

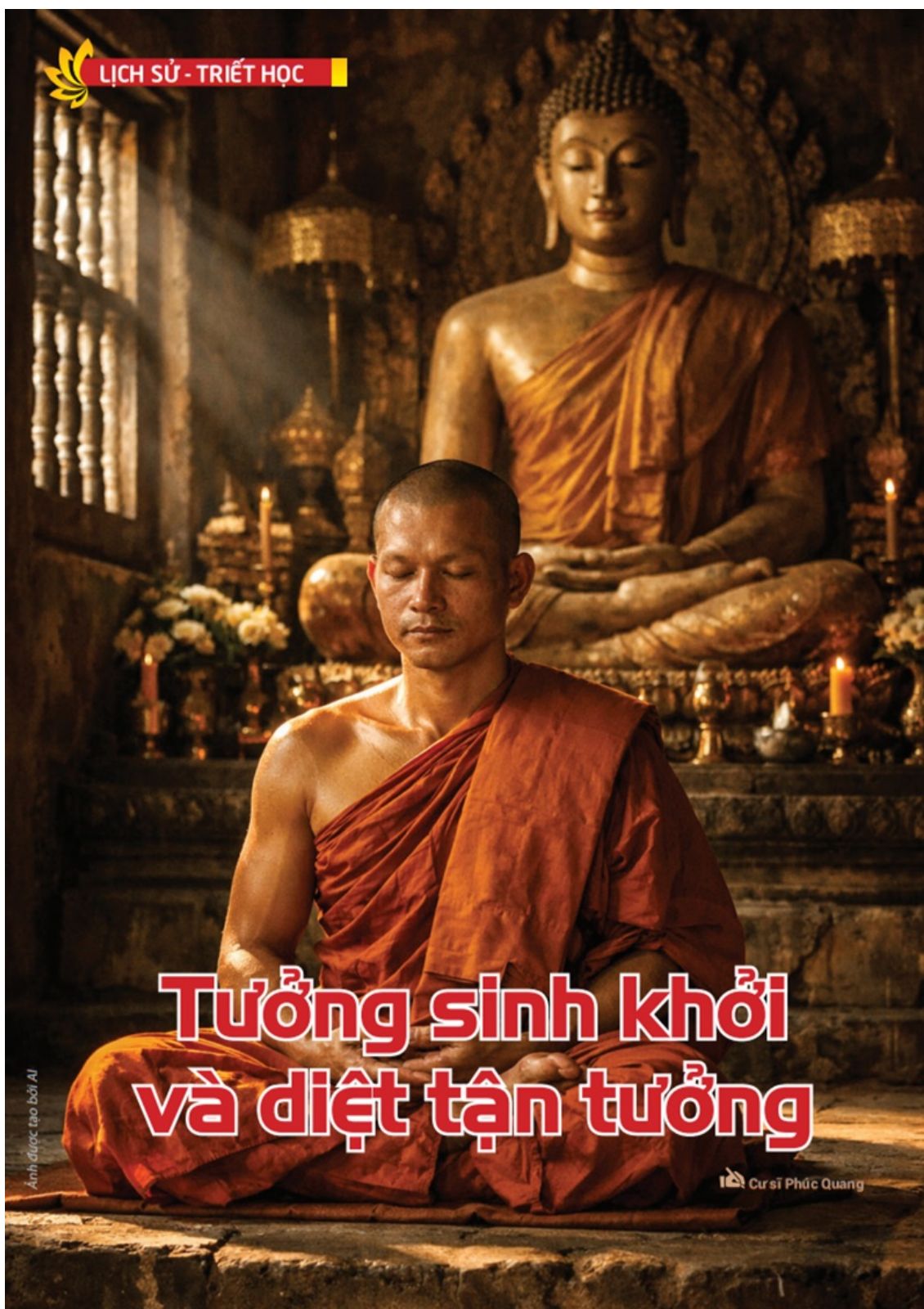
Tướng sinh khởi và diệt tận tướng

ISSN: 2734-9195 08:05 03/03/2026

Tướng dù sinh khởi bởi thiếu kiến thức, từ trải nghiệm, được nuôi dưỡng bởi tiếp xúc, được củng cố bởi tư duy sai lệch, dù ở tầng thô của con đường tu tập hay ở tầng vi tế của thiền định sâu, tướng vẫn mang chung một đặc tính là vô thường.

Tác giả: **Cư sĩ Phúc Quang**

Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 03/2026



Tưởng sinh khởi và diệt tận tưởng

Ảnh được tạo bởi AI

Cử sĩ Phúc Quang

Phần 1. “Tưởng”

Tạm hiểu một cách đơn giản, “tưởng” là trạng thái não bộ hoạt động về một đối tượng mà không thật đang có đối tượng đó hiện tiền. Trái ngược hẳn với ý thức, là trạng thái hoạt động có đối tượng cụ thể và đang hiện tiền. Ví như, các bạn đang đọc bài này, tức là đối tượng đã được xác lập, chúng ta suy tư về những ngữ nghĩa trong này, như vậy, các bạn đang dùng ý thức để tiếp nhận.

Giờ hãy nghĩ về con voi.

Đọc đến đây, dù cố gắng ngăn cản, nhưng chúng ta đều sẽ nghĩ tới con voi, phương pháp này được đặt tên là “Nghịch lý Voi hồng”. Nhắc tới một thứ không hiện hữu, trí não vẫn có thể nghĩ tới nó, hình dung về nó với hình thù, màu sắc,... Và nếu, chúng ta nhắm mắt lại, thì hình thù ta nghĩ tới có thể được phóng đại mạnh mẽ hơn, ví như Con Voi Hồng khổng lồ có đuôi rắn đang cưỡi mây bay về trời, hoặc Con voi trắng từ trên trời xuống bay vào hồng của ta. Đó là bởi vì khi nhắm mắt lại thì ta đang ngắt kết nối đối tượng ngoại cảnh, gia tăng thêm sức mạnh của “Tưởng”.

Đây chỉ là giải nghĩa cơ bản nhất về “Tưởng”. Ngoài ra, tưởng có thể vi tế hơn, có những tầng cao hơn được gọi là tầng thượng tưởng. Tưởng đôi khi được xây dựng dựa trên đối tượng cụ thể của ý thức, tưởng dẫn ý nghĩ đi dựa trên đối tượng ấy biến cho đối tượng đang hiện hữu được tô vẽ hơn nhiều so với thực tại.

Phần 2. Nguyên nhân “Tưởng”

1. “Tưởng” sinh do chưa biết

Trong Thanh Tịnh Đạo có đoạn mô tả hình tượng rất ngắn gọn để làm sáng tỏ về tưởng như sau:

“Giả sử có ba người, một đứa trẻ không biết gì, một người nhà quê và một người đổi tiền, cùng thấy một đồng tiền kim loại nằm trên quầy của người đổi tiền. Đứa trẻ chỉ biết đồng tiền là có hình vẽ, trang trí, hình dài, vuông hay tròn, song nó không biết những đồng tiền ấy được xem là có giá trị cho con người sử dụng, hưởng thụ. Người nhà quê thì biết chúng có hình, có trang trí, có giá trị cho người hưởng dụng, nhưng không biết phân biệt đồng này thật, đồng này giả, đồng này bằng nửa giá trị... Còn người đổi tiền thì biết tất cả những điều trên bằng cách nhìn đồng tiền, nghe tiếng kêu của nó khi gõ, ngửi, nếm, thử trọng lượng trong lòng tay và biết được chế tạo tại làng nào, thành phố, đô thị nào, trên đỉnh núi hay bên bờ sông, do bậc thầy nào làm ra.

Tưởng tri giống như đứa trẻ không biết gì khi trông thấy đồng tiền, vì nó chỉ thấy cái tướng của đối tượng như màu xanh,... Thắng tri là như người nhà quê trông thấy đồng tiền biết được nó màu gì và còn đi xa hơn, thấu hiểu những đặc tính. Còn Liễu tri là như người đổi tiền thấy đồng tiền biết được màu sắc, mà còn đi xa hơn, đạt đến sự thể hiện đạo lộ như đồng tiền ấy sinh ra từ đâu và khi nào không cần đến nó nữa (diệt mất).

Nghĩa là đồng tiền là thật có nhưng vì là đứa bé thì nó chỉ Tưởng tri về đồng tiền. Còn người nhà quê thì Thắng tri về đồng tiền. Còn người đời thì Liễu tri về đồng tiền. Chẳng phải là đồng tiền không thật có”.

Đoạn kinh này hình tượng rất cụ thể về “tưởng thức” mà thiếu đi hai thứ, đó là trải nghiệm và trí tuệ. Đồng tiền ở đây chỉ là một ví dụ trong đời sống, đồng tiền tuy chỉ là tên của một vật được quy ước trong xã hội loài người. Nhưng con người vẫn biết là đồng tiền có giá trị như thế nào. Cái “biết” về đồng tiền ấy thì không đồng nhất. Chính sự sai khác ấy làm rõ hơn tính chất của tưởng.

Đứa trẻ là ví dụ cho hình ảnh của một người “không có cả trải nghiệm lẫn trí tuệ”. Ở đây, ý thức chỉ ghi nhận hình tướng đơn thuần về “vật đó” với màu sắc, dáng hình, vẻ ngoài của đối tượng. Sự nhận biết này không sai, nhưng không đem lại lợi ích giá trị trong đời. Lúc này, tưởng thức của một đứa trẻ sẽ dẫn lối nó xem đồng tiền có thể là đồ bỏ đi hoặc một thứ gì đó chỉ để chơi ném qua ném lại mà thôi. Vậy thì cái “kiến” của đứa trẻ với đồng tiền này là một loại kiến không tương đồng với những người đã có trải nghiệm và nếu chúng có đưa ra kết luận rằng đồng kim loại này là đồ chơi, là một thứ vật cứng rất có ích để đào đất, thì chúng lại lãng phí đồng tiền. Điều này đại diện cho một người thiếu trải nghiệm, một kẻ vô minh khi nhìn vạn vật với ý thức của cá nhân mình, của bản ngã mình. Nếu khi ấy người vô minh gán nhận định của mình cho vạn vật, cho mọi chuyện mình thấy, tức là vướng vào định kiến, mắc vào tà kiến.

Tiếp theo là người có trải nghiệm, hiểu biết về đồng tiền, nhưng chưa đủ “tuệ”. Ở đây đã xuất hiện yếu tố hiểu biết, nhưng sự hiểu này vẫn mang tính tương đối. Nó đúng trong phạm vi kinh nghiệm tích lũy, song chưa đủ sâu để phân định rốt ráo. Và phần chưa rốt ráo thì vẫn bị tưởng chi phối, chỉ có người “liễu tri” thì mới hiểu được “lợi ích của nó và khi nào thì không cần dùng đến nó nữa”.

Như vậy ta thấy rằng tưởng được sinh ra là bởi sự thiếu hiểu biết. Nhưng, dù có hiểu biết vẫn có thể sinh tưởng, tức là tưởng từ sự trải nghiệm, học tập.

2. “Tưởng” sinh ra bởi “trải nghiệm”

Trích trong kinh Tương Ưng bộ, Chương Hai: Ngoại giới năm kinh, Phẩm Sai biệt:

“Này các Tỷ-kheo, duyên giới sai biệt, tưởng sai biệt sinh khởi. Do duyên tưởng sai biệt, tư duy sai biệt sinh khởi. Do duyên tư duy sai biệt, dục sai biệt sinh khởi. Do duyên dục sai biệt, nhiệt tình sai biệt sinh khởi. Do duyên nhiệt tình sai biệt, tầm cầu sai biệt sinh khởi.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là giới sai biệt? Nhãn giới, sắc giới, nhãn thức giới, nhĩ giới, thanh giới, nhĩ thức giới, tỷ giới, hương giới, tỷ thức giới, thiệt giới, vị giới, thiệt thức giới, thân giới, xúc giới, thân thức giới, ý giới, pháp giới, ý thức giới; này các Tỷ-kheo, đây gọi là giới sai biệt.

Này các Tỷ-kheo, do duyên sắc giới, sắc tưởng sinh khởi. Do duyên sắc tưởng, sắc tư duy sinh khởi. Do duyên sắc tư duy, sắc dục sinh khởi. Do duyên sắc dục, sắc nhiệt tình sinh khởi. Do duyên sắc nhiệt tình, sắc tầm cầu sinh khởi... Này các Tỷ-kheo, do duyên pháp giới, pháp tưởng sinh khởi. Do duyên pháp tưởng, pháp tư duy sinh khởi. Do duyên pháp tư duy, pháp dục sinh khởi. Do duyên pháp dục, pháp nhiệt tình sinh khởi. Do duyên pháp nhiệt tình, pháp tầm cầu sinh khởi.

Như vậy, này các Tỷ-kheo, do duyên giới sai biệt, tưởng sai biệt sinh khởi. Do duyên tưởng sai biệt, tư duy sai biệt sinh khởi. Do duyên tư duy sai biệt, dục sai biệt sinh khởi. Do duyên dục sai biệt, nhiệt tình sai biệt sinh khởi. Do duyên nhiệt tình sai biệt, tầm cầu sai biệt sinh khởi.

...

Này các Tỷ-kheo, do duyên giới phân biệt, tưởng sai biệt sinh khởi. Do duyên tưởng sai biệt... tầm cầu sai biệt sinh khởi. Không phải do duyên tầm cầu sai biệt, nhiệt tình sai biệt sinh khởi. Không phải do duyên nhiệt tình sai biệt, dục sai biệt sinh khởi. Không phải do duyên dục sai biệt, tư duy sai biệt sinh khởi. Không phải do duyên tư duy sai biệt, tưởng sai biệt sinh khởi. Không phải do duyên tưởng sai biệt, giới sai biệt sinh khởi... Này các Tỷ-kheo, do duyên sắc giới, sắc tưởng sinh khởi. Do duyên sắc tưởng, sắc tư duy sinh khởi. Do duyên sắc tư duy, sắc dục sinh khởi. Do duyên sắc dục, sắc nhiệt tình sinh khởi. Do duyên sắc nhiệt tình, sắc tầm cầu sinh khởi... Do duyên thanh giới... Do duyên hương giới... Do duyên vị giới... Do duyên xúc giới... Do duyên pháp giới, pháp tưởng sinh khởi”.

Đoạn kinh khẳng định dứt khoát rằng hành vi của con người không khởi từ dục hay từ sự tìm cầu (tầm cầu) như những nguyên nhân đầu tiên, mà nền móng đầu tiên chính là ở tưởng sinh bởi xúc chạm giữa căn và trần. Chính tại điểm khởi đầu này, tưởng được sinh ra và từ tưởng, toàn bộ chuỗi vận hành tâm lý tiếp tục triển khai: Căn xúc trần, sinh ra tưởng, duyên ra tư duy, thúc đẩy dục, thúc đẩy sự nhiệt tâm hướng về dục đó, sinh khởi sự tìm cầu.

“Giới” ở đây mang ý nghĩa nói tới những thứ “riêng biệt”, nhãn giới, sắc giới, nhãn thức giới... cho đến ý giới, pháp giới, ý thức giới. Mỗi lần căn chạm trần, một trải nghiệm cụ thể được hình thành theo lĩnh vực đối tượng phù hợp, ví như

mắt thì thấy cảnh, thân thì chạm vật. Mỗi người, tùy vào cấu trúc căn đối trần sinh thức, tùy vào nhận thức cá nhân tiếp xúc và quá trình trải nghiệm sẽ hình thành những loại tưởng khác nhau. Ở đây, tưởng không phải là “nghĩ về” một đối tượng khi nó không hiện tiền, mà là dấu vết nhận thức được khắc lại từ trải nghiệm trực tiếp, thúc đẩy hành vi thọ hưởng, tìm cầu trải nghiệm 6 trần ở đời. Một sắc đã thấy, một âm thanh đã nghe, một xúc chạm đã cảm, một pháp đã từng được ý thức kinh nghiệm tất cả đều để lại “vết hằn” trong tư tưởng và vết hằn ấy chính là nền tảng của tưởng để khởi lại.



Ảnh được tạo bởi AI

Tư duy nối tiếp với tưởng không phải là hoạt động thuần lý trí độc lập, mà là sự diễn dịch lại trải nghiệm thông qua tưởng. Khi một đối tượng từng đem lại cảm thọ dễ chịu, ham thích, tưởng về đối tượng ấy được tái hiện; trên nền tưởng đó, tư duy bắt đầu vận hành, so sánh, liên tưởng, đánh giá. Ở đây, tưởng đóng vai trò như cầu nối giữa kinh nghiệm đã qua và dòng suy nghĩ hiện tại. Chính vì vậy, tư duy của mỗi người không giống nhau: nó phụ thuộc trực tiếp vào khả năng “quán tưởng”. Khi tư duy lặp lại đủ nhiều quanh một đối tượng đã từng được kinh nghiệm, một lực hút bắt đầu hình thành. Lực hút ấy được nuôi dưỡng từ ký ức trải nghiệm thông qua tưởng. Đây là điểm then chốt cho thấy ham mê “dục trần” không đơn thuần là bản năng, mà là sản phẩm được hình thành dần dần từ tiến trình nhận thức cá nhân thông qua trải nghiệm. Nhiệt tình biểu thị năng lượng tâm lý về sự “thúc đẩy hưng phấn”, dẫn tới truy tìm lại đối tượng “dục lạc”.

Phủ định chiều ngược lại

Phần quan trọng bậc nhất của đoạn kinh nằm ở chỗ **đức Phật** phủ định hoàn toàn chiều vận hành ngược lại:

“Không phải do duyên tầm cầu sai biệt, nhiệt tình sai biệt sinh khởi. Không phải do duyên nhiệt tình sai biệt, dục sai biệt sinh khởi. Không phải do duyên dục sai biệt, tư duy sai biệt sinh khởi.

Không phải do duyên tư duy sai biệt, tưởng sai biệt sinh khởi”.

Đây là tuyên bố mang tính định hướng toàn bộ cách hiểu về động lực con người. Ngài đã chỉ ra rằng gốc rễ hành vi nằm ở sự “tưởng” hóa mạnh mẽ về xúc chạm cá nhân với ngoại cảnh. Nếu tưởng sinh khởi từ giới sai biệt, tức từ sự tiếp xúc giữa căn và trần trong đời sống thường nghiệm thì điều đó cũng hàm ý rằng thay đổi cách tiếp xúc, kiểm soát “tưởng” khởi sinh từ sự tiếp xúc, sẽ hướng đến sự thay đổi tốt hơn. Như vậy, tưởng không còn là yếu tố hoàn toàn bị động, bị chi phối bởi hoàn cảnh bên ngoài, mà trở thành một tiến trình có thể được định hướng lại thông qua sự học tập và hành trì có chủ đích.

Tu tập không được đặt ra như một sự phủ định tưởng, mà như một phương pháp tạo dựng những điều kiện mới để hình thành những loại tưởng khác vi tế hơn, ít lệ thuộc hơn vào dục, tiến dần tới khả năng dùng ý thức để tận diệt tưởng. Thay vì để tưởng tiếp tục bị nuôi dưỡng bởi các trải nghiệm vô thức của đời sống, hành giả học cách chủ động tái cấu trúc môi trường duyên sinh của tưởng, từ đó dẫn đến một chuỗi vận hành tâm hoàn toàn khác.

3. “Tưởng” sinh ra bởi “tu tập”

Trích đoạn kinh trong Kinh Potthapada, Trường Bộ kinh:

“...chính vì có nhân, có duyên, các tưởng của con người sinh và diệt. Chính do sự học tập, một loại tưởng sinh, chính do sự học tập, một loại tưởng diệt...”

Sự học ấy là gì?

... vị tỳ kheo giữ thân nghiệp, ngữ nghiệp thanh tịnh, mạng sống trong sạch, giới hạnh đầy đủ, hộ trì các căn, chính niệm tỉnh giác và biết tri túc.

Này Potthapàda, thế nào là Tỳ-kheo giới hạnh đầy đủ? Ở đây này Potthapàda, Tỳ-kheo từ bỏ sát sinh, tránh xa sát sinh, bỏ trượng, bỏ kiếm, biết tầm quý, có lòng từ, sống thương xót hạnh phúc của tất cả chúng sinh và loài hữu tình...

Này Potthapàda, và như vậy Tỳ-kheo ấy nhờ đầy đủ giới luật nên không thấy sợ hãi từ một chỗ nào về phương diện hộ trì giới luật... Vị ấy nhờ đầy đủ giới luật

cao quý này, nên hưởng lạc thọ nội tâm không lỗi lầm. Như vậy, này Potthapàda, Tỷ-kheo đầy đủ giới luật.



Ảnh được tạo bởi AI

Này Potthapàda, thế nào là Tỷ-kheo hộ trì các căn? Này Potthapàda, khi mắt thấy sắc, Tỷ-kheo không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Những nguyên nhân gì, vì con mắt không được chế ngự, khiến tham ái ưu bi, các ác, bất thiện pháp khởi lên, Tỷ-kheo tự chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì con mắt, thực hành sự hộ trì con mắt. Khi tai nghe tiếng... mũi, ngửi hương... lưỡi nếm vị... thân cảm xúc... ý nhận thức các pháp, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Những nguyên nhân gì, vì ý căn không được chế ngự, khiến tham ái ưu bi, các ác bất thiện pháp khởi lên, Tỷ-kheo chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì ý căn, thiết hành sự hộ trì ý căn. Vị ấy, nhờ sự hộ trì cao quý các căn ấy, nên hưởng lạc thọ, nội tâm không lỗi lầm.

Khi quán tự thân đã xả ly năm triền cái ấy, hân hoan sinh; do hân hoan, nên hỷ sinh; do tâm hoan hỷ, thân được khinh an; do thân khinh an, lạc thọ sinh; do lạc thọ, tâm được định tĩnh.

Tỷ-kheo, ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sinh với tầm, với tứ. Dục tưởng xưa kia của vị ấy được diệt trừ và khi tưởng hỷ lạc vi diệu chân thật do ly dục sinh khởi lên, vị ấy có tưởng hỷ lạc vi diệu chân thật, do ly dục sinh. Như vậy do học tập, một tưởng khởi lên, cũng do học tập, một tưởng diệt trừ. Và Thế Tôn nói: "Đó là sự học tập Thế Tôn nói đến".

Lại nữa, này Potthapàda, Tỷ-kheo diệt tầm, diệt tứ, chứng và trú thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sinh, không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Tưởng hỷ lạc vi diệu chân thật do ly dục sinh xưa kia của vị ấy được diệt trừ. Và khi tưởng hỷ lạc vi diệu chân thật do định sinh khởi lên, vị ấy có tưởng hỷ lạc vi diệu chân thật do định sinh. Như vậy do học tập, một tưởng khởi lên, cũng do học tập một tưởng diệt trừ. Và Thế Tôn nói: "Đó là sự học tập Thế Tôn nói đến".

"Lại nữa này Potthapàda, Tỷ-kheo ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là "Xả niệm lạc trú", chứng và trú thiền thứ ba. Tưởng hỷ lạc chân thật vi diệu do định sinh xưa kia của vị ấy được diệt trừ. Và khi tưởng xả lạc vi diệu chân thật khởi lên, vị ấy có tưởng xả lạc vi diệu chân thật. Như vậy do học tập, một tưởng khởi lên và cũng do học tập một tưởng diệt trừ. Và Thế Tôn nói: "Đó là sự học tập Thế Tôn nói đến".

Lại nữa này Potthapàda, Tỷ kheo xả lạc, xả khổ, diệt hỷ, ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú thiền thứ tư không khổ không lạc, xả niệm thanh tịnh. Như vậy xả lạc chân thật vi diệu xưa kia của vị ấy được diệt trừ. Và khi tưởng xả lạc, xả khổ vi diệu chân thật khởi lên, vị ấy có tưởng xả lạc, xả khổ vi diệu chân thật. Như vậy do học tập một tưởng khởi lên, cũng do học tập một tưởng diệt trừ. Và Thế Tôn nói: "Đó là sự học tập Thế Tôn nói đến".

Lại nữa này Potthapàda, với sự vượt thoát mọi sắc tưởng, với sự diệt trừ mọi chướng ngại tưởng, với sự không tác ý đối với dị tướng, Tỷ-kheo nghĩ rằng: "Hư không là vô biên", chứng và trú Không vô biên xứ. Như vậy sắc tưởng xưa kia của vị ấy được diệt trừ. Và khi tưởng Không vô biên xứ vi diệu chân thật khởi lên, vị ấy có tưởng Không vô biên xứ vi diệu chân thật. Như vậy do sự học tập, một tưởng khởi lên, cũng do học tập một tưởng diệt trừ. Và Thế Tôn nói: "Đó là sự học tập Thế Tôn nói đến".

Lại nữa này Potthapàda, với sự vượt thoát mọi Không vô biên xứ, Tỷ-kheo nghĩ rằng: "Thức là vô biên" chứng và trú Thức vô biên xứ. Như vậy tưởng Không vô

biên xứ vi diệu chân thật xưa kia của vị ấy được diệt trừ và khi tướng Thức vô biên xứ vi diệu chân thật khởi lên, vị ấy có tướng Thức vô biên xứ vi diệu chân thật. Như vậy do học tập, một tướng khởi lên, cũng do học tập, một tướng diệt trừ. Và Thế Tôn nói: "Đó là sự học tập Thế Tôn nói đến".

Lại nữa này Potthapada, với sự vượt thoát mọi Thức vô biên xứ, Tỷ-kheo nghĩ rằng: "Không có vật gì" chứng và trú Vô sở hữu xứ. Như vậy tướng thức Vô biên xứ vi diệu chân thật xưa kia của vị ấy được diệt trừ. Và khi tướng Vô sở hữu xứ vi diệu chân thật khởi lên, vị ấy có tướng Vô sở hữu xứ vi diệu chân thật. Như vậy do học tập một tướng khởi lên, cũng do học tập, một tướng diệt trừ. Và Thế Tôn nói: "Đó là sự học tập Thế Tôn nói đến".

Lại nữa này Potthapàda, khi Tỷ-kheo ở nơi đây tự mình khởi tướng, vị này tiếp tục đi từ tướng này đến tướng khác cho đến tướng tột đỉnh. Và vị này khi đứng tại tướng tột đỉnh có thể nghĩ: "Tâm còn suy tướng có hại cho ta, tâm không suy tướng mới tốt cho ta. Nếu ta cứ tiếp tục suy tướng, khi những tướng này của ta diệt đi, các thô tướng khác lại khởi lên, ta hãy đừng có suy tướng". Do không có suy tướng, các tướng kia diệt tận và các thô tướng khác không khởi lên, vị ấy cảm thọ sự diệt tận. Như vậy, này Potthapàda, là sự chứng đạt trí tuệ diệt trừ dần dần các tầng thượng tướng.

...

Này Potthapàda, Ta nói đến một tướng tuyệt đỉnh và cũng nói đến nhiều tướng tuyệt đỉnh.

- Bạch Thế Tôn, làm sao Thế Tôn nói đến một tướng tuyệt đỉnh và cũng nói đến nhiều tướng tuyệt đỉnh?

- Này Potthapàda, tùy theo vị ấy cảm thọ sự diệt tận (của một tướng) sau một tướng khác, vị ấy đạt tới nhiều tuyệt đỉnh sai khác, cái này tiếp theo cái kia cho đến tuyệt đỉnh cuối cùng mà Ta nói đến nhiều tướng tuyệt đỉnh. Này Potthapàda, như vậy Ta nói đến một tướng tuyệt đỉnh và cũng nói đến nhiều tướng tuyệt đỉnh.

...

- Bạch Thế Tôn, tướng khởi trước trí khởi sau; hay trí khởi trước tướng khởi sau; hay tướng và trí cùng khởi một lần không trước, không sau?

- Này Potthapàda, tướng khởi trước trí mới khởi sau, do tướng sinh, trí mới sinh. Này Potthapàda, với lời dạy này cần phải hiểu tướng sinh trước trí sinh sau, tướng sinh trí mới sinh".

Đoạn kinh khảo sát tướng trong tiến trình sinh diệt, đặt tướng trong mối quan hệ nhân duyên với học tập, hành trì và trí tuệ. Ngay từ phần đầu, đức Phật khẳng định một nguyên lý nền tảng là tướng có lý do và cũng có khả năng đoạn diệt, chứ không thể không nhân, không duyên mà có. Tướng được nhìn như một tiến trình vận hành, khi đủ duyên thì sinh, khi duyên tan thì diệt. Như vậy, vấn đề không nằm ở sự tồn tại của tướng, mà nằm ở mối quan hệ của hành giả với tướng và ở các điều kiện làm cho tướng tiếp tục hoặc chấm dứt.

Ý niệm học tập ở đây nói về sự tu tập, sự khảo nghiệm trên đạo lộ tu tập, các tướng nhờ đó mà sinh ra, cũng nhờ đó để diệt từ loại tướng này, sang tướng khác. Lộ trình đó bao gồm việc giữ gìn thanh tịnh thân nghiệp, ngữ nghiệp, tới giới hạnh đầy đủ, hộ trì các căn, chính niệm tỉnh giác, thiền định tuần tự các tầng. Học tập, tu tập là một phương pháp điều chỉnh điều kiện tâm thức, khiến cho một loại tướng cũ tương ứng với “kiến thức” cũ, không còn điều kiện tồn tại, đồng thời làm phát sinh một loại tướng mới vi tế hơn, tương ứng với nhận thức mới.

Phần 3. Tướng sinh trước, trí sinh sau

Hộ trì các căn

Khi mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, ý nhận thức các pháp, vị Tỷ-kheo “*không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng*”. Không nắm giữ tức là không chấp thủ vào tướng. Tướng riêng là những đặc điểm cụ thể của một đối tượng mà mắt thấy được, ví dụ: màu sắc, hình dạng của một vật, một người, hoặc một thứ gì đó. Tướng chung là những đặc điểm tổng quát mà ta nhận diện được trong nhiều đối tượng khác nhau, ví dụ: khái niệm về cái đẹp, sự dễ chịu,... Khi tâm dính mắc vào những tướng này, thức sẽ bị trói buộc bởi vị ngọt, ẩn dụ cho sự hấp dẫn của dục lạc. Điều này cho thấy tướng được kích hoạt liên tục bởi sự tiếp xúc giữa căn và cảnh, bị lôi kéo bởi vị ngọt của dục lạc, kinh nghiệm dục lạc trong đời. Việc “không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng” không đồng nghĩa với sự phủ nhận đối tượng, mà là không để tướng tiếp tục bị hấp dẫn bởi những trải nghiệm đã từng trải qua. Khi các căn được hộ trì, chuỗi phản ứng thường thấy mất đi cơ sở sinh khởi. Ở đây, tướng dục lạc được kiểm soát nhờ hộ trì căn.

Phần trung tâm của đoạn kinh chính là nói về các “tăng thượng tướng”, tức những tướng sâu hơn, vi tế hơn mà ở đó hành giả hoàn toàn có thể coi đó là “thật”, chấp nó là “thật”, sinh ra ngộ nhận, đây là các tướng vi tế trong các tầng thiền định cao. Điều quan trọng cần nhấn mạnh là các tầng thiền ở đây không được đức Phật gán định nghĩa là “cảnh giới”, mà như những giai đoạn

chuyển hóa của tướng trong tâm.

Tăng thượng tướng

Ở thiền thứ nhất, “dục tướng xưa kia của vị ấy được diệt trừ và tướng hỷ lạc do ly dục sinh khởi”. Như vậy, dục tướng không bị tiêu diệt bằng đối kháng, mà được thay thế bằng một loại tướng khác đó là tướng hỷ lạc được duyên sinh do ly dục. Sang thiền thứ hai, tướng liên quan đến tâm và tứ được diệt trừ, nhường chỗ cho tướng hỷ lạc do định sinh. Tâm trong từ tâm cầu, tức là đi tìm, truy tìm một điều gì đó, hay một ý niệm nào đó. Tứ là thẩm sát, phân tích. Tâm tứ hay được đi chung với nhau để diễn tả sự loạn động của tâm, khi cố đi tìm và thẩm sát điều gì, ý niệm gì. Để dễ hiểu thì chúng ta hình dung rằng, “tâm” giống như ta đang đi chợ, muốn mua cam, ta phải đi tìm hàng bán cam. Khi thấy hàng cam rồi, ta chọn những quả ngon theo quan điểm của ta, thì hành vi lựa chọn, phân tích đó là “tứ”. Ở thiền thứ ba, hỷ được xả, phát sinh tướng xả lạc. Ở thiền thứ tư, ngay cả lạc cũng được xả bỏ, chỉ còn xả niệm thanh tịnh.

Chuỗi mô tả này cho thấy hai điều sau:

- (1). Thiền định sinh hỷ lạc, thậm chí là các thiền định rất sâu, không dễ đạt tới cũng hoàn toàn có thể là lạc của “tướng” sinh ra. Mà đã là tướng thì cái lạc đó không hoàn toàn thật.
- (2). Tướng không chấm dứt ngay lập tức, mà được chuyển biến dần dần, mỗi lần “diệt” là diệt một tầng thô, đồng thời sinh khởi một tầng vi tế hơn tầng thô trước đó.

Vượt thoát các tăng thượng tướng

Sau bốn tầng thiền đầu, đoạn kinh tiếp tục mô tả tiến trình vượt qua các vô sắc xứ: Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ. Mỗi giai đoạn đều được trình bày với cùng một cấu trúc: Một loại tướng cũ tương ứng nhận thức, cảm thọ cũ được diệt thì một loại tướng mới, vi tế hơn, tương ứng nhận thức, cảm thọ mới được khởi lên.

Các tầng nhận thức thực sự vi tế về cảm nhận không gian là vô tận, thức là vô tận, không sở hữu điều gì, nhưng cũng không ngoài phạm vi dẫn dắt của tướng. Qua đó, Kinh Potthapada phủ nhận quan điểm cho rằng đạt đến các vô sắc định là cứu cánh tối hậu. Chúng vẫn là những trạng thái có điều kiện, vẫn sinh diệt, đặc biệt nếu chấp thật sẽ sinh ra cảnh giới của chấp thủ, chưa đạt tới liễu tri.

Diệt tận tướng



Ảnh được tạo bởi AI

“Tâm còn suy tưởng có hại cho ta, tâm không suy tưởng mới tốt cho ta”. Lời dạy nói tới việc phải dùng ý thức mà nhận biết thực tại, mà quán về Tứ niệm xứ, chứ không phải tưởng thức trong định. Nhận định này không xuất phát từ lý luận triết học, mà từ trực nghiệm nội tâm sau khi đã đi qua toàn bộ tiến trình tinh luyện tưởng cho tới các tướng tốt đỉnh. Tại đây, hành giả không còn tưởng vi tế tương ưng mà thấy rõ sự hại của tưởng bằng ý thức. Trạng thái này được mô tả là *“cảm thọ sự diệt tận”*.

Tưởng sinh trước, trí sinh sau

Đoạn kinh cũng thể hiện thứ lớp về mặt nhận thức, mối quan hệ giữa tưởng và trí, xác định thứ tự vận hành của nhận thức. Trí không tự nhiên mà có, trí là một

tiến trình cần đạt tới, cần nỗ lực chiêm nghiệm. Tuy nhiên, trí không đồng nhất với tướng; đó là khả năng thấy rõ, phân định và rốt ráo là không còn bị chi phối bởi tướng. Do đó, tướng là điều kiện cần cho trí, nhưng không phải điều kiện đủ, mà phải đi cùng trạch pháp, có sự suy tư, cho tới khi nhận thức tương ứng với trí sinh, dẫn tới sự chấm dứt dần dần của tướng tột đỉnh.

Lời kết

Cũng trong Kinh Tương ưng bộ, Chương Bảy: Tương ưng Rahula, Phật đã thuyết với Rahula rằng sắc tướng là vô thường, thanh tướng, hương tướng, vị tướng, xúc tướng, pháp tướng đều vô thường. Và cái gì là vô thường thì đều gây khổ cho người chấp vào đó.

Tướng dù sinh khởi bởi thiếu kiến thức, từ trải nghiệm, được nuôi dưỡng bởi tiếp xúc, được củng cố bởi tư duy sai lệch, dù ở tầng thô của con đường tu tập hay ở tầng vi tế của thiền định sâu, tướng vẫn mang chung một đặc tính là vô thường. Chính vì vô thường, tướng không thể trở thành nền tảng an ổn cho đời sống nội tâm và chính vì bị chấp thủ, tướng trở thành nhân duyên tạo khổ.

Khi đức Phật dạy Rahula rằng sắc tướng là vô thường, thanh tướng là vô thường, cho đến pháp tướng cũng vô thường, Ngài đã chỉ ra các loại tướng dù sinh ra bởi sự tiếp xúc nào của căn, dù gắn với dục lạc hay gắn với các trạng thái thiền định cao đều không đứng ngoài định luật sinh diệt. Và một người chấp tăng thượng tướng, tức tướng vi tế trong thiền, coi đó là cảnh giới thì cũng khổ không khác gì người chấp tướng về dục thân xác. Các hưởng thọ của hai đối tượng này đều vô thường, đều là sự chấp thủ, có chăng chỉ khác nhau ở tâm sinh quan, ở góc nhìn nhận đời sống mà thôi.

Ý nghĩa rốt ráo của lời dạy về tướng không nằm ở việc phủ nhận tướng, không khuyên người sống như một đứa bé ngây ngô, mà chính nằm ở việc bóc tách từng loại hình của tướng và đề cao tính cần thiết của nhận thức trong hành trì tu tập. Phải dùng ý thức để diệt được tăng thượng tướng, thay vì chìm đắm vào bất kì phạm trù tướng nào.

Tác giả: **Cư sĩ Phúc Quang**

Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 03/2026

Tài liệu tham khảo:

1] Thanh Tịnh Đạo, Trưởng lão Nanamoli dịch Anh ngữ, Ni Sư Trí Hải dịch Việt ngữ

2] *Tương ưng bộ, Chương Hai: Ngoại giới năm kinh, Phẩm Sai biệt, Dịch giả: HT. Thích Minh Châu*

3] *Trường Bộ kinh, kinh Potthapada, Dịch giả: HT. Thích Minh Châu*

4] *Tương Ưng bộ kinh, Phần Bốn: Năm mươi kinh thứ tư, Chương III: Phẩm Biển, Bài VIII: Với lửa cháy, Dịch giả: HT. Thích Minh Châu.*