

# LUẬN A TỴ ĐẠT MA THUẬN CHÁNH LÝ

## QUYỂN 60

### Phẩm 6: NÓI VỀ HIỀN THÁNH (PHẦN 4)

Đã nói về sự sai khác của tướng quán bất tịnh rồi. Kế sẽ nói về gìn giữ niệm hơi thở (quán sổ tức). Tướng sai khác này thế nào? Tụng rằng:

*Niệm thở, tuệ, năm địa  
Duyên gió, nương thân Dục  
Hai đức thật, Ngoại không  
Có sáu như Sổ tức v.v...*

**Luận nói:** Nói niệm thở tức là trong Khế kinh nói niệm A-na A-ba-na. Nói: A-na là giữ lấy hơi thở vào, là nghĩa dẫn gió bên ngoài cho vào thân. A-ba-na, nghĩa là giữ lấy hơi thở ra, là nghĩa dẫn gió bên trong thân cho ra ngoài. Như Khế kinh nói: Bí-sô phải biết! Giữ hơi thở vào, nghĩa là hợp gió ngoài vào trong thân. Giữ hơi thở ra, nghĩa là đẩy gió trong thân cho ra ngoài.

Tuệ do sức của niệm quán hơi thở này làm cảnh, nên gọi là niệm A-na A-ba-na.

Có sư khác nói: Nói A na, nghĩa là công năng đem đến, A-ba-na, nghĩa là công năng đem đi.

Lời nói này, ý chỉ rõ hơi thở vào, hơi thở ra, nghĩa là năng gìn giữ. Vì tuệ do niệm quán hơi thở này, nên được gọi là niệm hơi thở.

Nói thuộc về gió của thân, lược có sáu thứ:

1. Gió hơi thở vào.
2. Gió hơi thở ra.
3. Gió phát ngữ.
4. Gió trừ bỏ.
5. Gió tùy chuyển.
6. Gió lay động thân.

Nghĩa là các hữu tình ở vị thai, noãn, trước là ở rún, nghiệp sinh, gió khởi, xuyên qua thân thành lỗ, như cọng ngó sen. Trước tiên có gió vào trong thân. Do đây, gió khác của miệng, mũi nối tiếp vào. Gió trước và sau này, gọi là gió hơi thở vào. Gió hơi thở vào này vừa đến trong thân, là có gió nối tiếp ra, như thợ giũa vàng, vừa mở miệng bao, tự nhiên gió vào, tánh của gió pháp như thế tự nhiên chỉ có lỗ hồng, sẽ theo vào, nên vào rồi, đè xuống, lần lượt tới gió kia lại ra. Hơi thở vào, hơi thở ra, thứ lớp cũng thế. Về lý, thật ra gió này không có vào, không có ra, chỉ chuyển như thế, làm cho thân có tổn, ích, trong lý lẽ nối tiếp nhau ấy mà tạm gọi là hơi thở vào, ra. Vị chuyển hơi thở vào theo đuổi các vật hôi hám, cấu uế hư mục trong thân, giới lửa tăng trưởng khiến thân cử động nhẹ nhàng. Khi chuyển hơi thở ra, có công năng dứt trừ chứng uất hơi. Giới lửa tổn giảm khiến thân nặng nề.

Gió phát ngữ, là có loại gió riêng, gió ấy được dẫn lần lượt trước tiên để phát ra tiếng nói, cùng với tâm khởi khiến cho tăng trưởng mạnh dần lên. Nó phát sinh từ chỗ rún, truyền dần đến giữa cổ họng, kích động dị thực sinh, nuôi lớn đại chủng, dẫn tánh đẳng lưu. Đại chủng gió sinh, vô động răng, môi, cuống lưỡi sai khác, do thế lực này dẫn khởi, biểu thị danh, cú, văn ở vị lai. Tự tánh của sắc tạo, tự tánh này ở trong miệng, gọi là ngữ, cũng là nghiệp khi truyền đi ra ngoài, chỉ gọi là ngữ. Tâm sinh đại chủng, lý ấy cực thành, nghĩa là thấy tham, giận, si, tâm khởi, vẻ mặt có thắm đượm sắc nóng nảy, rối loạn khác thường. Lại, cũng nghe đồn đại, ôm ấp độc giận, gương mặt bốc lửa, không thật có tâm từ, tham dẫn lửa sinh thiêu đốt thân v.v...

Gió trừ bỏ: là có loại gió riêng vận hành theo đường đại tiện, tiểu tiện, có công năng thải ra hai thứ cấu uế. Do chất cấu uế ép ngặt bên trong, có khổ thọ sinh. Do khổ thọ sinh mà phát ra mong muốn (dục) trừ bỏ, do muốn trừ bỏ dẫn khởi tâm, gió. Tâm này khởi gió, thành nghiệp trừ bỏ. Lại, năng lực của gió này khiến thân yên ổn.

Gió tùy chuyển. Nghĩa là có loại gió riêng theo khắp các lỗ chân lông của chi thân chuyển biến. Do đó, nên được gọi là gió tùy chuyển. Gió này không dựa vào tâm, chỉ dựa vào sức nghiệp, theo lỗ hồng của thân, lưu hành tự nhiên. Do gió này hay trừ, dựa vào lỗ hồng trụ, các vật cấu uế, hôi hám, mục nát.

Gió động thân. Nghĩa là có loại gió riêng, kích động thân dẫn khởi biểu nghiệp. Nên biết gió này khởi, dùng tâm làm nhân, khắp các chi thân, làm cho kích động.

Nhân biểu thị nghĩa gió, theo đó nói có sáu loại. Nhưng ở trong

đây, chính là nói hai hơi thở. Ý trong đây, là vì nói giữ niệm hơi thở, tự tánh của niệm này là tuệ, không phải thứ khác, vì Khế kinh nói là liễu tri (biết rõ). Vì phẩm này niệm là thù thắng, nên được gọi là niệm. Do sức của niệm ghi nhận, gìn giữ lượng hơi thở ra, vào. Lại vì chỉ rõ duyên hơi thở mà định, tuệ được thành và vì công năng niệm, nên nói là niệm, còn các hành tánh tùy theo thì chuẩn theo môn quán bất tịnh ở trên.

Nơi niệm này nương tựa chỉ có ở năm địa, nghĩa là dựa vào Trung gian tĩnh lược, cõi Dục và cận phần của Sơ, Nhị, Tam tĩnh lược. Do đó, chỉ vì đối trị tầm, tương ứng với xả căn. Vì tu niệm này, nên các thọ vui, khổ v.v... có thể thuận theo dẫn phát tầm bà con v.v..., cho nên đối trị tầm, phải tùy thuận theo thọ ở vị nào đánh hiện tiền.

Nếu vậy, vì sao nói có giác hỷ, lạc trong niệm hơi thở?

Điều này cũng không có lỗi, vì các vị siêng năng tu trì niệm hơi thở, trung gian có tướng vô sắc kia sinh. Các sư Du già tuy biết rõ (giác) có tướng vô sắc kia nhưng đối với giữ niệm hơi thở, không gọi là trái, vượt. Đây ý ngầm nói là có giác hỷ, lạc, không thể do sự gìn giữ niệm hơi thở này mà cũng chấp nhận được tương ứng với thọ khác. Về lý, thật sự trong đây cũng có cái biết pháp khác, do thân niệm trụ và trong vị gia hạnh, cũng nói quán phần nhiều ở sáu pháp này. Nghĩa là nếu các pháp tùy thuộc nơi thân, đối với tướng pháp kia, như lý quán sát thì cũng gọi là ở thân trụ, theo trên thân quán. Hoặc hành giả chuyển duyên với nhận biết gió kia thì tạm thời quán sát hỷ thọ, lạc thọ. Cho nên nói có giác về hỷ, lạc. Do đó, nên nói: Các đệ tử Thánh, lúc bấy giờ trụ ở thọ, quán theo thọ.

Há không là từ vị này phát ra giữ hơi thở niệm? Không vậy, thì ý lạc gia hạnh kia không dứt?

Bởi nhanh chóng lại khởi duyên gió để niệm.

Nếu vậy, vì sao chỉ giác hỷ, lạc, không giác thọ khác?

Do hai thọ này là nhân tham nhiễm, lực của nó rất mạnh. Hành giả muốn khiến tâm đối với tham nhiễm được giải thoát nhanh chóng, nên quán khắp hỷ, lạc.

Có sư khác nói: Hỷ lạc này không phải niệm hơi thở, mà là công đức sinh do gia hạnh kia, nên giác hỷ, lạc, đặt tên là niệm hơi thở.

Có thuyết nói: Ba Tĩnh lược căn bản dưới, chính ở vị định cũng có xả thọ.

Thuyết kia nói: Niệm này nương tựa cả tám địa, ở định trên hơi thở hiện tiền thì không có. Niệm này chỉ duyên gió hơi thở làm cảnh, không duyên cả sáu thứ gió đã nói ở trên. Niệm này, đầu tiên dựa vào

thân cõi Dục khởi, chỉ cõi người, cõi trời, trừ Bắc Câu lô châu. Chỉ gia hạnh đắc, không phải lìa nhiễm đắc. Người chưa lìa nhiễm, nhất định do gia hạnh hiện ở trước, nên không thuộc về địa lìa nhiễm đắc.

Đã nói đều là thuộc về địa cận phần định không phải căn bản, vả lại niệm này chỉ là gia hạnh thù thắng dẫn sinh, vì thế không nên nói niệm này có lìa nhiễm đắc, mà niệm này chỉ tương ưng với tác ý chân thật.

Có thuyết nói: Cũng thông cả tác ý, thắng giải. Hữu tình trong chánh pháp, mới có khả năng tu tập, ngoại đạo không có. Vì không có người nói và họ không thể biết rõ sự vi tế của pháp niệm này. Niệm này rất trái với ngã chấp, vì ngã chấp của họ có, nên niệm này không có.

Do đủ sáu nhân, tướng niệm này được viên mãn. Sáu nhân là:

1. Sở.
2. Tùy.
3. Chỉ.
4. Quán.
5. Chuyển.
6. Tịnh.

Sở tức: Nghĩa là buộc tâm đếm hơi thở ra vào, từ một đến mười, không bớt, không thêm. Vì sợ tâm đối với cảnh rất tụ, rất tán. Nhưng ở đây, gồm có ba lỗi:

1. Lỗi đếm bớt.
2. Lỗi đếm thêm.
3. Lỗi đếm lẫn lộn.

Lỗi đếm bớt. Nghĩa là đối với hai cho là một.

Lỗi đếm thêm. Đối với một, cho là hai.

Lỗi đếm lộn. Đối với năm lần thở vào, đếm thành năm lần thở ra; năm lần thở ra, đếm thành năm lần thở vào. Nghĩa là đối với thở vào cho là thở ra, đối với thở ra cho là thở vào. Lìa ba lỗi này, gọi là đếm đúng.

Hoặc ba lỗi:

1. Lỗi chậm quá
2. Lỗi mau quá
3. Lỗi tán loạn

Lỗi chậm quá. Nghĩa là do gia hạnh quá chậm rãi bèn bị lưỡi biếng, buồn ngủ buộc tâm. Hoặc buông thả tâm phân tán rong ruổi cảnh ngoài.

Lỗi mau quá. Nghĩa là do gia hạnh quá vội vàng, ấy là khiến sanh

ra thân tâm mất cân bằng. Đôi khi cố sức đếm hơi thở ra vào, hơi thở bị dồn ép quá ngột, ấy là làm cho gió không điều hòa ở trong thân dấy lên. Vì gió này, nên đầu tiên, khiến cho các mạch của chi thân thường lớn ; ở đây vì vị gió tăng, dẫn đến sinh bệnh. Vì bệnh của chi thân sinh, nên gọi là thân mất cân bằng. Hoặc do sức cố gắng đếm hơi thở ra vào, tâm bị bức xúc, bồn chồn, ấy là nguyên nhân gây ra chứng điên loạn. Hoặc vì bị chế phục do lo nhiều. Như thế, gọi là tâm mất cân bằng.

Có thuyết nói: Người có tất cả thức uống, ăn ngon nuôi lớn chi thân, không sướng bằng người có phương tiện điều hòa hơi thở ra vào, người có đủ tất cả chất độc, chích, cắt, đốt v.v... gây tổn hoại chi thân không khổ bằng người không có phương tiện điều hòa hơi thở ra vào.

Lỗi tán loạn: Do tâm tán loạn bị tất cả phiền não khuất phục. Nếu đếm mười mà giữa chừng tâm tán loạn thì lại, phải từ số một, thứ lớp đếm, đếm trở lại từ đầu, cho đến được định.

Thông thường, khi đếm hơi thở, trước nên đếm hơi thở vào, vì vị sơ sinh hơi thở vào là trước; cho đến khi chết, hơi thở ra là sau cùng. Như thế, vì luôn tỉnh giác, quán sát phần vị tử sinh, nên đối với tướng vô thường, dần dần có thể tu tập.

Tùy tức: Nghĩa là trói buộc tâm một chỗ tùy theo hơi thở ra vào. Niệm hơi thở ra vào là ngắn hay dài, hay xa đến nơi nào, lại quay trở lại. Vả lại, niệm hơi thở vào, vận hành khắp thân hay vận hành một phần đều tùy theo hơi thở ra vào kia. Vận hành hơi thở đến cổ họng, tim, rún, bắp vế, đầu gối, ống chân, gót chân, ngón tay, niệm thường theo đuổi.

Có sư khác nói: Niệm hơi thở vào này, niệm hơi thở ra từ dưới lòng bàn chân, xuyên suốt đến dưới kim luân, đến phong luân, rồi quay trở lại từ chỗ bắt đầu. Nếu niệm hơi thở ra, lia thân, đến một thước, một tầm, tùy theo chỗ đến, niệm thường theo đuổi.

Có sư khác nói: Niệm gió hơi thở ra, đến gió phệ lam bà, rồi quay trở lại.

Ở đây, Kinh chủ bác bỏ sư kia rằng: Tác ý chân thật của niệm hơi thở này đều cùng khởi, không nên niệm hơi thở đến phong luân v.v... Sư kia nói căn bản của niệm hơi thở dù cùng có với tác ý chân thật, nhưng trung gian có tương ứng của tác ý thắng giải khác khởi, là vì khiến cho tác ý chân thật chóng thành, nên ở khoảng giữa khởi lên giả tưởng này. Dù vậy, nhưng không có lỗi niệm hơi thở ra, vì ý ưa thích của gia hạnh niệm hơi thở không cạn.

Chỉ: Nghĩa là trói buộc niệm dừng ở chóp sống mũi, hoặc ở khoảng

giữa hai đầu chân mày, cho đến ngón chân, tùy theo chỗ được ưa thích, yên định tâm mình, quán hơi thở bám dính thân như viên ngọc ở giữa tấm lụa, là lạnh, ấm, là tổn hại, là ích lợi.

Quán: Là quán sát gió hơi thở này rồi, gồm quán hơi thở cùng có đại chủng sắc tạo, cho đến dựa vào sắc, trụ tâm và tâm sở, quán đủ năm uẩn dùng làm cảnh giới.

Chuyển: Là di chuyển duyên với sự nhận biết rõ (giác) gió hơi thở để an trí trong các thiện căn tiếp sau. Nghĩa là Niệm trụ làm ban đầu, đến Thế đệ nhất pháp.

Tịnh: Nghĩa là thắng tấn đi vào vị Kiến đạo v.v...

Có sư khác nói: Niệm trụ là ban đầu, Kim cương dụ định là sau, gọi đó là chuyển; còn đạt được Tận trí v.v... mới gọi là tịnh.

Sự sai khác của tướng mạo hơi thở thế nào? Nên biết. Tụng rằng:

*Thở ra vào, tùy thân*

*Dựa hai sai khác chuyển*

*Số tình, không chấp thọ*

*Đẳng lưu, không duyên dưới.*

**Luận nói:** Tùy theo hơi thở của địa sinh thân, thuộc về địa kia. Vì hơi thở thuộc về một phần thân, hơi thở ra vào này, chuyển nương theo thân tâm có sai khác. Luận này nói: Hơi thở dựa vào thân chuyển, cũng dựa vào tâm chuyển, tùy theo hơi thở thích ứng. Nếu hơi thở ra vào chỉ dựa vào thân chuyển, không dựa vào tâm chuyển, thì sẽ nhập định Vô tướng, hoặc nhập định Diệt tận. Và sinh trời Vô tướng, hơi thở cũng nên chuyển, cho đến nói rộng.

Vì đủ bốn duyên, nên hơi thở mới được chuyển. Căn cứ ở lý này nói “tùy theo hơi thở thích ứng” chứng tỏ hơi thở nhất định phải dựa vào sự sai khác của thân, tâm.

Nói bốn duyên:

1. Hơi thở ra vào nương vào thân.
2. Lỗ chân lông mở ra.
3. Đường gió thông suốt.
4. Hơi thở ra vào, tâm thô của địa hiện ở trước.

Trong bốn duyên này, hễ có duyên nào thiếu, thì hơi thở không chuyển. Vì trong vị vô tâm không có tâm, nên sinh cõi Vô sắc, bốn duyên đều không có, tất nhiên hơi thở không chuyển. Yết-thích-lam v.v... ở trong thai, noãn, vì lỗ chân lông chưa mở, đường gió chưa thông, nên hơi thở không chuyển. Hoặc ở phần vị Yết-thích-lam của

thai, noãn có hơi thở ra vào chuyển, thì cũng gấp gáp. Vì thân yếu ớt, nên dễ tiêu tan, hủy hoại. Ở phần vị Át-bộ-đàm, với thân dù dày dần, nhưng vì không có lỗ hồng, nên hơi thở cũng không chuyển.

Người nhập định thứ tư, lỗ chân lông không mở, vì tâm thô không hiện, nên hơi thở không chuyển.

Vì sao chỉ nói nhập định chẳng phải sinh? Há không phải đã nói sinh, như nói sinh Vô tướng có hơi thở chuyển? Vốn không nói sinh Vô tướng ấy là chỉ nói nhập định thì nghĩa sinh Vô tướng kia đã thành. Bởi trong Khế kinh đã nói như thế này: Người này trước nhập định, sau mới sinh trời Vô tướng kia.

Có sư khác nói: Sinh định thứ tư, phát ra biểu nghiệp, lúc tâm hiện ở trước, cũng có hơi thở chuyển. Sinh Vô tướng kia chấp nhận có nghĩa hơi thở hiện tiền, nên không nói sinh.

Sư Tỳ-bà-sa không thừa nhận nghĩa này.

Nếu vậy, thì trời Vô tướng kia, làm sao phát ngôn. Vô tướng kia cũng có gió, nhưng không gọi là hơi thở, vì không có quả tổn ích, nên không có lỗi.

Nói các căn thành thực, các căn viên mãn. Lời nói này không chỉ rõ các căn như nhãn v.v..., vì hiện thấy căn kia thiếu, mà hơi thở vẫn chuyển, chỉ ở bốn duyên đủ. Tiếng nói là “các căn thành thực”, vì tiếng “căn” chỉ rõ nghĩa tăng thượng. Bốn duyên đối với hơi thở chuyển, có sức tăng thượng. Luận tạm nói là căn, cũng không có lỗi. Các căn như thế, ở vị Noãn v.v... gọi chưa thành thực. Các hữu tình chính thức nhập định thứ tư v.v... gọi là chưa viên mãn.

Nói người nhập định thứ tư, lỗ chân lông không mở, làm sao có sắc thân mà không có lỗ chân lông. Lỗ chân lông, nghĩa là giới không. Há có nhóm sắc lìa giới không ư?

Về lý, thật ra như thế, chỉ hiện nay, ở đây, căn cứ ở đường hơi thở thông suốt, nói là có sắc thân mà không có lỗ chân lông, cũng không có lỗi.

Vì sao chỉ nhập Tĩnh lực thứ tư, với thân không có lỗ chân lông, không phải định khác ư?

Vì đẳng trì của Tĩnh lực thứ tư kia rất thuần hậu, nên dẫn đại chủng của định thứ tư khắp thân, tức do duyên này.

Tôn giả Thế Hữu nói: Khi nhập định kia, lỗ chân lông trên thân khép lại. Nếu nhập tĩnh lực thứ tư của thế tục, thì thân không có lỗ chân lông; lý đó có thể như thế. Vì đại chủng ẩn kín, vi tế của địa kia đầy khắp thân. Nếu khi nhập định thứ tư vô lậu thì sao thân này cũng không

có lỗ chân lông?

Vì định kia chỉ dẫn đại chủng tùy nơi địa đã sinh hiện tiền, tạo ra vô biểu, nên các đại chủng do định vô lậu kia dắt dẫn, dù thuộc về xứ sinh, nhưng rất vi tế, ẩn mật tương tự như định kia, nên không có lỗi.

Nếu sinh địa tĩnh lực kia thân không có lỗ chân lông, thì sao có thể phát ra tiếng nói ở địa ấy?

Không phải phát ra tiếng nói phải do lỗ chân lông, chỉ do cảm chuyển động, cũng phát ra tiếng được. Như tiếng cơ quan, đâu do lỗ chân lông?

Có sư khác nói: Sinh ở địa tĩnh lực kia, cổ họng trở lên, cũng có lỗ chân lông.

Có thuyết nói: Sinh ở địa tĩnh lực kia có thể phát ngữ. Khi tâm hiện ở trước, tạm thời mở lỗ chân lông.

Hơi thở ra vào này, gồm thấu số hữu tình. Trong cái thân vô thức thì không có hơi thở. Nó tuy đến từ bên ngoài, nhưng lại có nghĩa ở trong. Hơi thở ra vào này không thật có chấp thọ, vì hơi thở thiếu kém tướng chấp thọ, nên trong thân dù có, có chấp thọ gió, mà gió hơi thở này chỉ không có chấp thọ.

Thế của hơi thở ra vào này là đẳng lưu, là quả của nhân đồng loại sản sinh. Trong thân dù có gió dị thực nuôi lớn, nhưng vì gió hơi thở này, chỉ là tánh đẳng lưu. Vị tăng trưởng của thân, hơi thở sẽ tổn bớt, khi thân tổn bớt, vì hơi thở tăng trưởng, nên không phải đối tượng nuôi lớn dứt rồi, về sau lại nối tiếp nhau, nên không phải dị thực sinh, sắc dị thực khác không có tướng này. Chỉ, đối tượng quán của tâm ở địa trên và tự địa, không phải cảnh nơi sở duyên nơi tâm của địa dưới, nghĩa là sinh cõi Dục, khởi tâm cõi Dục. Hơi thở cõi Dục của thân cõi Dục kia, dựa vào tâm cõi Dục chuyển, tức đối tượng quán của tâm kia. Nếu sinh cõi Dục khởi tâm sơ định, thì hơi thở cõi Dục của thân cõi Dục, dựa vào tâm sơ định chuyển, tức đối tượng quán của tâm sơ định kia, khởi tâm định thứ hai, ba, đều căn cứ ở trước, nên nói.

Sinh Sơ tĩnh lực, khởi tâm ba địa, sinh thứ hai, sinh thứ ba, khởi thứ hai, khởi tự địa, căn cứ sinh cõi Dục, như lý nên nói.

Nếu sinh địa trên, khởi tâm của địa dưới, hơi thở địa trên của thân địa trên kia, dựa vào tâm của địa dưới chuyển, không phải đối tượng quán của tâm địa kia.

Như thế, đối tượng quán của tâm bốn địa, hơi thở cõi Dục, hơi thở của định Sơ, Nhị, Tam, như thứ lớp của định đó, là đối tượng quán của tâm địa mình, địa thứ hai, địa thứ ba. Địa có hơi thở bốn, địa không có



hơi thở nằm, trụ địa có hơi thở, khởi tâm địa không có hơi thở, hơi thở, sẽ không chuyển. Trụ địa không có hơi thở, khởi tâm địa có hơi thở, hơi thở cũng không chuyển. Trụ địa có hơi thở, khởi tâm địa có hơi thở, tùy theo đối tượng thích ứng của hơi thở, có hơi thở ra vào chuyển biến.

Đã nói giữ niệm hơi thở (quán sổ tức), tưởng thành mãn ra sao?

Nên nói thế này: Nếu người hành quán chuyên chú tưởng, quán hơi thở nhỏ nhiệm, truyền đi thông thả, nghĩa là tưởng khắp thân, như một lỗ của ống tre, gió hơi thở liên tục, như râu chuỗi ma ni, không cử động thân, không phát thân thức, mức độ này phải nói là đã thành tựu giữ niệm hơi thở.

Có sư khác nói tăng trưởng tự tại, việc làm đã rồi, gọi là niệm hơi thở này thành.

Nói tăng trưởng ban đầu, nhằm biểu thị giữ niệm hơi thở phẩm thượng, trung, hạ, theo thứ lớp thành lập, cho đến nếu có lúc tùy theo ưa thích có thể thở vào, hay thở ra, gọi là tự tại. Nếu ở vị này thân tâm nhiếp lợi ích, xa lìa đam mê, dựa vào tầm, gọi là việc làm đã rồi.

Có sư khác nói: Nếu đủ sáu tướng thì xa lìa ba lỗi, hoặc nếu tu đầy đủ mười sáu thứ hành tướng thù thắng. mức độ này, nên nói là thành tựu giữ niệm hơi thở .

Kinh nói: Niệm hơi thở có mười bảy thứ, là niệm hơi thở ra vào, biết rõ ta đã niệm hơi thở ra vào, biết hơi thở ra vào ngẩn, dài biết rõ khắp thân.

Chỉ thân hành giác, giác hỷ, giác lạc. Tâm hành chỉ, tâm hành hành giác tâm, khiến tâm hoan hỷ, khiến tâm thâm nhiếp giữ, khiến tâm giải thoát. Tùy quán vô thường, tùy quán đoạn, tùy theo quán ly, tùy quán diệt. Như thế mỗi quán đều tự nhận biết rõ.

Pháp đầu tiên trong mười bảy pháp này là quán chung, còn mười sáu thứ sau là quán sai khác.

Căn cứ bốn niệm trụ, như thứ lớp nên biết, mỗi niệm trụ đều có bốn môn thành mười sáu thứ.

Làm sao biết rõ tâm hành có thể thuộc về thọ niệm trụ?

Vì nhân được gọi là quả, nên không có lỗi. Không phải trong đây nói tâm hành, nghĩa là tư, mà nên biết thọ trong đây gọi là tâm hành, nghĩa là do tham đắm ưa vị thọ nên đối với cảnh giới kia hoặc sinh tư tạo tác, gọi là tâm hành. Vì thọ là nhân của tư, nên gọi là tâm hành không có lỗi.

Hoặc chỉ có thể biết tự thể của thọ: Về nghĩa, căn cứ cũng đối với tự thể của của tư, v.v... Theo thứ lớp có thể biết rõ tướng sinh, trụ, hoại,

như nếm một giọt nước trong biển cả, thì cũng biết hết vị biển nên chỉ có giác thọ, gọi là giác tâm hành. Giải thích rộng mỗi tướng, như trong kinh giải thích .

Như thế đã nói hai môn bước vào tu tập. Do hai môn này, tâm được định. Tâm được định rồi, lại kể tu gì? Tụng rằng:

*Dựa vào “chỉ” đã tu  
Để quán tu niệm trụ  
Dùng tự tướng, cộng tướng  
Quán thân, thọ, tâm, pháp  
Trụ tự tánh, văn tuệ v.v..  
Trụ sở duyên, tương tạp  
Nói thứ lớp tùy sinh  
Vị trị đảo, chỉ bốn.*

**Luận nói:** Lấy Chỉ đã tu thành làm chỗ nương tựa, để quán mau thành tu bốn niệm trụ, chẳng phải người không được định có thể thấy như thật.

Tu tập bốn niệm trụ như thế nào?

Dùng tự tướng, cộng tướng để quán thân, thọ, tâm pháp. Nghĩa là người tu quán chuyên tâm một hướng, dùng tự tướng cộng tướng đối với các cảnh như thân v.v... Mỗi mỗi quán riêng tu bốn niệm trụ, phân biệt pháp này với pháp khác, có nghĩa sai khác, gọi là quán tự tướng. Phân biệt pháp này và pháp khác, không có nghĩa sai khác, gọi là quán cộng tướng. Và lại, quán tự tướng của thân niệm trụ, nghĩa là quán sát tự tánh của mười xứ trong ngoài thân, mỗi xứ đều khác từ nhãn đến xúc, mỗi mỗi đều có tự tướng của xứ.

Như thế, đối với trong mỗi pháp riêng biệt, có chánh trí sinh, gọi là quán tự tướng. Khi quán tự tướng này được thành mãn, sẽ có sắc đạo khởi, bấy giờ mới lập chủng tánh của tự tướng gọi là thân niệm trụ. Đây cũng biết khắp tự tướng của pháp kia. Do pháp này đều có chánh trí sinh riêng không phải trong các cảnh sinh chung một trí.

Có thuyết nói: Không phải quán vô biểu sắc trong quán tự tướng này, vì vô biểu sắc rất giống với phẩm vô sắc.

Có thuyết nói: Quán này cũng quán vô biểu, vì cũng phân biệt ở vô biểu có sắc đạo sinh.

Kế là quán cộng tướng của thân niệm trụ nghĩa là quán sát tướng mỗi một xứ của thân, dù có sai khác, mà tướng thân vẫn đồng. Lại, vào lúc bây giờ, quán mười một xứ, đều là tướng sắc không có sai khác, nghĩa là đều không vượt qua đại chủng tạo ra.

Như thế, ở trong một loại pháp kia, có chánh trí sinh, gọi là quán cộng tướng. Khi quán cộng tướng này được thành mãn, có sắc đạo khởi, bấy giờ mới lập chủng tánh của cộng tướng gọi là thân niệm trụ. Đây cũng biết khắp cộng tướng của pháp kia. Do đây chung có một chánh trí sinh, không phải trong các cảnh đều sinh một trí. Hoặc quán tự tướng của thân niệm trụ, nghĩa là quán thân đều có tự tánh riêng, còn quán cộng tướng của thân niệm trụ, nghĩa là quán trên thân và hữu vi khác đều có tánh vô thường, với hữu lậu khác đều là tánh khổ, đều có tánh không, vô ngã với tất cả pháp khác. Nếu bấy giờ, quán thân không có hai niệm trụ, chỉ vì cực vi nhóm hợp, nên mỗi pháp sai khác, thì bấy giờ gọi là thân niệm trụ thành.

Như thế, nên biết các tướng niệm trụ như thọ v.v... và thành mãn, tùy theo sự thích ứng, thì thể đều không phải sắc, nên không có cực vi sai khác. Hoặc như trước đã nói quán tướng rốt ráo, nghĩa là ở vị sau, thiện căn tăng trưởng, như nước trong thửa ruộng tràn ngập đầy đầy, tuôn chảy đi.

Có thuyết nói: Bồng nhiên, tướng phi ái khởi, tướng này có hai thứ là:

1. Làm phát sanh giận.
2. Khiến cho không vui.

Trong đây, chỉ có tướng khiến không vui, vì sự đã tập, nếu chưa tự tại, vì cầu thành mãn, nên khởi ưa thích. Niềm vui này đối với sự đã tập, được tự tại, vì chấm dứt sự mong cầu, nên không có ưa thích.

Bốn niệm trụ này, đều có ba thứ.

Tự tánh, tướng tạp, sở duyên riêng biệt. Tự tánh niệm trụ lấy tuệ làm thể. Khế kinh nói: Vì một hướng đạo, một là nghĩa đơn độc của người cầu chiến thắng. Do đó, gìn giữ đây, phá oán phiền não, dựa vào đạo này mà thực hành, có khả năng hướng đến viên tịch. Thế nên ở đây, đặt tên “hướng đến đạo”, chỉ độc tôn này, gọi là một hướng đạo. Đạo này tức là tuệ đối với dứt phiền não, hướng đến trong Niết-bàn tuệ là tối thắng. Như Khế kinh đã nói: “Các huynh đệ phải biết! Các Thánh đệ tử cầm gươm trí tuệ có thể cắt đứt tất cả kết phược, tùy miên, hướng thẳng Niết-bàn không có trở ngại.

Lại, Khế kinh nói: “Nếu có đối với thân mà trụ thuần tự theo thân để quán, thì gọi là thân niệm trụ” Đối với thọ, tâm, pháp cũng như thế. Đối với tên gọi “theo quán”, chỉ gọi thể của tuệ, không phải tuệ không có dụng quán theo. Cho nên, Luận này cũng nói: Thân niệm trụ thể nào? Nghĩa là tuệ duyên thân. Ba pháp còn lại, nói cũng thế. Cho nên

biết chỉ tuệ được tên gọi là niệm trụ.

Những gì trong tuệ gọi là tự tánh niệm trụ?

Nên biết, chỉ nhận lấy văn, tư, tu tạo thành. Trong đây, tuệ thuận theo gia hạnh nghe đã khởi, duyên với nghĩa riêng gọi là tuệ do nghe mà thành (Văn tuệ) Nếu tuệ thuận theo gia hạnh tư duy về nghĩa đã khởi, không phải không đợi danh, cũng không phải ở định, mà duyên với nghĩa riêng, gọi là tuệ do tư tạo thành ( Tư tuệ) Nếu ở trong định, tuệ thuận theo quán nghĩa riêng, không đợi danh, thì gọi là tuệ do tu tạo thành. (Tu tuệ) Tức ba tuệ này cũng gọi là ba thứ niệm trụ.

Tương tạp niệm trụ tức dùng tuệ, và cùng có (câu hữu) những pháp khác làm thể. Pháp câu hữu của tuệ và tuệ đều cùng thời trụ xen lẫn nhau. Như Khế kinh nói: Bí-sô! Nên biết nói tụ pháp thiện, tức là nói bốn niệm trụ. Đã ở niệm trụ nói tụ thiện, nên biết dùng tuệ cùng với nhiều pháp khác mà làm thể.

Luận này cũng nói: Do thân tăng thượng đã sinh đạo thiện, có cả hữu lậu, vô lậu, cũng gọi thân niệm trụ, cho đến nói rộng.

Văn này nói chung các pháp câu hữu, tương ứng với tuệ gọi là niệm trụ. Văn này không nói duyên đạo của thân. Chớ nói, đạo này như tự tánh niệm trụ, thể nó chỉ nhận lấy đạo tương ứng làm thể của mình.

Sở duyên niệm trụ là lấy các pháp sở duyên của tuệ làm thể. Vì tất cả pháp đều là sở duyên của tuệ thì lẽ ra gọi là tuệ trụ, sao trong kinh nêu dùng tên khác để làm giải thích rộng khác?

Điều này cũng không có lỗi. Vì căn cứ ba thứ trước giải thích tên gọi niệm trụ, đều chỉ là tuệ. Hơn nữa, căn cứ ở tự tánh để giải thích tên gọi niệm trụ, nghĩa là trong các pháp, nếu có một pháp nào do niệm được trụ, thì pháp đó được gọi là niệm trụ.

Đó là pháp nào?

Là tuệ không phải pháp nào khác?

Sao biết tuệ phải do niệm lực?

Vì có niệm, thì tuệ thêm sáng suốt, nghĩa là tuệ được trụ là do niệm đã gìn giữ, là nhờ năng lực của niệm giúp đỡ, mới được nghĩa trụ.

Như thế, khi nêu giải thích tên gọi niệm trụ, chỉ nương vào tuệ, không dựa vào pháp khác. Thế nên giải thích rộng, như danh đã được nêu; danh, nghĩa phù hợp nhau, điều này có lỗi gì?

Nếu dựa vào tương tạp để giải thích tên gọi niệm trụ, nghĩa là tuệ đi chung với niệm mới được trụ, vì khiến niệm được trụ, nên tuệ được gọi là niệm trụ. Tương ứng với niệm trụ và pháp câu hữu, xen lẫn với

niệm trụ, gọi là tướng tạp niệm trụ.

Há không là định v.v... cũng cùng có với tuệ, mới được an trụ hay sao? Thì lẽ ra thừa nhận thể của tuệ, khiến cho định v.v... được trụ, cho nên được tên gọi trụ của định v.v..? Không đúng. Vì trong đây làm rõ niệm, tuệ giúp đỡ nhau và do lực của niệm mạnh, nên lập riêng tên gọi niệm trụ. Nghĩa là nếu tuệ đối với thân, thọ, tâm, pháp, khi dùng tự tướng, cộng tướng để quán theo, thì phải do năng lực của niệm gìn giữ mới được sáng rõ, vì ở địa này do tập quán ghi nhận, gìn giữ, mới có khả năng tiến tu địa chưa tập khác.

Thế nên, khi tuệ lựa chọn pháp thì niệm là người bạn hỗ trợ có khả năng mạnh mẽ, bền bỉ nhất, còn khi niệm ở thân v.v... an trụ, phải là do sức của tuệ gìn giữ, mới có thể ghi nhận sáng suốt. Cho nên, Đức Thế Tôn nói: Nếu có người đối với thân, trụ theo thân quán, ấy là niệm trụ không sai lầm.

Tôn giả Vô Diệt cũng nói rằng: “ Nếu có khả năng đối với thân trụ, noi theo thân quán, duyên thân niệm được trụ... cho đến nói rộng.” Hoặc nếu hành giả quán thân v.v... không gián đoạn rồi, nhưng không thể quán ở thọ v.v... thì nên truy niệm các hành tướng thọ v.v... đã từng tu tập trong thời gian gia hạnh trước, nhờ truy niệm, nên tướng kia hiện tiền. Nhân đây có thể quán sát thọ v.v... Cho nên nói có niệm, tuệ được sáng suốt thêm.

Như thế, niệm sinh do năng lực của tuệ ở trước. Cho nên, niệm và tuệ là bạn giúp đỡ nhau tốt nhất. Hoặc hai pháp này trong mọi thời gian thường có công năng hơn kém tùy thuộc nhau. Cho nên nói hai thứ giúp đỡ nhau mạnh nhất.

Nếu dựa vào sở duyên để giải thích tên gọi niệm trụ, nghĩa là tuệ do niệm, khiến niệm trụ, ấy là đối với thể của tuệ thiết lập tên gọi niệm trụ. Các pháp, như thân v.v... sở duyên của niệm trụ, là sở duyên của niệm trụ thì tên gọi là niệm trụ của sở duyên.

Căn cứ ba thứ giải thích tên niệm trụ, đều chứng tỏ tuệ gượng chỉ riêng gọi là niệm trụ. Do niệm trụ này là lý tuệ thành. Cho nên giải thích với chỗ nêu lên không có trái nhau.

Luận giả phân biệt nói như thế này: “Niệm trụ tức dùng niệm làm tự thể. Trong đây, không nên sắp đặt niệm căn. Vì hai văn nêu ra và giải thích đều nói niệm, trong đó không nói tên gọi tuệ trụ?”

Lời nói này phi lý. Vì sao? Vì dù ở đây sắp đặt niệm, gọi là tướng, mà dựa vào nghiệp dụng là đã sắp đặt tuệ căn. Như tín, định, tuệ căn dù không như thứ lớp chứng tịnh tĩnh lực, phân biệt rõ trong đế, mà do nghĩa

công năng đã sắp đặt. Cho nên, hai văn nêu lên và giải thích chứng tỏ đã nói tuệ. Nghĩa là ở trước đã biện luận nêu lên tên gọi niệm trụ dựa vào tuệ, không phải pháp khác thì chứng tỏ là nêu lên tuệ. Cho nên, trong giải thích đầy đủ dùng quán theo thân để chánh tri hai thứ tuệ, gọi là vì nói lại tuệ. Do đó, hai văn nêu lên, giải thích đều không trái nhau.

Nói lời niệm trụ, về nghĩa như trước đã nói. Trước đã nói ra sao? Nghĩa là trước đã nói vì hiển thị lực niệm tuệ giúp nhau rất mạnh, nên lập riêng tên gọi niệm, trụ v.v...

Lại, vì chỉ rõ đủ ba thứ niệm trụ, nên ở đây, không nói tuệ trụ. Nghĩa là nói niệm để hiển thị tương tạp niệm trụ. Lại, nói trụ để hiển thị sở duyên niệm trụ. Nói noi theo quán để hiển thị tự tánh niệm trụ. Nếu nói tuệ trụ thì chỉ hạn cuộc ở thể tuệ, tự tướng không bỏ, được gọi là tuệ trụ, tức là chỉ nói tự tánh niệm trụ, bèn bỏ qua sở duyên và tương tạp, thì pháp kia đều không nên gọi là niệm trụ. Nhưng không nên thừa nhận như thế, vì Khế kinh và trong Luận này đều nói ba. Do kinh đây làm chứng các lời nói niệm trụ tự nó là tuệ, không phải pháp khác, quyết định thành lập.

Vì sao nói ba thứ niệm trụ?

Vì hữu tình ngu ba thứ: hành tướng, tư lương, sở duyên nên nói ba thứ. Hoặc phần vị căn thẳng giải đều có ba, cơ nghi không đồng, nên nói ba thứ. Trong ba thứ niệm trụ, thì tương tạp niệm trụ có công năng dứt trừ phiền não, không phải hai loại kia có thể dứt. Vì quá giảm, tăng nên trụ xen lẫn cùng với tuệ mà được tên tương tạp. Về lý, chỉ pháp câu hữu với tuệ có thể được gọi tương tạp niệm trụ, chứ không phải tuệ với tuệ có thể tương tạp (xen lẫn nhau). Không có một thân, hai tuệ cùng có. Do đó, biết tuệ không phải thuộc về tương tạp.

Lẽ ra, không nên chỉ nói tương tạp niệm trụ có thể đoạn phiền não mà phải nói đủ: Tự tánh và tương tạp có thể đoạn phiền não, đối với phiền não tuệ là đứng đầu.

Không có lỗi như thế. Vì khi đoạn phiền não, đối với tuệ cũng đặt tên tương tạp. Nghĩa là được đạo chỉ, quán bình đẳng vận hành có khả năng đoạn phiền não, lý đó quyết định. Tất cả tâm, tâm sở v.v... khác, có cái thuộc phẩm chỉ, có cái thuộc phẩm quán, vào thời điểm chỉ quán bình đẳng thì các tâm sở kia cũng bình đẳng. Do tất cả chúng đồng có lý tương tạp. Vì muốn chỉ rõ khi đoạn hoặc, lý tương tạp là bình đẳng nên cũng đối với tuệ đặt tên tương tạp. Vì phần nhiều đối với chỗ thành, có công năng cao hơn. Còn tự tánh niệm trụ chẳng phải không có

công năng đoạn các phiền não, vì thể là tuệ, nhưng gọi tự tánh, nghĩa là không có đối tượng chờ đợi. Vì khi đoạn phiền não ắt phải chờ đợi pháp khác, nên ở vị trí đoạn phiền não, tuệ được đặt tên tương tạp. Do đó, đã nói tương tạp niệm trụ có công năng đoạn phiền não, lý đó khéo thành lập.

Trong đây, việc đoạn phiền não, chỉ do tu sở thành (Tu tuệ) nhưng không phải Văn, Tư vô dụng, vì thuận theo tu, nên như rễ cây trồng. Trong tu sở thành, chỉ pháp niệm trụ có thể đoạn phiền não, duyên với bốn, năm uẩn hoặc duyên Niết-bàn mà có thể đoạn hoặc. Trong pháp niệm trụ, tác ý cộng tướng, có công năng dứt phiền não, tác ý tự tướng, vì duyên phần ít cảnh, nên không có công năng này.

Ba thứ trước trong bốn niệm trụ, chỉ không duyên tạp, loại thứ tư, có hai. Nhưng trí ba để chỉ có duyên tạp là có công năng đoạn phiền não, chỉ trí diệt để dù không duyên tạp, nhưng cũng dứt phiền não. Bên trong trí duyên tạp thậm chí duyên năm uẩn, cũng nhất định không có công năng dứt hoặc. Tức ở trong đây, duyên chung tất cả, hữu lậu, vô lậu, hữu vi, vô vi v.v... cũng nhất định không có công năng dứt hoặc. Nhưng không duyên tạp, tạp ít, tạp nhiều; đối với phiền não chẳng phải hoàn toàn không có công dụng dẫn phát khả năng đoạn hoặc để tu trị thân khí. Hành giả kia đối với dứt hoặc, chỉ có thể làm tự thể hai đạo gia hạnh, thắng tấn; chỉ pháp niệm trụ của duyên tạp ở mức độ giữa (không ít, không nhiều) và pháp niệm trụ chỉ duyên diệt, không tạp, cũng làm thể của đạo Vô gián giải thoát. Nếu đoạn phiền não, chỉ pháp niệm trụ, thì pháp niệm trụ làm đạo Vô gián. Khi đạo vô gián này hiện ở trước, làm sao có khả năng tu ba niệm trụ khác? Nếu ba niệm trụ không thuộc về trị dứt mà nương theo đạo Vô gián, tu ở vị lai thì khi dứt nhiễm Hữu đảnh, nên tu trí thế tục; trong các đạo Vô gián, phải tu tha tâm trí. Người tu hành kia do chướng ngại nào không phải tu vị lai? Cho nên ở đây phải hiểu rõ nghĩa lý, không phải đồng trị mới tu vị lai cũng không phải chỗ tu đều bằng nhau không có giới hạn. (Về sau nói về xử tu, sẽ giải thích rộng).

Các Niệm trụ như thân niệm trụ v.v... đều có ba thứ. Vì duyên trong, ngoài và đều có, sai khác. Và lại, trong thân niệm trụ có ba thứ: duyên với chính nó mà nối tiếp nhau, gọi là duyên nội; duyên với thân v.v... của người khác, gọi là duyên ngoại, duyên song song với hai thứ, nói là duyên nội, ngoại. Vì có ngã ái mà có ngã mạn thì nên quán nội thân cũng như ngoại. Hoặc nội như duyên trước nói, không có chấp thọ, gọi là ngoại, còn duyên sự nối tiếp nhau của người nói là nội ngoại. Đối

đãi sự không chấp thọ và đối đãi tự thân được hai tên. Hoặc duyên căn, cảnh và duyên cả hai mà thành ba. Hoặc duyên hữu tình, số phi tình và duyên chung hai thứ sai khác là ba. Hoặc duyên hữu tình, số phi tình ngoài và sự sai khác của tốc lông v.v... là ba, vì chúng đều từ trong thân sinh, vì lia căn trụ, nên được đủ hai tên. Hoặc duyên hữu tình hiện tại, gọi là nội, duyên phi tình ngoài ba đời gọi là ngoại, duyên hữu tình quá khứ, vị lai, nói là nội, ngoại. Vì loài hữu tình rơi vào pháp số. Lại phi tình kia, trong vị lai, sẽ rơi vào số tình, chánh rơi vào pháp số. Khi quá khứ kia từng rơi vào số tình, chánh rơi vào pháp số. Vì pháp không sinh của hữu tình kia là loại sinh. Ba thứ như thọ v.v... mỗi một thứ đều có ba tùy theo thích ứng của nó mà chuẩn theo trước giải thích.

Bốn niệm trụ này, nói là theo thứ lớp sinh, sinh lại do vì sao theo thứ lớp như thế?

Sở dĩ sinh thứ lớp như thế là vì thuận theo nhau, phần nhiều hữu tình ham thích thọ dụng trong các sắc, không kịp được pháp thù thắng. Ham thích thọ dụng sắc, lấy gì làm duyên? Do trong thọ nhận, có tình cảm sâu nặng vui thích mà vui thích ở thọ, do tâm không điều phục, tâm không điều phục do các phiền não. Tâm do tín v.v... có thể khiến điều phục. Tùy theo quán lý này, bốn niệm trụ sinh. Hoặc tùy theo sở duyên thô, tế mà sinh, nhưng chẳng phải do tâm này là pháp quán sau cùng. Trong đó, Niết-bàn rất vi tế, khi tưởng tư v.v... đều theo quán thọ, căn cứ ở nghĩa là đã có thể biết rõ tướng chúng, đồng dựa vào tâm khởi v.v... an, nguy.

Có sự khác nói: Sắc có thể tụ, tán, có thể lấy, có thể bỏ. Vì sắc bất tịnh, khổ tương tự nối tiếp nhau dễ biết, vì phần nhiều duyên thân sinh tham v.v... đối với giới nữ lần lượt khởi xứ tham, nên quán bất tịnh, còn giữ niệm hơi thở (quán số tức) thì đối trị với giới phân biệt. Trong hai môn bước vào tu tập này, tất cả phần nhiều duyên thân làm cảnh. Cho nên, ở vị tu niệm trụ thì quán thân là đầu tiên. Quán này làm nhân sinh ra xúc khinh an, do xúc khinh an dẫn sinh lạc thọ.

Kinh nói: “Thân an thì cảm thọ sự an lạc.”

Như thế, lạc thọ dựa vào tâm mà sinh; khi tâm tịnh làm nhân thì được quả giải thoát. Do đó, thọ v.v... theo thứ lớp mà quán. Cho nên, niệm trụ sinh theo thứ lớp như thế.

Bốn niệm trụ này không thêm, không bớt, có khả năng đối trị bốn diên đảo như tịnh v.v...

Quán thân bất tịnh đối trị ở bất tịnh nghĩa là diên đảo tịnh. Tuy diên đảo duyên chung năm uẩn, nhưng chỉ quán tự tánh thân không phải



tịnh là có thể chế phục chung. Như người đã quán thể đồng phân là bất tịnh thì cũng không ưa thích cái sinh ra từ phân. Như vậy, đã quán thể của thân là bất tịnh, thì cũng không ưa thích cái từ thân sinh ra. Do đây quán thân là bất tịnh thì đối với năm thủ uẩn đều không ưa thích, vì mê tưởng thân hữu vi này tịnh, mới có ưa thích cái dựa vào thân sinh ra. Thế nên, quán thân là bất tịnh thì đối với thân cũng khởi lên tâm không ưa thích. Như vậy, khi an trụ quán bất tịnh thì mặc dù không trực tiếp quán những cảnh thuộc về âm thanh... nhưng đối với ca hát v.v... đều chán bỏ như phân nhơ.

Cũng thế, khi an trụ thân niệm trụ, dù không trực tiếp quán cảnh thuộc về thọ v.v. nhưng do quán tự thể của thân là bất tịnh, nên cuối cùng cũng không ưa thích ba cảnh thuộc về thọ, tâm, pháp. Lại, dù không quán cảnh sắc, vô sắc cho là bất tịnh, nhưng đối với cảnh đó, chẳng phải không dẫn sinh hành tướng không ưa thích. Cho nên, điên đảo tịnh dù chỉ do duyên năm uẩn mà thân niệm trụ thành, nhưng đó là công năng chế phục chung. Ba niệm trụ đó sau đều quán riêng, nhưng so sánh thân niệm trụ này, nên tư duy lý công năng chế phục chung.

Quán thọ là khổ là khả năng đối trị về khổ nghĩa là điên đảo lạc. Nếu có pháp chân thật để vui thích, ham muốn thì đó là nghĩa vui ở trong số nhiều các hành tai họa, lỗi lầm xen lẫn, thấy có công đức tốt đẹp đáng ưa thích, đây gọi là điên đảo đối với khổ cho là vui. Sự điên đảo này, tất nhiên dùng ham mê thọ làm trước. Vì tham đắm sâu nặng ở trong thọ, mới tham đắm bản thân và đối với tất cả hành hữu lậu mà bức xúc, sầu não dựa vào sinh tướng là vui. Thế nên, khi quán thọ là tánh khổ thì có khả năng chế phục chung điên đảo chấp vui.

Quán tâm vô thường là khả năng đối trị vô thường, nghĩa là điên đảo thường. Tức người hành quán, vì chán ghét thọ, nên đối với tâm đã dựa vào, thấy có rất nhiều phẩm loại sai khác mà dẫn sinh quán vô thường, khiến cho ở các cảnh hữu vi trước hiện tại, không nghĩ là thường. Cho nên có công năng chế phục chung điên đảo chấp thường.

Quán pháp vô ngã là khả năng đối trị vô ngã, nghĩa là điên đảo ngã: Có một loại người nghe nói vô thường, tâm không sinh mừng, bèn có cảm nghĩ rằng: Cái gì khiến tâm này có nhiều sai khác? Đó tức là Ngã. Vì ngăn chặn loại kia chấp Ngã, hơn nữa nên quán xét kỹ dứt trừ ba pháp khác, cũng chỉ là pháp, trở thành đối với tất cả, không khởi tướng ngã, nên có khả năng chế phục chung điên đảo chấp ngã. Hoặc vì đối trị bốn loại thực: đoàn, xúc, thức, tư, như thứ lớp kiến lập bốn niệm trụ là thân niệm trụ v.v... chỉ có bốn, không thêm, không bớt.

