

# LUẬN THÀNH THẬT

## QUYỂN 14

### *Phẩm 176: TƯỚNG CHÁN ĂN UỐNG*

Tất cả khổ phát sinh, đều do tham ăn, cũng do ăn mà trợ giúp cho dâm dục phát triển. Ở trong cõi Dục, các khổ đều do ăn uống, dâm dục mà sinh. Diệt trừ tham ăn cần phải tu tập tướng nhằm chán. Lại như chúng sinh ở thời kiếp ban đầu, từ trên trời đến hóa sinh ở thế gian này, thân có ánh sáng, bay đi tự tại. Bắt đầu ăn vị đất, người nào ăn nhiều liền biến mất ánh sáng, oai thần. Như vậy dần dần có già, bệnh, chết. Đến ngày nay sống chỉ có trăm tuổi, có nhiều khổ não, đều do tham ăn nên mất hết những lợi này. Vì thế phải quán xét chân chánh việc ăn. Lại ham thích ăn uống nên sinh dâm dục. Do dâm dục phát sinh các phiền não khác. Do các phiền não gây các nghiệp bất thiện, từ nghiệp bất thiện tăng thêm ba đường ác, làm giảm bớt chúng trời, người. Vì thế tất cả các khổ đau đều do tham ăn. Lại tướng già, bệnh, chết đều do ăn uống. Việc ăn là thứ rất tham đắm. Dâm dục tuy nặng nhưng không thể nhiều loạn con người giống như kẻ vì ăn. Hoặc thiếu niên, thanh niên, người già, tại gia, xuất gia không ai là không bị cái ăn làm khổ não. Lại phải ăn thức ăn này mà tâm chẳng tham đắm. Người chưa trừ bỏ dục thì rất là khổ, như chịu dao cắt, như uống thuốc độc, như nuôi rắn độc. Cho nên Đức Phật dạy: “Phải tu tập tâm, lấy đây mà ăn, không bị tham ăn làm đau khổ”. Có các ngoại đạo tu pháp đoạn thực, do đó Đức Phật dạy: “Việc ăn này không phải do đoạn trừ mà được xa lìa, phải suy nghĩ để ăn”. Nếu chỉ đoạn thực mà chẳng hết phiền não, thì chết uổng vô ích. Do đó Đức Phật dạy: Trong việc ăn này phải sinh tướng nhằm chán thì không có những lỗi trên.

Hỏi: Đối với việc ăn này làm sao sinh tướng nhằm chán?

Đáp: Thể tánh của việc ăn này bất tịnh, dù có món ăn rất hảo

hạng cũng bất tịnh, vì thế phải nhàm chán. Lại như tất cả thức ăn uống sạch sẽ, thơm ngon thì không phải ngay khi còn tịnh ấy có thể làm lợi ích cho thân, mà dùng răng ngậm nhai, thấm nước miếng, trạng thái như thứ mưa ra, rồi cho xuống trong bao tử mới có thể làm lợi ích cho thân. Cho nên biết đó là bất tịnh. Lại thứ ăn uống này vì không nhận biết nên ưa thích. Nếu người dù được ăn thức ăn ngon rồi mà nhả ra ngoài thì không thể ăn lại được. Nên biết là do không có năng lực nhận rõ nên cho là ngon. Lại vì nhân duyên ăn uống này mà nhận ruộng, lao động vất vả giữ gìn cất chứa, chịu những nỗi khổ như vậy. Do nhân duyên này mà sinh khởi vô lượng tội. Lại hiện có những thứ bất tịnh đều vì ăn uống. Nếu không ăn uống do đâu mà có da, thịt, máu, xương, và các phân dơ, những thứ bất tịnh. Lại có nhiều chúng sinh ở đường xấu ác như loài trùng ở trong cầu tiêu đều vì say đắm hương vị nên sinh vào trong đó. Như trong phẩm Nghiệp dạy: “Chúng sinh chết vì khát thì sinh làm loài trùng trong nước. Chết nơi ồn ào thì sinh vào loài chim. Chết vì tham đắm dâm dục sinh trong bào thai”. Đại loại như thế. Nếu ai xa lìa việc ăn này thì được sự vui lớn, như sinh về cõi Sắc và trong Niết-bàn. Vì theo thức ăn mà có những khổ cày cấy. Như thế, quán ăn là khổ, bất tịnh, nên phải tu tập tưởng nhàm chán.

-----

### ***Phẩm 177: TƯỚNG VỀ TẤT CẢ THẾ GIAN KHÔNG THỂ AN VUI***

Hành giả nhận thấy tất cả thế gian đều khổ nên tâm không hề ưa thích. Hành giả này tu hạnh xa lìa, hỷ lạc nơi định. Như quán tưởng về vô thường, khổ, vô ngã, nhàm chán ăn uống, chết v.v..., thì tâm không còn gì ưa thích thế gian. Người này nhận thấy được sự thương yêu là tăng thêm tham dục, sự xấu ác là tăng thêm giận dữ, cho nên không ưa thích. Lại nhận thấy người giàu sang có khổ gìn giữ, thấy người nghèo cùng bị khổ thiếu thốn. Lại và thấy kẻ ở nơi tốt đẹp lại rơi vào đường xấu, thấy những người ở chỗ xấu đang chịu các khổ. Lại thấy những người hiện tại giàu sang biết chắc sẽ đọa, vì đó cũng là nơi hội tụ của các phiền não tham lam v.v... cho đến những người hiện tại nghèo khổ không có cơ hội để thoát khỏi. Cho nên chẳng ưa thích tất cả thế gian. Lại thấy một số ít người được sinh vào chỗ tốt, còn phần nhiều lại rơi vào đường xấu ác. Như trong kinh dạy: “Những người sinh chỗ tốt thì ít, nơi xấu ác thì nhiều. Thấy được những điều tệ hại rồi chỉ nên cầu Niết-bàn”. Lại thấy

các phiền não tham lam v.v..., thường theo bám chúng sinh, như kẻ oán thù rình rập người, hễ gặp cơ hội thuận tiện liền giết ngay. Trong giấc oán thù này làm sao vui được! Thấy do phiền não gây nghiệp bất thiện, nghiệp quả bất thiện thường theo đuổi, không thể tránh thoát được. Như trong kinh dạy: “Nếu người tạo nghiệp bất thiện, đang tạo, đã tạo, và sẽ tạo, cho đến bay trên hư không thì cuối cùng cũng không thể giải thoát. Vì thế cho nên không thể an vui. Lại thấy tám thứ khổ như sinh v.v... còn theo đuổi người có phước, huống gì không có phước! Như thế làm sao ưa thích thế gian? Như một hòm rắn độc, giặc nắm con dao nhọn, giặc làng xóm trống vắng. Các khổ ở bờ này thường bám víu chúng sinh, làm sao có thể an vui. Lại như khổ bị cuốn trôi trong dòng sông ái mạn, cay, bị gai độc nắm dục, là vô minh đen tối, trong hầm lửa hừng hực, thường đeo bám chúng sinh, thì làm sao vui được? Hành giả biết vui an ổn ít mà đau khổ lại nhiều. Vì sao? Vì thấy thế gian ngày lành, hội vui, rừng hoa, trái tốt, sum sê, đất nước an vui, chẳng được lâu dài, người hưởng vui ít mà chịu khổ nhiều, nên không ưa thích tất cả thế gian.

Hỏi: Tu tập tướng này được những lợi ích gì?

Đáp: Thường ở trong tất cả hình tướng thế gian, mà tâm không tham đắm. Lại do, tu tập tướng này nên mau chóng được giải thoát, không trụ lâu trong sinh tử nữa. Hành giả này được trí tuệ lạnh lợi, lại thường tu tập các tướng tội lỗi, nên tâm người này không sinh phiền não. Nếu sinh phiền não thì nhanh chóng diệt, như một giọt nước rơi, trên mảnh sắt nóng. Hành giả vì không ưa thích thế gian nên thường ưa thích Niết-bàn. Nếu không nhầm chán thế gian thì đối với Niết-bàn không thể ưa thích. Như thế, cần phải tu tập tướng tất cả thế gian là nơi không thể an vui.

-----