam chướng (三障 → Ba chướng).

Tam chướng (三障; S: Trīṇy āvaranāni; E: Three hinderers, Three barriers) theo Phật giáo Bắc truyền đó là ba loại chướng ngại Thánh đạo, làm nhiễu hại thiện tâm chúng sinh.

Trong kinh Đại Bát Niết Bàn Q.11 (bản Bắc) có trình bày ba chướng, đó là Phiền não chướng, Nghiệp chướng và Dị thực chướng ngăn ngại thánh đạo và các thiện căn gia hạnh trước đó.

1. **Phiền não chướng** (煩惱障; S: Klesāvaraṇa; E: hindrances of affliction = Hoặc chướng 惑障): Là chướng ngại gây nên bởi Tham Sân Si (dục vọng, hận thù, ngu si) thường xuyên sinh khởi. Bản tính con người vốn đầy đủ 3 phiền não tham, sân, si, rất khó trừ bỏ, khó dạy bảo, khó mở tỏ, khó chán lìa, khó được giải thoát.

2. **Nghiệp chướng** (業障; S: Karmāvaraṇa; E: hindrances of action): Tức chỉ cho 5 nghiệp vô gián (Ngũ nghịch 五逆; E: Actions with immediate retribution), là những nghiệp ác do thân, miệng, ý tạo tác ra:

1. Giết cha (sát phụ 殺父; S: pitrghāta).
2. Giết mẹ (sát mẫu 殺母; S: mātṛghāta).
3. Giết A-la-hán (sát A-la-hán 殺阿羅漢; S: arhadvadha).
4. Làm đổ máu Phật (xuất Phật thân huyết 出佛身血; S: tathāgatasyāntike duṣṭacittarudhirotpada-na).
5. Chia rẽ Tăng-già (Phá hoà hợp tăng 破和合僧; S: saṅghabheda).

3. **Dị thực chướng** (異熟障; S: Vipākāvaraṇa; E: hindrances of retribution) Báo chướng, Quả báo chướng): Những quả báo 3 đường ác do nhân phiền não và nghiệp đưa đến.

Bài kệ phát nguyện được ghi lại trong “Bách Trượng Thanh Quy Chứng Nghĩa Ký” quyển số 3 như sau:

願消三障諸煩惱。

願得智慧證明了。

普願災障悉消除。

世世常行菩薩道。

Nguyện tiêu tam chướng trừ phiền não,

Nguyện đắc trí huệ chơn minh liễu.

Phổ nguyện tội chướng tất tiêu trừ,

Thế thế thường hành Bồ Tát Đạo.



3.6. Giải thoát phiền não: Dục.

Dục (欲, 慾; P;S: Chanda; ; E: Intention, Desire to act): Có nghĩa là ý muốn, sự mong muốn, sự ước muốn không mang tính đạo đức, được dùng kết hợp với cảnh có thể trở thành hoặc bất thiện, hoặc thiện, hoặc không thiện cũng không bất thiện.

1) Dục theo quan điểm Phật giáo Nam truyền.

Theo quan điểm Phật giáo Nam truyền, Dục có 3 nhóm là Nhị dục, Tam dục, Lục dục.

1. Nhị dục.

Theo phương diện đạo đức, cách gọi:

1. *Thiện dục* 善欲: Đó là lòng ham muốn đem lại lợi ích cho mình và cho người.

- Ở khía cạnh thế tục, *thiện dục* là các ham muốn dính mắc của các chúng sinh hướng thiện do từ nhận thức, suy nghĩ và hành động có tính vị tha.

- Ở khía cạnh giải thoát, *thiện dục* dùng để chỉ các ham muốn không dính mắc của các bậc giác ngộ, đó là *Pháp dục* hay *Tác dục*

2. *Ác dục* 惡欲: Đó là lòng ham muốn chỉ đem lại lợi ích cho riêng mình, không phải quan tâm đến lợi ích của người khác. Biểu hiện của ác dục là những nhận thức suy nghĩ và hành động có tính vị kỷ.

Các *ác dục* luôn là các ham muốn dính mắc của các chúng sinh bất thiện, đó là *Dục dục*.

2. Tam dục:

1. **Dục dục** (欲欲; P;S: Kāma-chanda): Dục dục là bất thiện, là sự mong muốn tầm cầu năm trần cảnh (sắc, thanh, hương, vị, xúc) tốt đẹp hay những pháp khả ái trong Dục giới như: vua, quan đại thần, chư thiên... Dục dục là nền của những mong muốn an lạc hạnh phúc thế gian. Dục dục gồm 5 loại:

Tính dục (性欲; E: sexuality), *Nhục dục* (肉欲; E: carnal desire), *Tình dục* (情欲; E: sex), *Dâm dục* (淫欲; E: concupiscence), *Ái dục* hay *Ái* (愛欲; E: love) đều là Dục dục.

Dục dục = *Tham dục* (貪欲; E: Sensory desire) chính là một trong năm pháp triển cái (P: Nīvaraṇa; S: Nivāraṇa). Đây là một loại "mong ước xấu", đưa đến kết quả tai hại.

Trong kinh Tăng Chi Bộ, chương Mười pháp, phẩm Tâm, đức Phật đã nói: "*Tất cả pháp lấy **Dục** làm căn bản. Tất cả pháp lấy Tác ý* (作意; P;S: Manasikāra; E: Ideation) *làm sinh khởi*". Điều này có nghĩa là trong Tam giới, các pháp đều có những mong cầu.

Trong kinh Trung Bộ - 54, kinh Potaliya có nói:

Dục dục # *Lạc dục* (樂欲; E: Desire, wish, longing) được ví như khúc xương, khổ nhiều, nảo nhiều, tai họa ở đây càng nhiều hơn; Dục - Kāma được ví như miếng thịt, khổ nhiều, nảo nhiều, tai họa ở đây càng nhiều hơn; Dục - Kāma được ví như bó đuốc cỏ, khổ nhiều, nảo nhiều, tai họa ở đây càng nhiều hơn; Dục - Kāma được ví như hố than hừng, khổ nhiều, nảo nhiều, tai họa ở đây càng nhiều hơn; v.v...

Chú thích: Dục ái và Ái dục.

Dục ái và Ái dục là những từ gốc Hán, trong đó:

- Ái (愛; P: taṇhā; S: tṛṣṇā; E: craving, thirst): Có nghĩa là yêu thương, yêu quý. Bản chất của yêu là kết nối, gắn bó. Trong đạo Phật, Ái hàm ý là dính mắc.

- Dục (欲, 慾; P;S: Chanda; ; E: Intention, Desire to act): Có nghĩa là ý muốn, sự mong muốn, sự ước muốn không mang tính đạo đức.

1. **Dục ái** (欲愛; P: kāmatanhā; S: kāmatṛṣṇā): Là sự dính mắc vì ham muốn của cõi Dục (Dục giới). Theo đó, **Sắc ái** và **Vô sắc ái** là sự dính mắc vì ham muốn của cõi Sắc (= Sắc giới) và cõi Vô sắc (= Vô sắc giới).

2. **Ái dục** (愛欲; P;S: kāma): Là sự ham muốn dính mắc. Ái dục còn gọi là Tham dục, bao gồm cả Tham (ưa thích) hay Sân (chê ghét). Ái dục là một dạng của Dục dục.

2. **Pháp dục** (法欲; P: Dhamma-chanda; S: Dharma-chanda; E: Desire (striving) for liberation) Pháp dục là thiện, là *mong cầu đạt được pháp cao thượng* – đó là đạo quả siêu thế. Chính Pháp dục là nền tảng cho sự thành tựu những thiện pháp, đồng thời làm tăng trưởng những thiện pháp ấy cho đến khi viên mãn. Pháp dục là nền của những mong muốn các pháp cao thượng.

Chư Bồ-tát dù là Bồ-tát Thanh văn, Bồ-tát Độc giác hay Bồ-tát Chánh Đẳng Giác đều xuất phát từ Pháp dục này. Chính Pháp dục này khiến Thái tử Siddhattha lìa bỏ lạc dục thế tục, xuất gia để tìm đạo giải thoát.

3. **Tác dục** (作欲; P: Kattukamyatā-chanda; S: Kartrkāmayati-chanda; E: Mere wish to do something), Tác dục là không thiện cũng không bất thiện # [Duy tác (唯作; P: Kiriya; S: Kriya; E: Only-action)] là *ý muốn làm*. Đây là sự mong mỏi của vị A-la-hán đối với chúng sinh, vị A-la-hán mong chúng sinh thoát khỏi khổ, nên các ngài có ý muốn trợ giúp chúng sinh bằng cách giảng pháp, hoặc tạo điều kiện cho chúng sinh thoát khỏi khổ do sự cúng dường đến hay đánh lễ các ngài. Tác dục là nền của những mong muốn có việc làm của vị Thánh vô lậu.

Những việc làm của các vị Thánh A-la-hán không xuất phát từ “mong cầu hưởng thụ” cũng không xuất phát từ “mong cầu được thăng đạt” mà chỉ là “ý muốn làm”.

Trong kinh Trung Bộ - 13. Đại kinh Khổ uẩn có nói về Dục dục gồm: Vị ngọt của các dục, Sự nguy hiểm của các dục, Sự xuất ly của các dục như sau:

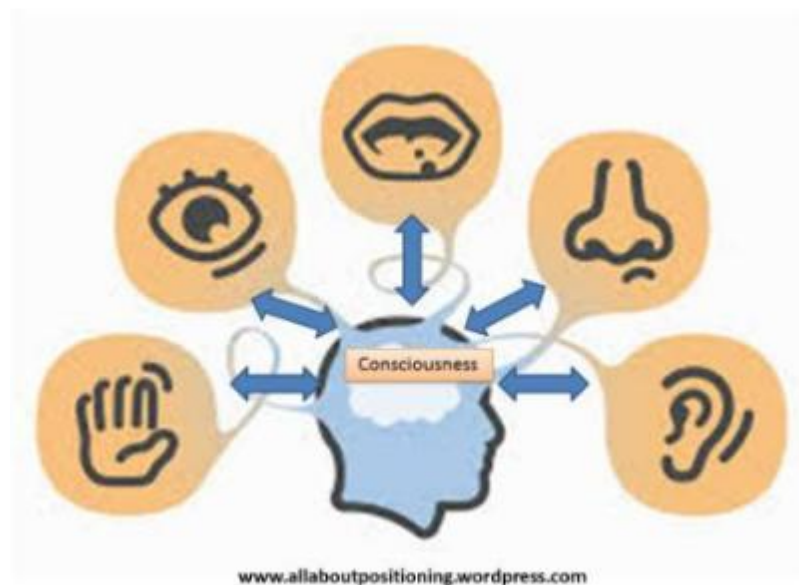
- *Này các Tỷ-kheo, thế nào là vị ngọt các dục? Ở đây, này các Tỷ-kheo, có 5 dục từ Sắc pháp do Nhãn căn, từ các Thanh do Nhĩ căn, từ các Hương do Tỷ căn, từ các Vị do Thiệt căn, từ các Xúc do Thân căn - nhận thức, khả ái, khả lạc, khả ý, khả hỷ, tương ứng với dục, hấp dẫn. Này các Tỷ-kheo, y cứ vào năm dục này, có lạc hỷ khởi lên, như vậy là vị ngọt các dục.*

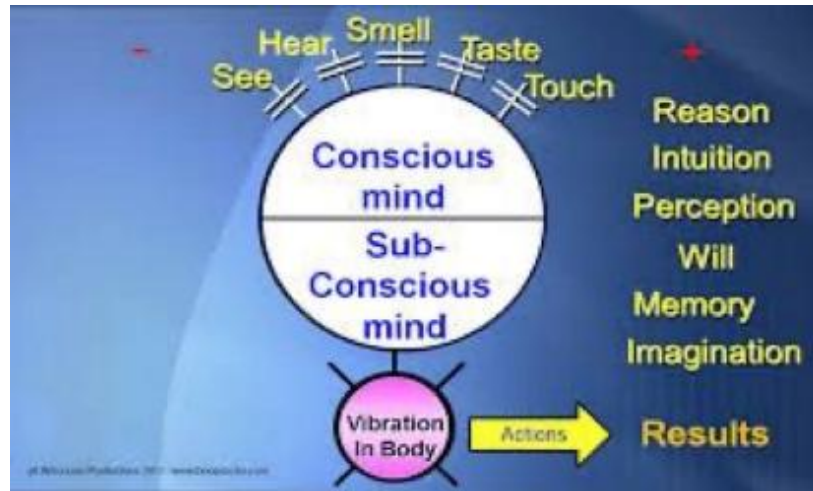
- *Này các Tỷ-kheo, thế nào là sự nguy hiểm các dục? Ở đây, này các Tỷ-kheo, có thiện nam tử nuôi sống với nghề nghiệp, như đếm ngón tay, như tính toán, như ước toán, như làm ruộng, như buôn bán, như chăn bò, như bắn cung, như làm công cho vua, như làm một nghề nào khác. Người ấy phải chống đỡ lạnh, phải chống đỡ nóng, phải chịu đựng sự xúc chạm của ruồi, muỗi, gió, sức nóng, mặt trời, các loài bò sát, bị chết đói chết khát. Này các Tỷ-kheo, như vậy là sự nguy hiểm các dục.*

(Mong muốn có tài sản mà không được; Có tài sản mà không giữ được; Do dục làm nhân, làm duyên mà tranh đoạt lẫn nhau; Do dục làm nhân, làm duyên mà dàn trận đánh nhau; Do dục làm nhân, làm duyên mà cướp bóc rồi chịu các loại hình phạt; Do dục làm nhân, làm duyên mà làm các ác hạnh về thân, làm các ác hạnh về lời nói, làm các ác hạnh về ý, khi thân hoại mạng chung bị sinh vào cõi dữ. Này các Tỷ-kheo, như vậy là sự nguy hiểm các dục).

- *Này các Tỷ-kheo, thế nào là sự xuất ly các dục? Ở đây, này các Tỷ-kheo, đây là sự điều phục tham dục đối với các dục, sự đoạn trừ tham dục, như vậy là sự xuất ly các dục.*

3. Lục dục.





Sơ đồ Lục căn

Lục dục (六欲; E: Six desires to act): Lục dục là 6 điều ham muốn. Ham muốn đây hàm ý là tiếp nhận (tham) hay loại trừ (sân). Lục trần khêu gợi Lục căn, sanh ra Lục thức; Lục thức sanh ra Lục dục. Lục dục nơi đây được xem là *Dục dục*, gồm có:

1. *Sắc dục* (色欲; P;S: rūpa-kāma): Ham muốn nhìn thấy (hình sắc).
2. *Thính dục* (聲欲; P: sadda-kāma; S: śabda-kāma):
Ham muốn nghe nói (âm thanh).
3. *Hương dục* (香欲; P;S: gandha-kāma): Ham muốn ngửi thở (mùi).
4. *Vị dục* (味欲; P;S: rasa-kāma): Ham muốn ăn uống (vật thực).
5. *Xúc dục* (觸欲; P: phassa-kāma; S: spraṣṭavya-kāma):
H.m. xúc chạm (tình dục, ...)
6. *Ý dục* 意欲; P; S: māna-kāma): Ham muốn suy tưởng.

Bốn thứ lục căn, lục trần, lục thức, lục dục ấy liên hệ mật thiết nhau, tương tác nhau, theo bảng sau đây:

LỤC CĂN	+	LỤC TRẦN (hữu+vô)	=>	LỤC THỨC (vô hình)	->	LỤC DỤC (vô hình)
Nhãn (=mắt)		Sắc trần		Nhãn thức		Sắc dục

Nhĩ (= tai)		Thính trần		Nhĩ thức		Thính dục
Tị (= mũi)		Hương trần		Tị thức		Hương dục
Thiệt (= lưỡi)		Vị trần		Thiệt thức		Vị dục
Thân (= da)		Xúc trần		Thân thức		Xúc dục
Ý (= não bộ)		Pháp trần		Ý thức		Ý dục, Pháp dục

Chú thích:

1. **Lục dục** được xem là 'Ái ở cõi Dục' (= Dục ái 欲愛 = Dục 欲 = Ái 愛). Tương tự là Sắc ái và Vô sắc ái là Pháp dục ở các cảnh giới thiền Sắc giới và thiền Vô sắc giới.

[Căn-Trần-Thức] => [Ái 愛] => [Phiền não (= Tham-Sân-Si)]

2. Sự hình thành chấp thủ.

Trong cấu trúc 12 Duyên khởi (= Nhân duyên), thời hiện tại đã chỉ ra các duyên *Thức, Danh Sắc, Lục nhập, Xúc, Thọ*, biểu hiện qua hệ Nhân Quả là "*Lục căn + Lục trần => Lục thức*", để rồi hình thành chấp thủ là các duyên *Ái, Thủ, Hữu*, gọi chung là Ái, ở ba cõi là *Dục ái, Sắc ái, Vô sắc ái*.

Quá khứ	1. Vô minh (<i>avijjā</i>) 2. Hành (<i>sankhārā</i>)	Nghiệp hữu (<i>kamma-bhava</i>) 5 nhân: 1, 2, 8, 9, 10
Hiện tại	3. Thức (<i>viññāna</i>) 4. Danh sắc (<i>nāma-rūpa</i>) 5. Lục nhập (<i>āyatana</i>) 6. Xúc (<i>phassa</i>) 7. Thọ (<i>vedanā</i>)	Sinh hữu (<i>upapatti-bhava</i>) 5 quả: 3, 4, 5, 6, 7
	8. Ái (<i>tanhā</i>) 9. Thủ (<i>upādāna</i>) 10. Hữu (<i>bhava</i>)	Nghiệp hữu (<i>kamma-bhava</i>) 5 nhân: 1, 2, 8, 9, 10
Vị lai	11. Sinh (<i>jāti</i>) 12. Già chết (<i>jarā-marana</i>)	Sinh hữu (<i>upapatti-bhava</i>) 5 quả: 3, 4, 5, 6, 7

Sơ đồ Thập nhị Duyên khởi

Con người có lục căn nên mới có lục thức, đây là những thấy biết có tính tương đối, nhưng lại xu hướng tuyệt đối hóa, cực đoan chấp thủ. Lục thức bị lục trần cảm dỗ

mới sanh ra lục dục – đó chính là tham-sân, là đầu mối của sự bị động trong chuỗi sinh tử-luân hồi.

Vì thế, để tránh tai hại của dục, cho dù là thiện dục là cái nên khuyến khích trong đời sống hàng ngày – vì cái mà ta cho là thiện hôm nay, đến một lúc nào đó nó có thể sẽ trở thành bất thiện.

Trong kinh Tăng Chi Bộ, đức Phật đã chỉ dạy người tu phải luôn cảnh giác để sống tốt với cuộc đời, song không phải dính mắc vào đó là đầu mối của nghiệp mà ta không ngờ được:

"Các thầy phải tu sáu pháp vô-thượng. Những gì là sáu ?

*- **Mắt** thấy sắc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

*- **Tai** nghe tiếng, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

*- **Mũi** ngửi mùi, không ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

*- **Lưỡi** nếm vị, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

*- **Thân** chạm xúc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

*- **Ý** suy tưởng đối với mọi việc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng."*

Chú thích:

1) Cụm từ "**hãy trụ tâm nơi xả**" (tức *tâm buông xả*) cho thấy tâm vẫn biết rõ cảm giác và tri giác *dễ chịu* hay *khó chịu* khi Căn tiếp xúc với Trần (Cảnh). Tuy nhiên, khi quán chiếu cảm giác chỉ là sản phẩm của hợp Duyên, và sản phẩm này là không có thực tính, là 'có, nhưng không thực là có, đến rồi sẽ đĩ. Như thế tâm sẽ không dính mắc vào cảm xúc (= cảm thọ: Lạc – Khổ – Trung tính), nên tâm tỉnh sáng.

2) Có sự phân biệt giữa Cảnh và Trần:

- **Cảnh**, dùng chỉ cho ngoại cảnh được tâm cảm giác và tri giác, nhưng không dẫn đến cảm xúc (tâm không dính mắc => tâm Vô trụ).

- **Trần**, dùng chỉ cho ngoại cảnh được tâm cảm giác và tri giác và dẫn đến cảm xúc (tâm dính mắc => tâm Ái).

3) Dục vọng (E: untrue desire) : Là lòng ham muốn không đúng như thực, ở các mặt vật chất, tình cảm, lý trí; đây được xem là ác dục.

4) Dục chân (E: true desire) : Là lòng ham muốn đúng như thực, ở mặt chân lý. Ví dụ *dục như ý túc* trong *tứ như ý túc* (P,S : iddhipada) của 37 phẩm trợ đạo; đây được xem là thiện dục.

5) Dục còn có cách viết và nghĩa khác như sau:

- Dục 欲 : lòng ham muốn.

- Dục 育 : sinh, dưỡng, nuôi. Như: giáo dục 教育, thể dục 體育, trí dục 智育, đức dục 德育).

- Dục 浴 : tắm (dục Phật 浴佛)

VIDEO

- [Sáu Căn Là Cội Gốc Sanh Tử](#) - Thầy Thích Thanh Từ



2) Dục theo quan điểm Phật giáo Bắc truyền.

1. Dục ở thất tình-lục dục (七情-六欲):

Thất tình là 7 thứ tình cảm biểu lộ ra bên ngoài và Lục dục 6 ham muốn của con người, gồm chung trong câu nói ngắn gọn là "Thất tình Lục dục".

1. Thất tình (七情): Là bảy loại tình cảm mà mọi người đều có.

- Theo Phật giáo Bắc truyền, thất tình gồm:

Hỷ 喜,	Nộ 怒,	Ái 愛,	Ố 惡,	Ai 哀,	Lạc 乐,	Dục 欲
Mừng,	Giận,	Thương,	Ghét,	Buồn,	Vui ,	Muốn

- Theo Nho giáo (kinh Lễ): thất tình gồm:

Hỷ 喜, Nộ 怒, Ái 愛, Ố 惡, Ai 哀, **Cụ 懼**, Dục 欲
Mừng, Giận, Thương, Ghét, Buồn, **Sợ**, Muốn

2. Lục dục (六欲): Là sáu ham muốn cụ thể của con người nơi một đối tượng, đó là phân tích và phối hợp hai thứ dục cơ bản là *Sắc dục* và *Thính dục*.

Theo Đại Trí Độ luận quyển 2, Lục dục là chỉ cho 6 thứ dục vọng của phàm phu đối với người khác phái. Lục dục này (khác với Lục dục ở mục **4.1** trên), đó là:

1. *Sắc dục*: Dục liên quan tới trang sức, y phục đẹp.
2. *Hình mạo dục*: Dục liên quan tới khuôn mặt đẹp, khôi ngô.
3. *Oai nghi tư thái dục*: Dục liên quan tới dáng đi, đứng, ngồi, nằm.
4. *Tế hoạt dục*: Dục liên quan tới làn da, phần cơ thể phô bày ra ngoài.
5. *Nhân tướng dục*: Dục liên quan tới thân hình đẹp.
6. *Ngôn ngữ âm thanh dục*: Dục liên quan tới lời nói khéo léo, êm dịu, thanh nhã.

2. Dục ở Ngũ dục.

Ngũ dục 五欲 theo Phật giáo Bắc truyền còn gọi là Ái dục (愛欲). Tương tự như ở Phật giáo Nam truyền, trong đó:

- *Ái* (愛; P: taṇhā; S: tṛṣṇā; E: love, craving) chỉ cho *sự* hay *vật* (= tinh thần hay vật chất) mà ta có sự gắn bó, dính mắc.

- *Dục* (欲; P: chanda; S: rajas; E: desire) chỉ cho lòng (= tâm) khát khao, ham muốn.

Ngũ dục hay Ái dục gồm có :

- **4 dục** thuộc về vật chất :

1. Tài dục 財欲 (của cải): Dục liên quan tới động sản và bất động sản.

2. Sắc dục 色欲 (cái đẹp): Dục liên quan tới giới tính (tính dục).
3. Thực dục 食欲 (cái ăn): Dục liên quan tới món ăn, thức uống.
4. Thùy dục 睡欲 (cái ngủ): Dục liên quan tới chỗ ăn ở (nhà cửa)

- **1 dục** thuộc về tinh thần :

5. Danh dục 名欲 (cái ta): Dục liên quan tới tiếng tăm.

Đây là 5 hình ảnh biểu trưng ham muốn nơi mỗi con người bình thường, mà mỗi hình ảnh là tổng hợp của 6 dục cơ bản từ Lục căn. Ngũ dục còn gọi là *Ngũ độc tiến* (năm mũi tên độc hại), là 5 món dục của chúng sanh, từ súc sanh đến nhân, thiên, nếu ta không điều phục Ngũ căn (Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân) để cho sa đắm ngũ dục thì dễ sa vào nẻo ác. Tham đắm Ngũ dục tức cuộc đời bị trói buộc bởi năm thứ độc hại ham muốn.

Trong kinh Tứ Thập Nhị Chương, chương 24 có ghi : *"Trong các thứ Ái dục, không gì bằng Sắc dục. Sự ham muốn sắc dục mạnh hơn mọi thứ khác. Chỉ có một sắc dục như vậy, nếu có cái thứ hai giống như sắc dục thì người trong thiên hạ không có ai có thể tu tập được cả".*

Trong kinh Niết Bàn quyển 21 chép rằng: *"Bồ Tát Ma Ha Tát biết pháp Ngũ dục cho nên chẳng vui thích, chẳng tạm ngừng lại đó. Người mê theo Ngũ dục tỷ như con chó gặm xương khô, như kẻ cầm lửa đi ngược gió, như nuôi nhốt con rắn độc, như được của trong giấc mộng, như một miếng thịt cả bầy chó tranh ăn, như dầu vẽ trên nước, như bọt nước, Ngũ dục như của tạm bợ thế nên chẳng đáng lâu dài."*

(Đây có lẽ là bản dịch theo tinh thần hệ PGBT với 5 căn và 5 dục, khác với hệ PGNT thì đó là 6 căn và 6 dục như trong kinh Tăng Chi Bộ đã trình bày trên).

Trong kinh Di Giáo, đức Phật có dạy rằng: *"Tỳ Kheo các ông ! Đã có thể an trụ trong giới rồi, phải kềm chế Ngũ căn chẳng để buông lung theo Ngũ dục. Ví như người chăn trâu, cầm roi nhìn nó, chẳng cho tung hoành vào lúa mạ người, nếu thả lỏng Ngũ căn...chạy theo Ngũ dục... gây tai hại rất nặng, cũng như ngựa chúng chẳng dùng dây cương chế ngự chính nó sẽ đưa ta sa vào hầm hố..."*

Trong bia chùa Linh Xứng có ghi:

*“Ba cõi luân hồi, bốn đời lặn lội,
Vọng niệm sinh ra, tâm hình điên đảo.
Theo đuổi tham sân, triền miên Ái dục.”*

3. Dục ở tam dục.

Có 2 loại tam dục (三 欲) sau:

1. Tam dục của phàm phu :

Là ba mỗi ham muốn:

- *Hình mạo dục* : Dục liên quan tới say mê ham muốn, mặt mày, hình dáng tươi đẹp của kẻ khác.
- *Tư thái dục* : Dục liên quan tới ưa thích dung nghi cốt cách, sang đẹp của người khác.
- *Tế xúc dục* : Dục liên quan tới say mê ưa thích sự đụng chạm mịn màng, mềm mại của kẻ khác.

2. Tam dục của người tu :

Là ba mỗi ham muốn độc hại làm chướng ngại việc tu hành giải thoát.

- *Ác dục* : Đó là lòng ham muốn xấu bậy, như vị Tỳ Kheo sanh lòng:
 - Muốn đứng đầu tất cả Đại chúng, khiến Tăng chúng đều theo chân mình.
 - Muốn tứ bộ (Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, Ưu Bà Tắc, Ưu Bà Di) đều cúng dường tôn trọng mình hơn hết.
 - Muốn thuyết pháp để thính chúng đều tin thọ lời mình.
 - Muốn vua quan thần dân đều cung kính mình.
 - Muốn được nhiều áo quần, đồ ăn uống, thuốc men, nhà cửa to đẹp.

Những sự ham muốn này có tính cách sanh tử luân hồi, nên gọi là **ác dục** vậy.

• **Đại dục** : Đó là lòng ham muốn thái quá, như vị Tỳ Kheo sanh lòng muốn rằng phải làm thế nào để cho tứ bộ chúng biết rằng ta đã đắc Sơ trụ.... hoặc Thập Trụ, đắc quả Chánh giác, quả A La Hán... hoặc quả Tư Đà Hoàn, Tứ Thiên vô ngại trí... Sự ham muốn có tính cách lợi dưỡng như vậy kêu là **đại dục**.

• **Dục dục** : Đó là lòng ham muốn và ham muốn nữa, như vị Tỳ Kheo muốn rằng sau khi thác mình sanh làm Phạm thiên, Ma thiên, Tự tại thiên, Chuyển luân Thánh vương, hoặc sinh vào các dòng sang quý như vua chúa, quan thần...được hưởng mọi sự khoái lạc. Lòng ham muốn này có tính cách lợi dưỡng nên kêu là **dục dục**.

Trong kinh Niết Bàn có viết : "*Người nào quán tưởng cái thân người, chỉ thấy là một bộ cốt, do khoang xương chống đỡ mà thôi. Quán như vậy thì toàn bộ xương cốt đều phân ly, do đó dứt Tam dục.*"

Xem thêm

- [Tam Độc](#)
- [Tâm Siêu Thế \(Lokuttara Citta\)](#)
- [Tứ Thánh Quả Qua Kinh Tạng Pāli](#) - Phật Học Ứng Dụng

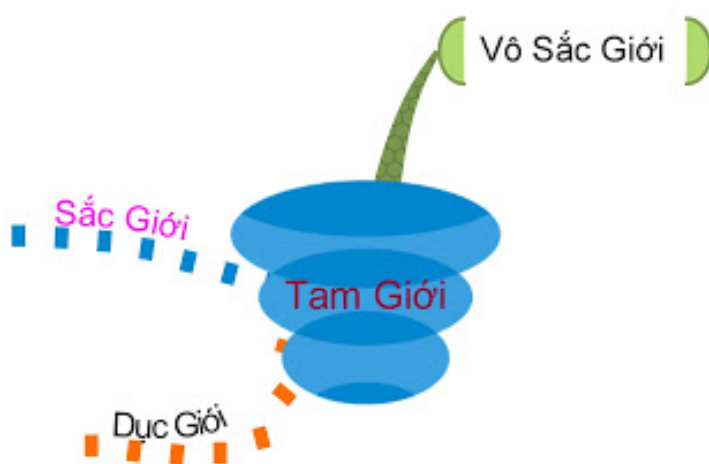
VIDEO

- [Tam độc THAM SÂN SI từ đâu mà có ? Cách nhận diện?](#) HT Pháp Tông
- HT.Bửu Chánh - [LÀM SAO CHUYỂN HÓA THAM SÂN SI](#)
- [Tam độc Tham - Sân - Si – Thích trí Huê](#)
- [Diệt Trừ Tam Độc](#) - HT Thích Thanh Từ
- [Tam độc: Tham, Sân, Si - Thiên và Đời Sống 102](#)
- [TAM ĐỘC THAM, SÂN, SI VÀ BA PHÁP TU TẬP ĐỂ ĐOẠN TẬN](#)
- Thầy Minh Niệm - [LÀM CHỦ THAM SÂN SI TRONG TỪNG GIÂY PHÚT](#)
- [CÁCH DIỆT TRỪ TAM ĐỘC: THAM, SÂN, SI](#) - Phật Pháp Vấn Đáp Kỳ 18
- [16 Tam độc Tham - Sân - Si](#) - Thích Trí Huê
- [Tham Sân Si](#) - Thầy Thích Pháp Hòa
- [Tam Độc . Tham Sân Si](#)
- [THAM - SÂN - SI Vận Hành Đời Sống Của Chúng Ta Như Thế Nào?](#) | Trần Việt Quân



3.7. Giải thoát phiền não: Vượt khỏi Tam giới.

Tam giới (三界; P: *tiloka*, tisso dhātuyo; S: *trailokya*, triloka, traidhātuka, trayo dhātavaḥ; E: three worlds): Là cách phân biệt 3 cảnh giới đang vận hành nơi một chúng sinh (nghĩa hẹp) hay nơi tất cả chúng sinh trong vũ trụ (nghĩa rộng).



[Trailokya - Wikipedia](#)

[Tam giới – Wikipedia tiếng Việt](#)

- **Giải thoát khỏi tam giới** hay **Vượt khỏi tam giới** là nhằm nói đến trạng thái tâm của bậc giác ngộ luôn tự tại và linh hoạt cho dù là sống trong thế giới nhị nguyên. Đó là vì tâm của bậc giác ngộ không dính mắc vào các nhận thức phân biệt đối đãi mang tính chấp thủ nhị nguyên cực đoan này. Cũng cần thấy rằng, chính *cái Ta* (= Ngã 我; P: Attā; S: Ātman; E: Self) là hình thái của chấp thủ nhị nguyên.

- **Giải thoát khỏi sinh tử luân hồi** hay **Vượt khỏi sinh tử luân hồi** là nhằm nói đến bậc giác ngộ **chủ động** trong sinh tử luân hồi ở Lục đạo hay Tam giới bằng tuệ nghiệp, chứ không như chúng sinh luôn **bị động** trong sinh tử luân hồi do bởi mê nghiệp.

Dưới đây là hai giải thích về chúng sinh trong Tam giới từ các tư liệu Phật học.

1) Tam giới theo nghĩa hẹp: Là ba thế giới nội tâm nơi mỗi chúng sinh được phân biệt. Đó là:

1. **Dục giới:** Đó là trạng thái tâm dính mắc do ham muốn phát sinh từ sự tiếp xúc giữa *ngũ căn* và *ngũ trần cảnh*, đặc biệt là giới tính. Những ham muốn mong chờ này mà không đáp ứng được thì sinh ra đau khổ, phiền não.

2. **Sắc giới:** Đó là trạng thái tâm dính mắc vào *thế giới hữu hình* (thuộc phạm trù vật chất). Những “mất mát” bởi vô thường trong thế giới hữu hình này tạo nên trói buộc đau khổ, phiền não cho chính mình.

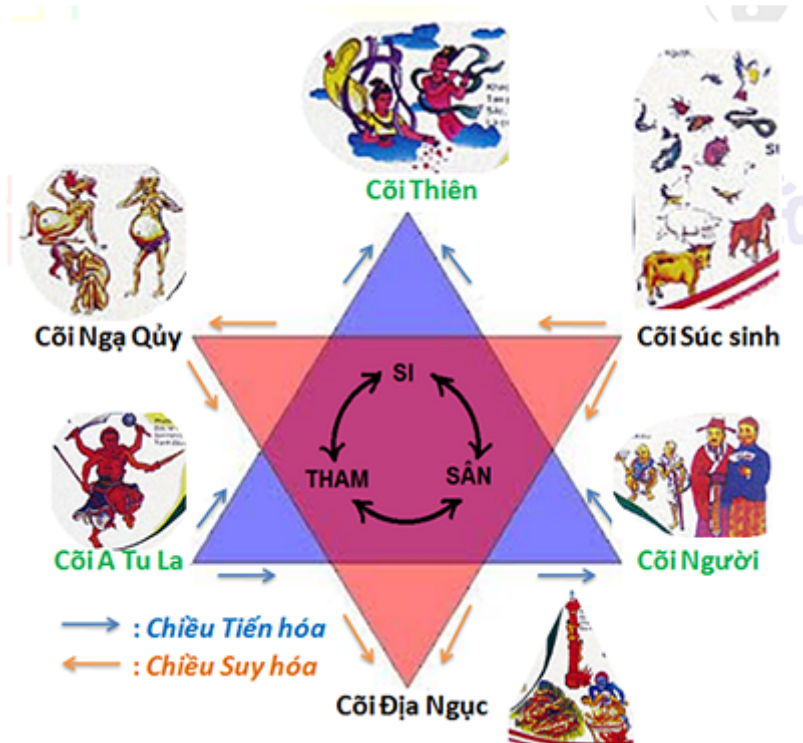
3. **Vô sắc giới:** Đó là trạng thái tâm dính mắc vào *thế giới vô hình* (thuộc phạm trù tinh thần). Những đam mê trong thế giới vô hình này sẽ sinh ra trói buộc đau khổ, phiền não cho chính mình.

2) Tam giới theo nghĩa rộng:

Tam giới còn được gọi là **Tam hữu** (三有), là ba cõi của vòng sinh tử, là nơi mà loài hữu tình bị động trong tái sinh. Khái niệm Tam giới này có thể hiểu là Vũ trụ quan của đạo Phật. Tam giới tạm phân chia làm 31 cõi chính như sau:

1. *Dục giới:* Gồm 11 cõi là 4 cõi khổ 1 cõi người và 6 cõi trời Dục giới.
2. *Sắc giới:* Gồm 16 cõi trời Sắc giới.
3. *Vô sắc giới:* Gồm 4 cõi trời Vô sắc giới.

1. **Dục giới** (欲界; P;S: Kāmaloka, Kāmadhātu; E: The world of desire): Là thế giới dục vọng có ham muốn về thể xác, giới tính và những ham muốn khác.



[Six destinées — Wikipédia](#)

[Sáu cõi luân hồi – Wikipedia tiếng Việt](#)

Dục giới có *Lục đạo* (六道; P: Cha-gati; S: Śaḍ-gati; E: Six realms of reality, Six domains of existence, Six destinies). Đây là *Sáu loại hữu tình* hay *Sáu cõi (nẻo) luân hồi*, là sáu thế giới sống của các loài chúng sinh chưa giải thoát, tương thích với sáu tâm thức chấp thủ nơi con người. Lục đạo gồm 6 cõi sau:

1. *Địa ngục* (地獄; P: Niraya; S: Naraka; E: Hell, Purgatory)
2. *Ngạ quỷ/Quỷ đói* (餓鬼; P: Peta-yoni; S: Preta; E: Hungry ghost).
3. *Súc sinh/Loài thú* (畜生; P: Pasu; S: Paśu; E: Animal)
4. *Loài người* (人世; P: Manussa; S: Maṇuṣya; E: Humans, Human being)
5. *A-tu-la* (阿修羅; P; S: Asura; E: Titan)
6. *Trời Dục giới* (六欲天; P;S: Deva; E: Deity), còn gọi là *Lục dục thiên* gồm 6 cảnh trời sau:

- *Trời Tứ thiên vương* (王四天; P;S: Cāturmahārājika).
- *Trời Đao lợi* (忉利) hay trời *Ba mươi ba* (天三十三; P: Tāvātimsa; S: Trayastriṃśa).
- *Trời Dạ-ma* (夜摩; P: Yāmā; S: Yāmadeva).
- *Trời Đâu-suất* (天兜率; P: Tusita; S: Tuṣita).
- *Trời Hoá lạc* (天化樂; P: Nimmāmuratī; S: Nirmāṇarati).
- *Trời Tha hoá tự tại* (天他化自在; P: Paranimmitavasavatī; S: Paranirmitavaśavartī).

Chúng sinh ở cõi Dục giới tuy hưởng dục lạc khác nhau (ở cõi trên thì sung sướng hơn cõi dưới), nhưng nói chung đều chịu những nỗi khổ:

- **Hành khổ** (không thoát được luân hồi, đã sinh ra thì phải có lúc chết đi).
- **Hoại khổ** (thể xác và những dục lạc được hưởng rồi sẽ mất đi chứ không duy trì được mãi).
- **Bất tác ý khổ** (không đạt được ham muốn nên buồn khổ).

Những chúng sinh ở 3 cõi thấp (địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh) thì gần như không có sung sướng mà chỉ có khổ đau.



2. Sắc giới (色界; P;S: Rūpaloka, Rūpadhātu; E: The world of form): Các chúng sinh ở đây đều đã chấm dứt mọi ham muốn về giới tính, không cần ăn uống, nhưng còn có thân xác và khoái lạc tinh thần. Đây là thế giới của những người đã đạt tới cõi Thiền (P: Jhāna; S: Dhyāna – Trời Sắc giới).

Sắc giới gồm bốn cõi, mỗi cõi lại được chia thành nhiều cõi trời khác nhau. Những người tu thiền đã đạt đến Tứ thiên định, khi thọ mạng hết thì tùy mức chứng đắc mà có

thể sinh vào 1 trong 4 xứ này (ví dụ: người chứng đắc được Nhị thiền thì sẽ tái sinh vào cõi Nhị thiền trong Sắc giới).

1. *Trời Sơ thiền* (天初禪) với ba cõi sau:

- *Trời Phạm thân* (天梵身; P: Brāhmaparisajjā; S: Brahmakāyika).
- *Trời Phạm phụ* (天梵輔; P: Brāhmapurohita; S: Brahmapurohita).
- *Trời Đại phạm* (天大梵; P: Mahābrāhma; S: Mahābrahmā).

* Có hệ thống ghi thêm cõi trời thứ tư của trời Sơ thiền là *Trời Phạm chúng* (天梵眾; S: Brahmaparśadya).

2. *Trời Nhị thiền* (天二禪) với ba cõi sau:

- *Trời Thiếu quang* (天少光; P: Parittābhā; S: Parittābha).
- *Trời Vô lượng quang* (天無量光; P: Appamāṇābhā; S: Apramāṇābha).
- *Trời Cực quang tịnh* (天極光淨; P: Abhassara; S: Abhāsvara, cách dịch cũ là Trời Quang âm (天光音)).

3. *Trời Tam thiền* (天三禪) bao gồm:

- *Trời Thiếu tịnh* (天少淨; P: Parittā subhā; S: Parittaśubha).
- *Trời Vô lượng tịnh* (天無量淨; P: Appamāṇa subhā; S: Apramāṇaśubha).
- *Trời Biến tịnh* (天遍淨; P: Subhā kiṇṇā; S: Śubhakiṛtsna).

4. *Trời Tứ thiền* (天四禪) gồm có:

- *Trời Quảng quả* (天廣果; P: Vehapphalā; S: Bṛhatphala).
- *Trời Vô tưởng* (天無想; P: Asaññā; S: Asāṃjñika).
- *Trời Vô phiền* (天無煩; P: Avihā; S: Avṛha).

- *Trời Vô nhiệt* (天無熱; P: Atappā; S: Atapa).
- *Trời Thiện kiến* (天善見; P: Sudassa; S: Sudarśana).
- *Trời Thiện hiện* (天善見; P: Sudassī; S: Sudarśana).
- *Trời Sắc cứu kính* (天色究竟; P: Akaṇiṭṭhā; S: Akaniṣṭha).

Chú thích: Hệ PG Bắc truyền có thêm:

- * *Trời Vô vân* (天無雲; S: Anabhraka).
- * *Trời Phúc sinh* (天福生; S: Puṇyaprasava).
- * *Trời Hoà âm* (天和音; S: Aghaniṣṭha).
- * *Trời Đại tự tại* (天大自在; S: Mahāmaheśvara).

Có sách xếp trời Vô tướng, trời Vô phiền, trời Vô nhiệt, trời Thiện kiến, trời Sắc cứu kính, trời Hoà âm thuộc Trời Tịnh phạm (天淨梵), không thuộc về trời Tứ thiên.

Chúng sinh ở cõi Sắc giới không phải chịu bất tác ý khổ (không đạt được ham muốn nên buồn khổ) bởi họ đã trừ hết những ham muốn về giới tính, thể xác. Nhưng họ vẫn chịu *hành khổ* (không thoát được luân hồi), *hoại khổ* (do vẫn có thể xác nên thể xác đó rồi cũng tới lúc phải hư hoại rồi chết).



3. Vô sắc giới (無色界; P;S: Ārūpaloka, Ārūpadhātu; E: The world of formlessness, The world of immaterial form): Thế giới này được tạo dựng thuần túy bằng tâm thức và gồm bốn xứ (S: arūpasamādhī). Các chúng sinh ở đây không còn thân xác vật chất với tướng nam nữ mà chỉ tồn tại dưới dạng ý thức, họ đã chấm dứt mọi ham muốn và khoái lạc tinh thần – gọi là Trời Vô sắc giới. Đây là 4 cõi Trời, cõi cao nhất trong ba cõi không có dục vọng, mà chỉ thuần có nghiệp thức trú trong các cảnh giới thiên định thâm diệu.

Vô sắc giới gồm:

- *Trời Không vô biên xứ* (天空無邊處; P: Ākāśaṇāñcāyatana; S: Ākāśanantyāyatana);

- *Trời Thức vô biên xứ* (天識無邊處; P: Viññāṇaṇāñcāyatana; S: Vijñānanantyāyatana);

- *Trời Vô sở hữu xứ* (天無所有處; P: Ākiñcaññāyatana; S: Ākimcanyāyatana);

- *Trời Phi tưởng phi phi tưởng xứ* (天非想非非想處; P: Navasaññānāsaññāyatana; S: Naivasamjñā-nāsamjñāyatana).

Hành giả tu học thiền đến cảnh giới cao, trên mức tứ thiền định (từ Không vô biên xứ trở lên) có thể sinh vào bốn xứ này.

Chúng sinh ở cõi Vô Sắc giới không phải chịu bất tác ý khổ (không đạt được ham muốn nên buồn khổ) bởi họ đã trừ hết những ham muốn về giới tính, thể xác. Họ cũng không phải chịu hoại khổ (do không còn thể xác nên không lo bản thân bị hư hoại). Nhưng họ vẫn chịu hành khổ (không thoát được luân hồi), tức là đến một lúc nào đó tuổi thọ của họ sẽ hết và họ sẽ phải chấm dứt và *luân hồi* (chuyển) sang kiếp khác.

Xem thêm:

- [Cõi giới – Bud.Sasana by Binh Anson](#)
- [Giải về cõi trời - Phật Giáo Nguyên Thủy](#)
- [Tam Giới Duy Tâm, Vạn Pháp Duy Thức - Duy Thức Học](#)
- [Tam giới duy tâm, vạn pháp duy thức - Nhip Cầu Giáo Lý](#)

VIDEO

- [Vấn đáp: Tam giới vạn pháp | Thích Nhật Từ](#)
- [\[Vấn đáp Phật pháp\] Cõi trời và các tầng thiên - Hòa thượng Pháp Tông](#)
- [Thoát Khỏi Tam Giới - Ba Loại Khổ - HT. Viên Minh giảng tại Tổ Đình Bửu Long](#)
- [Vấn đáp: Cõi trời- Chư thiên trong đạo Phật và các tôn giáo - Đạo Phật Ngày Nay](#)
- [33 Cõi Trời - 33 Tần Số Tượng Khiến Loài Người Si Mê - Chánh Phật Pháp Thực Tiễn](#)



4. Thực hành tu tâm Giác ngộ - Giải thoát.

Để thực hành tốt Giác ngộ - Giải thoát, thiết nghĩ phần lớn các hành giả không thể không thực hành theo nguyên tắc **Văn Tư Tu** 聞思修 của đạo Phật. Trong đó, Văn Tư thuộc *Pháp học*, còn Tu là thuộc *Pháp hành*. Ngoài ra cần lưu ý rằng, Giác ngộ - Giải thoát có mối tương quan Nhân Quả chặt chẽ, với Giác ngộ là Nhân và Giải thoát là Quả.

Hòa thượng Pháp chủ Thích Khánh Anh (1895- 1961) tại Việt Nam đã từng dạy: “*Học hiểu mà không tu là đầy sách. Tu mà không học hiểu là tu mù*”. Cũng cần biết rằng hành giả cần đạt yêu cầu về học và hiểu, bởi nếu học mà không hiểu thì đồng với không học vậy.

Trong Trung Bộ kinh, kinh Brahmāyu, Phật Thích Ca Mâu Ni đã nói với đạo sĩ Brahmāyu:

*Những gì cần biết rõ, Ta đã biết rõ
Những gì cần từ bỏ, Ta đã từ bỏ
Những gì cần tu tập. Ta đã tu tập*

Do vậy, này vị đạo sĩ, Ta là Phật

4.1. Pháp học Giác ngộ - Giải thoát.

Trong pháp học, thì học hiểu Giác ngộ - Giải thoát chính là **Văn Tư** về Giác ngộ - Giải thoát.

- Trong kinh Đại Duyên (Trường Bộ III, tr. 56), đức Phật chỉ ra: "*Này Ananda, chính vì không giác ngộ, không thâm hiểu giáo pháp Duyên khởi này mà chúng sanh hiện tại bị rối loạn như một tổ kén, rối ren như một ống chỉ, giống như cỏ munja và lau sậy babaja, không thể nào ra khỏi khổ xứ, ác thú, đọa xứ, sinh tử*".

- Trong kinh Viên Giác, đức Phật dạy: "*Con người vì Vô minh cho nên có hai thứ chấp: Chấp ngã và Chấp pháp. Đó là hai nguyên nhân chính gây ra phiền não và khổ đau của cuộc đời*".

Theo đó, Vô minh chính là việc chúng sinh *không thâm hiểu giáo pháp Duyên khởi*, cho nên sinh ra các Chấp thủ cực đoan là Chấp ngã và Chấp pháp. Các Chấp thủ cực đoan này là đầu mối gây ra phiền não khổ đau cho chính mình và cho người (Xin xem lại mục **3. Giải thoát**: Chấp thủ => Tham-Sân-Si, Lậu hoặc, Kết sử, Chương, Dục).

Như thế, một khi hành giả không thâm hiểu chân lý Duyên khởi, thì hành giả không thể thực hành đúng đắn đạo đức để giải thoát phiền não cho được.

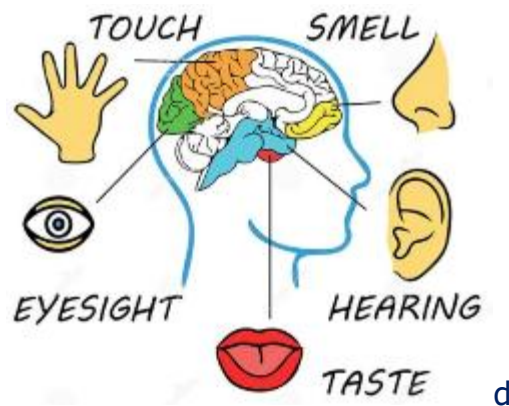


4.2. Pháp hành Giác ngộ – Giải thoát.

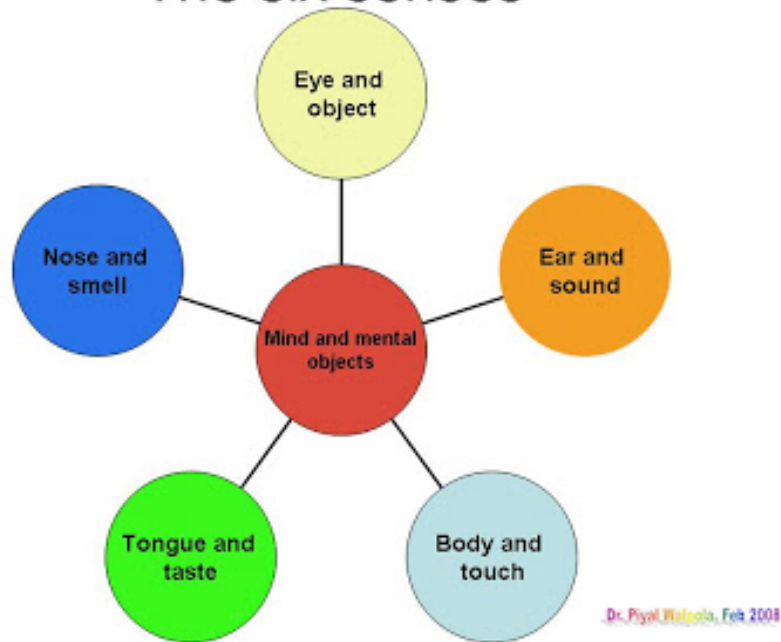
Trong pháp hành Giác ngộ – Giải thoát, Chánh niệm về chân lý Duyên khởi và đạo đức Duyên khởi chính là pháp **hành trì** của hành giả.

1) Phòng hộ 6 căn – Chánh niệm Duyên khởi.

Các hành động tạo Nghiệp do Tham-Sân-Si từ Thân-Khẩu-Ý được xem là khởi phát từ 6 căn, gồm Mắt, Tai, Mũi, Lưỡi, Thân, Ý (= não bộ). Do đó trong mọi pháp hành, hành giả không thể không bắt đầu bằng việc phòng hộ 6 căn này.



The six senses



Sơ đồ Lục căn

Trong kinh Tăng Chi Bộ, đức Phật đã chỉ dạy cách phòng hộ 6 căn bằng cách Chánh niệm Duyên khởi khi tiếp xúc với 6 trần cảnh như sau:

" Có sáu pháp vô-thượng mà các thầy cần tu. Những gì là sáu?

Mắt thấy sắc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

Tai nghe tiếng, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

Mũi ngửi mùi, không ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

Lưỡi nếm vị, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

Thân chạm xúc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

Ý đối với mọi việc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng."



2) Pháp hành Thiền – Chánh niệm Duyên khởi.

Hành Thiền là phương pháp thực hành giúp hành giả nâng cao sự nhận thức lẽ thật về bản thân và thế giới xung quanh.

Hành giả được hướng dẫn soi sáng (= quán chiếu 觀照) 4 lĩnh vực *Thân, Thọ, Tâm, Pháp* (= Tứ Niệm Xứ) bằng lẽ thật Duyên khởi, tức Chánh niệm Duyên khởi. Từ đó, hành giả xả ly các chấp thủ, ổn định Thân-Tâm, giải trừ vọng tưởng loạn động.

Thiền Tứ Niệm Xứ hay còn gọi là Thiền Minh Sát, bao gồm Định và Tuệ mà trong Bát Chánh Đạo là 2 chi phần Chánh định (không phải là Tứ thiền Bát định) và Chánh tri kiến.



3) Pháp hành Tịnh – Chánh niệm Ba-la-mật.

Chánh niệm Ba-la-mật đồng nghĩa với Chánh niệm “Duyên khởi hay Duyên khởi tính”.

Trong Phật giáo Nam truyền, Niệm Phật là một trong mười đối tượng làm Chánh niệm [Xin xem: *Thập Tùy Niệm* 十隨念; P: Anussatis; S: Anusmriti)].

Trong Phật giáo Bắc truyền, Chánh niệm Ba-la-mật chính là Niệm Phật Thực tướng, là thấy ra *Thực tướng là Vô tướng*.

Theo Tịnh Độ tông, đức A-di-đà nơi kinh Quán Vô Lượng Thọ được xem là do đức Phật lịch sử Thích-ca giới thiệu và mô tả, và xem đó như là một pháp tu.

A-di-đà hay A Di Đà [阿彌陀; S: अमिताभ = Amitābha + Amitāyus] được phân tích như sau:

- **Amitābha** có nghĩa là "**vô lượng quang** * *ánh sáng vô lượng*", hàm ý **tuệ giác** từ sự chứng ngộ chân lý Duyên khởi của đức Phật có chân giá trị **vượt mọi không gian**.

- **Amitāyus** có nghĩa là "**vô lượng thọ** * *thọ mệnh vô lượng*", hàm ý **tuệ giác** từ sự chứng ngộ chân lý Duyên khởi của đức Phật có chân giá trị **vượt mọi thời gian**.



4) Pháp hành Mật – Chánh niệm Ba-la-mật.

Mật tông trong Phật giáo Bắc truyền hành trì Giác ngộ – Giải thoát cũng không ngoài chuyển hóa tâm từ loạn động và mê lầm sang định tĩnh và sáng suốt bằng phương pháp Chánh niệm Ba-la-mật gồm Niệm Chân ngôn và Niệm Bát-nhã Ba-la-mật.

Với Niệm Chân ngôn, hành giả được dẫn hướng xả ly các chấp thủ *Tự hữu* nơi vạn pháp, nhằm chuyển biến mọi kinh nghiệm thành sự trực ngộ *Không tính* (= *Duyên khởi tính* – là tính chất không thực, hay như cách Niệm Phật Thực tướng).

Chân ngôn Bồ-tát Quán Thế Âm được xem là câu Chân ngôn quan trọng và lâu đời nhất của Mật tông, đó là: **Án Ma Ni Bát Mê Hồng** cũng đọc Úm Ma Ni Bát Ni Hồng (唵嘛呢叭彌吽; S: OM MAṆI PADME HŪM ॐ मणि पद्मे हूं) có nghĩa là "**Ôi! Chân linh trong Hoa sen**" hay "**Ôi! Ngọc như ý trong Hoa sen**". Với tính không nhiễm bùn khi ở trong bùn và hoa lá sen lại không giữ nước, đặc trưng cho tâm xả ly không ô nhiễm của bậc giác ngộ giải thoát.



Hơn nữa hành giả còn phải quán triệt **Không tính**, tức Niệm Bát-nhã Ba-la-mật, qua Bát-nhã Ba-la-mật tâm kinh như sau:

*Bồ-tát Avalokiteśvara, trong khi quán chiếu sâu sắc với tuệ giác giải thoát, đã thấy ra rằng tất cả năm uẩn đều tuy có mà không thực có - tất cả đều **Không**. Giác ngộ điều ấy xong, bồ-tát vượt qua được mọi khổ đau ách nạn.*

*"Này Śāriputra, hình Sắc (Sắc uẩn) này với tự tánh là **Không**, nghĩa là tự tánh **Không** ở nơi hình sắc này. Điều này cũng đúng với các cảm Thọ, suy Tưởng, tâm Hành và nhận Thức (Thọ uẩn, Tưởng uẩn, Hành uẩn, Thức uẩn).*

*"Này Śāriputra, tất cả mọi sự vật hiện tượng đều mang theo tướng **Không**. Tất cả không tự sinh ra, không tự diệt đi, không thêm-không bớt, không dơ-không sạch.*

"Chính vì vậy với tự tánh **Không** mà nắm uẩn là hình sắc, cảm thọ, suy tưởng, tâm hành và nhận thức đều không là những thực tại riêng biệt. Mười tám lĩnh vực hiện tượng là sáu Căn, sáu Trần, sáu Thức cũng đều không là những thực tại riêng biệt; mười hai Nhân Duyên cùng sự chấm dứt của chúng, hay bốn đế là Khổ, Tập, Diệt, Đạo cũng đều không là những thực tại riêng biệt; tuệ giác và chứng ngộ cũng đều như thế.

"Vị bồ-tát khi thực tập phép quán tuệ giác giải thoát không thấy có gì cần được chứng đắc, nên không thấy còn có gì chướng ngại trong tâm. Và vì tâm không còn chướng ngại nên vị ấy vượt qua được mọi sợ hãi, vượt qua được mọi thấy biết mê lầm và đạt được thực tại nirvāṇa.

"Tất cả chư Phật trong quá khứ, hiện tại và vị lai nhờ nương vào phép thực tập tuệ giác giải thoát mà đạt tới chánh giác toàn vẹn.

"Cho nên, này thầy Śāriputra, ai cũng cần biết rằng tuệ giác giải thoát là một phương tiện tu học chói sáng và kỳ diệu không gì so sánh được. Đó là tuệ giác chân thực có khả năng diệt trừ tất cả mọi khổ nạn. Vì vậy ta nên tán dương tuệ giác giải thoát như một linh chú sau:

"Gate, gate, pāragate, pārasamgate, bodhi, svaha!"

Xem thêm:

- [Giác Ngộ Và Giải Thoát](#) - Hoa Vô Ưu
- [Giác ngộ giải thoát](#) - Chua Van Hanh
- [GIÁC NGỘ VÀ GIẢI THOÁT](#) - Thiền Viên Thường Chiếu
- [Giác Ngộ Và Giải Thoát](#) - Phật Học Cơ Bản - THƯ VIỆN HOA ...
- [Học mà không tu là Đầy Sách, Tu mà không học là Tu mù](#)
- [Học mà không tu là cái đầy đựng sách](#) - Phật học đời sống
- [Học dở mà tu hay](#) - Thư Viện Hoa Sen
- [Tu mà không học là tu mù](#) - Pháp Âm

VIDEO

- [Mục Đích thật sự của Đạo Phật](#) - Hỏi đáp - HT. Viên Minh
- [VĐPP I Tu mà không học là tu mù, học mà không tu ...](#)



Bài đọc thêm

1. Tri kiến và Chánh tri kiến.

1) Tri kiến (知見) có thể được phân tích như sau:

- Tri (知; P: Jānāti; E: To know, to understand // knowledge, understanding):
Biết, hiểu // Sự hiểu biết.

- Kiến (見; P: Diṭṭhi; E: To see // view, position): Thấy // Quan điểm, luận điểm,
ý.

Theo đó, tri kiến (知見; P: jānāti diṭṭhi; E: knows/understands view/opinion/belief" or "has knowledge of a view.") là *sự thấy biết* trên một đối tượng, được phân biệt như sau:

1. Tri kiến tục đế = **Trí thức**: Đó là sự thấy biết trên đối tượng là các *khái niệm chế định*, được gọi là trí thức.

2. Tri kiến chân đế = **Trí tuệ**: Đó là sự thấy biết trên đối tượng là các *thực tính*, được gọi là trí tuệ. Đây là *tri kiến của các bậc giác ngộ* (= Phật tri kiến 知見佛; E: Pure cognition)

Trong kinh Pháp Hoa có viết: "*Đức Phật ra đời vì một đại sự nhân duyên là khai thị cho chúng sanh ngộ nhập Phật tri kiến*"

Tri kiến nói gọn là **tri**. Đạo Phật thường phân biệt *tri kiến* với 5 cấp độ sau:

1. **Tưởng tri** (想知; P: Sañjānāti; E: To know by consciousness experiences): Đó là sự thấy biết trên đối tượng bằng **tưởng**, tức suy tưởng từ *não bộ* (= Ý căn, chứ không là 5 căn giác quan).

- Tưởng tri có thể là *khái niệm chế định có thực* (P: vijjamāna paññatti) - như sự bố thí.

- Tưởng tri có thể là *khái niệm chế định không có thực* (P: avjjamana paññatti) - như sự hiểu thảo.

Tưởng tri là *nhận thức thế gian* sử dụng thường ngày, có 2 mặt lợi hại đối lập nhau là thiên-bất thiên. Tưởng tri chỉ có thể cung cấp dữ liệu hay soi chiếu đối tượng thuộc tri kiến thông tục, chứ không là *nhận thức trực tiếp trong thiền quán* (= tri kiến thiền quán).

Tưởng tri là loại *nhận thức lệ thuộc* vào các kinh nghiệm đã được định danh trong quá khứ, thể hiện qua **ký ức** và sự **đặt tên**. Như mắt ta thấy một cây bút, dù ta không quán sát gì nhiều nhưng vẫn biết ngay đó là một cây bút.]



2. Thức tri (識知; P: Vijānāti; E: To know by distinguishing): Đó là sự thấy biết trên đối tượng bằng **thức**, tức *kiến thức*, cảm nhận từ sự tiếp xúc của 5 giác quan (Ngũ căn) và trần cảnh bên ngoài.

Thức tri là các khái niệm chế định có thể thấy ở đời sống hay ở các lãnh vực khoa học kỹ thuật và khoa học xã hội.

Thức tri có chức năng như tướng tri, như đó là *nhận thức thế gian* có 2 mặt lợi hại đối lập nhau, là *thiện-bất thiện*, thông tục và không là nhận thức trực tiếp trong thiền quán, đồng thời đó cũng là *nhận thức lệ thuộc* vào các kinh nghiệm.



3. Thắng tri (勝知; P: Abhijānāti; E: To know fully) : Đó là sự thấy biết trên đối tượng bằng kết quả **đắc định**, là khả năng nhận thức bằng giác quan của định sắc giới hay định vô sắc giới đạt được vi tế hơn nhận thức của dục giới. Ví dụ khả năng thấy xuyên tường, nghe được ngôn ngữ của các loài khác..., những khả năng này có thể hỗ trợ cho thiền quán, nhất là khi cần thấy rõ diễn biến thay đổi cực kỳ vi tế trong hiện tượng vật lý hay tâm lý mà người bình thường không thể biết được.

Thực ra, Thắng tri cũng chỉ là một loại Tướng tri nhưng kèm theo toàn bộ hiểu biết về đối tượng, thay vì chỉ định danh (xác định nó là cái gì), rồi bỏ qua như Tướng tri, thì Thắng Tri lại có sự tập trung, dồn hết hiểu biết đã có vào đối tượng. Ví dụ khi dịch một từ nào đó, ta dồn hết hiểu biết đã có, kinh nghiệm đã có vào từ ngữ ấy. Cái tri này gọi là Thắng tri.

Đỉnh cao của Thắng tri gọi là *thần thông* 神通. Có 5 loại Thắng tri hay 5 loại Thần thông sau:

1. Thần túc tri - *Thần túc thông* 神足通: Khả năng đi lại khắp nơi trong nháy mắt.
2. Thiên nhãn tri - *Thiên nhãn thông* 天眼通: Khả năng thấy không hạn chế các sự vật và vòng luân hồi.

3. Thiên nhĩ tri - *Thiên nhĩ thông* 天耳通: Khả năng nghe được âm thanh mọi loài (kể cả chư thiên).

4. Tha tâm tri - *Tha tâm thông* 他心通: Khả năng biết được tâm ý, suy nghĩ của người khác.

5. Túc mạng tri - *Túc mạng thông* 宿命通: Khả năng thấy biết được các kiếp sống đã qua của mình.

Năm tri Thần thông này được gọi là **Tục trí**, đạt được do tứ thiên định mang lại và thường chỉ được xem là **phó sản** của bậc giác ngộ. Thật vậy, con người không thể sống còn và thoát khỏi mọi đau khổ bằng Thần thông hay Phép lạ như thường nói đến ở các tôn giáo.

Do đó, nếu không khéo thấy ra giá trị nhất thời và khả năng hạn hữu của Thần thông-Phép lạ, con người sẽ dễ sa vào mê tín và đau khổ triền miên.

Trái lại, khi cần thiết thì bậc giác ngộ với Liễu tri (xem bên dưới) sẽ soi sáng việc sử dụng Thần thông-Phép lạ, thiết thực trong việc độ sinh.

Thăng tri cũng có 2 mặt lợi hại đối lập nhau, tức thiện và bất thiện, và không là nhận thức trực tiếp trong thiền quán.



4. Tuệ tri (慧知; P: Pajānāti; E: To know clearly // insight, wisdom): Đó là sự thấy biết trên đối tượng bằng **tuệ giác** (慧覺; P: sambodhi, paññā, ñāṇa; E: highest enlightenment, perfect wisdom), đây là cái biết trong sáng, khách quan, vượt ngoài ngôn ngữ và khái niệm, thấy được thực tính của pháp, là sự nhận biết rõ rệt chứ không hời hợt như trong quán sát và nhờ cậy vào ký ức.

Tuệ tri chính là nhận thức trực tiếp trong thiền quán (= thiền tuệ). Khởi đầu của tuệ tri là *Chánh niệm - Tỉnh giác* (P: Sati-sampajañña-ñāṇa). Chánh tri kiến có nhiệm vụ

tuệ tri thực tính của pháp, còn Chánh tư duy xác định lại thực tính này, vì Chánh tri kiến chỉ trải nghiệm hay chứng kiến thực tính chứ không xác định được thực tính.

Trong 5 cách nhận thức, chỉ có Tuệ tri - kết thành từ 3 yếu tố Chánh tri kiến (= Tỉnh giác), Chánh tinh tấn và Chánh niệm - là nhận thức trực tiếp thực tính của pháp từ đối tượng trong pháp hành thiền quán.



5. Liễu tri (了知; P: Parijānāti; E: To know accurately): Đó là sự thấy biết trên đối tượng bằng **Giác tri** (覺知; P: Bodhi-ñāṇa; E: The perfect wisdom) hay **Tuệ giác** (慧覺; P: Sambodhi; E: The highest enlightenment) của bậc đã giác ngộ, là thành tựu trọn vẹn của tuệ tri, không là nhận thức trong khi đang tiến hành thiền quán.

Liễu tri là tri đi kèm toàn bộ hiểu biết đầy đủ và chính xác về đối tượng, mang ý khách quan, khác với Thẳng tri, loại tri dựa vào kinh nghiệm cá nhân, mang ý chủ quan. Chúng ta dễ có “Thẳng tri về đối tượng”, chứ không dễ có “Liễu tri về đối tượng”. Liễu Tri được xem là loại tri cao nhất.

Liễu tri còn gọi là thần thông thứ sáu, là **Lậu tận thông** 漏盡通 hay **Lậu tận trí** hay **Chân trí**, đạt được do thâm nhập quán nơi bậc giác ngộ A-la-hán (Bồ-tát hay Phật trong Phật giáo Bắc truyền). Đó là khả năng đoạn tận phiền não.

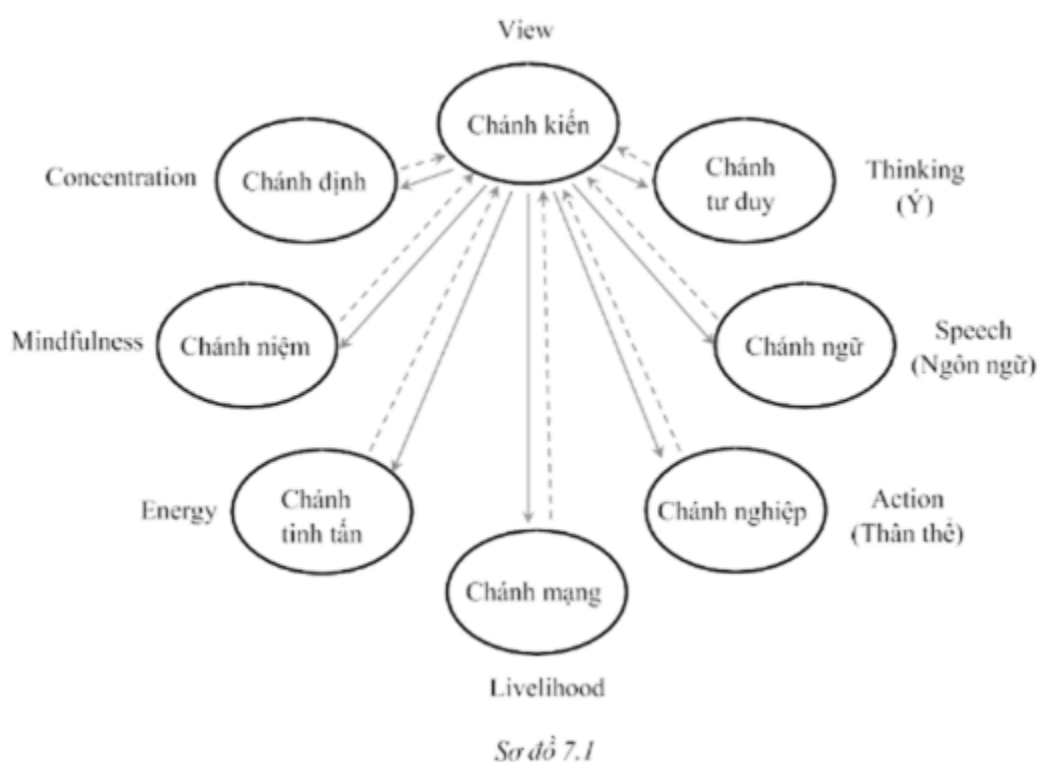
Như thế, có thể thấy rằng Tưởng tri, Thức tri và Thẳng tri là những *tri kiến hữu lậu*, tức *trí hữu lậu* – là những thấy biết hầy còn dính mắc phiền não; còn Tuệ tri và Liễu tri là những *tri kiến vô lậu*, tức *trí vô lậu* – là những thấy biết giúp đoạn tận phiền não.

Hơn nữa, giá trị nếu có của tri kiến hữu lậu là hạn hữu, còn giá trị của tri kiến vô lậu là vô hạn. Thật vậy, thành quả của khoa học kỹ thuật hay giá trị của thần thông phép lạ là tương đối và nhất thời, còn một tâm trí tự do, không còn bị trói buộc bởi các tín

điều của khoa học và tôn giáo (không hàm ý là phủ bác chúng, chỉ xem chúng là thích nghi tạm) thì quả thật vô tận.

Đạo Phật xem sự vận hành của vũ trụ theo chân lý khách quan *Duyên khởi* và con người sống theo nguyên tắc đạo đức *Duyên khởi* (nghĩa là bao gồm *vũ trụ quan* tự nhiên và *nhân sinh quan* sinh động), là những đặc điểm trái với các chân lý chủ quan và tín điều đạo đức nơi các tôn giáo vốn do con người chế tác.

2) Chánh tri kiến.



Chánh tri kiến là tri kiến chân chánh, đúng với Chánh pháp, là chi đầu của Bát Chánh Đạo, gồm 2 loại:

1- Tri kiến tục đế (= Trí thức) tương ứng với Đạo đức Duyên khởi bao gồm Tưởng tri, Thức tri và Thắng tri.

2- Tri kiến chân đế (= Trí tuệ) tương ứng với Chân lý Duyên khởi bao gồm Tuệ tri và Liễu tri.

Dưới đây là 7 chi phần còn lại của Bát Chánh Đạo:

- Chánh tư duy chính là suy nghĩ, luận biện với sự soi sáng của Chánh tri kiến.
- Chánh ngữ chính là phát ngôn, nói năng với sự soi sáng của Chánh tri kiến.
- Chánh nghiệp chính là mọi hành động với sự soi sáng của Chánh tri kiến.
- Chánh mạng chính là nuôi sống thân mạng với sự soi sáng của Chánh tri kiến.
- Chánh tinh tấn chính là luôn hành trì với sự soi sáng của Chánh tri kiến.
- Chánh niệm chính là tâm nhớ nghĩ với sự soi sáng của Chánh tri kiến.
- Chánh định chính là tâm chăm chú với sự soi sáng của Chánh tri kiến.

Xem thêm

- [Tưởng Tri - Thức Tri - Tuệ Tri | Nhật Ký Chú Cuội](#)
- [Tuệ tri & Tưởng tri & Tưởng tri | Tuệ và Giác ngộ](#)
- [Sự khác biệt của Tưởng tri, Thức tri và Trí tuệ - CỬA VÀO ...](#)
- [TÌM HIỂU TRÍ TUỆ TRONG KINH ĐIỂN NIKAYA - Chùa Xá Lợi](#)

VIDEO

- [Tưởng tri và trí tuệ - Thích Nhật Từ](#)
- [Vấn đáp: Hiểu đúng về Tưởng tri - Tuệ tri - Liễu tri ...](#)
- [Ý NGHĨA LIỄU TRI VÀ THẮNG TRI - Thầy Thích Bảo Nguyên](#)
- [Sự Khác Nhau Giữa TƯỚNG TRI VÀ TRÍ TUỆ | Thích Nhật Từ](#)
- [THẤU NHÂN DUYÊN NGỘ VÔ THƯỜNG - TT THÍCH CHÁNH ĐỊNH](#)



2. Sơ yếu về Bát Chánh Đạo.

Bát Chánh Đạo (八正道; P: Ariya-aṭṭhaṅgikamagga; S: Āryāṣṭāṅgamārga; E: The Eightfold Path) được nêu ra nơi kinh Chuyển Pháp Luân 轉法輪, và được xem là tiêu biểu cho nội dung tu tập Niệm-Giới-Định-Tuệ, theo đúng lộ trình tu học Văn Tư Tu.

Hơn nữa, Bát Chánh Đạo còn là 8 hành động tiêu biểu mà khi hành giả quán triệt, thì rồi tất cả mọi hành động khác trong cuộc sống cũng đều đúng với Chánh đạo cả.



The Noble Eightfold Path



Figure 24. The Noble Eightfold Path. The practices can be broadly grouped under morality, concentration and wisdom.

Initial knowledge (Wisdom) guide moral conduct (Morality). Purified mind and body through morality assist concentration (Samatha). Using concentration, the Five Aggregates can be analysed thoroughly (Wisdom again). Finally, with the realisation – that the 'self' is actually a composition of factors streaming along and intrinsically 'empty' – the actual breakthrough to Enlightenment (Bodhi) is achieved.

[Noble Eightfold Path - Wikipedia](https://en.wikipedia.org/wiki/Noble_Eightfold_Path)

Nội dung của Bát Chánh Đạo gồm:

1. Chánh tri kiến (E: Right understanding // Truthful understanding).
2. Chánh tư duy (E: Right thoughts // Truthful thoughts).
3. Chánh ngữ (E: Right speech // Truthful speech).
4. Chánh nghiệp (E: Right action // Truthful action).
5. Chánh mạng (E: Right livelihood // Truthful livelihood).
6. Chánh tinh tấn (E: Right effort // Truthful effort).
7. Chánh niệm (E: Right mindfulness // Truthful mindfulness).
8. Chánh định (E: Right meditation // Truthful meditation).

Chánh Ngữ	Giới (Sila)
Chánh Nghiệp	
Chánh Mạng	
Chánh Tinh Tấn	Định (Samadhi)
Chánh Niệm	
Chánh Định	
Chánh Kiến	Tuệ (Panna)
Chánh Tư Duy	

1) Chánh tri kiến (正知見; P: Sammā-ditṭhi; S: Samyak-dṛṣṭi; E: Right view, Right understanding // Truthful view, Truthful understanding): Đó là *thấy* (kiến) đúng lẽ thật và *hiểu, biết* (tri) đúng lẽ thật. Sự thấy-biết đúng lẽ thật được xác lập trên nền tảng của *nguyên lý chân lý Duyên khởi* của đạo Phật – một khám phá vĩ đại của đức Phật.

Như thế, Chánh tri kiến bao hàm nội dung tất cả các tri kiến về chân lý Duyên khởi và đạo đức Duyên khởi. Chánh tri kiến vì thế là Giác ngộ trong đạo Phật và là chuẩn mực cho 7 chi phần còn lại của Bát Chánh Đạo.

Nội dung chính của Chánh tri kiến là:

1. Chân lý Duyên khởi, gồm:

- Lý ' *Vô thường – Vô ngã* '.
- Lý ' *Trung đạo* '.
- Lý ' *Như lý tác ý* '.
- Lý ' *Tùy duyên* '.
- Lý ' *Nhân Quả* ' => ' *Tứ Diệu Đế* '.

2. Đạo đức Duyên khởi, gồm:

- Nguyên tắc ' *Nhân Quả* '.
- Nguyên tắc ' *Từ bi – Trí tuệ* '.

Có nhiều nghiên cứu cho rằng Bát Chánh Đạo là Trung đạo. Điều này không sai, nhưng chưa đầy đủ để nói lên hết về giá trị của nội hàm Bát Chánh Đạo.

Với Chánh tri kiến thì có thể chắc chắn rằng suy tưởng (tư duy) sẽ đúng lẽ thật và trong sáng, và khi suy tưởng này thuần thực thì lời nói (ngữ) và hành động (nghiệp) cũng sẽ đúng không khác. Chánh tri kiến sẽ soi sáng sự nỗ lực (tinh tấn) có lợi hay có hại cho việc nhớ nghĩ (niệm) và việc chuyên chú (định). Tất cả đều hướng về thấy-hiểu đúng chân lý Duyên khởi.



2) Chánh tư duy (正思唯; P: Sammā-saṅkappa; S: Samyak-saṃkalpa; E: Right thoughts // Truthful thoughts): Đó là suy nghĩ, suy tưởng, nghiệm xét đúng lẽ thật, hợp với Chánh tri kiến. Nội dung có thể thực hiện như sau:

1. Giải trừ các **Ý nghiệp** bất thiện Tham-Sân-Si đã tạo tác [điều **8-- 10** của Thập thiện] bằng cách thực hành các ý nghiệp thiện viển ly như bồ thí, khoan dung.

Tâm dẫn đầu các pháp

Tâm làm chủ tạo tác

Nếu với tâm nhiễm ô

Nói năng hay hành động

Khổ não bước theo sau

Như xe theo vật kéo.

Kệ Pháp Cú 1.

Tâm dẫn đầu các pháp

Tâm làm chủ tạo tác

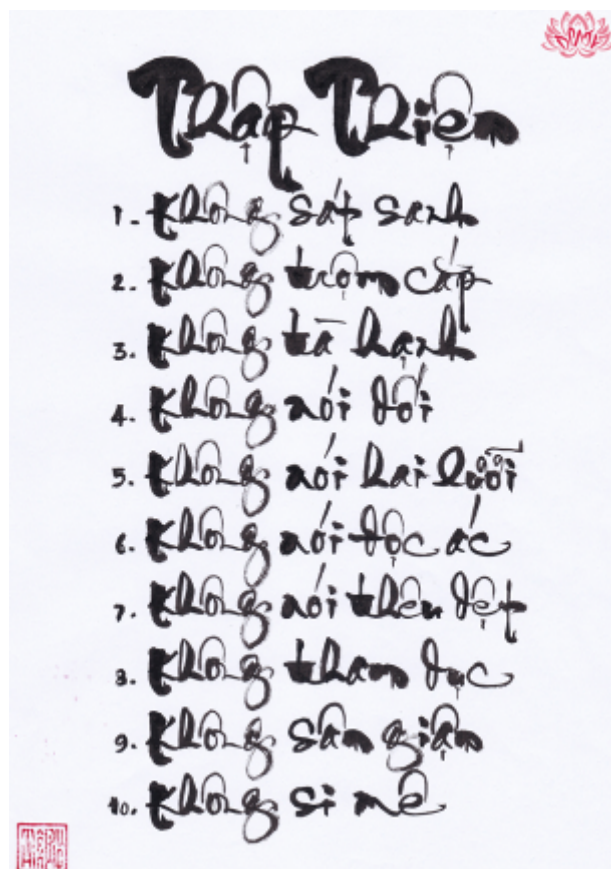
Nếu với tâm thanh tịnh

Nói năng hay hành động

An lạc bước theo sau

Như bóng không rời hình.

Kệ Pháp Cú 2.

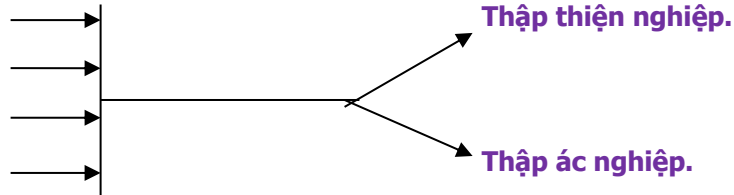


Thập thiện – Thập ác (đối lại)

Thân: 1 -:- 3 Khẩu: 4 -:- 7 Ý: 8 -:- 10

Chú thích: Trong Thập thiện nghiệp hay Thập ác nghiệp chỉ đề cập trực tiếp nơi cá nhân thực hiện, còn gián tiếp có đến 3. Do đó với một hành vi có tác ý lại có thể nhân rộng ra là **Tứ thập thiện nghiệp** và **Tứ thập ác nghiệp** (tức 40 Nghiệp thiện và 40 Nghiệp ác) như sau:

1. Tự mình làm
2. Bảo kẻ khác
3. Vui với việc
4. Khen với việc



2. Tư duy theo nguyên tắc Nhân Quả và Từ bi-Trí tuệ (thuộc đạo đức).

3. Quán chiếu "*Ngoài sự tư duy đúng lẽ thật, không có người tư duy đúng lẽ thật*" (thuộc chân lý).

Chúng ta biết rằng tuy Tham-Sân-Si được xếp vào các độn sử (khó đoạn trừ), nhưng Si theo tinh thần của Bát Chánh Đạo là chướng ngại cần triệt phá sớm với Chánh tri kiến, nhằm để dần đoạn diệt 2 chướng ngại còn lại là Tham, Sân. Bát Chánh Đạo có nét của phương châm "*Đốn ngộ, Tiệm tu*".



3) Chánh ngữ (正語; P: Sammā-vācā; S: Samyag-vāk; E: Right speech // Truthful speech) : Đó là lời nói để diễn đạt ý tưởng đúng lẽ thật, hợp với Chánh tri kiến. Nội dung có thể thực hiện như sau:

1. Giải trừ các **Khẩu nghiệp** bất thiện đã tạo tác bằng cách thực hành 16 khẩu nghiệp thiện [điều **4-:-7** của 10 điều đạo đức – *Thập thiện*, được suy rộng.

2. Nói năng thuận theo nguyên tắc Nhân Quả và Từ bi-Trí tuệ (thuộc đạo đức).

3. Quán chiếu "*Ngoài sự nói đúng lẽ thật, không có người nói đúng lẽ thật*" (thuộc chân lý).



4) Chánh nghiệp: (正業; P: Sammā-kammanta; S: Samyak-karmānta; E: Right action // Truthful action): Đó là hành động của thân theo ý tưởng đúng lẽ thật, hợp với Chánh tri kiến. Nội dung có thể thực hiện như sau:

1. Giải trừ các **Thân nghiệp** bất thiện đã tạo tác bằng cách thực hành các thân nghiệp thiện [căn bản là điều **1--3** của Thập thiện].

2. Hành động của thân thuận theo nguyên tắc Nhân Quả và Từ bi-Trí tuệ (thuộc đạo đức).

3. Quán chiếu "*Ngoài sự hành động đúng lẽ thật, không có người hành động đúng lẽ thật*" (thuộc chân lý). Nói cách khác, đây là hành động vượt thoát không dính mắc, là *Duy tác* (惟作; P: Kiriya; S: Kriyā; E: Only-action).



5) Chánh mạng: (正命; P: Sammā-ājīva; S: Samyag-ājīva; E: Right livelihood // Truthful livelihood): Đó là chọn nghề sinh nhai hợp với Chánh tri kiến có các nội dung có thể thực hiện như sau:

1. Nghề sinh nhai không ảnh hưởng đến sự vi phạm 40 điều đạo đức (suy rộng từ 10 điều đạo đức – Thập thiện), hơn nữa lại có điều kiện thực hiện các điều đạo đức này.

2. Nghề sinh nhai thuận theo nguyên tắc Nhân Quả và Từ bi-Trí tuệ (thuộc đạo đức).

Với nội dung này, có thể thấy ngay một số nghề cần tránh như buôn bán người, buôn bán vũ khí, thuốc độc, chất say nghiện..., đầu cơ tích trữ làm lũng đoạn thị trường, nghề cho vay nặng lãi, nghề lợi dụng lòng mê tín dị đoan của con người, các nghề dịch vụ bắt chẹt trên sự thiếu hiểu biết của khách hàng...



6) Chánh tinh tấn (正精進; P: Sammā-vāyāma; S: Samyag-vyāyāma; E: Right effort // Truthful effort) : Đó là chuyên cần trên 7 chi phần còn lại của Bát Chánh Đạo, hợp với Chánh tri kiến, biểu hiện qua 4 phạm vi sau:

- 1.** Chuyên cần tiêu trừ các bất thiện pháp đã gây ra các bất thiện nghiệp.
 - 2.** Chuyên cần ngăn ngừa, dập tắt các bất thiện pháp đang hoặc chưa phát sinh (như phòng hộ các căn).
 - 3.** Chuyên cần làm phát sinh các thiện pháp.
 - 4.** Chuyên cần làm tăng trưởng các thiện pháp đã phát sinh.
- Như vậy, Chánh tinh tấn thể hiện năng lực hướng tới làm chủ Thân-Khẩu-Ý.



7) Chánh niệm (正念; P: Sammā-sati; S: Samyak-smṛti; E: Right mindfulness // Truthful mindfulness): Đó là nhớ nghĩ mang tính cảnh giác thường xuyên (bởi có thể

xem Chánh niệm là *Nhân* - Tỉnh giác là *Quả*) trên 7 chi phần còn lại của Bát Chánh Đạo, hợp với Chánh tri kiến.

Chánh niệm thể hiện năng lực an lập từ nhiệm vụ không quên, có thể thực hiện trên mọi việc ta tiếp xúc, ở mọi lúc mọi nơi như đi, đứng, nằm, ngồi, ... hợp với Chánh tri kiến cả về chân lý Duyên khởi và đạo đức Duyên khởi, như:

Trong kinh Tăng Chi 4, tr. 264:-265 có ghi:

"Có lần, đức Phật thuyết pháp cho ông Cấp Cô Độc về công đức của sự cúng dường. Đức Phật nói : "Cúng dường cho Phật và Tăng chúng thì có công đức rất lớn. Nhưng có công đức lớn hơn là xây tu viện cho Tăng chúng ăn ở và tu học. Có công đức lớn hơn xây tu viện là thọ Tam quy Phật-Pháp-Tăng. Có công đức lớn hơn thọ Tam quy là giữ Năm giới. Có công đức lớn hơn giữ năm giới là giữ tâm niệm Từ Bi, dù là trong giây phút. Nhưng có công đức lớn hơn tất cả, đó là quán niệm sâu sắc đạo lý Duyên khởi – Vô thường, Vô ngã – của mọi sự vật "".



8) Chánh định (正定; P: Sammā-samādhī; S: Samyak-samādhī; E: Right meditation, right concentration // Truthful meditation, truthful concentration) : Theo kinh Đại Tứ Thập – Trung Bộ III, đó là tập trung thuần nhất, vững chãi trên sự thành tựu của 7 chi phần còn lại của Bát Chánh Đạo.

Có thể thấy rằng Chánh định chính là định (chăm chú, chú tâm) trên bất kỳ đối tượng nào khi tiếp xúc, và được soi sáng bởi Duyên khởi, khác với Tứ thiền Bát định (của Thiền định) là chỉ tập trung vào một đối tượng duy nhất được chọn trước.

Chánh định còn được gọi là Sát-na định (P: Khaṇika-samādhī; S: Kṣaṇika-samādhī; E: Momentary focus), đây là định tâm trên đối tượng ở mỗi danh pháp hoặc mỗi sắc pháp trong thời hiện tại (P: ārammaṇapaccuppanṇā → sát-na hiện tại) tùy theo nhân duyên

của nó. Sát-na định này thuộc về pháp hành thiền tuệ, lấy **Duyên khởi** làm nội dung căn bản cho định.

Trong kinh Đế Phân Biệt Tâm – thuộc Trung Bộ kinh, khi luận về tiến trình giải thoát, đức Phật nói : “*Chánh định được tu tập cùng với 7 chi phần khác của Bát Chánh Đạo sẽ dẫn đến Chánh trí, và Chánh trí* (P: Sammā-ñāṇa; S: Samyak-jñāna – tức tu học chân lý để thành tựu *minh*) *sẽ dẫn đến Chánh giải thoát* (P: Sammā-vimutti; S: Samyag-vimokṣa)”.

[*] **đôi tượng** (P: nimitta): Trong ngữ cảnh của thực hành thiền Nguyên thủy, nó đề cập đến một hình ảnh xuất hiện trong tâm trí sau khi phát triển một mức độ định nào đó.

Trên đây là sự thực tập trên 7 hành động được chọn lọc chính yếu, hợp với Chánh tri kiến, và cũng là bước đầu cho tất cả mọi hành động khác trong cuộc sống hàng ngày của hành giả, luôn hợp với Chánh tri kiến vậy.

Xem thêm:

- [Bát Chánh Đạo](#). - Quảng Đức
- [Phương Pháp Thực Hành Bát Thánh Đạo trong thực tiễn ...](#)

VIDEO

- [Bai Hoc Nhan Qua \(TT Nhat Tu\)](#)
- [Nhan Qua Khong Sai \(TT Nhat Tu\)](#)
- [Bát Chánh Đạo - Phần 1 - TT Trí Siêu](#)
- [Bát Chánh Đạo - Phần 2 - TT Trí Siêu](#)
- [Đuốc tuệ: Bát Chánh Đạo – TT Tâm Thiên](#)
- [Thầy Tâm Hạnh - Phân Tích Bát Chánh Đạo](#)
- [Sách Nói - Bát Chánh Đạo - TT Thích Nhật Từ](#)
- [BÁT CHÁNH ĐẠO - THIỀN SƯ THÍCH NHẤT HẠNH](#)
- [Bát Chánh Đạo Con Đường Giác Ngộ - Thầy Thích Phước Tiến](#)
- [Bát Chánh Đạo 1 - Ý Nghĩa Tổng Quát & Chánh Tri Kiến - Thích Minh Thành](#)
- [Bát Chánh Đạo 2 - Chánh Tư Duy - Thích Minh Thành](#)
- [Bát Chánh Đạo 3 - Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp - Thích Minh Thành](#)
- [Bát Chánh Đạo 4 - Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm - Thích Minh Thành](#)

- **Bát Chánh Đạo 5 - Chánh Định - Thích Minh Thành**

- **BÁT THÁNH ĐẠO - Tu Tập Bát Thánh Đạo - Thích Minh Thành**



Hoan nghênh các bạn góp ý trao đổi!
