

## Phẩm 178: TƯỚNG BẤT TỊNH

Hỏi: Làm thế nào để tu tập tướng bất tịnh?

Đáp: Hành giả thấy hạt giống của thân là bất tịnh, đó là hai thứ đỏ, trắng hòa hợp từ đường bất tịnh của cha mẹ sinh ra. Thân này là do vật bất tịnh tạo thành, đó là những thức ăn nghiền nát thành nước trộn nhờn thấm vào, lại sinh ở nơi bất tịnh, nằm trong thai mẹ đầy dẫy dơ uế, các thứ bất tịnh như phân uế hợp lại thành thân. Ở trong chín lỗ thường chảy những thứ dơ dáy. Chỗ để thân chẳng tốt, chẳng sạch. Lại đồ ăn uống, áo quần, mang mặc ở thân cũng đều dơ bẩn, bị người khác chê ghét. Lại vì vật dùng cho thân này đều là bất tịnh, như nước tắm gội, bồn tắm v.v... Từ thân sinh ra móng, tóc, mồ hôi và chất mũi dãi đều là bất tịnh. Thấy thân chết đều là bất tịnh (dơ bẩn). Khi thân này chết đâu có gì khác, phải biết xưa nay thường là bất tịnh. Khi sống chỉ do tâm ngã che lấp nên cho là sạch sẽ. Lại khi tiếp xúc người chết, cho đó là dơ uế. Các thứ tóc, móng (chân, tay) thường là vật chết (hủy hoại). Nhiều loài trùng chết cũng thường ở trong thân. Thế nên biết thân này xưa nay vốn không sạch. Các loài rận rệp, ruồi muỗi và các loại côn trùng bất tịnh thường tiếp xúc với thân, nên biết bất tịnh. Thân này như cầu tiêu thường đầy bất tịnh. Do trong cầu tiêu này mà sinh hàng ngàn loại trùng; thân này cũng vậy. Thân này như gò mả. Vì sao? Vì chỗ để thân chết nên gọi là gò mả. Thân này cũng có nhiều loại trùng chết ở trong ấy, thân này thường tạo ra nhiều bất tịnh. Những chỗ sạch, hoa đẹp, áo quần, chuỗi anh lạc, vì thân này nên đều cấu uế. Các Bà-la-môn không đến thọ thực ở những nhà sinh đẻ, chết chóc vì bất tịnh. Mà ở trong thân này có hàng ngàn vạn thứ trùng thường sinh thường chết, không thể theo đó mà thọ nhận thức ăn. Cho nên biết là bất tịnh. Lại thân này là ngục ở thế gian của ngàn loại côn trùng, nên gọi là bất tịnh. Thân này thường phải tắm gội, nếu nó là sạch thì cần gì tắm rửa, và lấy hoa đẹp, hương thơm, chuỗi anh lạc trang sức cho thân này. Cho nên biết thể tánh thân này là bất tịnh, nhờ vào những vật sạch đẹp bên ngoài để trang điểm. Thân này thật là dơ bẩn như da, lông, móng tay chân răng, gân, xương, thịt da của chúng sinh khác, hoặc khi cần dùng thì trong thân người, không có một thứ có thể lấy, vì thật là dơ bẩn.

Như các hoa sen xanh, hồng từ chỗ dơ bẩn sinh ra nên gọi là bất tịnh. Thân này không như thế, chẳng do các vật khác làm cho dơ bẩn, mà tánh là bất tịnh. Thân này nếu sạch sẽ thì không cần lấy áo quần che phủ. Như người lấy vải che những phân dơ, nước tiểu để lừa dối người

khác. Người nữ cũng thế lấy trang phục che khuất thân này để lừa gạt người nam, trái lại người nam cũng làm vậy. Phải biết là bất tịnh, toàn bộ thân này thường chảy ra bất tịnh tức chín lỗ cửa bất tịnh và các lỗ chân lông không có một chút sạch. Vì thế biết là bất tịnh.

Hỏi: Tu tập tướng bất tịnh có được lợi ích gì?

Đáp: Do cho tướng trai gái là sạch sẽ nên khởi tham dục, từ tham dục này mở ra các cửa tội lỗi, tu tập tướng bất tịnh có khả năng chế ngự được tham dục. Vì sao? Vì thân này đều là hôi thúi không sạch. Chỉ có lớp da mỏng che khuất nên chẳng biết được, giống như lấy vải che đống bất tịnh. Người nào thích sạch sẽ thì nên tránh xa. Hành giả này nhờ tướng thân chết bầm tím mà trừ bỏ tất cả thân, do trừ bỏ thân nên không sinh tham dục, cho đến cũng thấy những sắc hiện tại đều xanh bầm.

Hỏi: Nếu thật chưa xanh, vì sao thấy xanh?

Đáp: Hành giả dùng năng lực tin hiểu nắm lấy tướng xanh này rồi thì thấy tất cả sắc đều xanh tím.

Hỏi: Quán này chẳng phải là điên đảo sao?

Đáp: Thân này có phần xanh tím, như trong kinh dạy: “Trong nước có tánh chất trong sạch”. Do thường tu tập tướng xanh bầm này nên có thể thắng các sắc khác”. Như ánh sáng của viên ngọc màu xanh có thể át ánh sáng màu trắng. Như thế tu tập lâu ngày các tướng xanh bầm v.v... thì đầy đủ bất tịnh. Tất cả đều bất tịnh nên không sinh khởi tham dục, các cửa tội lỗi được đóng kín, thuận theo Niết-bàn. Tu tập tướng bất tịnh có được lợi ích như vậy.

-----

### *Phẩm 179: TƯỚNG VỀ SỰ CHẾT*

Hành giả vì nghĩ tướng về chết đối với trong mạng sống, tâm không quyết định, cho nên phải tu tập. Người này thường rất ưa thích pháp thiện, diệt trừ pháp ác. Vì sao? Vì chúng sinh phần nhiều quen chết nên làm việc bất thiện, nếu nhớ nghĩ lại sự chết thì có thể đoạn trừ. Do thường nhớ nghĩ chết nên đối với cha mẹ, anh chị em bà con, láng giềng, bạn bè giảm bớt dần tham ái. Người nào tu tập tướng chết thì được lợi mình, nghĩa là thường nhất tâm tích tập các pháp thiện. Chúng sinh thế gian phần nhiều thường ưa thích lợi cho người mà bỏ lợi mình. Lại nữa, người này mau chóng được giải thoát. Vì sao? Vì thường hay qua lại ở thế gian nên có chết, người này nhàm chán điều ấy nên mong cầu giải thoát.

Hỏi: Phải tu tập tướng chết thế nào?

Đáp: Như trước đã nói tổng quát về tất cả vô thường. Ở đây chỉ nói về quán thân vô thường, đoạn trừ tướng ám liên tục gọi là tướng chết. Lại, thân này vô thường còn hơn vạn vật bên ngoài, giống như bình tách không có tướng bền chắc. Hành giả quán thân mong manh hơn các vật ấy. Vì sao? Vì bình tách nếu gia tâm giữ gìn là có thể tồn tại lâu dài. Thân này có lâu nhất không hơn một trăm năm. Vì không bền vững nên phải nhớ nghĩ về sự chết. Thân này có nhiều pháp chống trái làm hại lẫn nhau, dao gậy, mũi nhọn, kẻ thù, hầm hố, ăn uống không tiêu hóa, các chứng bệnh lạnh, nóng, gió tóm lại mà quán xét tất cả chúng sinh và vật chẳng phải chúng sinh, đều là những pháp trái nghịch làm hại thân. Vì thế phải tu tập tướng chết. Hành giả nhận thấy thân trong từng niệm luôn là tướng hư hoại, không bảo tồn được một niệm vì thế tu tập tướng chết. Hành giả hiện tại thấy thanh niên, già cả, có bệnh, không bệnh không ai có thể đẩy lùi được sự chết, nghĩ thân mình cũng phải như vậy, nên tu tập tướng chết. Hành giả lại thấy có nghiệp báo bất định, chẳng phải tất cả nghiệp đều phải chịu hết trong một trăm năm. Vì nghiệp bất định nên chết cũng bất định, cho nên cần nhớ nghĩ sự chết. Từ vô thủy đến nay trong sinh tử có vô lượng nghiệp, có những nghiệp thường làm hại nghiệp khác, ta cũng phải có nghiệp chết không phải thời, làm sao tin được mạng sống này? Hành giả thấy sự chết có thể lực rất lớn, không thể dùng lời mềm yếu mà dụ dỗ, hay lừa gạt bằng của cải, hoặc đui mắt hoặc tranh kiện mà thoát được, như núi đá lớn bốn phương khép kín không có chỗ trốn tránh

Hỏi: Nếu người thường làm cho vua Diêm vương vui vẻ thì thoát chết được không?

Đáp: Nói thế là ngu si. Vua Diêm vương không có lực tự tại có thể làm việc sống trở lại, chỉ có thể khảo xét việc làm thiện hay ác. Nếu thọ quả báo hết và bị nhân duyên hại thân thì chết. Vì thế, hành giả thấy thân không có nơi nương tựa, không có sự cứu giúp, ở trong con đường chết, nên phải nhớ nghĩ tướng chết. Hành giả thường thấy thân này bị già bệnh làm đau đớn, không có tánh bền vững, do mỗi niệm đều sinh diệt liên tục, nghiệp thức trôi buộc, nên tu tập tướng chết. Hành giả này thấy chết là định mệnh tức không thể quyết định. Vì định sẵn thắng bất định nên tu tập tướng chết.

Hỏi: Tại sao không nói các tướng già, bệnh... mà chỉ nói tướng chết?

Đáp: Già bệnh cướp đoạt người không thể hết được, bệnh cướp mạnh khỏe, già cướp trai tráng mà bà con hàng xóm tài vật và thân vẫn còn nguyên. Chỉ chết là cướp đoạt tất cả. Lại già, bệnh... là nhân duyên của chết, nên không cần nói riêng biệt. Trong kinh dạy: “Chết là rất đen tối, không có ánh sáng, không ai cứu giúp, cũng không bạn

bè, không nơi nương nhờ, là chỗ rất đáng sợ”. Nên phải nhớ nghĩ về sự chết. Chúng sinh vì nhân duyên chết nên lo sợ đời sau. Trong ba cõi đều có chết, còn già bệnh thì không như vậy.

Hỏi: Nếu không xa lìa chúng sinh có tướng chết ấy, chúng sinh tức là giả danh thì hành giả đâu cần tu tập tướng chết?

Đáp: Không hủy hoại được tướng chúng sinh, lo sợ sự chết. Nếu tu tướng chết thì không sinh lo sợ, nên phải tu tập. Lại tướng vô thường gọi là gần với đạo; còn tướng bất tịnh, tướng ăn chán và tướng chết gọi là còn xa đạo. Người chưa đắc đạo nhờ các tướng này mới có thể chế ngự được tâm.

-----

### *Phẩm 180: BA TƯỚNG SAU*

Tướng đoạn là như trong bốn chánh cần nói. Vì muốn đoạn trừ pháp ác bất thiện đã sinh nên phải tinh tấn. Các pháp ác, bất thiện này là nhân duyên khổ đau của địa ngục v.v... cũng là nguồn gốc của khổ như tiếng đồn xấu ác và tâm hối hận v.v... Vì thế cho nên phải đoạn trừ.

Hỏi: Phải đoạn trừ bằng cách nào?

Đáp: Được chẳng tạo tác pháp, lúc ấy là đoạn. Nghĩ nhớ sai lầm là nhân của tham dục và các phiền não; diệt trừ nhớ nghĩ ấy là pháp này đoạn.

Hỏi: Tu tập tướng đoạn thì được lợi ích gì?

Đáp: Tu tập tướng đoạn này thì thường không thuận theo pháp ác, mà làm những việc đáng làm. Đây là xa lìa được tám nạn, lợi ích về thân là trừ hết các phiền não. Vui thích diệt trừ phiền não là pháp phục hủy hoại hình tướng, lợi của người xuất gia. Nếu không như thế thì uổng công, tự hổ thẹn thân mình. Nếu hành giả vui thích tu tập tướng đoạn thì tức là dùng pháp cúng dường Đức Phật. Người xa lìa tướng tham dục và tướng diệt nếu tham dục hết chẳng sinh gọi là lìa dục, nhớ nghĩ đạo lìa dục này gọi là tướng lìa.

Hỏi: Nếu gọi tướng đoạn thì tức là tướng lìa, tại sao còn nói lại?

Đáp: Từ đoạn mà được lìa. Đoạn là trừ diệt tham dục. Như trong kinh dạy: “Đoạn trừ tham dục nên năm ấm đoạn trừ. Lại tướng đoạn là tướng lìa dục”. Vì sao? Nếu ở trong pháp này không tham gọi là đoạn pháp ấy. Vì thế nếu được lìa tham dục thì hết khổ não. Như trong kinh dạy: “Người xa lìa tham dục tức đắc giải thoát”. Được giải thoát chính là đoạn. Nếu nhập vào vô dư gọi là diệt. Trong kinh dạy: “Có ba tánh: tánh đoạn, tánh ly dục, tánh diệt. Nếu nói tánh đoạn, tánh ly dục thì tức

là A-la-hán. Nghĩa là trừ tất cả phiền não, xa lìa dục ở ba cõi, an trú vào hữu dư Niết-bàn. Như nói tánh diệt tức là lúc lâm chung bỏ mạng sống diệt trừ các ấm liên tục thể nhập Niết-bàn vô dư.

Lại có hai loại giải thoát: Tuệ giải thoát và tâm giải thoát. Nếu nói đoạn thì chính là xa lìa vô minh cho nên tuệ được giải thoát. Nếu nói xa lìa dục thì tức là lìa tâm ái được giải thoát. Quả của hai giải thoát này gọi là diệt. Lại nói tướng về đoạn tức nói đoạn vô minh lậu. Nếu nói tướng lìa dục thì tức nói đoạn trừ dục lậu, hữu lậu. Như nói tướng diệt thì tức là hai quả này. Lại như trong kinh dạy: “Đoạn trừ tất cả các hành nên gọi là đoạn. Lìa tất cả các hành nên gọi là ly. Diệt tất cả các hành

nên gọi là diệt”. Như thế ba pháp này nghĩa là một mà tên gọi khác. Nếu tu tập tướng vô thường cho đến tướng diệt thì hoàn thành tất cả việc. Nghĩa là diệt các phiền não, đoạn các ấm trói buộc nối tiếp nhau, nhập vào Niết-bàn vô dư.

-----