



# GIẢI THOÁT ĐẠO LUẬN VIMUTTI MAGGA

*Thiền Nhứt chuyển dịch sang tiếng Việt*



## PHẦN TÌM HIỂU

### Phần Tìm hiểu Phẩm 8: Hành môn

#### Chi 3: Mười Tướng Bất tịnh. Mười Niệm.

**Chuyển tiếp:** Hai Chi 1 và 2 vừa qua đã trình bày mười Nhứt thiết nhập, tức là 10 đề mục quán tướng đầu tiên; và giảng rõ về bốn cấp Thiên cùng bốn cấp Định.

Trong Chi 3 này, Luận văn bàn đến mười Tướng bất tịnh trước, sau đó cứu xét tới sáu niệm đầu trong mười Niệm. Chi 4 tiếp theo giảng nốt bốn niệm còn lại.

#### 057. Phân biệt giữa Cảm giác và Tri giác, giữa Tướng, Niệm và Ý.

Khi một vật tiếp xúc với một giác quan, như mũi ngửi bông hoa, thì cảm giác nổi lên thành mùi thơm. Khi hình vật xuyên qua giác quan nhập vào tâm, khiến biết được đó là vật gì, thì tri giác nổi lên. Sự khác biệt giữa cảm giác và tri giác là nơi tri giác có sự tham dự của tâm. Tri giác còn gọi là Tướng.

Tâm khởi động nghĩ về vật đối tượng bên ngoài, gây ra tướng. Một tướng đã qua rồi, về sau nhớ lại, đó là một niệm. Nhưng chữ niệm có nghĩa tổng quát hơn, cứ mỗi lần tâm phát động là có một niệm. Niệm đi qua rất nhanh. Hai hay nhiều niệm liên hệ nhau lại thành một ý. Ý là sản phẩm của tâm, phần lớn là do những kiến (= thấy) bên ngoài gọi lên, mà thành ý kiến. Thường, chẳng có sự phân biệt rõ giữa ý kiến, tư tướng, tướng niệm, để chỉ các tâm hành (= hành động của tâm).

#### 058. Dàn bài sơ lược của Chi 3, Phẩm 8.

Sự phân biệt vừa nêu trên giúp ta khỏi lẫn lộn giữa Mười Tướng và Mười Niệm được nói trong Chi 3 này.

I. Nhập đề: Luận văn chẳng có phần Nhập đề, cứ đi thẳng vào Tướng sinh chương.

II. Thân bài:

A. Mười Tướng Bất tịnh:

1. Tướng sinh chương:

11. Thế nào là tướng sinh chương?
12. Ích lợi của việc quán tướng này

13. Giữ tướng sinh chương cách nào?
14. Mười cách quán sát và thực tập.
15. Tướng này chỉ khởi lên được Sơ Thiền.

2. Tướng bầm xanh
3. Tướng rỉ mù
4. Tướng đăm chém nát
5. Tướng bị gặm nhấm
6. Tướng vứt bỏ rã rời
7. Tướng giết chết vứt bỏ
8. Tướng dính máu huyết
9. Tướng trùng hôi
10. Tướng xương.

*Tướng bất tịnh đối trị với lòng dục.*

## B. Mười Niệm:

### 1. Niệm Phật:

11. Tu hành *niệm Phật* như thế nào?
12. Những công đức của việc *niệm Phật*
13. *Niệm mười danh hiệu Phật*
14. *Niệm Phật bốn sanh*
15. *Niệm các công đức của Đức Phật*: (a) 10 lục; (b) 14 loại trí huệ, (c) 18 pháp

### 2. Niệm Pháp

21. *Pháp* là gì? Pháp và Niết-bàn.
22. Tu *niệm Pháp* như thế nào?
23. Công đức của việc *niệm Pháp*.

### 3. Niệm Tăng

31. *Tăng* = hoà hiệp
32. Cộng đồng các Thánh chúng
33. Thế nào là *Bốn đôi tám cặp*?
34. Công đức của việc *niệm Tăng*.

### 4. Niệm Giới:

41. Niệm về sự trì giới thanh tịnh
42. Tu hành *niệm Giới* như thế nào?
43. Công đức của việc *niệm Giới*.

### 5. Niệm Thí:

51. Bỏ thí đối trị với sèn tham.
52. Tu hành *niệm Thí* như thế nào?
53. Công đức của việc *niệm Thí*.

### 6. Niệm Thiên:

61. Thế nào là *niệm Thiên*?
62. Tu hành *niệm Thiên* cách nào?

### 63. Công đức của việc niệm Thiên.

III. Chưa có phần *Kết Luận* (Chỉ 4 giảng nốt 4 niệm).

#### 059. Ý chánh của Chi 3, Phẩm 8.

Chi 3, Phẩm 8, có hai ý chánh:

(1) *mười Tướng bất tịnh*, nghĩa là ý tướng góm ghiếc khởi lên trong tâm khi thấy hay tiếp xúc với một đối tượng quá dơ dáy (= *bất tịnh*, chẳng sạch) ở bên ngoài;

(2) *mười niệm*, nghĩa là mười loại ý nghĩ hằng tưởng nhớ luôn trong tâm.

- Ý chánh thứ nhất nhằm đối trị lòng *tham dục*, vì khi thấy một sự vật còn ham muốn mà tư tưởng nhòm góm khởi lên trong tâm thì chẳng còn ham mê đến sự vật ấy nữa. Đây là một cách *thanh lọc tâm ý* cho trong sạch; tuy nhiên khó tránh được sự khó chịu khi quan sát một đối tượng chẳng sạch.

- Ý chánh thứ hai là luôn luôn giữ trong tâm, sự hiện diện của một tư tưởng mà mình muốn niệm. Đây cũng là cách *thanh lọc tâm ý* cho trong sạch, vì các *niệm hiện được niệm* sẽ ngăn chặn các tư tưởng chẳng thích nghi xâm nhập vào tâm; đồng thời tạo niềm tin vững chắc vào *điều đang niệm*.

- *Mười Tướng bất tịnh* dựa trên sự quan sát thấy ma, điều mà ngày nay chẳng phải ai cũng có cơ hội để thực hiện. Ngày xưa bên Ấn độ, thấy người chết đem vứt trong rừng, gọi là *thi lâm*. Ngày nay, luật lệ vệ sinh thành phố chẳng cho phép để thi thể bọc lộ.

Mặt khác, căn cứ theo thứ tự trước sau của *mười tướng bất tịnh*, ta thấy từ *tướng sinh chương*, qua *tướng ri mù*, *tướng bị găm nhâm*, đến *tướng xương*, thi thể từ từ tan rã, thối nát và sau cùng chỉ còn lại những khúc xương trắng hếu. Qua tiến trình quan sát các *tướng* đó, hành giả nhận định rõ *đặc tướng vô thường* của mọi sự vật, đồng thời làm khởi sanh lên được *từ niệm* (= ý nghĩ về sự *chết* có thể đến với ta bất cứ lúc nào và thúc dục ta nên mau nỗ lực tu hành kéo chẳng kịp).

#### 060. Tìm hiểu nghĩa các chữ khó:

**Tướng sinh chương:** nguyên văn *Tăng trưởng tướng*. Đây là thân ma sung phù bốc mùi hôi thúi.

**Chánh trí:** *Chánh* = đứng đắn, chơn chánh; *Trí* = trí huệ. Trái nghĩa với *tà trí*, là trí thông minh đi theo đường quấy.

**Ô uế:** dơ dáy, đen dúa, chẳng sạch.

**Niệm về nội thân:** *Nội* = bên trong; *Thân* = thân thể. Có được *niệm về nội thân* là tâm quay về quan sát chính bản thân mình, chẳng còn hướng ra ngoài nhiều như trước kia.

**Từ niệm:** *Từ* = chết, *Niệm* = ý tưởng thường có mặt trong tâm. *Từ niệm* là ý tưởng phát sanh lên trong tâm, có liên quan đến sự *chết*. Bắt nguồn từ *vô thường tướng*, từ niệm thúc dục hành giả phải mau nỗ lực tu hành tinh tấn, kéo *cơn vô thường* (= sự chết) chợt đến với mình. (Xem lại trang 358.)

**Kiều mạn:** Xem lại trang 340, Ph. 2. Sự *kiêu mạn*, tự coi mình hơn kẻ khác, ở đây là do có *sắc đẹp*, có đầy đủ *sức khoẻ*. Chẳng biết rằng, sắc đẹp có thể tàn phai và sức khoẻ có thể mất đi lúc tuổi già.

**Chánh quán:** *Chánh* = chọn chánh, đứng đắn; *Quán* = quan sát kỹ và suy nghĩ. *Chánh quán* là quán sát và tư duy đúng theo Chánh pháp; trái nghĩa với *tà quán* là suy nghĩ việc bất lương, mưu toan làm hại kẻ khác.

**Tự an:** *Tự* = chính mình; *An* = yên ổn. Được *tự an* là hết lo lắng, hết nghi ngờ, tâm được yên ổn.

**Tư duy** = suy nghĩ.

**Tướng bầm xanh:** Nguyên văn là *Thanh ú tướng*

**Tướng rĩ mù:** Nguyên văn là *Hội lạn tướng*.

**Tướng đậm chém nát:** Nguyên văn là *Trảm chước ly tán tướng*.

**Tướng bị gặm nhấm:** Nguyên văn là *thực đạm tướng*.

**Tướng vút bỏ rã rời:** Nguyên văn là *Khí trịch tướng*.

**Tướng giết chết vút bỏ:** Nguyên văn là *Sát lục khí trịch tướng*.

**Tướng dính máu huyết:** Nguyên văn là *Huyết đồ nhiễm tướng*.

**Tướng trùng hôi:** Nguyên văn là *Trùng xú tướng*.

**Tướng xương:** Nguyên văn là *Cốt tướng*.

**Bơ trâu:** Bên Ấn độ, dùng sữa trâu làm kem, bơ, nên gọi là *bơ trâu*.

**Trái châu:** *Châu* = châu ngọc, một thứ đá quý trong sáng, cỡ bằng một nắm tay.

**Gia tài Phật:** Ý muốn nói đến *Chánh pháp* của Đức Phật đã để lại, nhờ đó mà tu hành được giải thoát.

**Mười danh hiệu Phật:** *Danh* = tên; *Hiệu* = dấu hiệu đặc biệt. *Mười danh hiệu Phật* là mười công đức chỉ riêng Đức Phật mới có đầy đủ. Đó là: (1) *Như Lai*, (2) *Ứng cúng*, (3) *Chánh biến tri*, (4) *Minh hạnh túc*, (5) *Thiện thế*, (6) *Thế gian giải*, (7) *Vô thượng sĩ*, *Điều ngự trượng phu*, (8) *Thiên nhơn sư*, (9) *Phật*, (10) *Thế tôn*. Luận văn giải thích rất kỹ và rất rõ.

**A-la-hán:** Xem lại trang 339, Ph.2

**Bê gãy vòng sanh tử:** *Vòng Sanh tử* là vòng *Luân hồi*, tựa như bánh xe cứ quay đi quay lại mãi, sanh ra, lớn lên rồi chết đi, để phải tái sanh lại nữa. Người đã *bê gãy vòng sanh tử* là người đã ra khỏi vòng luân quần của *Luân hồi*, chứng được *cõi vô sanh*, chẳng phải tái sanh lại nữa.

**Nhứt thiết trí:** *Nhứt thiết* = tất cả; *Trí* = trí huệ. Đức Phật đạt đến *nhứt thiết trí* khi trí huệ của Ngài thông suốt tất cả mọi sự vật ở mọi cõi và vào mọi thời.

**Tế độ** = cứu giúp cho qua khỏi cơn khó khăn.

**Thiện thế:** *Thiện* = khéo; *Thế* = đi qua. Ở đây, có nghĩa Ngài đã vượt qua khỏi cảnh khổ sở của *Luân hồi*, chẳng bao giờ phải trở lại vòng luân quần nữa.

**Định tướng:** *Định* = cố định, ít thay đổi; *Tướng* = hình tướng. *Định tướng* là hình dạng ít thay đổi, giữ lâu như cũ.

**Tự tướng:** *Tự* = chính mình, riêng của mình. *Tướng* = hình tướng. *Tự tướng* là hình tướng riêng của một ai.

**Vô ký:** *Vô* = chẳng có; *Ký* = ghi. Chữ *vô ký* thường dùng để chỉ tính chất trung hoà, chẳng nghiêng về bên nào. Thí dụ *chẳng vui chẳng buồn*, thì gọi là *vô ký*; *chẳng thiện chẳng ác*, cũng gọi là *vô ký*.

**Điều ngự trương phu:** *Điều ngự* = khéo chế phục được; *Trương phu* = bực nam nhi đáng kính nể.

**Thuần hoá:** *Thuần* = dễ khiến, biết tuân phục; *Hoá* = chuyển hoá, giáo hoá, làm thay đổi cho tốt hơn.

**A-tăng-kỳ:** phiên âm chữ Pàli *Asankheyya*, có nghĩa là *vô lượng*, con số lớn nhất chẳng thể tính toán được.

**Sự tích bốn sanh** = Sự tích về các đời sống ở các kiếp trước.

**Thực ngữ:** *Thực* = chơn thật, chẳng dối trá; *Ngữ* = lời nói. *Thực ngữ* là lời tôn trọng sự thật, nói đúng theo sự thật.

**Mười bốn loại Trí huệ:** Thật ra đó chỉ là một *Trí Huệ* thôi nhưng có đủ 14 khả năng, được liệt kê trong Luận văn; các khả năng đó sẽ được giải thích thêm ở hai Phẩm chót.

**Tám điều giải thoát:** xem lại *Bát giải thoát*, trang 370, Phẩm 4.

**Chuyển Pháp luân:** *Chuyển* = quay; *Pháp* = Chánh pháp; Giáo pháp của Đức Phật; *Luân* = bánh xe. *Chuyển Pháp luân* là quay bánh xe Pháp, tức là khai mở, giảng giải đường lối tu hành cho chúng sanh để được giác ngộ và giải thoát. Bản Kinh đầu tiên của Đức Phật Thích-ca tại vườn Lộc Uyển, giảng cho năm anh em ông Kiều trần như nghe, được gọi là Kinh Chuyển Pháp luân.

**Thân biến:** sự biến hoá của thân.

**Thuyết biến:** sự biến hoá của lời nói.

**Giáo biến:** sự biến hoá do giáo dục gây ra.

**Lợi dưỡng:** Xem lại trang 340, Ph. 3

**Thiền nội hành:** trái với *Thiền ngoại hành*, còn ở bên ngoài chưa vào Định; *nội hành* là nhập vào trong Định, tức là vào bốn cấp *Sơ thiền*, *Nhị thiền*, *Tam thiền* và *Tứ thiền*.

**Tịch diệt** = Niết-bàn; *Tịch* = yên vắng; *Diệt* = chẳng còn gì nữa, tức là diệt hết các phiền não.

**Nê-hoàn** = Niết-bàn.

**Sa-môn quả:** quả vị Sa-môn, tức là đạo quả A-la-hán, diệt tận các phiền não, chứng được vô sanh. Xem lại trang 343, Ph. 2.

**Giới bất tử:** vào hàng chẳng chết. *Giới* = hàng, bực; *Bất* = chẳng; *Tử* = chết. *Giới bất tử* là các bực đã chứng được vô sanh, vì chẳng có sanh ra nên chẳng chết đi.

**Diệt trí:** *Diệt* = tận diệt, làm cho tiêu mất; *Trí* = trí huệ. Đây là nói *trí huệ* hiểu biết và thực hành xong việc tiêu diệt tất cả phiền não, khổ đau, để chứng đắc Niết-bàn.

**Vô vi:** Vô = chẳng; Vi = làm. Pháp vô vi là pháp chẳng có tạo tác, gây thêm hay tạo dựng gì nữa. Trái với vô vi là **hữu vi**, nghĩa là do có sự tạo tác mà thành. Thí dụ: căn nhà là pháp hữu vi; còn Chơn lý là pháp vô vi.

**Cộng đồng:** Cộng = chung cùng với nhau, hợp lại; Đồng = bằng nhau, bình đẳng. Chữ cộng đồng ở đây có nghĩa là từ ba vị tu sĩ trở lên sống chung với nhau trong tu viện.

**Thánh chúng:** các bậc Thánh. *Thánh* = các bậc tu hành đã chứng quả A-la-hán, diệt xong các phiền não và chứng được vô sanh, thoát khỏi Luân hồi. Ba quả vị trước, Tu-đà-huần, Tu-đà-hàm và A-na-hàm, thuộc bậc *Hiển*.

**Phước điền:** Phước = phước đức; Điền = ruộng. *Xứng đáng làm phước điền cho thế gian* có nghĩa là người ấy xứng đáng để kẻ khác dâng cúng, hầu tạo phước cho họ về sau.

**Trộm giới:** Nguyên văn là "*ly giới đạo*" có nghĩa là lia xa sự trộm giới. *Trộm giới* là mình còn chưa được Thầy truyền cho mình một giới để giữ, mà đã tìm cách để biết coi người khác có giữ giới đó không và cố tình soi mói tội lỗi phạm giới của kẻ khác; thí dụ như Sa-di *trộm giới* của Tỷ-kheo.

### 061. Tìm hiểu nghĩa vài ý tưởng trong Chi 3.

#### 1) Mười Tướng bất tịnh nhằm đối trị lòng Tham dục.

11) Vì sự vật đối tượng hợp với lòng mình, nên sanh ra ham thích rồi mê đắm, khiến cho thân tâm bị vướng mắc.

*Mười Tướng bất tịnh* nhằm đối trị lại lòng ham muốn đó, để được giải thoát. Tuy gọi là *mười Tướng bất tịnh*, nhưng thật ra đó chỉ là *một ý niệm về sự dơ dáy, đáng gớm ghiếc, chẳng đáng cho mình ham thích*, được thể hiện qua sự quán sát mười đối tượng bất tịnh. Mười đối tượng này lại cùng phát xuất từ một thầy ma sinh thú, từ từ thổi nát, rã rời, cho đến khi chỉ còn là một đồng xương trắng hếu.

12) Luận văn viết nơi trang 140: "*Người nhiều tham dục nên quán tướng tướng sinh chương; người tham ái sắc dục nhiều, nên quán tướng tướng bầm xanh; người muốn tịnh lòng dục nên quán tướng tướng rí mù,...*" Còn ham chỉ nữa khi nhìn kỹ thấy nơi *tướng sinh chương* chẳng còn các đường cong tuyệt mỹ trên thân hình yếu điệu, thể vào đó là những chỗ sưng phù, những nét thô kệch! Làm sao mà còn có lòng ái mộ được nữa khi sắc diện hồng hào, tươi thắm ngày xưa nay đã trở nên tái nhợt, đầy từ khí, nơi *tướng bầm xanh*? Bụng dạ nào còn lưu luyến đôi môi mọng thắm, khi nhìn thấy máu mù loang bê bết bên khoe miệng, nơi *tướng rí mù*? Đối tượng bất tịnh để làm khởi lên trong tâm *tướng bất tịnh*, có hiệu quả đẹp qua, ít nhứt trong một thời gian, sự tham luyến sắc đẹp vật chất.

13) Nhưng ngày nay, việc quán tướng thầy ma khó thực hiện, vì lẽ luật lệ và phong tục chẳng chấp nhận việc phơi bày thi thể người chết để bộc lộ, trong chỗ hoang vắng nữa. Tuy nhiên, việc khởi lên trong tâm một *tướng bất tịnh* chẳng phải tùy thuộc hoàn toàn vào một đối tượng bên ngoài thật gớm ghiếc. Luận văn nêu rõ, ở mỗi *tướng bất tịnh*, hành giả phải *dùng chánh trí mà hiểu biết đến, đó gọi là tướng sinh chương, tướng bầm xanh, v.v*. Điều này có nghĩa là khi quan sát đối tượng, *chánh trí* phải khởi lên, thấy rõ chỗ đáng tởm, mà diệt lòng ham muốn. *Chánh trí* đó là gì? Nếu chẳng phải đó là sự vận dụng lý trí nhìn thấy Sự thật đang bị che dấu mà mình còn chưa thấu rõ. Đối tượng bất tịnh để cho ta khởi lên chán ghét. Đối tượng khả ái để cho ta luyến mến. Vấn đề vận dụng *chánh trí* chính là biết nhìn sâu, dưới lớp hào nhoáng, một sự thật ê chề đang bị che khuất. Trước một đối tượng hấp dẫn, quyến rũ, *Chánh trí* nhìn thấu qua hình tướng bề ngoài, thấy được bản chất bất tịnh bên trong, giúp ta chiến thắng được sự cám dỗ của *hình tướng*, và đưa đến kết quả cũng tương tự như trường hợp nhìn một đối tượng bất tịnh.

Như thế, để đối trị có hiệu quả với lòng tham dục, *chánh trí* lúc nào cũng phải khởi lên trước mọi sự cảm dỗ, thành công hay không, chính là do *ý chí cương quyết*.

## 2) Phương pháp Niệm trong Mười Niệm.

21) Mở đầu đoạn nói về *Niệm Phật*, Luận văn nêu ra *phương pháp Niệm* như sau: "*Niệm Phật là niệm Đức Phật, Thế tôn, chánh biến tri, công đức đạo Bồ-đề. Niệm phải theo sát niệm, chẳng mất niệm căn và niệm lực, luôn luôn giữ niệm trong chánh niệm, đó gọi là niệm Phật.*" Đối với chín *niệm* còn lại, phương pháp niệm cũng lại như thế.

22) Nội dung của Niệm là các công đức của Đức Phật, cũng như khi Niệm Pháp, niệm Tăng, niệm Thí, v.v. là niệm về công đức của Pháp, của Tăng, của việc bố thí v.v.

23) Cách giữ gìn niệm:

- *niệm phải theo sát niệm*: có nghĩa là chẳng được gián đoạn, và phải kế tiếp nhau theo thứ tự. *Gián đoạn* là để cho niệm khác xen vào. *Kế tiếp theo thứ tự* là mười danh hiệu từ *Như lai, Ứng cúng...* cho đến ... *Phật, Thế tôn*, phải được niệm đúng theo thứ lớp, chẳng lộn cái trước cái sau;

- *chẳng mất niệm căn và niệm lực*: Niệm mà để mất *niệm căn* là bị vọng tưởng bên ngoài vào khuấy rối. *Mất niệm lực* là sức niệm lơ lửng, lơ là, chẳng còn chú ý đến niệm như lúc ban đầu.

- *luôn luôn giữ niệm trong chánh niệm*: đang niệm một niệm biết niệm điều gì và hiểu ý nghĩa của niệm ấy.

## 062. Suy gẫm về Chi 3, Phẩm 8:

1) *Mười Tướng bất tịnh* và *Mười Niệm* thực hành khác nhau ra sao?

11) Khác mục tiêu:

111. *Tướng bất tịnh* nhằm mục tiêu khởi lên trong tâm sự góm giếc hay là, ở một trình độ thấp hơn, sự nhầm chán, sự chẳng còn thích nữa, khiến cho trong hành động hết đam mê, chẳng còn tham đắm như trước nữa.

112. *Giữ một Niệm trong Mười Niệm* luôn luôn có mặt trong tâm nhằm mục tiêu canh chừng các vọng tưởng chẳng được xâm nhập vào tâm. Tại sao? Vì *niệm đang giữ* cùng với *chánh niệm* đóng vai trò canh sát phát giác bất cứ niệm ngoại lai nào vừa đến, rồi nhờ sức *chú ý của chánh trí* mà gạt bỏ qua một bên, hay ít nhất là chẳng chú tâm đến chúng, khiến rồi ra chúng phải tự lặn đi.

12) Khác trong cách quán tưởng:

121. Khi quán tưởng về *mười Tướng bất tịnh*, hành giả đặt trọng tâm trong việc quán sát đối tượng. Càng thấy rõ những nét bất như ý trên đối tượng bao nhiêu thì hiệu quả đến việc chán ghét đối tượng càng tăng lên bấy nhiêu và do đó *cảm tưởng chán chê* giành được chỗ của sự tham đắm vốn tiềm phục sẵn trong tâm.

122. Khi niệm về *mười Niệm*, hành giả đặt trọng tâm trong việc lần lượt theo thứ tự các công đức mà khởi niệm *nhớ* trong tâm, nhớ sao chẳng lộn cái trước cái sau, nhớ sao cho các niệm công đức choán hết chỗ trong tâm khiến cho các tư tưởng khác chẳng còn dịp nổi lên được.

123. Sự khác biệt rõ rệt giữa hai cách quán tưởng là đối với *tưởng bất tịnh*, tâm dán chặt trên đối tượng bất tịnh; còn đối với *tưởng niệm* thì tâm quay vào bên trong, nhiệm vụ chánh của tâm lúc bấy giờ là canh chừng: (1) canh chừng chẳng cho  *vọng tưởng* làm  *gián đoạn* việc tưởng niệm; (2) nhớ theo đúng thứ tự các công đức đang niệm.

### 13) Khác nhau về hiệu quả:

131. *Mười Tưởng bất tịnh* khi thành tựu, hành giả sẽ dứt được sự *tham ái*, đây là *nguyên nhân* gây ra *Khô* trong Chơn lý thứ hai của *Tứ Diệu đế*, tức là *Tập đế*. Nhưng con đường đó cũng khá chông gai vì hành giả phải bắt đầu quán sát với sự *bất như ý* trước một đối tượng vừa bất tịnh lại vừa hôi thúi. Và lại, kết quả nhiều khi chẳng được như ý muốn vì rất có thể, hành giả sanh ra chán đời, chán luôn cả tâm thân này, điều đó đã xảy ra dưới thời Đức Phật, khi các Tỳ-kheo muốn tự sát, vì cảm thấy thân này quá dơ dáy, cần phải giải thoát ra khỏi. Lẽ dĩ nhiên, họ được Đức Phật chỉ cho thấy sự sai lầm trong tư tưởng trong khi quán bất tịnh mà sửa đổi lại.

132. *Mười Niệm* nếu được chuyên cần tu tập sẽ đưa đến kết quả gần là tăng thêm *niềm tin nơi niệm đang niệm*. Nếu niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng sẽ tăng thêm niềm tin về ba ngôi Tam Bảo. Từ niềm tin đó mà đi đến *định lực* trong Thiên quán cũng chẳng quá xa. Đây là kết quả xa và là một *trụ điểm của việc Niệm Phật*.

### 2) Niệm mười danh hiệu Phật và Niệm hồng danh Đức Phật A di đà.

#### 21) Hai lối niệm Phật khác nhau:

221. Luận văn trình bày sự *niệm công đức*, tức là nhớ nghĩ luôn đến các công đức của Đức Phật, của Pháp, của Tăng, của Bồ thí, của Trì Giới v.v. Giữ sao cho các công đức thường hiện lên trong tâm, để *tăng lòng tin tưởng* nơi Tam Bảo, nơi Bồ thí, nơi Trì giới v.v. Luận văn chẳng những liệt kê đầy đủ và tỉ mỉ *mười danh hiệu* của Đức Phật mà còn kê lại một cách vắn tắt sự tích bốn sanh của Đức Phật, các loại trí huệ của Phật, mười lực bất cộng của Phật, v.v. mục đích là để cho hành giả gia tăng sự tin tưởng nơi sự *toàn năng* của Bực Đại Giác.

222. *Niệm hồng danh Đức Phật A di đà*, căn cứ trên bản *Kinh Phật thuyết A di đà kinh*, theo đó người nào niệm danh hiệu Đức Phật A di đà đến mức *nhứt tâm bất loạn*, thì khi mạng chung sẽ được Đức Phật A di đà và các Thánh chúng rước về cõi Cực lạc. Phương pháp thực hành là phải luôn niệm niệm, hoặc ra tiếng, hoặc niệm thầm *danh hiệu Đức Phật A di đà*. Dùng câu niệm danh hiệu làm đối tượng và đến khi *nhứt tâm bất loạn*, tâm và đối tượng trở thành *một*, khiến cho cảnh giới *Cực lạc thế giới* hiện rõ trong tâm.

#### 22) Cùng đưa đến kết quả tương tự:

221. Căn cứ theo hai Chi 1 và 2 của Phẩm 8 này, thì thiền chi cuối cùng của Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền và Tứ thiền đều là *nhứt tâm*. Như thế, so với mục tiêu của việc *niệm danh hiệu Đức Phật A di đà*, kết quả của việc *niệm công đức của Đức Phật* thấy chẳng khác nhau, vì cùng đi đến mức *nhứt tâm bất loạn* cả.

222. Nhận xét này cho thấy Thiền và Tịnh chẳng khác nhau trên căn bản, tuy cách hành trì có khác nhau. Vì lẽ ấy, tưởng chẳng cần phân biệt và tranh chấp hơn thua nhau nữa giữa hai môn phái lớn: Thiền tông và Tịnh độ.

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [Mục lục](#)

Phản Chánh văn: [01](#) | [02](#) | [03](#) | [04](#) | [05](#) | [06](#) | [07](#) | [08.1](#) | [08.2](#) | [08.3](#) | [08.4](#) | [08.5](#) | [09](#) | [10](#) | [11](#) | [12](#)



Chân thành cảm ơn Cư sĩ Thiện Nhựt đã gửi tặng bản vi tính (Bình Anson, 01-2004)

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)

*last updated: 16-01-2004*