

Kinh Quán Chiếu Vô Thường

(Thiền Sư Thích Nhất Hạnh dịch từ kinh Pháp Cú trong Hán tạng) Kinh thứ 1

1. Ý thức là mình vừa ngủ dậy thì nên mở tâm vui mừng. Hãy lắng nghe những lời sau đây ghi chép lại giáo lý của Bụt.
2. Tất cả các *hành* đều vô thường, tất cả đều là những cái đã được hình thành và đều sẽ phải suy yếu. Hễ có sinh là phải có diệt. Vượt thoát được cái sinh cái diệt ấy là hạnh phúc lớn.
3. Như người thợ gốm sử dụng khuôn và đất sét để nặn ra các vật dụng, tất cả những gì được tạo tác ra cuối cùng

cũng đều phải bị hư hoại. Mạng sống con người cũng thế.

4. Như con sông chảy xiết, đi mà không trở lại, mạng sống con người cũng như thế, một khi đi qua thì không trở về, già đi thì không trẻ trở lại.

5. Như kẻ mục đồng cầm gậy lừa bò đi ăn cỏ, cái già và cái chết cũng là mạng sống của chúng ta đi về nẻo chết.

6. Bất cứ ai, bất cứ là nam hay là nữ, bất cứ thuộc dòng họ nào, trăm ngàn như một, dù có chất chứa tài sản nhiều cách mấy cũng không ai thoát khỏi sự suy tàn.

7. Mỗi ngày mỗi đêm, sinh mạng tự giảm xuống, tuổi thọ cứ tiêu hao dần

dần cho đến hết, như nước cạn trong hồ.

8. Cái *còn* dù có dài lâu cách mấy cuối cùng cũng phải trở thành cái *hết*, cái cao trở thành cái thấp, cái phối hợp đi tới cái ly tan, cái sinh đưa tới cái tử.

9. Các loài chúng sanh thường xung đột với nhau, do đó mà mạng sống bị tan vỡ, tùy theo hành động của mình mà bị sa đọa hoặc nhận chịu tai ương hoặc thừa hưởng phúc báo.

10. Tuổi già phải gánh chịu đau nhức, khi chết, trước khi tâm thức lìa bỏ thân xác thì lại bị sự tham tiếc gia đình ràng buộc như nơi chốn tù ngục, như vậy thì không thể chấm dứt được luân hồi trong thế gian.

11. Thương biết bao nhiêu! Khi tuổi già đến, nhan sắc biến đổi, suy tàn, ít có điều như ý, tuổi già chỉ thấy dầm chân tại chỗ.

12. Dù có sống tới một trăm tuổi rồi cũng phải chết, tuổi già hay trở nên ngán ngẩm, bệnh tật liên miên cho đến hết đời.

13. Ngày hôm nay đã qua, mạng sống theo đó mà rút ngắn lại, tình trạng giống tình trạng con cá thiếu nước, còn có cái vui gì?

14. Tuổi già thì nhan sắc tàn phai, bệnh tật hủy hoại cơ thể, hình hài suy yếu hư nát, tất nhiên phải chết.

15. Thân này cần được sử dụng như thế nào? Từ đó chảy ra những chất bất tịnh, bị bệnh tật đưa vào tình trạng khốn đốn. Cái nạn già và chết luôn luôn có đó.

16. Cứ mặc ý phóng túng trong vòng tham dục thì những điều trái với đạo lý càng ngày càng dồn chừa thêm. Chưa từng thấy cái nghe về sự vô thường biến thiên của vạn pháp cho nên người ta không biết là thọ mạng cũng vô thường.

17. Dù có con cháu, dù có cha anh ở đây đi nữa thì khi thân chết đến rồi, không người thân nào có thể nương tựa giúp giữ mình ở lại.

18. Đêm ngày kiêu mạn, lười biếng, cho đến già rồi vẫn còn giữ thói dâm dật, có của mà không chịu chia sẻ cho kẻ thiếu thốn, chẳng biết vâng làm theo lời Bụt dạy, chính những cái thói xấu ác này sẽ làm hại chính mình.

19. Dù có đi trốn tới một địa phương nào đi nữa, trên không trung, dưới đáy biển hay trong hốc núi cũng không thể nào thoát được cái chết.

20. Sự việc xảy ra như đã xảy ra trong hiện tại, là do tự ta gây ra, sự việc sẽ xảy ra trong tương lai cũng thế, là do tự ta cả. Con người lâm vào tình trạng nhiều loạn thảm thương như thế cho nên cứ phải mãi mãi đi tới với nỗi lo âu về cái già và cái chết.

21. Biết được như thế ta phải cương quyết tự thanh tịnh hóa thân tâm và làm khô cạn chất liệu luân hồi. Vị khát sĩ làm được như vậy mới mong thoát được vòng vây của binh đội ma vương và vượt thoát được lưới sinh tử.

Vô thường phẩm Pháp Cú kinh đệ nhất

Kinh Quán Chiếu Vô Thường 2

1. Ý thức là mình vừa ngủ dậy thì nên mở tâm vui mừng. Hãy lắng nghe những lời sau đây ghi chép lại giáo lý của Bụt.

2. Tất cả các *hành* đều vô thường, tất cả đều là những cái đã được hình thành

và đều sẽ phải suy yếu. Hễ có sinh là phải có diệt. Vượt thoát được cái sinh cái diệt ấy là hạnh phúc lớn.

3. Như người thợ gốm sử dụng khuôn và đất sét để nặn ra các vật dụng, tất cả những gì được tạo tác ra cuối cùng cũng đều phải bị hư hoại. Mạng sống con người cũng thế.

4. Như con sông chảy xiết, đi mà không trở lại, mạng sống con người cũng như thế, một khi đi qua thì không trở về, già đi thì không trẻ trở lại.

5. Như kẻ mục đồng cầm gậy lừa bò đi ăn cỏ, cái già và cái chết cũng lừa mạng sống của chúng ta đi về nẻo chết.

6. Bất cứ ai, bất cứ là nam hay là nữ, bất cứ thuộc dòng họ nào, trăm ngàn

như một, dù có chất chứa tài sản nhiều cách mấy cũng không ai thoát khỏi sự suy tàn.

7. Mỗi ngày mỗi đêm, sinh mạng tự giảm xuống, tuổi thọ cứ tiêu hao dần dần cho đến hết, như nước cạn trong hồ.

8. Cái còn dù có dài lâu cách mấy cuối cùng cũng phải trở thành cái hết, cái cao trở thành cái thấp, cái phối hợp đi tới cái ly tan, cái sinh đưa tới cái tử.

9. Các loài chúng sanh thường xung đột với nhau, do đó mà mạng sống bị tan vỡ, tùy theo hành động của mình mà bị sa đọa hoặc nhận chịu tai ương hoặc thừa hưởng phúc báo.

10. Tuổi già phải gánh chịu đau nhức, khi chết, trước khi tâm thức lìa bỏ thân xác thì lại bị sự tham tiếc gia đình ràng buộc như nơi chốn tù ngục, như vậy thì không thể chấm dứt được luân hồi trong thế gian.

11. Thương biết bao nhiêu! Khi tuổi già đến, nhan sắc biến đổi, suy tàn, ít có điều như ý, tuổi già chỉ thấy dậm chân tại chỗ.

12. Dù có sống tới một trăm tuổi rồi cũng phải chết, tuổi già hay trở nên ngán ngẩm, bệnh tật liên miên cho đến hết đời.

13. Ngày hôm nay đã qua, mạng sống theo đó mà rút ngắn lại, tình trạng

giống tình trạng con cá thiếu nước, còn có cái vui gì?

14. Tuổi già thì nhan sắc tàn phai, bệnh tật hủy hoại cơ thể, hình hài suy yếu hư nát, tất nhiên phải chết.

15. Thân này cần được sử dụng như thế nào? Từ đó chảy ra những chất bất tịnh, bị bệnh tật đưa vào tình trạng khốn đốn. Cái nạn già và chết luôn luôn có đó.

16. Cứ mặc ý phóng túng trong vòng tham dục thì những điều trái với đạo lý càng ngày càng dồn chứa thêm. Chưa từng thấy cái nghe về sự vô thường biến thiên của vạn pháp cho nên người ta không biết là thọ mạng cũng vô thường.

17. Dù có con cháu, dù có cha anh ở đây đi nữa thì khi thần chết đến mời, không người thân nào có thể nương tựa giúp giữ mình ở lại.

18. Đêm ngày kiêu mạn, lười biếng, cho đến già rồi vẫn còn giữ thói dâm dật, có của mà không chịu chia sẻ cho kẻ thiếu thốn, chẳng biết vâng làm theo lời Bụt dạy, chính những cái thói xấu ác này sẽ làm hại chính mình.

19. Dù có đi trốn tới một địa phương nào đi nữa, trên không trung, dưới đáy biển hay trong hốc núi cũng không thể nào thoát được cái chết.

20. Sự việc xảy ra như đã xảy ra trong hiện tại, là do tự ta gây ra, sự việc sẽ xảy ra trong tương lai cũng thế, là do tự

ta cả. Con người lâm vào tình trạng nhiều loạn thảm thương như thế cho nên cứ phải mãi mãi đi tới với nỗi lo âu về cái già và cái chết.

21. Biết được như thế ta phải cương quyết tự thanh tịnh hóa thân tâm và làm khô cạn chất liệu luân hồi. Vị khát sĩ làm được như vậy mới mong thoát được vòng vây của binh đội ma vương và vượt thoát được lưới sinh tử.

Vô thường phẩm Pháp Cú kinh đệ nhất

無常品法句經第一

Bài kệ 1

Thùy miên giải ngụ 睡眠解寤

Nghi hoan hỉ tư 宜歡喜思

Thính ngã sở thuyết 聽我所說
Soạn kí Phật ngôn 撰記佛言

Bài kệ 2

Sở hạnh phi thường 所行非常
Vị hưng suy Pháp 謂興衰法
Phu sanh triếp tử 夫生輒死
Thử diệt vi lạc 此滅為樂

Bài kệ 3

Thí như đào gia 譬如陶家
Duyên thực tác khí 埴埴作器
Nhất thiết yếu hoại 一切要壞
Nhân mạng diệc nhiên 人命亦然

Bài kệ 4

Như hà sử lưu 如河駛流

Vãng nhi bất phản 往而不返
 Nhân mạng như thị 人命如是
 Thệ giả bất hoàn 逝者不還

Bài kệ 5

Thí nhân thao trượng 譬人操杖
 Hành mục thực ngưu 行牧食牛
 Lão tử do nhiên 老死猶然
 Diệc dưỡng mạng khứ 亦養命去

Bài kệ 6

Thiên bách phi nhất 千百非一
 Tộc tính nam nữ 族姓男女
 Trữ tụ tài sản 貯聚財產
 Vô bất suy tang 無不衰喪

Bài kệ 7

Sanh giả nhật dạ 生者日夜

Mạng tự công tước 命自攻削
 Thọ chi tiêu tận 壽之消盡
 Như huỳnh xuyên thủy 如熒穿水

Bài kệ 8

Thường giả giai tận 常者皆盡
 Cao giả diệc đọa 高者亦墮
 Hợp hội hữu ly 合會有離
 Sinh giả hữu tử 生者有死

Bài kệ 9

Chúng sanh tương khắc 眾生相剋
 Dĩ tang kỳ mạng 以喪其命
 Tùy hành sở đọa 隨行所墮
 Tự thọ ương phước 自受殃福

Bài kệ 10

Lão kiến khổ thống 老見苦痛

Tử tức ý khứ 死則意去
 Lạc gia phược ngục 樂家縛獄
 Tham thế bất đoạn 貪世不斷

Bài kệ 11

Đốt ta lão chí 咄嗟老至
 Sắc biến tác mạo 色變作耄
 Thiểu thời như ý 少時如意
 Lão kiến đạo tạ 老見蹈藉

Bài kệ 12

Tuy thọ bách tuế 雖壽百歲
 Diệc tử quá khứ 亦死過去
 Vi lão sở yếm 為老所厭
 Bệnh điều chí tế 病條至際

Bài kệ 13

Thị nhật dĩ quá 是日已過

Mạng tức tùy giảm 命則隨減
 Như thiếu thủy ngư 如少水魚
 Tư hữu hà lạc 斯有何樂

Bài kệ 14

Lão tác sắc suy 老則色衰
 Sở bệnh tự hoại 所病自壞
 Hình bại hủ hủ 形敗腐朽
 Mạng chung tự nhiên 命終自然

Bài kệ 15

Thị thân hà dụng 是身何用
 Hằng lậu xú xú 恒漏臭處
 Vi bệnh sở khôn 為病所困
 Hữu lão tử hoạn 有老死患

Bài kệ 16

Thị dục tự tứ 嗜欲自恣

Phi pháp thị tăng 非法是增
 Bất kiến văn biến 不見聞變
 Thọ mạng vô thường 壽命無常

Bài kệ 17

Phi hữu tử thi 非有子恃
 Diệc phi phụ huynh 亦非父兄
 Vi tử sở bách 為死所迫
 Vô thân khả hĩ 無親可怙

Bài kệ 18

Trú dạ mạn nọa 晝夜慢惰
 Lão bất chỉ dâm 老不止姪
 Hữu tài bất thí 有財不施
 Bất thọ Phật ngôn 不受佛言
 Hữu thử tứ tệ 有此四弊
 Vi tự xâm khi 為自侵欺

Bài kệ 19

Phi không phi hải trung 非空非海中
 Phi nhập sơn thạch gian 非入山石間
 Vô hữu địa phương sở 無有地方所
 Thoát chi bất thọ tử 脫之不受死

Bài kệ 20

Thị vụ thị ngô tác 是務是吾作
 Đương tác lệnh trí thị 當作令致是
 Nhân vi thử táo nhiều 人為此燥擾
 Lý tiên lão tử ưu 履踐老死憂

Bài kệ 21

Tri thử năng tự tịnh 知此能自淨
 Như thị kiến sanh tận 如是見生盡
 Tỳ-kheo yếm ma binh 比丘厭魔兵
 Tùng sanh tử đắc độ 從生死得度

