

# Lớp Phật Pháp Buddhaddhamma

## Giáo trình Thắng Pháp Abhidhamma

**Bài học ngày 7.3.2021**

---

### Bài 62

## 6 Khía Cạnh Quan Trọng Của Tâm Thức:

### 1. CẢM THỌ (vedanā)

Cảm thọ là một trong những trong những lãnh vực khó để tạo nhiều ngộ nhận trong Phật học. Ngay cả từ vựng Phạn ngữ Pàli, Hán ngữ, Việt ngữ đều không đủ đa dạng để chuyên chở tất cả khái niệm về thọ mà phải sử dụng một cách trùng lặp khiến cho người học rất dễ lẫn lộn. Người học cần hiểu rõ “cái gì là” và “cái gì không là” của thọ. Về mặt này gần như không thể lấy từ vựng Phạn ngữ để làm chuẩn mực mà phải nắm rất vững cái gì đang được nói để hiểu ý nghĩa tinh xác.

Trước hết không nên hiểu thọ (vedanā) là phản ứng vui buồn đối với cảnh.

Cảm thọ, nói theo ngôn ngữ hôm nay, là cảm biến của tâm thức khi tiếp xúc cảnh. Nên phân biệt rõ cảm thọ đơn thuần là cảm giác (như feeling trong Anh ngữ) chứ không phải là cảm xúc phản ứng đối với cảnh (như emotion trong Anh ngữ). Phản ứng của cảm xúc theo Phật học là hành uẩn trong lúc cảm thọ là thọ uẩn.

Chữ dukkha thường dịch là khổ mang rất nhiều ý nghĩa tùy theo phạm trù. Trong ý nghĩa rộng nhất tất cả pháp hữu vi (sankhāra) đều là khổ bao gồm cả năm thọ khổ, lạc, ưu, hỷ, xả. Chẳng những thọ uẩn là khổ mà năm uẩn đều khổ. Chữ khổ mang tính phổ quát có nghĩa là cái gì bất toàn, bất toại, rỗng không. Chữ dukkha trong ba thọ bao gồm thọ khổ của thân và khổ của tâm. Chữ dukkha trong năm thọ chỉ riêng cho khổ thân trong lúc khổ tâm gọi là thọ ưu (domanassa)

Chữ sukha thường dịch là lạc hay hạnh phúc cũng là một từ vựng phức tạp. Niết bàn là sukha tối thượng nhưng không liên hệ gì tới cảm thọ. Sukha trong ba thọ chỉ cho trạng thái dễ chịu, khinh khoái của thân và tâm. Sukha trong năm thọ chỉ cho xúc lạc của thân. Chữ sukha trong năm chi thiền (tâm, tứ, hỷ, lạc, định) không chỉ cho xúc lạc của thân mà chỉ cho trạng thái “gội nhuận” hay “hưởng cảnh” khác với hỷ là sự hân hoan.

Chữ upekkhā trong Phạn ngữ và thuật ngữ xả (đôi khi dịch là hành xả) là một từ vựng dễ tạo nên ngộ nhận. Upekkhā có thể dịch là nhẫn nại như sự bình thản trong cuộc sống hằng ngày; cũng có nghĩa là sự điềm đạm khi đã quá quen thuộc, thuộc thục; mà cũng có nghĩa là quân bình, không nghiêng nặng một bên. Phải hết sức cẩn thận khi đọc thuật ngữ này với sự nắm vững ngữ cảnh.

Thăng Pháp Abhidhamma chỉ nêu MỘT thuộc tánh thọ. Nhưng kỳ thật có năm thuộc tánh thọ: thọ khổ, thọ lạc, thọ ưu, thọ hỷ và thọ xả.

#### *Thọ trong tâm cơ năng*

Những cặp thức: nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức đều là thọ xả dù là quả thiện hay bất thiện vì tánh cách muội lược của các giác quan này đối với cảnh là một giải thích quan trọng của Thăng Pháp mà người học cần biết. Riêng cặp thân thức thì có thọ khổ và thọ lạc vì sự tiếp xúc của thân khi xúc chạm. Tâm tiếp nhận chỉ có thọ xả trong lúc tâm quan sát thì có thọ xả và thọ hỷ là một chi tiết thú vị khác. Trong ba tâm duy tác vô nhân thì tâm sinh tiểu thọ hỷ là điều tất nhiên.

#### *Thọ trong tâm bất thiện*

Tâm tham có hai thọ là thọ hỷ và thọ xả trong khi tâm sân chỉ có thọ ưu; tâm si thọ xả. Sự nêu rõ về thọ của tâm bất thiện cho thấy phân định rạch ròi của Thăng Pháp đối với tham, sân, si trên phương diện cảm thọ có phần khác với cái nhìn thường thức. Thí dụ người ta nói một người quá mê đắm cái gì đó là si mê nhưng thực tế đó là tâm tham mặc dù có thuộc tánh si.

#### *Thọ trong tâm dục giới tịnh hảo*

Các tâm dục giới tịnh hảo là những thức tâm đa năng chỉ có hai thọ là thọ hỷ và thọ xả. Có vài chi tiết rất lợi ích về thọ trong loại tâm này như sự bi mẫn sanh có thể sanh trong các tâm thọ xả hay thọ xả trong tâm thiện dục giới tịnh hảo có thể kém cạnh so với tâm thọ hỷ trong sự tạo quả. Điều này khác biệt với những tâm thiện.

#### *Thọ trong các tâm thiên*

Các tâm sắc giới, vô sắc giới và siêu thế đều liệt kê theo 5 thiên. Trong tâm thiên có hai thọ là thọ hỷ và xả. Ngũ thiên là thọ xả trong khi các tâm thiên sơ, nhị, tam, tứ thọ hỷ. Một điểm nên lưu ý là tất cả tâm tứ thiên nói về thiên chi thì đã bỏ chỉ hỷ nhưng tính là thọ hỷ vì còn chi lạc. Ở đây có sự khác biệt giữa thọ hỷ và chi thiên hỷ mà người học cần lưu ý

*Thọ đối với các thuộc tánh*

7 thuộc tánh tự tha biến hành đi với cả 5 thọ

6 thuộc tánh tự tha biệt cảnh ngoại trừ thuộc tánh hỷ chỉ đi vi thọ hỷ: 3 thuộc tánh tâm, tứ, thắng giải đi với cả 5 thọ. Hai thuộc tánh cần, dục chỉ có ba thọ là hỷ, ưu và xả.

Nhóm si phần đi với ba thọ hỷ, ưu và xả.

Nhóm tham phần đi với hai thọ là hỷ và xả.

Nhóm sân phần đi với một thọ là thọ ưu

Nhóm hôn phần đi với ba thọ hỷ, ưu và xả.

Thuộc tánh nghi hoặc chỉ đi với thọ xả

Tất cả 25 thuộc tánh tịnh hảo chỉ đi với hai thọ là thọ hỷ và thọ xả



## **Ngũ và Nghĩa**

Từ kép “hỷ xả” ghép chung thường dùng trong các chùa như thái độ bao dung, tha thứ vốn không chuẩn xác theo Phật học. Hỷ là hoà vui với cái tốt của chúng sanh và xả là an nhiên không quá nặng một bên. Chi pháp của tứ vô lượng tâm nằm trong các thuộc tánh tịnh hảo thuộc hành uẩn chứ không phải là thọ uẩn không nên hiểu hỷ vô lượng tâm và xả vô lượng tâm theo cảm thọ. Riêng trong năm thọ thì thọ hỷ và thọ xả không bao giờ đồng xuất hiện trong một sát na tâm.



## **Nên cẩn thận**

Lạc trong 5 thọ (sự thoải mái của thân) khác với lạc trong 5 thiền chi. Đây là một chi tiết cần lưu tâm vì dễ lẫn lộn





Điều đã nói và điều sắp nói

Bài học trước là: **6 Khía Cạnh Quan Trọng Của Tâm Thức (đại lược)**

Bài học tiếp theo sẽ là: **6 Nhân**