

Từ cấu uế đến thanh tịnh trong kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống (DN 25)

ISSN: 2734-9195 09:05 11/09/2026

Nghiên cứu hệ thống lập luận trong Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống thuộc Kinh Trường bộ (DN 25) đã làm sáng tỏ tiến trình chuyển hóa nhất quán từ cấu uế đến thanh tịnh dưới lăng kính của giáo lý vô ngã.

Tóm tắt

Bài viết khảo sát lộ trình chuyển hóa tâm thức từ cấu uế đến thanh tịnh trong *Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống* thuộc Kinh Trường bộ (DN 25), dưới ánh sáng của giáo lý vô ngã và duyên sinh.

Trên cơ sở phương pháp văn bản học, phân loại, hệ thống hóa và phân tích triết học Phật giáo, nghiên cứu phân loại 16 biểu hiện cấu uế của người khổ hạnh thành năm nhóm, qua đó làm rõ mối liên hệ giữa chúng với cơ chế chấp thủ và bám chấp vào tự ngã.

Kết quả cho thấy thanh tịnh trong Kinh (DN 25) không gắn với các hình thức ép xác cực đoan, mà là tiến trình thanh tịnh hóa tâm thức thông qua bốn pháp chế ngự, đoạn trừ năm triền cái, tu tập Tứ vô lượng tâm và phát triển các thắng trí.

Tiến trình này được diễn giải như một quá trình chuyển hóa các tâm bất thiện theo nguyên lý duyên sinh, chứ không phải sự hoàn thiện của một chủ thể tu hành cố định.

Bài viết đề xuất cách đọc kinh (DN 25) qua trục “cấu uế - thanh tịnh”, góp phần làm sáng tỏ giá trị tu tập của bản kinh này.

Từ khóa: Đức Phật, Nigrodha, *Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, cấu uế, thanh tịnh, vô ngã.

I. Phần mở đầu

1. Dẫn nhập

Trong bối cảnh các truyền thống tu tập khổ hạnh tại Ấn Độ cổ đại thường đồng hóa thành quả tâm linh với những hình thức ép xác cực đoan, *Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống* thuộc Kinh Trường bộ (DN 25) trình bày một cuộc đối thoại tư tưởng giữa đức Phật và du sĩ Nigrodha nhằm định nghĩa lại bản chất của “khổ hạnh chân chính”. Kinh (D 25) không chỉ nhận định các hình thức tu tập chỉ dựa trên biểu hiện bên ngoài, mà còn vạch ra một tiến trình chuyển hóa tâm thức từ cấu uế đến thanh tịnh.

Tiến trình này cho thấy việc đoạn trừ cấu uế thực sự không phải là sự củng cố một ngã thể tu hành, mà chính là định hướng một phương pháp tu tập trên nền tảng giáo lý vô ngã để đạt đến trạng thái thanh tịnh.

2. Phương pháp nghiên cứu

- Phương pháp văn bản học: Khảo sát, đối chiếu trực tiếp các phân đoạn mẫu chốt trong kinh văn gốc (Bản dịch của Hòa thượng Thích Minh Châu).
- Phương pháp phân loại, hệ thống hóa: Nhóm 16 cấu uế của khổ hạnh cực đoan thành năm nhóm cấu uế để dễ dàng phân tích cấu trúc của bản ngã.
- Phương pháp phân tích triết học Phật giáo: Vận dụng giáo lý vô ngã để làm sáng tỏ trực bài viết là nhận diện từ cấu uế đến thanh tịnh qua các pháp môn tu tập.

II. Nội dung

1. Các khái niệm liên quan

1.1 Cấu uế

Trong ngữ cảnh kinh điển và từ điển Phật học, cấu uế là nhơ bẩn, sự ô nhiễm, cấu uế trong tâm thức làm che lấp bản tính trong sáng của tâm.

Dưới góc nhìn từ điển: Từ điển Huệ Quang định nghĩa về cấu uế: “...Người khổ hạnh kia tự khen mình là tốt, chê bai người khác, đây là cấu uế. Người khổ hạnh kia phạm sát sanh, trộm cướp, dâm dục, nói lời chia rẽ, nói lời ác, nói dối, nói thêu dệt, tham lam, ganh tỵ, tà kiến, điên đảo, đây là cấu uế” [1].

Dưới góc nhìn kinh điển hệ Pāli: Kinh Ví dụ tấm vải thuộc Kinh Trung Bộ (MN 07) thì cấu uế đã được mô tả như sau: “Và này các Tỷ-kheo, thế nào là những cấu uế của tâm? Tham dục - tà tham là cấu uế của tâm, sân là cấu uế của tâm, phần là cấu uế của tâm, hận là cấu uế của tâm, hư ngụy... náo hại... tật đố...”

xan tham... man trá... khi cuống... ngoan cố... cấp tháo... mạn... quá mạn... kiêu... phóng dật là cấu uế của tâm” [2].

Bản chất sâu xa của cấu uế chính là sự vận hành của bản ngã. Khi tu tập khổ hạnh như bối cảnh Kinh (DN 25), nhưng chưa đoạn trừ được ý niệm về một cái tôi thành tựu, sẽ rơi vào bẫy tự khen mình, chê bai người. Như vậy, cấu uế là biểu hiện tối tăm của tâm thức khi bị trói buộc bởi vô minh và chấp ngã.

1.2 Thanh tịnh

Thanh tịnh trong bài viết được hiểu là tình trạng các pháp bất thiện và chương ngại tâm lý được đoạn trừ hay chế ngự nhờ tu tập.

Từ điển, tra từ “thanh tịnh”, Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam. Thuật ngữ “thanh tịnh” được giới thiệu như sau: “... Trong sáng, tinh khiết, không bị ô uế. Không có tội lỗi (s: *samsuddhi*, *śauca*, *visodhita*, *visuddha*). Không động niệm; 2. Được làm trong sạch, làm an định; 3. Làm cho thanh khiết, làm cho sạch sẽ; sự lắng trong” [3]. Thanh tịnh không phải là trạng thái tự nhiên có được một cách ngẫu nhiên, mà là kết quả của một lộ trình chuyển hóa tâm thức tận gốc thông qua pháp các pháp tu.

Thanh tịnh không chỉ là việc từ bỏ các hành vi bất thiện, mà là bước đầu làm thanh tịnh nội tâm, nơi nhìn rõ thực tính vô ngã của vạn pháp. Nếu tu hành cốt để đạt được cái danh xưng thanh tịnh, thì sự tu tập ấy vẫn còn bị chi phối bởi tham ái và chấp thủ. Chỉ khi tâm thức đoạn trừ các cấu uế khỏi ý niệm sở hữu, thì sự thanh tịnh đích thực mới hiển lộ.

1.3 Vô ngã

Vô ngã là nền tảng cốt lõi để giải quyết toàn bộ tiến trình chuyển hóa từ ô nhiễm (cấu uế) đến trong sạch (thanh tịnh).

Trong từ điển Kim Cương thừa và Tây Tạng học định nghĩa: “Vô ngã (S: *anātman*; P: *anattā*): Khái niệm trọng yếu trong triết lý Phật giáo, đại diện cho sự phủ nhận một bản ngã bất biến và vĩnh cửu trong mọi hiện tượng và con người” [4].

Giáo lý vô ngã khẳng định con người và thế giới chỉ là tập hợp duyên sinh của năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức), không có một tự ngã độc lập hay một linh hồn thường hằng bất biến làm chủ thể.

Ý niệm sai lầm về một bản ngã chính là cội nguồn sinh ra cấu uế, phát sinh tham ái bảo vệ cái tôi, sân hận khi cái tôi bị tổn thương, ngã mạn khi cái tôi đứng trên người khác. Do đó, vô ngã không chỉ là một khái niệm lý thuyết, mà là cơ sở phương pháp luận tối hậu. Kinh *Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống* mượn hình ảnh tiếng gầm sư tử để phê bình các tà kiến khổ hạnh chấp ngã, dẫn dắt đi từ sự cấu uế của việc tu để chứng tỏ cái tôi đến sự thanh tịnh của tâm vô ngã.

2. Từ cấu uế đến thanh tịnh trên nền tảng vô ngã

2.1 Nhận diện cấu uế và sự thanh tịnh bước đầu qua tính đối xứng

2.1.1 Nhận diện cấu uế

Đức Phật giải thích bản chất của khổ hạnh cực đoan bằng việc chỉ ra 16 loại cấu uế. Để làm rõ cấu trúc bản ngã, 16 cấu uế này được hệ thống hóa thành năm nhóm biểu hiện của ngã chấp:

(1). Nhóm tự mãn, kiêu ngạo, ngã chấp

Trích dẫn ý kinh: “*Này Nigrodha, một vị khổ hạnh siêng tu khổ hạnh. Nhờ tu khổ hạnh này, vị ấy hoan hỷ, tâm tư thỏa mãn (tự mãn)... do khổ hạnh ấy khen mình chê người (kiêu ngạo)... trở thành mê say, chấp trước (ngã chấp), phóng dật. Này Nigrodha, như vậy là cấu uế cho người khổ hạnh*” [5].



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Đây là biểu hiện rõ ràng nhất cho thấy sự đồng hóa kết quả tu tập của mình với một cái tôi khổ hạnh có thành tựu. Khi tâm trí khởi lên ý niệm ta đang đắc định hay ta là bậc chân tu, đó chính là lúc rơi vào trạng thái chấp ngã. Điều này tạo ra sự đối đãi nhị nguyên, phân biệt mình tinh tấn hơn người khác thay vì nhận ra bản chất vô ngã của vạn pháp.

Theo Kinh Kim cang, đức Phật đã dạy: *“Tu-bồ-đề, nếu Bồ Tát có các tướng ngã, nhân, chúng sinh, thọ giả, thì chẳng phải Bồ Tát”* [6]. Điều này nhấn mạnh rằng con đường tu tập là để phá tan chấp ngã, chứ không phải nuôi lớn bản ngã.

Ví dụ: Một vị khổ hạnh nhịn ăn nhiều ngày, cảm thấy thân thể nhẹ nhàng, liền nghĩ: *“Ta đã đạt đạo quả, ta hơn người khác”*. Khi gặp người tu theo con đường trung đạo, vị ấy chê bai: *“Các người không chịu khổ hạnh, làm sao chứng đạo?”*. Vị ấy bắt đầu khoe khoang, tìm cách chứng minh mình là bậc chân tu, sinh tâm tật đố với người khác

(2). Nhóm tham đắm danh vọng, lợi dưỡng và vật chất

Trích dẫn ý kinh: *“Này Nigrodha, người khổ hạnh... do khổ hạnh này, được thọ lãnh cúng dường, cung kính, danh vọng... nhân vì mong mỏi được cúng dường cung kính danh vọng (tham đắm danh vọng, lợi dưỡng)... Đối với các thức ăn thích hợp thì nắm giữ, tham đắm, chấp trước (vật chất), không thấy các sự nguy hiểm... Này Nigrodha, như vậy là cấu uế cho người khổ hạnh”* [7].

Sự cấu uế của ảo tưởng về cái tôi là muốn mở rộng quyền sở hữu và quyền lực thông qua danh vọng, lợi dưỡng và vật chất. Khi thực hiện khổ hạnh ép xác khắc nghiệt bên ngoài nhưng bên trong lại ngấm ngầm khao khát sự sùng bái từ xã hội, cho thấy cái tôi ấy vẫn đang thèm khát thức ăn thế gian để tồn tại. Đây là sự lạc hướng nghiêm trọng, thay vì dùng khổ hạnh như một phương tiện ly tham, lại biến khổ hạnh thành công cụ tư lợi tinh vi. Khi đồng hóa ảo tưởng đạo hạnh với danh vọng, người tu lầm tưởng mình đang tiến đạo, nhưng thực chất đang bị cuốn sâu vào vòng xoáy tham dục, biến bản ngã thành một uế nhiễm thâm lặng nhưng kiên cố.

(3). Nhóm tật đố, sân hận và oán thù

Trích dẫn ý kinh: *“Này Nigrodha, người khổ hạnh chống báng một Sa-môn hay Bà-la-môn khác... thấy một Sa-môn hay Bà-la-môn được các gia đình cung kính... do vậy sanh tật đố, ganh ghét (tật đố)... lại thường hay tức giận và ôm lòng oán thù (sân hận và oán thù). Này Nigrodha, như vậy là cấu uế cho người khổ hạnh”* [8].

Theo quan niệm Phật giáo, tật đố, sân hận và oán thù thường sinh ra khi bản ngã không được thỏa mãn hoặc cảm thấy vị thế của mình bị yếu thế hay bị đe dọa bởi người khác. Tuy nhiên, nếu người tu thực hành khổ hạnh đúng, sẽ nhận ra bản chất vô ngã của vạn pháp, không còn coi bản thân là một thực thể độc lập, cố định hay có quyền lực riêng. Mọi danh vọng hay sự cúng dường đều là các pháp duyên sinh không thuộc về bất cứ một ai (tôi, của tôi). Khi đó, dù gặp duyên nghịch cảnh bên ngoài, cái ngã đã được thanh lọc sẽ không bị lay chuyển hay tổn thương, không sinh ra tâm đố, sân hận hay oán thù.

(4). Nhóm giả dối, gian trá và che đậy

Trích dẫn ý kinh: *“Này Nigrodha, người khổ hạnh trở thành người ngồi giữa công chúng... khi đi giữa các gia đình không cho người ta thấy mình (che đậy)... làm bộ có vẻ bí mật... tuy không chấp nhận nhưng trả lời: Có chấp nhận; tuy chấp nhận, nhưng trả lời: Không chấp nhận. Như vậy, vị này cố tình nói láo (giả dối, gian trá). Này Nigrodha, như vậy là cấu uế cho người khổ hạnh” [9].*

Khi cố gắng bảo vệ hình ảnh một cái tôi được công chúng ngưỡng mộ, sẽ phải sử dụng sự dối trá và che đậy để che giấu những khuyết điểm hay hành vi trái đạo của bản thân. Điều này cho thấy khổ hạnh cực đoan chỉ tạo ra một vỏ bọc hình thức bên ngoài, chứ không thực sự chuyển hóa được dòng tâm thức bất thiện đang ẩn sâu bên trong. Sự thần tượng hóa, khiến cái ngã của họ càng được nuôi dưỡng và củng cố hơn. Họ bắt đầu coi mình là những người tinh tấn hay chân tu hơn người khác và sợ hãi bị lộ ra những khuyết điểm hay hành vi trái đạo của bản thân, dẫn đến việc sử dụng sự dối trá và che đậy để bảo vệ hình ảnh của mình.

(5). Nhóm cố chấp, tà kiến và bảo thủ

Trích dẫn ý kinh: *“Này Nigrodha, khi Như Lai hay đệ tử Như Lai thuyết pháp... thì người khổ hạnh không chấp nhận (bảo thủ)... thường hay có tà kiến và tư tưởng cực đoan (tà kiến), chấp trước kinh nghiệm tự thân, cứng đầu và khó giải thoát (cố chấp). Này Nigrodha, như vậy là cấu uế cho người khổ hạnh” [10].*

Trong quá trình tu tập thì cấu uế của bản ngã chính là tà kiến, khiến người tu coi tri kiến của bản thân là chân lý, bảo thủ và từ chối mọi sự thật khách quan khác. Từ đó, dòng chảy của duyên sinh và tuệ giác bị chặn đứng, làm cho người tu không thể nhận thức được tính vô ngã của mọi hiện tượng và sự vật. Theo giáo lý Phật giáo, vạn pháp đều do nhân duyên tạo nên, không có thực thể cố định hay độc lập. Khi người tu bám chặt vào quan điểm của mình như là chân lý duy nhất, họ đã rơi vào tà kiến và ngã chấp, chặn lại con đường phát triển tuệ giác.

Nhằm thấy rõ hơn cho bản chất cấu uế của năm nhóm hành vi nêu trên, một ví dụ minh họa về sự tác động của cấu uế lên tâm thức có thể ví như sau: Như một người quý tộc mặc một cái áo trắng tinh. Nếu cái áo ấy bị nhơ uế bởi bùn nhơ, vết máu hay bụi bẩn, thì dù có cố gắng nhuộm bằng những sắc màu lộng lẫy đến đâu, cái áo ấy cũng không thể hiện lộ vẻ sáng rực rỡ vốn có.

Cũng vậy, tâm thức con người nếu bị các cấu uế chấp ngã che phủ, thì mọi hành động, lời nói hay ý nghĩ dù mang danh nghĩa tu hành khổ hạnh đúng đắn đến đâu cũng đều bị nhuộm màu sai lầm.

Như lời Đức Thế Tôn đã khẳng định trong *Kinh Pháp cú* (kệ số 09): “*Ai mặc áo cà-sa, Tâm chưa rời uế trước, Không tự chế, không thực, Không xứng áo cà-sa*” **[11]**. Với tâm còn tham lam, sân hận, kiêu mạn, sống dối trá không chân thực, bên ngoài tỏ ra là bậc thanh tịnh nhưng bên trong thiếu vắng phẩm chất đạo đức. Do đó, không xứng đáng mặc áo nhà Phật.

Tóm lại: Khổ hạnh cực đoan nếu thiếu đi tuệ quán vô ngã sẽ trở thành nơi để ý niệm sai lầm về cái tôi thể hiện. Sự hiện diện của các cấu uế này cho thấy tâm thức vẫn bị chi phối bởi các pháp bất thiện và bản ngã. Để đạt thanh tịnh, cần làm rõ năm nhóm cấu uế chấp ngã. Khi bản chất ngã chấp này được đoạn trừ, ảo giác về cái tôi cố định sẽ tan rã, tâm thức trở nên thanh tịnh trong suốt như tấm vải trong sạch.

2.1.2 Sự thanh tịnh

Mặc dù việc thống kê 16 cấu uế và gom thành năm nhóm đã trình bày trọn vẹn bản chất nguy hại của cấu uế, cấu trúc văn bản học của Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống thuộc Kinh Trường bộ (DN 25) còn cho thấy một tư duy đối xứng logic của đức Phật. Ngay sau khi nhận diện các uế nhiễm, Ngài tiếp tục thiết lập 16 trạng thái ngược lại và định nghĩa đó là sự thanh tịnh bước đầu trong từng trường hợp cụ thể:

Trích dẫn ý kinh: “*Nhờ tu khổ hạnh này, vị ấy không hoan hỷ, tâm tư không thỏa mãn; không khen mình chê người; không mê say, không nhiễm trước, không phóng dật; không sanh tật đố, ganh ghét, xan tham; không giấu giếm; không ôm lòng tức giận, oán thù; không cứng đầu và [không **[12]**] khó giải thoát. Như vậy vị ấy được thanh tịnh trong trường hợp này*” **[13]**. Để làm rõ thêm trạng thái thanh tịnh mang tính đối xứng, kinh Pháp cú (kệ số 10) tiếp tục đưa ra một dẫn chứng: “*Ai rời bỏ uế trước, Giới luật khéo nghiêm trì, Tự chế, sống chơn thực, Thật xứng áo cà sa*” **[14]**. Khi nội tâm được thanh lọc khỏi các cấu nhiễm, giữ gìn giới luật một cách nghiêm trì, tự chủ bản thân và sống thành

thật thì tâm thức sẽ đạt đến trạng thái tự tại, mát mẻ và thanh tịnh.

Xét dưới nền tảng vô ngã, 16 điều đảo ngược này chính là một tiến trình “Thanh tịnh mang tính phủ định”. Ở tầng bậc này, mới chỉ dừng lại ở việc thiết lập các nỗ lực tỉnh thức để kiểm soát lớp vỏ bọc hành vi bên ngoài. Tuy nhiên, để trạng thái không phạm lỗi mang tính thụ động này trở thành một năng lực chuyển hóa cấu uế, tâm thức cần thực hành tu tập theo các giáo pháp của đức Phật. Đó chính là lý do kinh văn không dừng lại ở sự đối xứng hành vi, mà tiếp tục triển khai một lộ trình thực hành toàn diện mang tính phân tích bản ngã một cách sâu sắc qua “Tam vô lậu học” sẽ được trình bày ở luận cứ tiếp theo.

2.2 Tiến trình thanh tịnh hóa hành vi và tâm thức

Bản chất của ngã được biểu hiện tinh tế qua 16 cấu uế, được gom thành năm nhóm. Để chuyển hóa từ trạng thái cấu uế đến thanh tịnh, Kinh (DN 25) chỉ ra con đường phá vỡ bản ngã thông qua các pháp tu.



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Cụ thể, bốn pháp chế ngự các hành vi bên ngoài, đoạn trừ năm triền cái làm thanh lọc nội tâm và tu tập Tứ vô lượng tâm mở rộng tâm thức để phá vỡ ảo tưởng ngã chấp. Sự kết hợp hài hòa của các pháp tu này tạo nên một quá trình chuyển hóa liên tục, đưa tâm thức từ ô nhiễm đến thanh tịnh, tiền đề cho việc khai mở tuệ giác.

2.2.1 Thanh tịnh hóa hành vi bằng bốn pháp chế ngự

Bốn pháp tu sau như là giới luật có chức năng ngăn chặn hành vi mở rộng của cái tôi qua các giới không sát sanh, không lấy của không cho, không nói láo, không tham dục.

Trích dẫn kinh gốc: *“Này Nigrodha, vị khổ hạnh không tự sát sanh...; không lấy của không cho...; không nói láo...; không có tham vọng dục tình.... Như vậy, Này Nigrodha người khổ hạnh ấy tu bốn pháp chế ngự” [15].*

Chế ngự những hành vi không tốt từ thân và lời nói là bước đầu tiên của tiến trình chuyển hóa. Vì bản chất cái tôi luôn có xu hướng mở rộng và khẳng định quyền lực bằng cách xâm phạm lên tha nhân như là sát sinh để nuôi mạng, lấy của không cho để tích trữ, nói dối để trục lợi, tham dục để thỏa mãn. Khi thực hành bốn pháp một cách miên mật, sẽ liên tục ngăn chặn, loại bỏ mọi tư tưởng mang tính tự lợi, từ đó làm mất cơ hội cho lòng tham và ngã chấp phát triển.

Tóm lại, giới luật không phải là những điều lệ hình thức ép buộc, mà là phương pháp phòng hộ, không cho bản ngã có cơ hội củng cố sở hữu các đối tượng chung quanh.

2.2.2 Thanh tịnh hóa nội tâm bằng sự đoạn trừ năm triền cái

Trong Phật giáo, năm triền cái là một chướng ngại che mờ tâm trí, đồng thời cũng chính là chất liệu tạo nên một cái tôi bất an, đầy tham dục.

Trích dẫn kinh gốc *“Vị ấy lựa một chỗ thanh vắng...; Vị ấy từ bỏ tham ái ở đời... gột sạch tâm hết tham ái; Từ bỏ sân hận... gột sạch tâm hết sân hận; Từ bỏ hôn trầm thụy miên... gột sạch tâm hết hôn trầm thụy miên; Từ bỏ trạo hối... gột sạch tâm hết trạo hối; Từ bỏ nghi hoặc... gột sạch tâm hết nghi ngờ đối với các thiện pháp” [16].*

Sau khi Giới luật đã kiểm soát được các hành vi thô bên ngoài, vị ấy tiếp tục tiến sâu vào vùng vi tế của tâm thức để đối diện và đoạn trừ năm triền cái. Sự tham vọng, dính mắc và xung đột của năm chướng ngại này chính là chất liệu nuôi dưỡng một cái tôi. Bản ngã có khuynh hướng bám víu vào *Tham ái* để tìm kiếm; dựng lên rào dậu bằng *Sân hận* để phòng thủ; trốn tránh trong *Hôn trầm*; dao động bởi *Trạo hối* và lạc lối trong *Nghi ngờ*. Khi gột rửa tâm khỏi năm triền cái này, ảo giác về một cái tôi độc lập, cố định bắt đầu lung lay. Tâm thức không còn bị che mờ, trở nên định tĩnh, trong suốt và sẵn sàng cho sự phá vỡ bản ngã ở tầng sâu hơn.

Tóm lại, việc từ bỏ năm triền cái chính là bước làm cho các tâm cấu uế giảm nhẹ trong nội tâm, tạo tiền đề để đi vào an trú trong Tứ vô lượng tâm.

2.2.3 Thanh tịnh hóa bằng pháp tu Tứ vô lượng tâm

Pháp tu Tứ vô lượng tâm trong Phật giáo là một trong những nền tảng tu tập quan trọng, giúp làm giảm đáng kể sự phân biệt và bám chấp của bản ngã.

Kinh văn mô tả: *“Vị ấy an trú, biến mãn một phương với tâm câu hữu với từ... với tâm câu hữu với bi... với tâm câu hữu với hỷ... với tâm câu hữu với xả quảng đại, vô biên, không hận, không sân” [17].*

Tâm chấp ngã thường biểu hiện qua khuynh hướng phân biệt cực kỳ nghiêm ngặt giữa “tôi và không phải tôi”, giữa “người thương và kẻ ghét”. Khi thực hành an trú và mở rộng tâm từ, bi, hỷ, xả biến mãn khắp mười phương, các khuynh hướng phân biệt ích kỷ và phân biệt giữa tự thân và tha nhân sẽ bị suy giảm đáng kể. Một tâm thức quảng đại, vô biên mở rộng đến vô tận sẽ không còn bất kỳ nơi nào cho một cái tôi vị kỷ nương náu. Tiến trình này giúp chuyển hóa tâm thức từ trạng thái bị chi phối bởi sân, tật đố và oán thù sang trạng thái an hòa, ít bị ràng buộc bởi phân biệt giữa tự thân và tha nhân.

Như vậy, nếu bốn pháp chế ngự ngăn ngừa các hành vi bất thiện bên ngoài, sự đoạn trừ triền cái lọc sạch uế nhiễm nội tâm, thì Tứ vô lượng tâm góp phần làm suy yếu sự phân biệt giữa tự thân và tha nhân và đồng thời hỗ trợ việc đoạn trừ các pháp bất thiện. Trạng thái tâm thức thanh tịnh, mát lành và rộng lớn này tạo điều kiện thuận lợi, để bước vào giai đoạn phát triển các thắng trí và tuệ giác.

2.3 Thắng trí trong tiến trình thanh tịnh

Khởi đầu của lộ trình thanh tịnh là sự xuất hiện của các thắng trí giúp phá vỡ ảo tưởng kiên cố về một linh hồn hay cái tôi bất biến xuyên suốt không gian và thời gian.

Trích dẫn kinh: *“Này Nigrodha,... Vị ấy dẫn tâm đến Túc mạng minh, vị nhớ lại nhiều đời sống quá khứ... với các nét đại cương và các chi tiết... Vị ấy với thiên nhãn thuần tịnh siêu nhân, thấy sự sống chết của chúng sanh, người hạ liệt kẻ cao sang,... đều do hạnh nghiệp của họ” [18].*

Sự thanh tịnh ở giai đoạn này không còn dừng lại ở sự phòng hộ đạo đức hay định tĩnh thông thường, mà là sự bừng sáng của trí tuệ. Thông qua Túc mạng

minh, vị ấy nhớ lại chi tiết từng kiếp sống: “*Tại chỗ kia, ta có tên như thế này, dòng họ như thế này, giai cấp như thế này, ăn uống như thế này, thọ khổ lạc như thế này, tuổi thọ đến mức như thế này. Sau khi chết tại chỗ kia, ta được sanh tại chỗ ấy...*” **[19]**. Việc quán chiếu chuỗi dịch chuyển qua vô số kiếp sống này giúp phá vỡ ảo tưởng về một cái tôi đơn nhất và thường hằng. Tiếp đó, Thiên nhãn minh giúp thấy rõ sự sinh tử và luân hồi của tất cả chúng sinh đều vận hành theo luật nhân quả - nghiệp báo. Trong ngữ cảnh của Kinh (DN 25), sự thanh tịnh được đức Phật xác lập ở tầng thắng trí của lộ trình khổ hạnh chân chính đó là khi Tuệ giác bừng sáng của thắng trí (Túc mạng minh và Thiên nhãn minh). Ở mức độ này, Tuệ quán giúp thấy rõ bản chất duyên sinh và vô ngã của mọi kiếp sống, từ đó làm thanh tịnh nội tâm và ngăn chặn sự phát sinh của các cấu uế chấp ngã.

Tóm lại, thắng trí làm rõ duyên sinh và nghiệp báo. Thành tựu thanh tịnh để đi đến giải thoát chính là kết quả của việc thấu hiểu bản chất duyên sinh và buông bỏ hoàn toàn sự chấp thủ vào ảo giác của một bản ngã thường hằng.

3. Thảo luận

Nghiên cứu về lộ trình chuyển hóa tâm thức từ cấu uế đến thanh tịnh trong Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống thuộc Kinh Trường bộ (DN 25) mở ra bốn hướng thảo luận mang tính thực tiễn và triết học.

Thứ nhất, tiến trình đi từ uế nhiễm đến thanh tịnh không phải là một sự biến đổi không thể thực hiện, mà thực chất là quá trình chuyển hóa các duyên bất thiện (cấu uế) bằng các duyên thiện (vô tham, vô sân, vô si). Tiến trình này vận hành một cách khách quan dựa trên nguyên lý duyên sinh và vô ngã, nơi các cấu uế cũ bị triệt tiêu do mất đi nguồn năng lượng dung dưỡng, và các phẩm tính thanh tịnh mới được tăng trưởng khi hội đủ các điều kiện của các pháp tu để đoạn trừ cấu uế.

Thứ hai, phân tích này cung cấp một yếu tố để thẩm định giá trị của mọi phương pháp thực hành tâm linh. Kinh văn khẳng định một chân lý cốt tủy. Nếu còn ngã chấp, mọi hình thức tu hành dù có khắc nghiệt đến đâu cũng chỉ là công cụ để tôn vinh ý niệm sai lầm của bản ngã để rồi cuối cùng đều biến tướng thành cấu uế mới của bản ngã. Do đó, sự thanh tịnh không đo bằng hình thức ép xác bên ngoài mà đo bằng mức độ tan rã của ngã chấp bên trong.

Thứ ba, kết quả nghiên cứu đưa đến một định hướng tu tập dứt khoát là phải triệt để quay về thanh tịnh hóa nội tâm thông qua việc diệt trừ năm triền cái và mở rộng Tứ vô lượng tâm. Việc chạy theo các hình thức khổ hạnh cực đoan hoặc

phô diễn thành tích tâm linh trước công chúng chỉ là một hình thức sai lầm của bản ngã nhằm đem đến danh vọng của thế gian, hoàn toàn xa lạ với mục tiêu thanh tịnh chân chính.

Thứ tư, lộ trình chuyển hóa từ cấu uế đến thanh tịnh vận hành hoàn toàn dựa trên nguyên lý duyên sinh và vô ngã, mang tính khách quan tuyệt đối. Trong Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống, đức Phật đã thẳng thắn xua tan mọi nghi ngờ về động cơ thuyết pháp của Ngài. Thể hiện qua ý kinh: “Này Nigrodha, người có thể nghĩ rằng: Sa-môn Gotama nói như vậy là muốn có đệ tử... Chớ có nghĩ như vậy... Có những pháp bất thiện chưa được từ bỏ, làm cho cấu uế... Ta thuyết giảng để diệt trừ chúng, nếu các người thực hiện đúng...thời các pháp cấu uế được đoạn trừ, nhờ vậy các pháp thanh tịnh được tăng trưởng” [20]. Lời dạy này minh chứng rằng sự thanh tịnh hóa nội tâm không xuất hiện do ý chí chủ quan hay áp đặt từ một bản ngã cai trị. Tiến trình này vận hành theo quy luật duyên sinh khách quan theo nguyên lý: “...do cái này sanh, cái kia sanh...do cái này diệt, cái kia diệt” [21], khi các duyên bất thiện (cấu uế) bị triệt tiêu năng lượng nuôi dưỡng qua việc thực hành qua các pháp tu, các duyên thiện (thanh tịnh) sẽ hiển lộ và tăng trưởng. Do đó, lộ trình từ cấu uế đến thanh tịnh không phải là sự bồi đắp cho một thực thể tôi thành tựu, mà thực chất là tiến trình chuyển hóa trọn vẹn bản ngã dưới sự vận hành của pháp duyên sinh.

III. Kết luận

Nghiên cứu hệ thống lập luận trong *Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống* thuộc Kinh Trường bộ (DN 25) đã làm sáng tỏ tiến trình chuyển hóa nhất quán từ cấu uế đến thanh tịnh dưới lăng kính của giáo lý vô ngã. Bằng việc hệ thống hóa 16 cấu uế thành năm nhóm biểu hiện cụ thể, bài viết đã làm rõ những hệ quả bất thiện của ngã chấp ẩn núp đằng sau các hình thức khổ hạnh cực đoan.

Trên cơ sở đó, lộ trình tịnh hóa hành vi, nhiếp phục nội tâm và khơi mở thẳng trí được xác lập như một tiến trình năng động nhằm tháo gỡ toàn diện ảo giác về bản ngã.

Thông điệp cốt lõi của nghiên cứu chỉ ra rằng cội rễ sâu xa của mọi cấu uế chính là sự chấp thủ và chỉ khi các uế nhiễm ấy bị đoạn trừ tận gốc trên nền tảng tuệ quán vô ngã và duyên sinh, sự thanh tịnh mới thực sự hiển lộ.

Hành trình đi từ uế nhiễm đến thanh tịnh trong Kinh (DN 25) không phải là sự bồi đắp cho một thực thể tôi thành tựu, mà chính là con đường tất yếu để bước qua các tầng bậc tịnh hóa, đi đến thẳng trí và mục đích tối hậu là giải thoát trọn vẹn.

Tác giả: **NCS.Trần Quốc Hưng/Thiện Thanh**
Học viện Phật giáo Việt Nam tại TP.Hồ Chí Minh

Tài liệu tham khảo:

- 1] *Kinh Trung bộ: Kinh Ví dụ tấmvải*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2020).
- 2] *Kinh Trường Bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2020).
- 3] *Kinh Tương Ưng bộ: Kinh Mười lức*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2020).
- 4] *Kinh Kim cang*, Đoàn Trung Còn và Nguyễn Minh Tiến dịch, Nxb. Tôn giáo, (2006).
- 5] *Kinh Pháp cú*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2017).
- 6] Từ điển Huệ Quang, tra từ “cấu uế”, tại trang của Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam. <http://vncphvn.com/tien-ich/tu-dien/tu-dien>. (Truy cập ngày 03/09/2026).
- 7] Từ điển, tra từ “thanh tịnh”, Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam. <http://vncphvn.com/tien-ich/tu-dien/tu-dien>. (Truy cập ngày 03/09/2026).

Chú thích:

- [1] Từ điển Huệ Quang, tra từ “cấu uế”, tại trang của Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam.
<http://vncphvn.com/tien-ich/tu-dien/tu-dien>. Truy cập ngày 03/09/2026. (đánh từ “cấu uế”)
- [2] *Kinh Trung bộ: Kinh Ví dụ tấmvải*, Thích Minh Châu dịch, NXB. Hồng Đức, (2020), đoạn 71, tr.35,
- [3] Từ điển, tra từ “thanh tịnh”, Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam. <http://vncphvn.com/tien-ich/tu-dien/tu-dien>. Truy cập ngày 03/09/2026. (đánh từ “thanh tịnh”)
- [4] Thích Nhật Từ, *Từ điển Kim Cương thừa và Tây Tạng học*, Nxb. Hồng Đức, (2025), Tr.832.
- [5] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2020), đoạn 58-63, tr.448-450.

[6] *Kinh Kim cang*, Đoàn Trung Còn và Nguyễn Minh Tiến dịch, Nxb. Tôn giáo, (2006), tr.03.

[7] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2020), đoạn 58-63, tr.448-450.

[8] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, đoạn 58-63, tr.448-450.

[9] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2020), đoạn 58-63, tr.448-450.

[10] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, đoạn 58-63, tr.448-450.

[11] *Kinh Pháp cú*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2017), tr.16.

[12] **Lưu ý:** Ở đoạn 69, nếu thêm chữ **[không]** vào vế sau thành “*không cứng đầu và [không] khó giải thoát*” thì mạch kinh sẽ trở nên rõ ràng, dễ hiểu hơn và tạo sự đối lập hoàn chỉnh với đoạn 63 (“*cứng đầu và khó giải thoát*”). Điều này cũng hoàn toàn phù hợp với nguyên tác tiếng Pāli khi chuyển từ thuật ngữ **Duppaṭinissaggi** (Khó buông bỏ) ở đoạn 63 sang **Suppaṭinissaggi** (Dễ buông bỏ / Không khó giải thoát) ở đoạn 69.

[13] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Sđd, đoạn 64-69, tr.450-452.

[14] *Kinh Pháp cú*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2017), tr.16.

[15] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Sđd, đoạn 70, tr. 452.

[16] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Sđd, đoạn 70, tr. 452.

[17] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Sđd,, đoạn 71, tr. 453.

[18] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Sđd, đoạn 73, tr. 454.

Lưu ý: Trong bản in *Kinh Trường Bộ* (trang 454) câu bị in nhầm thành “**Thiên nhân mình**”, tác giả xin phép được sửa lại thành “**Túc mạng mình**” cho đúng với ngữ cảnh kinh văn.

[19] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Sđd, đoạn 72, tr. 453.

[20] *Kinh Trường bộ: Kinh Ưu-đàm-bà-la Sư tử hống*, Sđd, đoạn 78, tr. 457.

[21] *Kinh Tương Ưng bộ: Kinh Mười lực*, Thích Minh Châu dịch, Nxb. Hồng Đức, (2020), đoạn 21, tr.309.