



# NGHI THỨC HỘ NIỆM CẦU AN

THÍCH NHẬT TỪ

soạn dịch



NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

**NGHI THỨC  
HỘ NIỆM CẦU AN**

## TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

*Chủ nhiệm:*

TT. Thích Nhật Từ

(ĐT: 0908.153.160; email: thichnhattu@gmail.com)

*Tủ sách Đạo Phật Ngày Nay* do Thầy Nhật Từ chủ biên bao gồm các Nghi thức tụng niệm thuần Việt và trên 200 đầu sách nghiên cứu và ứng dụng về Phật học, thuộc loại sách gối đầu giường cần thiết cho mọi đối tượng độc giả.

*Tủ sách Đạo Phật Ngày Nay* đã xuất bản trên 100 CD về Đại tạng kinh Việt Nam và nhiều tác phẩm Phật học dưới dạng MP3. Đây là ấn bản đầu tiên trên thế giới về thể tài này. Tủ sách đã xuất bản hàng trăm sách nói Phật giáo, CD và VCD tân nhạc, cải lương và tiếng thơ Phật giáo. Ngoài ra còn có hàng ngàn VCD pháp thoại của Thầy Nhật Từ và các vị pháp sư khác về nhiều chủ đề từ gia đình, xã hội đến đạo đức và tâm linh.

*Quý tác giả, dịch giả muốn xuất bản sách nghiên cứu và ứng dụng Phật học, quý Phật tử muốn ấn tống kinh sách Phật giáo, các đại lý cần nhận sách phát hành, xin vui lòng liên hệ:*

**© NHÀ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY**

Chùa Giác Ngộ, 92 Nguyễn Chí Thanh, P.3, Q.10, TP. HCM

ĐT: (028) 3839-4121

[www.daophatngaynay.com](http://www.daophatngaynay.com) | [www.chuagiactngo.com](http://www.chuagiactngo.com)

TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

Sa-môn THÍCH NHẬT TỪ

soạn dịch

NGHI THỨC  
HỘ NIỆM CẦU AN

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC



# MỤC LỤC

Lời nói đầu .....	vii
Lời tựa .....	xi
Ý nghĩa và cách thức tụng kinh .....	xiii

## PHẦN DẪN NHẬP

1. Nguyên hương.....	3
2. Đánh lễ Tam bảo .....	4
3. Tán hương .....	5
4. Tán dương giáo pháp .....	6

## PHẦN CHÁNH KINH

1. Kinh từ bi .....	9
2. Kinh châu báu .....	13
3. Kinh thực tập vô ngã.....	19
4. Kinh các pháp quán niệm.....	27
5. Kinh dụ ngôn bọt nước .....	39
6. Kinh quán niệm hơi thở .....	45
7. Kinh ba dấu ấn thực tại .....	55
8. Kinh bảy điều giác ngộ .....	61
9. Kinh mười ba-la-mật .....	65
10. Kinh phước đức.....	69

11. Kinh tám điều giác ngộ .....	75
12. Kinh phỏ môn .....	81
13. Kinh bốn nguyện công đức của Phật Dược Sư ....	95
14. Kinh sám hối sáu căn .....	119
15. Kinh sám hối hồng danh .....	135

### PHẦN SÁM NGUYỆN

1. Bát-nhã tâm kinh.....	151
2. Niệm Phật.....	153
3. Quán chiếu quy luật .....	154
4. Quán chiếu thực tại .....	155
5A. Sám tỉnh thức .....	156
5B. Sám quán niệm .....	158
5C. Sám lễ Tam bảo .....	160
5D. Sám vô úy .....	164
5E. Sám quy nguyện .....	166
6. Hồi hướng công đức.....	168
7. Lời nguyện cuối .....	170
8. Đánh lễ Ba ngôi báu.....	171

## LỜI NÓI ĐẦU

Mùa hè năm 1998, khi bắt đầu làm Luận án Tiến sĩ Triết học tại Đại học Allahabad, Ấn Độ, tôi về thăm chùa Giác Ngộ. Trong thời gian 3 tháng nhập Hạ tại chùa Giác Ngộ, tôi đã biên soạn và ấn tống 3.000 quyển *Nghi thức Cầu an và Cầu siêu*. Trong vòng 1 tuần, toàn bộ *Nghi thức* này đã được các Phật tử tiếp nhận hết.

Sau lần ấn bản duy nhất đó và trải qua 20 năm lưu hành trên trang web,<sup>(1)</sup> nay tôi quyết định tái bản ấn tống để nhiều chùa có cơ hội sử dụng *Nghi thức* này cho các Phật tử tại gia. Ấn bản mới này được tách thành 2 quyển gồm *Nghi thức hộ niệm cầu an* và *Nghi thức hộ niệm cầu siêu* để áp dụng cho hai loại đối tượng được hộ niệm khác nhau trong hai bối cảnh cầu nguyện khác nhau: *Nghi thức hộ niệm cầu an* cho người già, người bệnh và các dịp lễ hỷ, *Nghi thức hộ niệm cầu siêu* cho người hấp hối, cúng lễ tang, cúng thất và cúng giỗ.

---

1. Có thể truy cập và hạ tải tại địa chỉ: <http://www.buddhismtoday.com/viet/nghithuc/003-cauan1.htm>



Trong *Nghi thức cầu an*, ấn bản 1998, có 11 Kinh được tuyển chọn theo thứ tự sau đây: (i) *Kinh hạnh nguyện Bồ-tát Quán Thế Âm*, (ii) *Kinh giáo hóa người bệnh*, (iii) *Kinh các pháp quán niệm*, (iv) *Kinh dụ ngôn bọt nước*, (v) *Kinh quán niệm hơi thở*, (vi) *Kinh bốn lãnh vực quán niệm*, (vii) *Kinh biết sống trong hiện tại*, (viii) *Kinh từ tâm*, (ix) *Kinh phước đức*, (x) *Kinh cư sĩ tại gia*, và (xi) *Kinh thiện sanh*. Các bài kinh mang số vi, vii, x và xi đã được đưa vào quyển *Kinh Phật cho người tại gia*, xuất bản năm 2013 nên không giới thiệu trong ấn bản mới của *Nghi thức hộ niệm cầu an*.

Trong *Nghi thức hộ niệm cầu an* này, ngoài việc thay đổi vị trí của các bài kinh, tôi phiên dịch và thay thế bổ sung 6 kinh khác gồm: (i) *Kinh châu báu*, (ii) *Kinh ba dấu ấn thực tại*, (iii) *Kinh bảy điều giác ngộ*, (iv) *Kinh mười ba-la-mật*, (v) *Kinh tám điều giác ngộ của Bồ-tát*, (vi) *Kinh sám hối sáu giác quan*. Tôi soạn và sưu tầm thêm một số bài sám nguyện với nội dung phong phú, bổ sung vào phần sám nguyện ở cuối nghi thức để người đọc tụng luân phiên thay đổi, mỗi ngày đọc một bài sám nguyện khác nhau.

Quý vị có thể đọc tụng *Nghi thức* này vào các buổi sáng, trưa, chiều hay tối. Trong mỗi khóa lễ, ngoài phần dẫn nhập và phần kết thúc, quý vị nên tụng 1-3 bài kinh, tùy theo thời gian cho phép. Cứ như thế, mỗi ngày quý vị đọc tụng từ kinh thứ nhất cho đến kinh sau cùng, sau đó tiếp tục tụng lại từ đầu.

Để việc đọc tụng *Nghi thức* này có kết quả mỹ mãn,

người đọc tụng cần nắm vững ý nghĩa và tình huống sử dụng của các bài kinh như được gợi ý sau đây:

*Khóa kinh cầu an* được tụng vào các dịp hộ niệm cho bệnh nhân, cầu tai qua nạn khỏi, cầu gia đạo bình an, cầu mưa hòa gió thuận, cầu quốc thái dân an, cầu hòa bình thế giới, hay tụng vào những dịp lễ an vị Phật, lễ khai trương, lễ khởi công, lễ khánh thành, lễ tân gia, lễ sinh nhật, lễ đáo tuế, lễ cầu thọ, lễ chúc thọ v.v...

Đối với *khóa lễ cầu nguyện thế giới hòa bình, cầu quốc thái dân an, cầu mưa hòa gió thuận, cầu an gia đạo bình an* thì nên tụng một trong ba kinh sau đây: *Kinh từ bi, Kinh châu báu, Kinh phước đức*.

Đối với *khóa lễ cầu an cho bệnh nhân*, có thể tụng *Kinh Bồ-tát Quán Âm, Kinh Vô ngã tướng, Kinh các pháp quán niệm, Kinh dụ ngôn bọt nước, Kinh sám hối sáu giác quan*.

Đối với *khóa lễ an vị Phật, lễ động thổ, lễ ăn tân gia, lễ khai trương* hay *lễ khánh thành* nên tụng *Kinh từ bi* và *Kinh phước đức*.

Trước khóa lễ cầu an, vị chủ lễ cần hộ niệm qua phương pháp tư vấn tâm lý. Đầu tiên, cần hỏi thăm sức khỏe, bệnh tình, an ủi, vỗ về. Kế đến, giúp cho người bệnh hiểu rõ quy luật vô thường và vô ngã, chi phối mọi sự vật hiện tượng để rũ bỏ mọi sợ hãi gồm sợ chết, sợ sinh ly tử biệt, sợ bệnh nặng, sợ bị bỏ rơi, sợ cô đơn và sợ cuộc sống vô nghĩa... Hộ niệm cầu an là để giúp người bệnh được an tâm, không còn căng thẳng, lo lắng,

sợ hãi và sợ chết. Sau thời kinh, vị chủ lễ cần phân tích khái lược nội dung bài kinh vừa tụng và hướng dẫn người bệnh thực hành để vượt qua nỗi khổ, niềm đau.

Quý vị Trụ trì, các Tăng, Ni và các Phật tử cần *Nghi thức* này, vui lòng liên hệ Văn phòng Quỹ Đạo Phật Ngày Nay tại Chùa Giác Ngộ để nhận kinh ấn tống.

Xin hồi hướng tất cả công đức từ việc ấn tống và thực hành *Nghi thức* này đến pháp giới chúng sinh. Cầu nguyện mọi người siêng năng học Phật pháp, tu Phật pháp, làm Phật sự và thiện sự để hưởng được bình an và hạnh phúc.

*Chùa Giác Ngộ, ngày 01-6-2018*

**Thích Nhật Từ**

Cần chí

## LỜI TỰA

(Ấn bản internet năm 2000)

Vào đầu năm 1994, nhiều Phật tử chùa Giác Ngộ đã yêu cầu tôi soạn thảo nghi thức tụng niệm thuần Việt, nhằm giúp các Phật tử mới vào đạo hiểu được Phật pháp cao siêu. Đáp lại lời yêu cầu đó, tôi đã soạn thảo các nghi thức sau đây: (i) *Kinh tụng hằng ngày* - Tổng hợp 49 Kinh căn bản của hai truyền thống Phật giáo Nam tông và Bắc tông, (ii) *Nghi thức cầu an và cầu siêu*, (iii) *Nghi thức sám-hối*, (iv) *Nghi thức cúng vong*, và (v) *Nghi thức lễ thành hôn*.

Được sự khích lệ của một số quý tôn túc tại TP. Hồ Chí Minh và các tỉnh phía Nam, tôi đã kêu gọi Phật tử chùa Giác Ngộ ấn tống 3.000 quyển *Kinh tụng hằng ngày*, như một dấu chỉ đóng góp vào việc Việt hóa nghi thức tụng niệm tại Việt Nam. Chỉ trong vòng vài ngày, toàn bộ số kinh ấn tống đã được các chùa thỉnh hết. Trong một tháng sau đó, chúng tôi nhận được nhiều thư chỉ giáo, khích lệ tôi sớm tái bản quyển *Kinh tụng hằng ngày* này để phổ biến rộng rãi hơn. Trong lúc tôi dự định

tái bản song song với việc ấn hành quyển *Nghi thức cầu an và cầu siêu*, tôi nhận được giấy chấp thuận nhập học của trường Đại học Delhi, New Delhi, nên đã lên đường sang Ấn Độ. Thế là mọi việc tạm đình chỉ.

Vào mùa Hạ năm 1998, tôi có dịp trở về Việt Nam. Trong thời gian này, tôi lại nhận được sự khích lệ nồng nhiệt của chư tôn đức, nên đã cố gắng duyệt lại bản thảo của *Nghi thức cầu an và cầu siêu*, nhờ đại đức Vân Phong và Phật tử Diệu Tần đánh vi tính và dò chính tả. Vừa in ấn hoàn tất thì tôi lại lên đường sang Ấn Độ. Nhờ sự phát tâm của Sư cô Như Phước và Phật tử chùa Giác Ngộ, *Nghi thức cầu an và cầu siêu* đã được ấn tống 3.000 quyển vào cuối năm 1998.

Nhân dịp này, chúng tôi chân thành cảm ơn Sư huynh Nhật Hạnh, Sư huynh Nhật Bình, sư cô Như Phước và các Phật tử chùa Giác Ngộ cũng như chư tôn đức giáo phẩm đã khích lệ, nhờ đó, quyển *Nghi thức cầu an và cầu siêu* được ra mắt quần chúng Phật tử như dự định.

*Ấn Độ, 19-2 Canh Thìn (2000)*

**Tỳ-kheo Thích Nhật Từ**

Kính bút

# Ý NGHĨA VÀ CÁCH THỨC TỤNG KINH

## I. Ý NGHĨA TỤNG KINH

Dù theo truyền thống nào, điểm quan trọng mà người thọ trì Kinh cần chú ý là tụng Kinh để hiểu và ứng dụng lời Phật dạy vào trong cuộc sống. Do đó, trong khi tụng niệm, không nên quá chú trọng vào các nghệ thuật tán tụng, mặc dù nghệ thuật này có thể giúp cho người tụng lẫn người nghe dễ lắng tâm và phát khởi niềm tin tôn giáo. Người đọc tụng cần phải chú trọng vào phần “cốt lõi nhất” của Kinh là nội dung và nghĩa lý của nó. Không có sự chú tâm thật sâu thì khó có thể lãnh hội được ý nghĩa nhiệm mầu trong Kinh.

Người đọc tụng phải giữ ba nghiệp thanh tịnh, chú tâm hoàn toàn vào nghĩa lý của Kinh, tư duy và liên tưởng về nghĩa lý đó, để hiểu rõ lời dạy của Đức Phật, biết cách ứng dụng và hành trì. Bậc cổ đức thường dạy “tụng Kinh giả minh Phật chi lý” là nhằm vào ý này vậy. Chính sự ứng dụng lời Kinh vào cuộc sống mới thật sự đem lại phước báu, an lạc và giải thoát cho chúng ta.

Do đó, ta không nên chỉ tụng niệm bằng miệng mà còn phải tụng niệm bằng tâm. Nói cách khác miệng tụng tâm hành mới chính là tụng Kinh đúng nghĩa.

## II. CÁCH ĐÁNH MŨI VÀ ĐIỂM CHUÔNG

Cách thức tụng Kinh trong Phật giáo rất đa dạng và khác nhau tùy theo từng truyền thống. Trong Phật giáo Bắc tông, tụng Kinh đã trở thành một nghi lễ hân hoan, với sự hỗ trợ của các pháp cụ và nhạc cụ, như chuông, mõ, trống, kiểng, khánh, tang, đầu v.v... Sự tụng Kinh ở nhiều nơi đã trở thành một khóa lễ nhạc có âm điệu trầm bổng, du dương, gây nhiều cảm hứng tốt ở người nghe.

Phần *Nghi thức Dẫn nhập* và *Nghi thức Sám nguyện* được tụng giống như các khóa lễ xưa nay, tùy theo từng truyền thống. Riêng phần chánh kinh, để người đọc tụng và người nghe dễ hiểu và được lợi ích, người đọc nên ngừng một hoặc hai nhịp không tụng sau mỗi chấm câu hoặc sang hàng hay hết một đoạn, trong khi mõ vẫn được gõ đều đặn.

### a. Ký hiệu được sử dụng

Ký hiệu O chỉ cho “đánh chuông”. Ký hiệu C chỉ cho “nhấp chuông” (nhấp dùi chuông vào vành chuông để báo hiệu rằng sẽ có một tiếng chuông được vọng lên). Ký hiệu M chỉ cho “gõ mõ”.

### b. Cách vào chuông mõ

C O O O M M M M M M M

O M

O M

O M MM M C

### c. Đánh mõ và điểm chuông

Ngoài mục đích tạo trường canh và nhạc điệu cho các khóa lễ, mõ và chuông còn có tác dụng thức tỉnh người đọc. Để các tác dụng này được phát huy triệt để, mõ phải được đánh đều đặn, nhịp nhàng, chậm rãi; không được đánh quá mạnh hay quá nhẹ để tránh trường hợp tiếng lớn, tiếng nhỏ làm mất trang nghiêm và khó đọc tụng cho đều. Chuông được điểm ngân nga sau các đoạn hay câu có ký hiệu O, đối với phần nghi thức dẫn nhập và hồi hướng. Đối với Chánh Kinh, chuông sẽ được điểm lên ngay sau mỗi đoạn Kinh hay sau mỗi ý Kinh hoàn chỉnh, nhằm đưa người đọc tụng trở về với thực tại, lắng niệm và ghi nhớ sâu lờ Phật dạy.

### d. Phối hợp chuông, mõ, khánh và lời tụng

Sau tiếng nhấp chuông của vị Duy-na, vị chủ lễ bắt đầu xướng tụng. Chủ lễ xướng hết chữ thứ hai thì đại chúng mới bắt đầu hòa theo và cùng tụng. Chữ đầu và chữ thứ ba của đoạn do chủ lễ khởi xướng thì không có nhịp mõ. Nhịp mõ được gõ vào nhịp chữ thứ hai và thứ tư. Nghĩa là tiếng mõ thứ nhất sẽ đi với chữ (tiếng) kinh thứ hai, tiếng mõ thứ hai sẽ đi với chữ (tiếng) kinh thứ tư. Sau đó, cứ mỗi chữ thì có một nhịp mõ cho đến hết một bài kinh. Riêng chữ (tiếng) kinh áp chót thì gõ hai nhịp mõ liền nhau và chữ (tiếng) kinh cuối thì một tiếng mõ dứt. Cứ như vậy, chúng ta tụng hết thời kinh.



Đối với bài Sám nguyện trước bài Hồi hương, ta có thể phối hợp mõ với khánh. Tiếng mõ đầu sẽ đi với chữ kinh thứ hai, tiếng khánh đầu sẽ đi với chữ kinh thứ ba. Sau đó, một chữ một tiếng mõ, một chữ một tiếng khánh, cứ như vậy phối hợp mõ và khánh tụng cho hết bài sám. Phần kết thúc bài sám như sau: chữ áp chót của bài sám sẽ đi kèm với hai tiếng mõ liền nhau hơi nhanh và chữ cuối sẽ đi kèm với một tiếng mõ; trong khi từ chữ áp chót của bài sám, khánh được đánh theo hồi, từ bảy đến mười nhịp, khoảng cách của các nhịp khít dần đều và âm thanh của các nhịp nhỏ dần đều.

### III. LỢI ÍCH CỦA TỤNG KINH

Người đọc tụng, thọ trì và truyền bá kinh này sẽ gặt hái nhiều lợi ích cho mình và tha nhân:

- Nắm vững yếu nghĩa lời Phật dạy, nhờ đó, người thọ trì xóa bỏ cái nhìn phân cách, ngộ nhận giữa hai truyền thống. Tất cả chỉ có một nguồn chánh pháp, chỉ thuần nhất hương vị: an lạc, giác ngộ, giải thoát.

- Đọc tụng để lời nói, ý nghĩ, việc làm được trong sạch; để từ bỏ các điều ác, thực hành các hạnh lành, sống tùy hỷ, sống theo bi-trí-dũng, thương yêu, giúp đỡ và bảo vệ lẫn nhau, để làm hành trang cho cuộc sống, làm hương thơm cho đời.

- Đọc tụng để mở rộng tầm nhìn đúng đắn về con người, về thế giới, về nguyên nhân sai biệt cũng như yếu tố hình thành vũ trụ. Đọc tụng để xóa bỏ mê lầm, trở về chánh pháp, sống chánh tín, chánh mạng và an lạc.

- Đọc tụng để chuyển hóa nhận thức và hành động. Nhờ đó, cá nhân được thuần thiện, gia đình được đầm ấm, xã hội được an vui và nhân loại được thái bình, hạnh phúc trong chánh pháp Phật-đà.

Đọc tụng Kinh Phật có nhiều công đức như thế, kính xin tất cả mọi người hãy tinh tấn hơn nữa, trong việc đọc tụng, thọ trì và truyền bá lời Phật dạy!

*Trân trọng,*  
**Sa-môn Thích Nhật Từ**



The background features a light gray, semi-transparent pattern of various leaf shapes and floral motifs. In the upper right, there are detailed, vein-like leaf patterns. In the lower half, there are stylized, solid-colored floral and leaf designs, including a large lotus-like flower and several smaller leaves and buds.

## PHẦN DẪN NHẬP



## 1. NGUYỆN HƯƠNG

Nam-mô Bốn Sư Thích-ca Mâu-ni Phật. O  
Nhang trầm thơm ngát cả rừng thiên,  
Vườn tuệ chiên-đàn nguyện kết nên,  
Giới đức vót thành hình núi thẳm,  
Hương lòng thấp sáng nguyện dâng lên. O

Đệ tử chúng con, một dạ chí thành,  
quỳ trước điện Phật, tụng Kinh cầu an,  
nguyện tiêu tai chướng, nguyện giáng  
kiết tường. Nguyện cho chính pháp được  
lan truyền khắp chốn; Lời Phật dạy được  
phổ biến muôn nơi. Người người từ bỏ  
tham, giận, si, mê; tưới tắm từ bi hạnh  
phúc. Làm lành lánh dữ, thương yêu,  
đùm bọc lẫn nhau. Thế giới dứt nghiệp  
binh đao, muôn loài an vui, giải thoát. O

Kính nguyện bệnh nhân (tên tuổi) nào  
phiền dứt sạch, xa lìa khổ ách, nghiệp  
chướng tiêu trừ, bốn mùa khỏe mạnh,  
thân tâm an lạc, niềm tin vững chắc,

phước thọ tăng long, mọi việc hanh  
thông, gia đình hưng thịnh, quyền thuộc  
khương ninh, pháp giới chúng sinh, cùng  
lên bờ giác. O

Nam-mô Hương Cúng Dường Bồ-tát (3 lần) O

## 2. ĐẢNH LỄ TAM BẢO

**Phật** là đáng giác ngộ mình,  
Độ người thoát khỏi tử sinh bao đời,  
Từ bi, trí tuệ rạng ngời,  
Là thầy ba cõi trời người xưa nay.

**Chí tâm đảnh lễ** tất cả Đức Phật ba đời  
thường trú trong mười phương. (1 lay) O

**Pháp** là phương thuốc diệu thay,  
Chữa lành bệnh khổ bao loài chúng sanh,  
Nhu vằng trắng sáng lung linh,  
Soi đường ra khỏi u minh mê mờ.

**Chí tâm đảnh lễ** tất cả Tôn Pháp ba đời  
thường trú trong mười phương. (1 lay) O

**Tăng** là những bậc chân tu,  
Biết đời huyễn mộng, già từ ra đi,  
Thấm nhuần trí tuệ, từ bi,  
Độ đời thoát khỏi tham ... si khổ sầu.

**Chí tâm đảnh lễ** tất cả Hiền Thánh Tăng  
ba đời thường trú trong mười phương.

(1 lạy) OOO

### 3. TÁN HƯƠNG

(Đại chúng đứng thẳng và chắp tay trước ngực. Duy-na và Duyệt Chúng khai chuông mõ. Từ đây trở đi, chủ lễ xướng và gia chủ cùng tụng theo).

Lò hương vừa bén chiêm đàn  
Tỏa xông pháp giới đạo tràng mười phương  
Hiện thành mây báu cát tường  
Xin Phật chứng giám tâm hương chí thành  
Pháp thân các Phật tịnh thanh  
Chứng minh hương nguyện, phước lành  
rưới ban.

Nam mô Hương Vân Cái Bồ-tát. (3 lần) OOO



## 4. TÁN DƯƠNG GIÁO PHÁP

Pháp Phật cao siêu, lý rộng sâu  
Trăm ngàn muôn kiếp khó tìm cầu  
Nay con gặp được xin trì tụng  
Nguyện hiểu chân Kinh nghĩa nhiệm mầu  
Nam-mô Khai Pháp Tạng Bồ-tát.

(3 lần) OOO



The background features a light gray, semi-transparent illustration of various leaves and floral motifs. In the upper right, there are several detailed leaves with prominent vein structures. In the lower portion, there are stylized, overlapping floral and leaf shapes in a similar light gray tone, creating a delicate, artistic frame for the central text.

# PHẦN CHÁNH KINH



# 1 KINH TỪ BI

1. Người sáng suốt cầu mong hạnh phúc,  
Hưởng hòa bình, cực lạc, Niết-bàn:  
Thuận nhu, chính trực, đoan trang,  
Hiền lương, khiêm tốn, đối nhân dung hòa.

2. Sống cao cả, kiên trì mục đích,  
An cõi lòng, chẳng thích rộn ràng.  
Luôn luôn làm chủ giác quan,  
Không còn liêu lĩnh, dục trần tránh xa.

3. Không hành động xấu, tà nhỏ nhít,  
Khỏi sợ ai chỉ trích, phê bình.  
Cầu mong tất cả chúng sinh:  
Tươi vui, khỏe mạnh, tinh thần lạc an.

4. Con cầu nguyện sinh linh bốn loại,<sup>(1)</sup>

---

1. Bốn loài sinh từ bào thai, sinh từ trứng, sinh từ sự ẩm thấp, sinh do biến hóa.



Không hờn, không giận, không vương  
hận thù.

9. Gìn chính niệm mỗi khi đi, đứng...  
Lúc ngồi, nằm; vận động tay, chân.  
Định thiền tu tập, chú tâm,  
Sống đời cao cả, thanh nhàn, thanh thoi.

10. Đừng làm lạc vào dây tà kiến,  
Đạo đức dày, tuệ giác sáng soi,  
Ái tham dứt sạch: Thanh thoi,  
Luôn hồi kết thúc, an vui niết-bàn.

11. Người tu tập từ tâm vững chãi  
Mười một điều lợi ích sau đây:<sup>(2)</sup>  
Lên giường thì ngủ rất nhanh;  
Đầu hôm thức giấc, tinh thần lạc an;

12. Không ác mộng làm tâm sợ hãi;  
Được mọi người quý mến, thương yêu;

---

2. Ba khổ thơ cuối là nội dung bài *Kinh lợi ích của tâm từ bi* (*Mettanisamsa Sutta*) thuộc *Kinh Tăng Chi*, chương 11 pháp, bài kinh 16. Theo ấn bản của Hội thánh điển Pali thì đây là *Kinh Tăng chi*, tập V, trang 342 (A.V. 342).

Long thiên, hộ pháp thường theo;  
Phi nhân kính trọng, gặp nhiều  
thuận duyên;

13. Lửa, thuốc độc, kiếm gươm khó hại;  
Vừa tập trung liền được nhất tâm;  
Vui tươi, thần thái nhẹ nhàng;  
Vãng sinh nhanh chóng; tái sinh cõi trời.



## 2

## KINH CHÂU BÁU

1. Hữu tình các loại trên đời,  
Địa cầu hay cõi tiên, trời xa xôi.  
Một khi có mặt nơi đây,  
Khởi tâm hoan hỷ, nghe lời kinh thiêng.

Từ bi ban rải mọi miền,  
Hộ trì nhân loại ngày, đêm thanh bình.  
Bao nhiêu công đức tựu thành,  
Xin đem hồi hướng phước lành,  
thảnh thơi. O

2. Bao nhiêu báu vật khắp nơi,  
Cõi này, cõi nọ, chốn này, chốn kia,  
Dù là kho báu cõi trời...  
Cũng không sánh được cuộc đời  
Như Lai.



Phật là Bậc Giác tuyệt vời,  
Vượt qua khổ não, cứu đời bình an.  
Phật là báu vật thế gian,  
Soi đường hạnh phúc, rải ban đạo màu. O

3. Pháp âm Phật dạy cao sâu,  
Lìa tham, bắt tử, khổ đau dứt trừ.  
Chứng từ thiền định, chân như,  
Kho tàng Phật pháp không gì quý hơn.

Định thiền Phật dạy chánh chân,  
Giúp thân khỏe mạnh, giúp tâm an lành.  
Mỗi ngày thiền tọa, thiền hành,  
Não phiền kết thúc, trở thành thánh nhân.

Thiền làm tịnh hóa cõi tâm,  
Thiền là báu vật, chân nhân luôn cần.  
Thiền làm chuyển hóa nghiệp phàm,  
Tăng thêm hạnh phúc, xóa tan  
muộn phiền. O

4. Tăng đoàn Phật lập bốn đôi,  
Được đời ca ngợi, tuyệt vời chánh chân.

Tăng đoàn đáng được cúng dâng,  
Tăng là ruộng phước, bảo tàng thế gian.

Không tham, biết đủ, quyết tâm,  
Vào đường bát tử, phụng hành chẳng sai.  
Hưởng niềm tịch tịnh cao vời,  
Quả tròn giải thoát, sáng ngời trần gian. O

Cũng như tảng đá vững vàng,  
Bám trên mặt đất, trước ngàn bão giông.  
Thánh nhân trí tuệ sáng trong,  
Hiểu sâu “tứ đế”, không còn lung lay.

Trao truyền chân lý thật hay,  
Giúp người tỏ ngộ, giúp đời lạc an.  
Dù chưa tinh tấn thường xuyên,  
Tái sinh nhiều lắm, bảy lần là xong. O

Nhờ nương chính trí hoàn toàn,  
“Hoài nghi, giới cấm, chấp thân”  
không còn.

Thoát ra ba cõi trầm luân,

Không gieo sáu nghiệp thuộc vòng  
khổ đau.

Lỡ mà phạm lỗi đến đâu,  
Bằng thân, miệng, ý... bao lâu, mấy lần...  
Chân nhân không dấu lỗi lầm,  
Ăn năn, chuyển nghiệp, làm lành  
nhiều hơn. O

5. Lành thay, chân lý Thế Tôn!  
Tịnh an, thù thắng, chúng nên Niết-bàn.  
Làm cho lợi ích chúng sanh,  
N như mưa đầu hạ, cây xanh đâm chồi.

Lành thay, đức Phật tuyệt vời,  
Chuyển xe Diệu Pháp, giúp đời hết mê.  
Truyền trao phẩm chất Bồ-đề,  
Phật là vô thượng, đề huề Đạo sư.

Nghiệp nhân quá khứ dứt trừ,  
Hiện đời, nghiệp mới... không hề  
tạo thêm.

Thánh tăng chuyển nghiệp ái tham,  
Niết-bàn chứng đắc, tái sanh  
không còn. O

6. Lành thay, các vị thiên, nhân...  
Trên trời, dưới đất... chí thành quy y.  
Thế Tôn tuệ giác, từ bi,  
Bậc Thầy muôn loại, sánh vì thái dương.

Lành thay, Phật Pháp soi đường  
Khổ đau kết thúc, đạo vàng thên thang.  
Lành thay, ruộng phước thánh Tăng,  
Hương về Tam bảo, con nương  
trọn đời! O

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (3 lần) O

\*\*\*



## 3

## KINH THỰC TẬP VÔ NGÃ

Tôi nghe như vậy. Có một thưở nọ, ở tại vườn Nai, thuộc Ba-la-nại, đức Phật đã dạy cho năm Tỳ-kheo cốt lõi thực tập vô ngã như sau. O

1) Nay các đệ tử, hãy nhận thức rằng *thân thể* này đây vốn là vô ngã. Nếu thân là ngã thì trên đời này không có tình trạng thân bị bệnh tật và ta có được một thân thể khỏe như sự mong đợi: “Thân thể của tôi phải như thế này, hoặc thân thể này phải như thế kia...” Nhưng trên thực tế, chẳng được như thế. Nay các đệ tử, vì thân vô ngã nên thân có bệnh, biến hoại, già nua, dẫn đến chết chóc; những điều mong ước về thân thể này không thể thành tựu. O

2) Nay các đệ tử, hãy nhận thức rằng *cảm giác* con người vốn là vô ngã. Nếu các cảm giác đều là tự ngã thì trên đời này không có tình trạng cảm giác bị khổ và ta có được dòng cảm giác tốt như sự mong đợi: “Cảm giác của tôi phải như thế này, hoặc cảm giác này phải như thế kia...” Nhưng trên thực tế, chẳng được như thế. Nay các đệ tử, vì cảm giác này vốn là vô ngã nên dòng cảm giác bị khổ chi phối; những điều mong ước về dòng cảm giác không thể thành tựu. O

3) Nay các đệ tử, hãy nhận thức rằng *tri giác* con người vốn là vô ngã. Nếu các tri giác đều là tự ngã thì trên đời này không có tình trạng tri giác bị khổ và ta có được một trí giác tốt như sự mong đợi: “Tri giác của tôi phải như thế này, hoặc tri giác này phải như thế kia...” Nhưng trên thực tế, chẳng được như thế. Nay các đệ tử, vì tri giác này vốn là vô

ngã nên những tri giác bị khổ chi phối; những điều mong ước về những tri giác không thể thành tựu. O

4) Nay các đệ tử, hãy nhận thức rằng *tâm tư* con người vốn là vô ngã. Nếu các tâm tư đều là tự ngã thì trên đời này không có tình trạng tâm tư bị khổ và ta có được một tâm tư tốt như sự mong đợi: “Tâm tư của tôi phải như thế này, hoặc tâm tư này phải như thế kia...” Nhưng trên thực tế, chẳng được như thế. Nay các đệ tử, vì tâm tư này vốn là vô ngã nên những tâm tư bị khổ chi phối; những điều mong ước về những tâm tư không thể thành tựu. O

5) Nay các đệ tử, hãy nhận thức rằng *nhận thức* con người vốn là vô ngã. Nếu các nhận thức đều là tự ngã thì trên đời này không có tình trạng nhận thức bị khổ và ta có được một nhận thức tốt như sự mong đợi: “Nhận thức của tôi phải như



thể này, hoặc nhận thức này phải như thế kia...” Nhưng trên thực tế, chẳng được như thế. Nay các đệ tử, vì nhận thức này vốn là vô ngã nên những nhận thức bị khổ chi phối; những điều mong ước về những nhận thức khó được thành tựu. O

6) Nay các đệ tử, hãy cho biết rằng thân thể, cảm giác, tri giác, tâm tư và các nhận thức vốn là thường còn hay là vô thường?

– Bạch đức Thế Tôn, năm tổ hợp này đều là vô thường.

– Nay các đệ tử, hãy cho biết rằng cái gì vô thường là khổ hay vui?

– Bạch đức Thế Tôn, những gì vô thường dĩ nhiên là khổ.

– Nay các đệ tử, thân thể vô thường mang đến khổ đau, chịu sự biến hoại như một quy luật. Để vượt qua khổ do thân vô thường, hãy thực tập rằng: “Tất

cả thứ này không phải là tôi, không phải của tôi, cũng không phải là tự ngã của tôi”. O

7) Nay các đệ tử, tương tự như thế, cảm giác vô thường, tri giác vô thường, tâm tư vô thường, nhận thức vô thường mang đến khổ đau, chịu sự biến hoại như một quy luật. Để vượt qua khổ do sự vô thường của tất cả thứ cảm giác, tri giác, tâm tư, nhận thức, hãy thực tập rằng: “Tất cả thứ này không phải là tôi, không phải của tôi, cũng không phải là tự ngã của tôi”. O

8) Nay các đệ tử, bất luận thân thể thuộc về quá khứ, hiện tại, vị lai, thuộc trong hay ngoài, lớn hay vi tế, đẹp hay là xấu, xa hay là gần... hãy nên quán sát bằng chánh trí tuệ như chúng vốn là: “Tất cả thứ này không phải là tôi, không phải của tôi, cũng không phải là tự ngã của tôi”. O

9) Nay các đệ tử, tương tự như thế, bất luận *cảm giác, tri giác, tâm tư* và các *nhận thức* thuộc về quá khứ, hiện tại, vị lai, thuộc trong hay ngoài, lớn hay vi tế, đẹp hay là xấu, xa hay là gần... hãy nên quán sát bằng chánh trí tuệ như chúng vốn là: “Tất cả thứ này không phải là tôi, không phải của tôi, cũng không phải là tự ngã của tôi”. O

10) Nay các đệ tử, nhờ nhận thức này, vị đệ tử thánh không vướng thân thể, không vướng cảm giác, không vướng tri giác, không vướng tâm tư, không vướng nhận thức. Do không vướng mắc, vị ấy đạt được trạng thái lìa tham, tâm được giải thoát. Khi được giải thoát, nhận thức rõ ràng: “Ta đã giải thoát”. Vị ấy biết rõ: “Tái sinh đã hết, hạnh thánh đã thành, việc nên đã làm, không còn trở lại cuộc đời này nữa”.

Nghe đức Phật dạy, năm thầy Tỳ-

kheo vô cùng hoan hỷ, phát tâm thực tập chuyên hóa khổ đau. Ngay sau bài kinh, tâm của năm vị đều được giải thoát khỏi các lậu hoặc, không còn chấp thủ. O

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (3 lần) O





## 4

## KINH CÁC PHÁP QUÁN NIỆM

Một thưở nọ, gần thành Xá Vệ,  
 Phật cùng hàng đệ tử ngự yên,  
 Tại nơi tinh xá Kỳ Viên,  
 Cửa Cấp Cô Độc làm duyên cúng dường. O  
 Lúc ấy có người vương bệnh nặng,  
 Thầy tỳ-kheo Gi-ri-ma-nan-đa,  
 Chịu nhiều đau đớn thiết tha,  
 Xót thương đại đức A-nan-đa trình bày.  
 Vào đến chốn Như Lai đang ngự,  
 Đánh lễ rồi có sự bạch qua:  
 - Rằng Gi-ri-ma-nan-đa  
 Đang vương chứng bệnh trầm kha não  
 nùng. O  
 Bạch Thế Tôn mở lòng từ ái,  
 Dời gót vào đến tại thất riêng,

Của thầy trong lúc ngựa nghiêng,  
 Vì chúng bệnh hoạn triền miên lâu ngày.

Liên lúc đó Như Lai bèn dạy:

- A-nan-đa người phải thẳng qua

Chỗ thầy Gi-ri-ma-nan-đa,

Truyền mười pháp tướng của ta chỉ bày. O

Pháp tướng ấy tánh hay khỏi bệnh,

Chẳng luận là căn bệnh chóng chầy.

Nếu Gi-ri-ma-nan-đa

Được nghe, lập tức bệnh liền giảm thuyên.

Các pháp tướng linh thiêng cao cả

Tướng những là *vô ngã, vô thường,*

Tướng *bất tịnh*, dứt tình trường;

*Sự khổ* dứt bỏ thói thường cho xong.

*Tướng tịch tịnh, tướng không tham luyến,*

Pháp thể gian lắm chuyện thị phi,

*Tướng đến những pháp hành vi,*

Đều *vô thường* hết có chi bận lòng. O

Lại đề ý đến trong *hơi thở,*

Cho đủ mười điều nhớ của ta

Này đại đức A-nan-đa,

*Tưởng vô thường* ấy nghĩa là làm sao? O  
Vị hành giả đã vào Phật pháp  
Ở trong rừng hoặc dựa gốc cây,  
Hoặc nhà thanh vắng không ai,  
Trầm ngâm tưởng pháp Như Lai như vậy:  
Sắc, thọ, tưởng liên dây hành, thức  
Đều vô thường một mực như nhau.  
Năm uẩn chẳng luận uẩn nào,  
Hành giả tưởng thấy biến mau,  
không thường.  
Tưởng năm uẩn vô thường như vậy,  
Như Lai cho tưởng ấy vô thường.  
Này, đại đức A-nan-đa,  
Còn *tưởng vô ngã* làm theo như vậy: O  
- Mắt cùng các sắc đầy một cuộc,  
Chẳng phải là vật thuộc của ta.  
Tai và các tiếng gần xa,  
Cũng là chẳng phải của ta đâu nào.  
- Mũi lại với các mùi cả thủy,  
Đều ở ngoài chẳng phải của ta,  
Lưỡi cùng các vị phớt qua,



Thật đó chẳng phải của ta, chớ làm.  
 - Thân thể với các mầm đặng cọ,  
 Chớ đảo điên cho đó của ta,  
 Tâm cùng các pháp hà sa,  
 Cũng đều chẳng phải của ta mỗi phần.  
 Hành giả tưởng căn trần như thế,  
 Ngoài phạm vi chẳng kể của ta,  
 Nay, đại đức A-nan-đa,  
 Pháp tướng vô ngã đó ta đã bày. O  
*Tưởng bất tịnh* là điều chi vậy,  
 Vị hành giả tưởng thấy trong thân.  
 Bắt từ ngọn tóc xuống chân  
 Có da bao bọc chung quanh cả mình.  
 Trong chứa vật nhiều hình nhiều dáng,  
 Dù khác nhau nhưng đáng góm ghê,  
 Tóc lông với móng răng da,  
 Thịt, gân, xương tủy, ruột già, ruột non,  
 Thận, tim, gan, da non, lá lách,  
 Phổi, phần, đàm, nước mắt, mồ hôi,  
 Mật cùng vật thực chưa tiêu,  
 Đầu da, mủ máu rất nhiều phần dơ.

Mỡ nhớt, mũi, chẳng bao giờ thiếu,  
Nước miếng cùng nước tiểu đầy đầy,  
Hành giả tưởng các vật này,  
Vốn không sạch sẽ trong thân con người.  
A-nan-đa vậy người cố nhớ,  
Pháp ấy là tưởng sợ thân ta.  
Này đại đức A-nan-đa,  
Còn *tưởng sự khổ* làm theo như vậy: O  
Thân thể vốn đầy đầy khổ não,  
Tội lỗi gây quả báo về sau.  
Bệnh căn khốn khó nhưc đau,  
Những bệnh hoạn ấy kể sao cho cùng.  
Nhu bệnh phát phần trong tai mũi,  
Trong thân hình, trong lưỡi, trong đầu,  
Trong miệng, trong bụng đâu đâu,  
Ngoài tai, ngoài mũi, khắp cùng châu thân.  
Bệnh ho suyễn, gây lằn bệnh nóng,  
Bệnh chân răng, các giống lác, cùi,  
Bệnh bấu, sỏi, mụn hôi hôi,  
Bệnh phong lao tổn vô hôi khó toan.  
Bệnh chóng mặt, trái ban thổ huyết,

Trĩ nội ngoại chi xiết thúi tha,  
 Ghẻ ngứa, ghẻ phỏng ngoài da,  
 Đau bụng, thổ tả cùng là đàm xanh.  
 Bệnh đau máu dễ thành chứng nặng,  
 Bệnh mật đau, huyết trắng, phong đàm,  
 Bệnh bón, bệnh lậu, không kham,  
 Phong lở, đau mật, gió làm cho đau.  
 Bệnh thời khí, bệnh do đánh đập,  
 Do nghiệp duyên dồn dập từ xưa,  
 Do lạnh, do nóng không ưa,  
 Do đói, do khát, chẳng chừa một nhân. O  
 Tưởng tội khổ trong thân như thế,  
 Pháp ấy là tưởng khổ thân ta.  
 Nay, đại đức A-nan-đa,  
 Còn *tưởng dứt bỏ* nghĩa là làm sao?  
 Vị hành giả đã vào Phật pháp,  
 Không có lòng thọ pháp dục tham,  
 Quyết cho tham ái dứt tan,  
 Đề *tư duy dục* không sanh khởi hoài.  
 Không thọ lãnh lại hay dứt bỏ,  
 Làm tiêu tan chẳng có chút chi,

Không cho sanh *hận tư duy*,  
Thứ lòng cố chấp nghĩ suy oán hờn. O  
Không thọ lãnh lại càng dứt bỏ,  
Làm tiêu tan chẳng có chút chi,  
Không cho sanh *khốn tư duy*,  
Thứ lòng khốn khó nghĩ suy thật hành.  
Không thọ lãnh lại đành dứt bỏ,  
Làm tiêu tan chẳng có dư dành,  
Không cho nghiệp dữ phát sanh,  
Nghiệp dữ đã có không thành nhiều  
thêm. O

Này A-nan và hàng đại chúng,  
Pháp ấy là tướng quán lia xa,  
Chuyên cần tinh tấn thoát ra.  
*Tướng dứt tình dục* nghĩa là làm sao? O  
Dứt tình dục, nơi đây bất diệt,  
Là niết-bàn trừ diệt sở hành,  
Dứt bỏ, phiền não chẳng sanh,  
Đoạn trừ ái dục cội căn tuyệt rồi. O  
Niết-bàn ấy vô hồi tịch tịnh,  
Pháp môn này cao thượng sâu xa,

Này, đại đức A-nan-đa,  
Tưởng dứt tình dục đó ta ban truyền. O  
Sao gọi *tưởng không duyên thế giới?*  
Cái tâm này mong đợi, chấp nương,  
    Ái dục với kiến thức thường,  
Đoạn kiến cùng những vị phiền thế gian.  
Cái tâm ấy thuộc hàng tâm ác,  
Vị hành giả trong pháp của ta,  
    Khi nào bỏ pháp ấy ra,  
Không lòng cố chấp tránh xa được rồi.  
Pháp ấy gọi tưởng thôi, không tiến,  
Hoặc là không tham luyến thế gian.  
    Này, đại đức A-nan-đa,  
Còn *tưởng hành tác vô thường* là sao?  
    Này hành giả, vị nào chán nản,  
Hoặc góm ghê, chẳng quản hành vi,  
    Này, đại đức A-nan-đa.  
Đó Như Lai gọi hành vi vô thường. O  
Thế nào gọi *niệm thường hơi thở?*  
Vị hành giả hoặc ở trong rừng,  
    Trong nhà hoặc dựa gốc cây,

Nên ngồi híp mắt, thân ngay im lìm.  
Ý hơn chánh để tìm thiền định.  
Khi mọi bề yên tĩnh thân nhiên,  
Chú tâm đề mục tham thiền,  
Nhớ biết rõ rệt, thở vào thở ra.  
Thở ra dài cùng ra hơi vẫn,  
Thở vô mà có vẫn hay dài,  
Chú tâm cho rõ cả hai,  
Hơi vô cũng nhớ vẫn dài phân minh.  
Vị hành giả chuyên tinh ròng rã,  
Nhớ biết rằng ta đã rõ ta,  
Là người biết thở vô ra,  
Niệm xong rồi mới thở ra thở vào. O  
Vị hành giả chuyên cần ròng rã,  
Nhớ biết rằng ta đã biết ta,  
Là người diệt thở vô ra,  
Niệm xong rồi mới thở ra thở vào. O  
Vị hành giả chuyên cần một mực,  
Ta biết rằng ta thật biết rành,  
Những điều thọ sướng vui mừng,  
Niệm xong rồi mới thở vào thở ra. O

Vị hành giả tâm đồ chuyên chú  
Tự biết rằng rõ thú yên vui,  
Phân minh biết được rõ rồi,  
Niệm xong rồi mới thở vào thở ra. O  
Vị hành giả quán qua hô hấp,  
Tự biết là rõ khắp tâm hành,  
Biết cho rõ rệt đàn rành,  
Niệm xong rồi mới thở vào thở ra. O  
Vị hành giả quán qua hô hấp,  
Tự biết rằng diệt tắt tâm hành,  
Biết cho rõ rệt đàn rành,  
Niệm xong rồi mới thở vào thở ra. O  
Hành giả không mơ hồ chán nản,  
Vẫn tinh cần thanh sáng luôn luôn,  
Biết rằng ta đã rõ tâm,  
Niệm xong rồi mới thở vào thở ra. O  
Vị hành giả trong mô phạm ấy,  
Vẫn chuyên cần nhớ thấy rằng ta  
Làm tâm được thơ thới ra,  
Niệm xong rồi mới thở ra thở vào. O  
Vị hành giả giới trau nhẫn nại,

Chuyên cần rằng ta phải giữ tâm,  
Quân bình trong các cảnh trần,  
Niệm xong rồi mới thở vào thở ra. O  
Vị hành giả nguyện cho hăng hái,  
Tinh cần rằng ta giải thoát tâm,  
Xa lìa năm pháp che ngăn,  
Niệm xong rồi mới thở vào thở ra. O  
Vị hành giả xét vô thường biến,  
Rằng ta hằng thấy hiện tinh tường,  
Năm uẩn đều là vô thường,  
Niệm xong rồi mới thở vào thở ra. O  
Hành giả để tâm vô đề mục,  
Rằng pháp trừ tình dục mà ta,  
Là người hằng được thấy qua,  
Niệm xong rồi mới thở ra thở vào. O  
Vị hành giả tự cho hằng thấy,  
Pháp tịch tịnh, pháp ấy hằng yên,  
Khỏi điều thống khổ triền miên,  
Niệm xong rồi mới thở liền vô ra.  
Vị hành giả rằng ta thấy rõ,  
Những pháp lành dứt bỏ ưu phiền,



Chuyên cần niệm chẳng trì duyên,  
Niệm xong rồi mới thở liền vô ra. O  
Điều ấy gọi niệm vô hơi thở,  
Nếu ai đi thăm chỗ bệnh nhân,  
Nhấn Gi-ri-ma-nan-đa,  
Hãy nên thực tập pháp ta chỉ bày.  
Liên theo đó A-nan-đa học,  
Pháp tướng này của đức Thế Tôn,  
Rồi đem truyền đến Sa-môn,  
Người đương bệnh hoạn dập dồn bấy lâu. O  
Nhờ nghe được pháp mầu quán tưởng,  
Bệnh của thầy Gi-ri-ma-nan-đa  
Giảm thuyên rồi khỏi hẳn ra,  
Chỉ trong giây phút thoáng qua không chầy.  
Pháp quán tưởng thường hay diệt bệnh,  
Giúp thân tâm an định, khổ tan,  
Ai người chăm chỉ thực hành,  
Con đường giác ngộ đành rành ngay đây.

OOO

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (3 lần) O

## 5

## KINH DỤ NGÔN BỌT NƯỚC

Lúc bảy giờ Thế Tôn an trụ,  
 Ở bên sông Ấn Độ: Hằng hà,  
 Sóng đùa bọt nước tung ra,  
 Phật kêu đệ tử ra mà quán soi. O  
 Hãy chuyên chú nhìn rồi quán sát,  
 Lấy lý nhìn bọt nước rỗng không.  
 Bọt không có lõi bên trong,  
 Làm sao có lõi giữa lòng bọt kia. O  
 Nay các vị, cũng như thế đấy,  
 Phàm những gì SẮC thấy xưa nay:  
 Đã qua hiện tại vị lai,  
 Nhuyễn thô, xấu tốt, trong ngoài, gần xa,  
 Hãy chuyên chú để mà quán sát,  
 Lấy lý nhìn thấy SẮC trống không.  
 SẮC nào có lõi bên trong,  
 Làm sao có lõi giữa lòng SẮC kia. O

Nay các vị, cũng như ví dụ:  
 Vào mùa thu mưa dội ở ngoài,  
 Mưa to bong bóng nổi đầy,  
 Hiện rồi biến mất trong vài sát-na.  
 Hãy chuyên chú để mà quán sát,  
 Lấy lý nhìn, bong bóng trống không;  
 Bóng nào có lỗi bên trong,  
 Làm sao có lỗi giữa lòng bóng kia. O  
 Nay các vị, cũng như thế đấy,  
 Phàm những gì THỌ thấy xưa nay:  
 Đã qua hiện tại, vị lai,  
 Nhuyễn thô, xấu tốt, trong ngoài, gần xa.  
 Hãy chuyên chú để mà quán sát,  
 Lấy lý nhìn thấy THỌ trống không;  
 THỌ nào có lỗi bên trong,  
 Làm sao có lỗi giữa lòng THỌ kia. O  
 Nay các vị, cũng như ví dụ:  
 Vào mùa hè đến độ giữa trưa,  
 Giờ này đứng bóng đang mùa,  
 Ráng trời một khoảng mới vừa hiện lên.  
 Hãy lấy lý mà nhìn, quán sát,

Chuyên chú nhìn, thấy chúng rỗng không;  
Ráng nào có lỗi bên trong,  
Làm sao có lỗi giữa lòng ráng kia O  
Này các vị, cũng như thế đấy,  
Phàm những gì TUỞNG thấy xưa nay,  
TUỞNG nào có lỗi bên trong,  
Làm sao có lỗi trong lòng TUỞNG kia. O  
Này các vị, ví như có kẻ  
Đi ra rừng để kiếm lỗi cây;  
Người này thấy cụm chuối dây,  
Thân cao mọc thẳng ra tay chặt liền.  
Rồi vội vã đến bên lột vỏ,  
Giác không còn, tìm lỗi được sao?  
Mọi người chuyên chú nhìn vào,  
Lấy lý quán sát chuối nào lỗi đâu. O  
Chúng hiện rõ bấy lâu trống rỗng,  
Làm sao mà có lỗi ở đây;  
Rõ ràng thân chuối phơi bày,  
Không hề có lỗi ở ngay trong lòng.  
Thân chuối lộ rỗng không đâu lỗi,  
Làm sao mà có lỗi bên trong;

Rõ ràng trong ruột rỗng không,  
Làm sao có lỗi giữa lòng chuối kia.  
Này các vị, cũng như vậy đây,  
Phàm những gì HÀNH thấy xưa nay,  
HÀNH nào có lỗi bên trong,  
Làm sao có lỗi giữa lòng HÀNH kia. O  
Này các vị, như trò ảo thuật  
Của thầy trò những kẻ chuyên môn  
Bày trò những ngón tinh khôn,  
Nếu nhìn chuyên chú tỏ tường ngay thôi.  
Hãy lấy lý rạch ròi quán sát,  
Mọi người nhìn thấy chúng vốn không;  
Trò này không thật bên trong,  
Làm sao có lỗi trong lòng “trò” kia. O  
Này các vị, cũng như thế đây,  
Phàm những gì THỨC thấy xưa nay,  
THỨC nào có lỗi bên trong,  
Làm sao có lỗi trong lòng THỨC kia.  
Đã thấy vậy các ông nên biết,  
Thánh đa văn đệ tử chán nhàm,  
Của sắc, thọ, tưởng, thức, hành,

Cũng nhờ nhàm chán, tự mình lìa tham.  
Bởi lìa tham dễ dàng giải thoát,  
Hết buộc ràng chánh trí khởi lên:  
“Ta vừa giải thoát đảo điên”,  
Không còn thói chuyển triền miên  
luân hồi. O

Vị này biết rõ thế rồi,  
Thế Tôn cũng giảng nơi nơi như vậy:  
SẮC như bọt nước tan ngay,  
THỌ như bong bóng nước, ngoài mưa rơi.  
TUỞNG thì ví tựa ránh trời,  
HÀNH như thân chuỗi khắp nơi mọi vùng.  
THỨC như ảo thuật vô chừng,  
Bà con hay đấng thân nhân mặt trời.  
Đều cùng giảng nói vậy thôi,  
Rõ ràng không “ngã” tự nơi thân mình. O  
Như vậy chuyên chú mà nhìn,  
Lý chơn quán sát tận tình chiếu soi.  
Dựa vào lý quán rạch ròi,  
Rõ ràng các pháp tánh thời trống không.  
Khởi đầu hãy tự quán thân,

Những vì Đại Trí vẫn thường thuyết như:  
    Khi nào ba pháp tiêu trừ,  
    Bảy giờ thấy sắc bị từ bỏ đi.  
    Thân tàn bị vất vô tri,  
    Không còn hơi ấm, thọ lìa thức tan.  
    Bị quăng nằm đó ai màng,  
    Làm mỗi cầu xé cho đàn chim muông. O  
    Sắc thân luân chuyển vô thường,  
    Ngu si ảo thuật khôn lường tinh ranh.  
    Như là những kẻ sát sanh,  
    Lỗi cây không thấy, quần quanh tìm hoài.  
    Quán soi các uẩn như vậy,  
    Người tu tinh tấn đêm ngày không lơ.  
    Phải luôn tỉnh giác từng thời,  
    Tư duy chánh niệm không rời, tâm an.  
    Bỏ đi tất cả buộc ràng,  
    Để làm chỗ tựa bình an đi vào.  
    Sống như chữa lửa cháy đầu,  
    An vui tịch tịnh ngõ hầu chứng nên.

OOO

## 6

## KINH QUÁN NIỆM HƠI THỞ

## THỰC TẬP CHÚNG QUÁ

Tôi nghe như vậy. Một thời đức Phật ở chùa Kỳ Viên, thuộc thành Xá-vệ. Pháp hội bấy giờ có các Thanh Văn thượng thủ, nổi tiếng: Ngài Xá-lợi-phất, ngài Mục-kiền-liên, ngài Ca-chiên-diên, ngài Câu-thi-la, A-nậu-lâu-đà, ngài Ưu-bà-đa và A-nan-đa. Có vị hướng dẫn mười người, hai mươi, ba mươi, bốn mươi ... các vị mới tu, giúp cho tiến bộ. Vào rằm tháng tư, đang lúc Tăng đoàn ngồi yên ngoài trời, im lặng trang nghiêm, Phật dạy như sau: O

Này các đệ tử, Tăng đoàn của ta tu học thanh tịnh, không thích phù phiếm, đáng được cúng dường, xứng là ruộng



phước, được đời kính trọng. Có nhiều tu sĩ chứng A-la-hán, phiền não không còn, hạnh thánh đã thành, việc nên đã làm, đặt gánh nặng xuống, đạt được mục đích, giải thoát cao quý nhờ vào trí tuệ. O

Có các tu sĩ đã cắt đứt được năm trói buộc đầu, chứng quả Bất Hoàn, không còn luân hồi. Có vị dứt được ba trói buộc đầu, gồm tham, sân, si, chứng quả Nhất Hoàn, trở lại lần nữa ở cõi đời này. Có vị dứt được ba trói buộc đầu, chứng quả Dự Lưu, đang đi trên đường hướng về giác ngộ. Có người thực tập bốn pháp quán niệm. Có vị thực tập bốn điều tinh tấn, bốn như ý túc, năm năng lực lớn, bảy điều giác ngộ, thánh đạo tám nhánh. Có vị thực tập từ, bi, hỷ, xả. Có vị thực tập chín điều quán tưởng về thi thể người. Cũng có các vị thực tập quán niệm hơi thở ra vào. O

Này các đệ tử, người siêng thực tập quán niệm hơi thở sẽ được an lạc, đạt bốn quán niệm. Tiếp tục như thế, hành giả đạt được bảy điều giác ngộ, trí tuệ, giải thoát. Hãy lắng lòng nghe, Thầy sẽ giảng dạy về quán hơi thở. O

### MƯỜI SÁU HƠI THỞ

Này các đệ tử, hành giả vào rừng, ngồi dưới gốc cây, hay nơi thanh vắng, ngồi thế hoa sen, giữ lưng ngay thẳng, đặt niệm trước mặt, tỉnh thức rõ ràng hơi thở ra vào. Khi đang thở vào, biết mình thở vào. Khi đang thở ra, biết mình thở ra. Phép quán hơi thở gồm mười sáu bước. O

### SÁU HƠI THỞ LIÊN HỆ THÂN THỂ

1. Thở vào hơi dài, ý thức rõ ràng: “Tôi đang thở vào một hơi thở dài”. Thở ra hơi dài, ý thức rõ ràng: “Tôi đang thở ra một hơi thở dài”.

2. Thở vào hơi ngắn, ý thức rõ ràng: “Tôi đang thở vào một hơi thở ngắn”. Thở ra hơi ngắn, ý thức rõ ràng: “Tôi đang thở ra một hơi thở ngắn”.

3. Khi thở hơi vào, ý thức toàn thân. Khi thở hơi ra, ý thức toàn thân.

4. Tôi đang thở vào, an tịnh toàn thân. Tôi đang thở ra, an tịnh toàn thân. O

#### SÁU HƠI THỞ LIÊN HỆ CẢM XÚC

5. Tôi đang thở vào, cảm nhận mừng vui. Tôi đang thở ra, cảm nhận mừng vui.

6. Tôi đang thở vào, cảm thấy an lạc. Tôi đang thở ra, cảm thấy an lạc.

7. Tôi đang thở vào, ý thức rõ ràng hoạt động tâm ý. Tôi đang thở ra, ý thức rõ ràng hoạt động tâm ý.

8. Tôi đang thở vào, hoạt động tâm ý đang được an tịnh. Tôi đang thở ra, hoạt động tâm ý đang được an tịnh. O

## SÁU HƠI THỞ LIÊN HỆ TÂM

9. Tôi đang thở vào, cảm giác về tâm.  
Tôi đang thở ra, cảm giác về tâm.

10. Tôi đang thở vào với tâm hân hoan.  
Tôi đang thở ra với tâm hân hoan.

11. Tôi đang thở vào với tâm thiền định.  
Tôi đang thở ra với tâm thiền định.

12. Tôi đang thở vào với tâm giải thoát.  
Tôi đang thở ra với tâm giải thoát. O

## SÁU HƠI THỞ LIÊN HỆ Ý NIỆM

13. Tôi đang thở vào, quán tưởng vô thường.  
Tôi đang thở ra, quán tưởng vô thường.

14. Tôi đang thở vào, quán tưởng lìa tham.  
Tôi đang thở ra, quán tưởng lìa tham.

15. Tôi đang thở vào, quán tưởng hoại diệt.  
Tôi đang thở ra, quán tưởng hoại diệt.

16. Tôi đang thở vào, quán tưởng

buông bỏ. Tôi đang thở ra, quán tưởng  
buông bỏ. O

Phép quán hơi thở, như chỉ dẫn trên, nếu siêng tu tập một cách miên mật sẽ giúp đạt được các thành quả lớn, an lạc, giải thoát.

### HƠI THỞ VÀ BỐN ĐIỀU QUÁN NIỆM

Này các đệ tử, khi một hành giả quán niệm hơi thở dài, ngắn, ra, vào mà có ý thức về hơi thở ấy và toàn thân mình, làm cho toàn thân trở nên an tịnh, thì hành giả ấy đang thực tập tốt “quán thân như thân”, tinh tấn, tỉnh thức, không còn tham đắm hay là chán ghét đối với cuộc sống. Đây là chánh niệm đối với thân thể. O

Này các đệ tử, khi thở ra vào mà có ý thức về sự vui mừng, về sự an lạc, hoạt động tâm ý, an tịnh tâm ý, thì hành giả ấy đang thực tập tốt “quán các cảm giác

như các cảm giác”, tinh tấn, tỉnh thức, không còn tham đắm hay là chán ghét đối với cuộc sống. Đây là chánh niệm đối với cảm giác.

Này các đệ tử, khi thở ra vào, cảm nhận về tâm, với tâm hân hoan, với tâm thiên định, với tâm giải thoát, thì hành giả ấy đang thực tập tốt “quán tâm như tâm”, tinh tấn, tỉnh thức, không còn tham đắm hay là chán ghét đối với cuộc sống. Đây là chánh niệm đối với tâm ý. O

Này các đệ tử, khi thở ra vào, quán tưởng vô thường, quán tưởng lìa tham, quán tưởng hoại diệt, quán tưởng buông bỏ, thì hành giả ấy đang thực tập tốt “quán pháp như pháp”, tinh tấn, tỉnh thức, không còn tham đắm hay là chán ghét đối với cuộc sống. Đây là chánh niệm đối với vạn pháp.

## HƠI THỞ VÀ BẢY ĐIỀU GIÁC NGỘ

Phép quán hơi thở, nếu siêng tu tập một cách miên mật sẽ giúp đạt được bốn pháp quán niệm, như vừa nêu trên. Khi thực tập được bốn phép quán niệm, hành giả đạt được bảy điều giác ngộ một cách trọn vẹn. Khi các hành giả thực tập đúng cách quán thân như thân, quán thọ như thọ, quán tâm như tâm, quán pháp như pháp, tinh tấn, tỉnh thức, không còn tham đắm hay là chán ghét đối với cuộc sống, thì đúng lúc ấy, hành giả đạt được chính niệm vững vàng. Đây là yếu tố giác ngộ thứ nhất: Chính niệm, tỉnh giác. An trú chính niệm, hành giả quyết trạch về mọi sự vật, đối tượng tâm ý. Đây là trạch pháp: Giác ngộ thứ hai. Giữ vững chính niệm, quyết trạch vạn pháp, hành giả đạt được siêng năng, bền bỉ. Đây là tinh tấn: Giác ngộ thứ ba. Khi đã an trú trong sự tinh

tần, hành giả đạt được hỷ lạc siêu việt. Đây là hỷ lạc: Giác ngộ thứ tư. An trú hỷ lạc, hành giả cảm thấy thân và tâm mình nhẹ nhàng, an tịnh. Đây là khinh an: Giác ngộ thứ năm. Khi thân và tâm an trụ trạng thái nhẹ nhàng, an tịnh, hành giả đạt được thiền định chân chính. Đây là chính định: Giác ngộ thứ sáu. An trụ trong định, không còn phân biệt, hành giả đạt được trạng thái buông bỏ. Đây là hành xả: Giác ngộ thứ bảy. O

Này các đệ tử, khi thực tập được bảy điều giác ngộ, hành giả đạt được giải thoát trọn vẹn nhờ vào trí tuệ. Đang khi thực tập bảy điều giác ngộ, một mình an tịnh, quán chiếu rõ ràng vô thường, lìa tham, hoại diệt, buông xả, hành giả thành tựu trí tuệ giải thoát.

Nghe Phật giảng dạy về cách quán niệm hơi thở ra vào, mọi người có mặt



vô cùng mừng rỡ, phát nguyện thực tập,  
truyền bá kinh này. O

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (3 lần) O

\*\*\*

## 7

## KINH BA DẤU ẤN THỰC TẠI

Tôi nghe như vậy. Một thời đức Phật ở Chùa Kỳ Viên, thuộc thành Xá-vệ. Trước mặt Tăng đoàn, Phật dạy như sau: “Này các đệ tử, có ba dấu ấn về các thực tại, là ba cánh cửa đi vào giải thoát, cũng là chân lý được các đức Phật truyền bá, giảng dạy, là con mắt tuệ của các đức Phật, là chỗ đi về của các đức Phật”. Nay ta giảng dạy, hãy nên lắng nghe, ghi nhớ hành trì”. O

## DẤU ẤN TÁNH KHÔNG

Này các đệ tử, bản chất sự vật vốn là “không tính”. Tính “không” của vật không kẹt có, không, không tự sinh ra, không mất vĩnh viễn, không vương

vọng tướng, thoát khỏi tri kiến. Bản thể tánh “không” không có hình tướng, không kẹt không gian, không thể khái niệm, chưa từng sinh khởi, vượt khỏi tri kiến và sự nắm bắt. Vì không nắm bắt, tánh “không” bao hàm tất cả sự vật, tồn tại trong tánh vốn không phân biệt. Đây là nhãn quan vô cùng xác thực về các vật thể. Đó là dấu ấn của mọi sự vật. O

Này các đệ tử, người biết tu tập nên tìm yên tĩnh, như ở rừng sâu, ngồi dưới gốc cây, thực tập quán chiếu về mọi sự vật. Thấy rõ sắc chất bao gồm thân thể và mọi sự vật là không thực thể, vốn là vô thường, nhờ đó thoát khỏi tâm lý bám víu vào các hình thể, an trú trong cái thấy biết bình đẳng, không còn phân biệt sắc chất, hình thể.

Này các đệ tử, tương tự đối với cảm giác, tri giác, tâm tư, nhận thức, người

biết tu tập nên thấy rõ rằng chúng không thực thể, vốn là vô thường, nhờ đó thoát khỏi tâm lý bám víu vào những thứ này, an trú trong cái thấy biết bình đẳng, không còn phân biệt, vướng kẹt vào chúng. O

Này các đệ tử, năm nhóm tổ hợp cấu tạo nên thân vốn không thực thể, do duyên giả hợp, tương tác lẫn nhau giữa thân và tâm. Khi tâm không còn hiện hữu trong thân thì các tổ hợp cảm giác, tri giác, tâm tư, nhận thức không còn tác dụng. Nhận thức như thế là chánh tri kiến, hướng đến giải thoát. Nhờ tuệ nhãn này, hành giả thoát khỏi mọi sự vướng mắc liên hệ tri kiến.

Phương pháp quán này là không thực thể, là dấu ấn một, là cửa giải thoát. O

### DẤU ẤN VÔ TUỞNG

Này các đệ tử, thực tập chính niệm, an

trụ trong định, quán sát sự vật, hành giả thấy rằng hình thể vô ngã, tướng trạng tan biến. Nhờ thực tập này, hành giả thoát được các loại ảo giác về các hình thể. Tương tự, quán chiếu về bản chất của âm thanh, hương, vị, tiếp xúc và pháp cũng đều vô ngã, tướng trạng tan biến. Nhờ thực tập này, hành giả thoát được ảo giác về chúng. O

Nhờ quán vô tướng, hành giả đạt được trí tuệ thanh tịnh, diệt sạch phiền não, hết tham, sân, si, không còn chấp thủ, đạt được cái thấy bình đẳng tuyệt đối. Đồng thời hành giả không còn vướng kẹt vào cái tự ngã, về ta, của ta; chấm dứt tất cả thấy biết sai lầm.

Phương pháp quán này gọi là “vô tướng”, là dấu ấn hai, là cửa giải thoát. O

### DẤU ẤN VÔ TÁC

Này các đệ tử, một khi đạt được nhận

thức vô ngã, hành giả không còn cho rằng sự vật thấy, nghe, cảm, biết... là có thực thể ngoài nhận thức nữa. Nhận thức của người là do nhân duyên, tương tác phát sinh. Bản thân nhận thức và duyên phát khởi các loại nhận thức đều là vô thường, nên ta không thể nắm bắt được chúng. Trên cơ sở này, nhóm tổ hợp thức có cần gì được tác tạo nữa đâu! O

Với nhận thức này, hành giả thấy rõ thực tướng sự vật một cách rõ ràng, không còn bị kẹt vào các sự vật, vì đã thể nghiệm được bản chất thật của mọi sự vật.

Phương pháp quán này gọi là “vô tác”, là dấu ấn ba, là cửa giải thoát. O

Này các đệ tử, bất kỳ người nào thực tập nhận thức về ba dấu ấn của mọi sự vật như vừa nêu trên, sẽ có khả năng đi vào cánh cửa giác ngộ, giải thoát.

Đang khi thực tập nhìn các sự vật bằng ba nhận thức “tánh không, vô tướng, cũng như vô tác”, ta đã đạt được tri kiến thanh tịnh.

Nghe Phật giảng dạy, tất cả mọi người vô cùng hoan hỷ, phát nguyện thực tập, truyền bá Kinh này. O

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (3 lần) O



## 8

## KINH BẢY ĐIỀU GIÁC NGỘ

Có một hôm nọ, đức Phật trú tại Tịnh xá Trúc Lâm, thuộc thành Vương Xá. Tại động Thất Diệp, trưởng lão Ca-diếp đang bị bệnh nặng, thân thể đau nhức. Khi hay tin này, đức Phật đến viếng, vẫn an sức khỏe. O

- Nay thầy Ca-diếp, bốn đại của thầy có hài hòa không? Thầy có chịu nổi sự đau trên thân? Cảm giác đau đớn có thuyên giảm không?

- Kính bạch Thế Tôn, bốn đại của con chưa điều hòa được. Đau nhức trên thân, con chưa vượt qua. Bệnh tình của con, ngày càng nặng hơn.

- Nay thầy Ca-diếp, với tâm tỉnh thức,



thầy nên thực tập “bảy điều giác ngộ” một cách trọn vẹn, để mở mắt tuệ; nắm vững, thực tập bốn chân lý thánh, vượt qua tất cả nỗi khổ, niềm đau, chứng đắc Niết-bàn, an lạc tuyệt đối. Bảy điều giác ngộ bao gồm như sau. O

Một là *chính niệm* trong từng đề mục, hoặc đối tượng thiền; làm chủ hơi thở trong các oai nghi: Đi, đứng, ngồi, nằm; co, duỗi; nói, nín; động, tịnh; thức, ngủ. Ý thức rõ ràng, làm chủ thân thể, cảm xúc, tâm ý và các ý niệm. O

Hai là *trạch pháp*, tức trí thẩm sát sự vật rõ ràng, nhận thức sâu sắc, liễu tri chân thật tất cả sự vật đều là vô thường, khổ đau, vô ngã nên không chấp ngã, mọi thứ trên đời. O

Ba là *ting tấn*, siêng làm phòng ngừa các điều bất thiện không cho sinh khởi, siêng làm dứt trừ các điều bất thiện đã có mặt rồi, siêng làm phát sinh những điều thiện ích

chưa từng làm qua, siêng làm tăng trưởng những điều thiện ích đã từng làm qua.<sup>(1)</sup> O

Bốn là *hoan hỷ*, hân hoan, hỷ lạc, hưng phấn, vui thích trong sự an trú các đề mục thiền, bao gồm thực tập “thiền chỉ” đạt định, “thiền quán” đạt tuệ. O

Năm là *an tịnh*, nhẹ nhàng thân thể, đi, đứng vững vàng, ngồi, nằm vững vàng, thân thể khoan khoái, thoải mái, buông thư. An tịnh, nhẹ nhàng hoạt động tâm thức, không bị bức xúc, xáo trộn cảm giác, tâm rất thơi thới. O

Sáu là *thiền định* gồm có bốn cấp. Thiền định một là trạng thái hỷ lạc do lìa dục sanh, không còn bất thiện; có tâm, có tứ. Thiền định hai là trạng thái hỷ lạc do tu định sanh, không tâm, không tứ; nội tĩnh, nhứt tâm. Thiền định ba là lìa vui, trụ buông; chính niệm tỉnh thức; thân,

---

1. Dịch theo *Kinh Trường bộ* (D.III.221).

tâm cảm nhận an lạc sâu lắng. Thiên định bốn là chấm dứt vui, buồn đã cảm nhận trước, buông mọi ý niệm, tâm được thanh tịnh một cách tuyệt đối.<sup>(2)</sup> O

Bảy là *hành xả*, trạng thái thân nhiên, cân bằng cảm xúc, quân bình tự tại trước các nghịch cảnh cũng như thuận duyên; không vướng khổ đau, không kẹt hạnh phúc; không dính nghiệp duyên.<sup>(3)</sup> O

- Kính bạch Thế Tôn, được Ngài hướng dẫn, khi đã thực tập bảy điều giác ngộ. Con cảm thấy rằng thật là tuyệt vời. Con rất hoan hỷ, con mau hết bệnh. Con sẽ phụng trì, truyền bá Kinh này. O

Nam-mô Bốn sư Thích-ca Mâu-ni Phật. O

---

2. Dịch theo *Kinh Trung Bộ*, bài 111.

3. Dịch theo *Kinh Trường bộ* (D.II.196).

## 9

## KINH MUỖI BA-LA-MẬT

1. Đường tu, *bố thí* đứng đầu,  
 Vị tha là tánh, vô cầu là tâm.  
 Không vì thương ghét sơ thân,  
 Bàn tay ban bố, nào phân biệt gì.

Hy sinh ngoại vật, tứ chi,  
 Hoặc luôn mạng sống, sá gì huyễn thân.  
 Phật xưa, pháp độ vẹn toàn,  
 Chúng con nguyện bước theo chân  
 Đại Từ. O

2. Thiện nhân, *giới hạnh* nghiêm trì,  
 Nói, làm, suy nghĩ, luôn khi giữ gìn.

Nuôi ý lực, dưỡng tâm lành,  
 Cắt dây trói buộc, phá thành mê si. O

3. *Xuất gia* vốn hạnh ly trần  
Quyết ra nhà lửa, bỏ thân luân hồi.  
Lợi danh, quyền thuộc: Xa rời,  
Độc cư thanh tịnh, sống đời xả ly. O

4. Đền tâm, *trí tuệ* sáng ngời,  
Bởi vô lượng kiếp vun bồi huệ căn.  
Phân minh thiện, ác; giả, chân,  
Điều hay chuộng học, bạn lành tương tri. O

5. Chính do *ngộ lực*, tinh cần  
Vượt qua bể ái, chứng thân đại hùng.  
Kiên trì giữa cuộc lao lung,  
Càng nhiều chướng nghịch, thêm công  
tu trì. O

6. Đức tu *nhân nại* vạn năng,  
Nuốt điều cay đắng, nuôi phần tinh anh.  
Chông gai, khéo tạo tâm thành,  
Xưa nay nguyện lớn, hành trình gian nguy. O

7. Thiện hiền, *chân thật*, không ngoa,  
Quý gìn lẽ thật, như là bảo châu.



Ba-la-mật hạnh vẹn toàn,  
Dám quên mạng sống, quyết tâm  
thực hành.

Nhờ ân đức Phật: Cha lành,  
Muôn loài vượt thoát tử sanh, luân hồi. O  
Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (3 lần) O

\*\*\*

## 10

## KINH PHƯỚC ĐỨC

Tôi nghe như vậy. Có một hôm nọ, đức Phật ở tại Tịnh xá Kỳ Viên do Cấp Cô Độc, thái tử Kỳ-đà phát tâm hiến cúng. Vào khuya hôm ấy, có một vị thiên, thân thể phát quang, cung kính đánh lễ, ngồi xuống một bên, rồi thưa Phật rằng: O

Xin Thế Tôn chỉ dạy

Cách thức tạo phước đức

Giúp trời người thực tập

Để sống đời hạnh phúc.

Sau khi khen ngợi, đức Phật tuần tự giảng dạy đại ý mười cách tạo phước, để trời và người sống trong hạnh phúc, gồm những điều sau: O



1. Phương pháp thứ nhất là  
“Tránh người, cảnh xấu ác  
Để không bị vạ lây  
Thân cận bậc hiền đức  
Tôn trọng, học điều hay”. O
  
2. Phương pháp thứ hai là  
“Xây dựng môi trường tốt  
Để gây tạo nhân lành,  
Quyết tâm theo đạo đức,  
Để cuộc sống thanh bình”. O
  
3. Phương pháp thứ ba là  
“Siêng học, tay nghề hay,  
Có lương tâm, đạo đức,  
Luôn nói lời chân thực  
Từ ái với tha nhân”. O
  
4. Phương pháp thứ tư là  
“Luôn hiếu dưỡng song thân,  
Thương, chăm sóc gia đình,  
Chọn, làm nghề thích hợp,  
Sự nghiệp phát triển nhanh”. O

5. Phương pháp thứ năm là  
“Sống chân thật, bố thí,  
Giúp xã hội, người thân,  
Nhân cách luôn cao thượng,  
Hành xử như chân nhân”. O

6. Phương pháp thứ sáu là  
“Quyết không làm điều ác,  
Không ma túy, rượu say.  
Thích việc lành, đạo đức,  
Theo đuổi, sống thẳng ngay”. O

7. Phương pháp thứ bảy là  
“Sống lễ độ, khiêm cung,  
Biết ơn và đền đáp,  
Không tham và biết đủ,  
Siêng học pháp cao sâu”. O

8. Phương pháp thứ tám là  
“Sống kiên nhẫn, phục thiện,  
Thân cận các bậc thầy,  
Học hỏi và cầu tiến,  
Nghe pháp, học điều hay”. O

9. Phương pháp thứ chín là  
“Sống chánh niệm, tỉnh thức,  
Hành Phật pháp nhiệm màu,  
Quyết tâm theo chân lý,  
Đạt niết-bàn an vui”. O

10. Phương pháp thứ mười là  
“Đến đi trong nhân gian  
Tùy duyên nhưng bất biến,  
Tâm không hề lay chuyển,  
Chuyên hóa hết não phiền”. O

Sau khi giải thích mười cách tạo phước, đức Phật khích lệ bằng bài kệ sau:

“Ai tu tạo phước đức  
Được an lạc luôn khi  
Ở đâu cũng hạnh phúc,  
Tới đâu cũng bình an”.

Nghe Phật dạy xong, vị thiên nhân ấy vô cùng hoan hỷ, làm theo lời Phật, đồng thời phát nguyện truyền bá khắp nơi các

cách làm phước, đem lại lợi lạc cho khắp  
mọi người. O

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (3 lần)O





## 11 KINH TÁM ĐIỀU GIÁC NGỘ

Làm người đệ tử Như Lai  
Hết lòng đọc tụng đêm ngày chớ quên:  
“Tám điều giác ngộ” làm nên  
Các hàng Bồ-tát thẳng lên đạo vàng: O

\*

*Một* là muôn vật vô thường,  
Cuộc đời biến đổi, thế gian sao đời;  
Bốn điều cấu tạo<sup>(1)</sup> muôn loài  
Vốn không thực thể, chơi vui khổ nhiều;  
Con người - hợp thể năm điều<sup>(2)</sup>  
Vốn không có ngã, sớm chiều diệt sanh,  
Ngụy hư, vô chủ, mong manh;

---

1. Tức bốn đại: đất (chất rắn), nước (chất lỏng), lửa (nhiệt lượng) và gió (chất lưu động).

2. Năm uẩn, tức năm hợp thể cấu tạo nên con người, bao gồm, xác thân, cảm giác, ý niệm hóa, sự vận hành và thức phân biệt.

Tâm: nguồn tạo nghiệp luân trầm báy lâu;  
 Thân này tích tụ nghiệp sâu.  
 Quán soi như vậy, khổ đau già từ! O

\*

*Hai* là nên quán tâm tư:  
 Tham nhiều nên khổ cũng như thác ngàn;  
 Rằng trong cái kiếp tử sanh,  
 Dục tham, khát ái: ngọn ngành khổ đau;  
 Ai người biết đủ, ít cầu,  
 Thản nhiên, tự tại thăm sâu trong lòng,  
 Cởi trói buộc, sống thông dong,  
 Thẳng đường thoát tục, ra vòng trầm luân. O

\*

*Ba* là giác ngộ được rằng:  
 Tâm theo danh lợi, lầm đường gian nguy,  
 Lỗi lầm càng lớn, càng suy;  
 Các hàng Bồ-tát tâm thì khác xa:  
 Thanh bần, biết đủ, thiết tha;  
 Sự nghiệp tối thượng chỉ là “trí” thôi. O

*Bốn* là giác ngộ biếng lười  
Là đường đọa lạc con người chúng sanh;  
Vậy nên gắng bước đạo lành  
Bốn ma diệt sạch, xua tan não phiền;  
Vượt ra tù ngục ba miền<sup>(3)</sup>  
Thoát nhà năm uẩn, như nhiên tự mình. O

\*

*Năm* là giác ngộ vô minh:  
Ngục tù giam nhốt, tử sinh bao lần.  
Các hàng Bồ-tát chuyên cần:  
Nghe nhiều, học rộng, trí năng sáng ngời;  
Phát huy hùng biện độ đời;  
Sống trong phúc lạc, an vui, thoát nạn. O

*Sáu* là giác ngộ được rằng:  
Khổ nghèo gây cảnh thù căm, oán hờn,  
Thế rồi nghiệp xấu chất chồng;  
Các hàng Bồ-tát chuyên ròng ban cho,  
Làm từ thiện, chẳng thân sơ,

---

3. Ba miền: dịch thoát từ “tam giới” tức ba cõi dục giới, sắc giới và vô sắc giới.



Người thương, kẻ ghét như là người thân.  
 Bỏ qua điều ác người làm.  
 Bao dung, hỷ xả, rải ban tâm lành. O

\*

*Bảy* là giác ngộ ngọn ngành  
 Năm dục<sup>(4)</sup> tội lỗi, hoành hành khổ đau.  
 Người xuất gia [trước như sau]:  
 Bỏ vui thế tục, thâm sâu đạo vàng,  
 Ba y, một bát, thanh bần,  
 Sạch trong nét hạnh, đảm đang cuộc đời,  
 Tình thương trải khắp mọi người,  
 Quyết tròn chí nguyện, rạng ngời  
 tâm linh. O

*Tám* là biết lửa tử sinh  
 Đốt thiêu muôn loại, trảm mình đốn đau;  
 Phát tâm lớn,<sup>(5)</sup> độ đời mau,  
 Thay đời chịu đựng khổ sâu dọc ngang;

4. Năm dục lạc là sắc đẹp, âm thanh, mùi, vị, và xúc chạm.

5. Tức phát tâm đại thừa, tức phát tâm giác ngộ, độ tất cả chúng sanh thành tựu đạo quả vô thượng bồ-đề.

Đề đời đạt được lạc an,  
Niềm vui cứu cánh, tràn dâng tâm hồn. O

\*

Tám điều giác ngộ nói trên,  
Được Bụt, Bồ-tát, đại nhân thực hành;  
Từ bi, trí tuệ sẵn dành,  
Nương thuyền thân-pháp, niết-bàn  
đến nơi. O

Vào sanh tử, độ trời người,  
Tám điều giác ngộ cho đời khỏi đau;  
Bỏ năm dục, hướng đạo mâu,  
Con đường tám thánh, cao sâu ân tình!  
Làm Phật tử phải chuyên tinh,  
Đọc rồi quán tưởng, thực hành chớ quên;  
Tội vô lượng, diệt sạch tron,  
Tử sanh rơi rụng, lạc an vĩnh hằng! O  
Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (3 lần)O

\*\*\*



## 12 KINH PHỔ MÔN

### DANH HIỆU QUAN ÂM

Tôi nghe như vậy: Bảy giờ trong hội Hoa Sen Chánh Pháp, có vị BỒ-tát hiệu Vô Tận Ý, cung kính thỉnh y, chấp tay thưa Phật: “Bạch đức Thế Tôn, ngài Quán Thế Âm do nhân duyên gì được danh hiệu ấy?”

Đức Phật liền dạy: Này các BỒ-tát, nếu có muôn ức các loài chúng sanh chịu nhiều khổ nạn, khi được nghe tên BỒ-tát Quán Âm, một lòng xưng danh, thọ trì miên mật, đều được giải thoát. O

### NĂNG LỰC TRÌ DANH

Có người bất hạnh, lâm cảnh hỏa hoạn, xưng niệm Quán Âm, nhờ sức oai thần, lửa chẳng cháy đặng.

Lại nếu có người bị nước cuốn trôi, xưng niệm Quan Âm, nhờ sức oai thần, liền đến chỗ cạn.

Nếu kẻ đi thuyền vì tìm châu báu: Vàng, bạc, mã não, hổ phách, trân châu, xà cừ, lưu ly, san hô ngọc quý, lênh đênh biển lớn, bão táp dập dồn, rồi bị trôi dạt vào nước La-sát, thì nên thành tâm, trì niệm Quan Âm, nhờ sức oai thần, bình an vô sự. O

Lại nếu có kẻ sắp bị hãm hại bằng trượng dao gậy, thì nên thành tâm, trì niệm Quan Âm, lúc đó dao gậy liền gãy từng khúc, và được cứu thoát. Nếu bị La-sát hoặc quỷ Dạ-xoa, hãm hại thân ta, nên niệm Quan Âm, quỷ dữ không dám dùng mắt dọa người, huống là hãm hại.

Nếu như có người, do nghiệp hay tội, bị cảnh lao lung, xiềng xích gông cùm, trói buộc khắp thân, nhờ niệm Quan Âm, thoát cảnh tù đày, dứt hẳn họa tai. O

Nếu đoàn thương gia, trên đường hiểm trở, mang nhiều của báu, bị cướp tấn công, thì đừng hốt hoảng. Chỉ cần người biết khuyên các đồng nghiệp: “Hết lòng trì niệm, danh hiệu Quan Âm, vị Ban Vô Úy, cho nguồn hoan hỷ”. Thương buôn nghe xong, trì niệm hết lòng: “Nam-mô Bồ-tát đức Quán Thế Âm”. Nhờ sức oai thần, thoát khỏi tai nạn.

Này Vô Tận Ý, Bồ-tát Quan Âm có sức oai thần rộng sâu như biển, công đức hiển hiện, không thể nghĩ bàn, lợi lạc quần sanh. Vì thế các ông thường phải một lòng, trì danh Bồ-tát. O

Nếu có chúng sanh bản tánh tham lam, ngu si hờn giận, thường cung kính niệm Bồ-tát Quan Âm, thì tham sân si, thấy đều tan biến. Nếu có gia quyến cầu sanh con trai thì nên lễ lạy, thành khẩn trì danh Bồ-tát Quan Âm, liền sanh nam tử, phước đức đầy đủ, trí tuệ hơn người. Nếu

cầu con gái, chí thành lễ bái Bồ-tát Quan Âm, thì sẽ hạ sanh hằng nga thực nữ, công hạnh đầy đủ, xinh đẹp đoan trang, mọi người thương mến. O

Sức thần Quan Âm nhiệm mầu như thế! Cung kính đảnh lễ, tán thán trì danh, công đức tăng nhanh, được nhiều phúc lợi. Ta khuyên mọi người trì danh Bồ-tát. O

#### BĂM BA ỨNG THÂN

Ngài Vô Tận Ý liền hỏi Phật rằng: “Bạch đức Thế Tôn, trong cõi trần gian, Bồ-tát Quan Âm ứng dụng thế nào, phương tiện quyền xảo, hoằng pháp lợi sinh, giúp cho hữu tình thấy đều tỏ ngộ?”

Này Vô Tận Ý: “Nếu có chúng sanh, đáng dùng Phật thân, để được độ thoát, chúng nên quả giác, thì Quán Thế Âm thị hiện Phật thân vì họ thuyết pháp”. O

Tương tự như vậy, tùy theo căn tánh của các chúng sanh, Bồ-tát Quan Âm

ứng hiện nhiều thân: Như thân Thanh Văn, thân Bích-chi Phật, hoặc Trời Đế-thích, hoặc thân Phạm Vương, thân Tự Tại Thiên, Đại Tự Tại Thiên, Thiên Đại Tướng Quân, hoặc Tỳ-sa-môn, tiểu vương, trưởng giả, tể quan, cư sĩ, hoặc Bà-la-môn, tín nữ, thiện nam, hoặc làm Tăng Ni, hoặc thân phụ nữ của hàng trưởng giả, cư sĩ, tể quan, và Bà-la-môn, đồng nam đồng nữ, thậm chí hiện thân: trời, rồng, dạ-xoa, hoặc càn-thát-bà, hoặc a-tu-la, hoặc ca-lâu-la, hoặc khẩn-na-la, ma-hầu-la-già, thần Cháp Kim Cang, tất cả trăm ba ứng thân sai khác, giúp người giải thoát, thì Quan Thế Âm sẵn sàng hóa thân, không chút quản ngại. O

Này Vô Tận Ý, Bồ-tát Quan Âm ứng hiện nhiều thân, cứu độ chúng sanh, khắp các cõi nước, không thể kể xiết. Vì thế các ông hãy nên một lòng, tán thán cúng dường Bồ-tát Quan Âm. O



## BẠCH BAN VÔ UÝ

Này Vô Tận Ý, ban niềm vô uý trong chốn khổ nạn, sợ hãi kinh hoàng, chính là hạnh nguyện của Quán Thế Âm, nên cõi Ta-bà còn gọi ngài là Đấng Thí Vô Uý. O  
BÌNH ĐẲNG CÚNG DƯỜNG

Ngài Vô Tận Ý thừa đức Phật rằng: “Bạch đức Thế Tôn, con xin cúng dường Bồ-tát Quan Âm”. Nói xong ngài đem chuỗi ngọc như ý, tặng làm pháp thí, giá trị nghìn vàng, cúng Quan Thế Âm. Quan Âm Bồ-tát, không chịu nhận chuỗi. Phật liền dạy rõ về pháp cúng dường, khuyên Quán Thế Âm, hãy vì bốn chúng, tám bộ trời rồng, và Vô Tận Ý, nhận chuỗi pháp thí, lợi ích trời người.

Phật vừa dứt lời, Bồ-tát Quan Âm hoan hỷ đón nhận, chia làm hai phần, một phần dâng cúng đức Phật Thích-ca, còn lại phần kia, cúng tháp Đa Bảo. O

## THI KỆ TRÙNG TUYÊN

Bấy giờ trong hội, ngài Vô Tận Ý, trùng tuyên tỉ mỉ, những điều vừa nghe, bằng lời thơ kệ:

Đức Thế Tôn tướng tốt,  
Con xin được hỏi Người:  
Vì sao có Bồ-tát  
Hiệu là Quan Thế Âm?            O

Phật chỉ dạy ân cần,  
Hỡi này Vô Tận Ý,  
Vì hạnh nguyện Quan Âm  
Hiện thân khắp các cõi.

Lời thề sâu như biển,  
Nhiều kiếp chẳng nghĩ bàn,  
Theo hằng nghìn đức Phật,  
Phát nguyện lớn thanh tịnh.

Ai thấy hình, nghe danh,  
Tâm khởi nguồn tỉnh thức,

Thoát đau khổ tử sanh,  
Nay Ta chỉ nói lược. O

Hoặc bị người độc thâm,  
Xô vào hầm lửa lớn,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Hầm lửa biến hồ sen.

Hoặc trôi dạt biển lớn,  
Gặp nạn quý, cá, rồng.  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Sóng dữ không chìm đắm.

Hoặc từ đỉnh Tu-di,  
Bị người xô rớt xuống,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Như mặt trời trên không. O

Hoặc bị người dữ rượt,  
Rớt xuống núi Kim Cương,  
Niệm thần lực Quan Âm  
Chẳng tổn đến mây lông.

Hoặc bị giặc vây hãm,  
Cầm đao trượng sát hại,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Liên thoát khỏi nạn tai.

Hoặc bị nạn vua quan,  
Hành hình đến sắp chết,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Kiếm đao gãy từng khúc.      O

Hoặc ngục tù tội vương,  
Tay chân bị xiềng xích,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Tự do, khỏi khổ ách.

Hoặc bị kẻ ác tâm,  
Trù, ếm, phục thuốc độc,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Nhân ác theo kẻ ác.

Gặp La-sát bạo hung,  
Rồng độc và quỷ đói,

Niệm thần lực Quan Âm,  
Không loài nào dám hại. O

Bị thú dữ vây quanh,  
Nanh vuốt đáng sợ hãi,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Chúng cúp đuôi bỏ chạy.

Bò cạp, rắn hổ mang,  
Hơi độc phun thiêu đốt,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Nghe danh, đều lùi bước.

Sấm sét xé mây đen,  
Mưa đá tuôn khắp chốn,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Tất cả liền tiêu tán. O

Bị tranh chấp, kiện tụng,  
Hay chiến sự hãi hùng,  
Niệm thần lực Quan Âm,  
Oán thù liền lui tan.

Chúng sanh bị khổ nạn,  
Thân chịu nhiều bức bách,  
Sức trí diệu Quan Âm,  
Cứu thế gian thoát khổ. O

Đầy đủ sức thần thông  
Khéo tu pháp phương tiện,  
Trong quốc độ mười phương,  
Không cõi nào chẳng hiện.

Địa ngục, quỷ, súc sanh,  
Khổ sinh, già, bệnh, chết,  
Nờ thần lực Quan Âm  
Khổ đau đều chấm dứt. O

Quán Chơn, quán Thanh Tịnh,  
Quán Trí Tuệ rộng lớn,  
Bi quán và Từ quán,  
Thường cầu, thường chiêm ngưỡng.

“Thanh tịnh” nên không nhớ,  
“Trí tuệ” phá tà ám,

Điều phục nạn gió lửa,  
Soi sáng khắp thế gian. O

“Tâm bi” như sấm nổ,  
“Lòng từ” tựa mây lành,  
Mưa tuôn pháp cam-lộ,  
Dập tắt lửa não phiền.

“Tiếng Diệu”, “tiếng Quan Âm”,  
“Tiếng Phạm”, “tiếng Hải Triều”,  
“Tiếng hơn Tiếng Thế Gian”,  
Hãy thường xuyên quán chiếu. O

Mỗi niệm chớ sanh nghi,  
Quan Âm bậc Tịnh Thánh,  
Ngài là nơi quy y  
Trong chết, sâu, khổ nạn.

Ngài đủ các công đức,  
Mắt thương nhìn chúng sanh,  
Ngài chính là biển phước,  
Nên đành lễ chí thành. O

## CÔNG ĐỨC NGHE KINH

Bấy giờ trong Hội, có vị Bồ-tát, tên là Trì Địa, chấp tay thưa Phật: “Bạch đức Thế Tôn, nếu có chúng sanh, nghe được đạo nghiệp, cũng như công đức và các hiện thân của ngài Quan Âm, thì phải biết rằng phước của người ấy chẳng phải là ít”. O

Khi nghe Phật nói phẩm Phổ Môn này, tám mươi bốn ngàn các loài chúng sanh, thấy đều phát tâm Vô Thượng Chánh Giác.

Nam-mô Pháp Hoa Hội Thượng Phật  
Bồ-tát (3 lần) OOO

## KỆ TÁN QUAN ÂM

Quan Âm đại sĩ,  
Đức hiệu Viên Thông.  
Mười hai nguyện lớn,  
Phát khởi từ tâm.  
Tâm thanh cứu khổ,



Chón chón hiện thân.  
Vân du các cõi,  
Cứu thoát trầm luân.

Nam-mô Quán Thế Âm Bồ-tát (3 lần) OOO



13  
KINH BỐN NGUYỆN  
CÔNG ĐỨC CỦA PHẬT ĐƯỢC SỰ

CƠ DUYÊN THUYẾT KINH

Tôi nghe như vậy: Có một thưở nọ, trên đường du hóa, đức Phật ngồi nghỉ dưới cây Nhạc Âm, thuộc thành Quảng Nghiêm. Trong hội bấy giờ, ba mươi sáu ngàn vị đại Bồ-tát, tám ngàn tỷ-kheo, nhiều vị quốc vương, đại thần cư sĩ, các bà-la-môn, bát bộ thiên long, cung kính chí thành, thỉnh Phật thuyết pháp. O

Đại diện pháp hội là đức Bồ-tát Văn Thù Sư Lợi chấp tay cung kính, bạch đức Phật rằng:

- Bạch đức Thế Tôn, xin ngài nói rõ danh hiệu, hạnh nguyện, công đức rộng

lớn của các đức Phật, để cho nhân loại ở đời tượng pháp nương theo tu hành, được nhiều lợi lạc.

Đức Phật khen rằng, lành thay lành thay, Văn Thù Sư Lợi, hãy lắng lòng nghe, ta sẽ tuyên thuyết công đức hạnh nguyện của Phật Dược Sư. ○

#### MƯỜI HAI NGUYỆN LỚN

Văn Thù Sư Lợi, đức Phật Dược Sư, khi còn hành đạo Bồ-tát cứu đời, đã phát mười hai lời nguyện rộng lớn, cứu giúp mọi loài, cầu chi được nấy, thoát khỏi khổ đau. ○

**Nguyện thứ nhất là:** Khi ta chứng được đạo quả bồ-đề, hào quang sáng rực, tỏa từ thân ta, soi các hành tinh, khiến cho chúng sinh, được thân tướng hảo, trang nghiêm như Phật, không thua không kém. ○

**Nguyện thứ hai là:** Khi ta chứng được

đạo quả bồ-đề, thân ta đẹp đẽ như ngọc lưu ly, không chút bợn nhơ, tợ vàng nhật nguyệt, chiếu soi muôn vật. Các loài hữu tình ở chốn u minh, nương ánh hào quang, tâm như hoa nở, trí tuệ sáng ra, siêng năng làm việc, thành tựu sự nghiệp, hạnh phúc tràn đầy. ○

**Nguyện thứ ba là:** Ta dùng vô số trí tuệ vô sư, giúp cho mọi người được tâm sáng ngời, biết cách tự chủ, nhu cầu đầy đủ, gia quyến sum vầy, an lạc thanh thoi, không còn lo toan những điều thiếu thốn. ○

**Nguyện thứ tư là:** Nếu có người nào lỡ theo đường tà, thì ta khiến họ trở về đường chánh. Nếu có người nào tâm hành nhỏ hẹp, thiếu lòng vị tha, thì ta giúp họ lập chí nguyện lớn, tu hạnh bồ-tát, lợi lạc nhiều người. ○

**Nguyện thứ năm là:** Nếu có người nào, trong giáo pháp Phật, nỗ lực tu tập,

giữ gìn đạo hạnh, ta sẽ giúp họ thành tựu trọn vẹn: giới nhiếp luật nghi, giới tăng pháp lành, giới lợi chúng sinh. Nếu ai lỡ phạm, thành tâm trì niệm danh hiệu Dược Sư, lại được thanh tịnh, chẳng sa đường ác. O

**Nguyện thứ sáu là:** Nếu có người nào, không đủ các căn, thân hình khiếm khuyết, mắt mù tai điếc, tay chân tật nguyền, ngọng nghịu cà lăm, kém trí tối tăm, điên cuồng lác hủi, chịu nhiều khổ não, thì hãy gắng công trì pháp Dược Sư, liền được khỏi bệnh, các căn đầy đủ, thân hình đoan chánh, tâm tánh thông minh. O

**Nguyện thứ bảy là:** Nếu có người nào mắc nhiều chứng bệnh, nghèo cùng khốn khổ, không ai giúp đỡ, không nơi nương tựa, không gặp thầy thuốc, khi nghe danh ta, trì pháp Dược Sư, sẽ chóng lành bệnh, khổ não tiêu trừ, thân tâm

an lạc, quyền thuộc sum vầy, của cải sung túc, gặp nhiều thuận duyên, tấn tu đạo nghiệp. O

**Nguyện thứ tám là:** Nếu có người nữ, chịu nhiều khổ sở, muốn thoát khỏi cảnh thân gái đoạn trường, khi nghe danh ta, một lòng trì niệm, hành pháp Dược Sư, được tướng trượng phu, xứng bậc anh thư, gặp nhiều duyên tốt, chứng quả bồ-đề. O

**Nguyện thứ chín là:** Nếu có hữu tình, sa vào lưới ma, lạc rừng tà kiến, hành theo ngoại đạo, chấp mắc buộc ràng, ta sẽ trợ duyên, khai tâm điểm trí, bằng phương tiện quý, khiến khỏi đường mê, trau dồi chánh kiến, học hạnh Bồ-tát, lần lần chứng được đạo quả bồ-đề. O

**Nguyện thứ mười là:** Nếu có người nào, do tâm phiền não, vi phạm pháp luật, nên bị giam nhốt trong chôn lao lung, hoặc bị hành hình, nhất sinh thập

tử, chịu nhiều nhục khổ, sâu đau buồn bã, hễ nghe danh ta, hành pháp Dược Sư, thì các khổ ấy đều được tiêu trừ. O

**Nguyện thứ mười một:** Nếu có những người, vì cơn đói khát, tạo nhiều điều ác, khi nghe danh ta, hành pháp Dược Sư, thì ta khiến họ luôn được no đủ, lánh xa điều dữ; sau đó ta ban thức ăn chánh pháp, cho họ an lạc, vững tin tiến bước trên đạo bồ-đề. O

**Nguyện thứ mười hai:** Nếu ai lâm cảnh màn trời chiếu đất, không có áo mặc, muỗi mòng cắn đốt, nóng lạnh dãi dầu, ngày đêm khổ bức, khi nghe danh ta, hết lòng thọ trì Dược Sư thắng pháp, thì ta khiến họ cầu gì được nấy, y phục tốt đẹp, của cải đủ đầy, đời sống vui vầy, để làm việc tốt. O

#### CÔI PHẬT DƯỢC SƯ

Văn Thù Sư Lợi, ở cõi Phương Đông, cách mười muôn ức cõi nước chư Phật, có một thế giới, tên là Lưu Ly, trang

nghiêm thanh tịnh. Đức Phật giáo chủ cõi ấy hiệu là Dược Sư Lưu Ly Quang Vương Như Lai, đầy đủ mười hiệu của bậc đại giác.

Trong cõi Phật ấy, đất bằng lưu ly, nhiều hàng cây quý, giếng làm ranh giới, thành quách cung điện, cửa sổ mái hiên, nét đẹp trang nghiêm, toàn bằng thất bảo, như cảnh Cực Lạc của Phật Di-đà.

Lại trong cõi ấy, có hai Bồ-tát: Nhật Quang Biến Chiếu, Nguyệt Quang Biến Chiếu là bậc thượng thủ trong các bồ-tát, giúp Phật Dược Sư truyền bá chánh pháp, đem lại lợi lạc cho chúng hữu tình.

Cho nên Văn Thù, người đủ niềm tin nên phát lòng thành, sinh về cõi ấy, đời đời an vui, không còn thoái chuyển. O

#### QUẢ BÁO BỒN XÊN

Văn Thù Sư Lợi, trong thế giới này, có rất nhiều người không biết lành dữ, ôm



lòng ích kỷ, không thích bố thí, ngu si vô trí, bòn xẻn tham lam, nhân quả không tin, bo bo giữ gìn của cải vật chất; khi ai đến xin, không màng chia sẻ. Nếu phải cho người, đem lòng tiếc nuối, dường như cắt thịt trên thân thể mình, đau đớn vô cùng! O

Lại cũng có người tánh tình tham lẩn, cất giấu thật nhiều, không dám ăn tiêu, cho bản thân họ. Ngay cả thân bằng: Cha mẹ vợ con, bạn thân tôi tớ, lâm cảnh nghèo cùng, cần sự giúp đỡ, vẫn không phát tâm, giúp người đáng giúp. Những người như vậy, sau khi qua đời, sanh làm quỷ đói, sống trong thiếu thốn. Nhưng nếu nhớ niệm danh hiệu Dược Sư, sẽ sanh làm người, không màng vật chất, nhớ khổ nạn quý, thực hành bố thí, giúp người nghèo cùng, hy sinh bản thân, phát triển thiện căn, hành Bồ-tát đạo. O

## HỒI ĐẦU HUỚNG THUỢNG

Lại nữa Văn Thù, trong đời mặt pháp, có người phá giới, đánh mất niềm tin, hủy hoại chánh kiến, lười tu kém học, tự cao chấp mắc, đố kỵ ghét ganh, khen mình chê người, phỉ báng chân lý, kết bạn kẻ ngu, lún sâu tà kiến. Những người như thế sẽ bị đọa sa, trôi lăn sáu nẻo, chịu nhiều đau khổ, không khi nào cùng. O

Nhưng nếu nghe được, danh hiệu Dược Sư, làm lành lánh dữ, từ bỏ đường mê, nẻo chánh hướng về, điều hòa tâm ý, bỏ tục xuất gia, kính tin Tam Bảo, học rộng nghe nhiều, mở mang trí tuệ, lìa thói kiêu ngạo, tùy hỷ với người, tán dương chánh pháp, thân cận người hiền, xé lưới vô minh, tát sông phiền não, tu hạnh Bồ-tát đến khi thành tựu đạo quả bồ-đề. O

## HÓA GIẢI OAN TRÁI

Lại nữa Văn Thù, ai sống trong cảnh bị người thù hận, tranh chấp kiện tụng, não loạn thân tâm, rước quỷ cầu thần, ếm đối hãm hại, khổ sở kéo dài, năm này tháng nọ, nên trì danh hiệu đức Phật Dược Sư, thì những tà thuật không thể hại được, còn kẻ hung dữ trở nên hiền từ; hai bên hòa hảo như bạn tâm giao, hiểm hận tiêu tan, oan khiên dứt sạch. O

## PHƯỚC BÁU TRÌ DANH

Lại nữa Văn Thù, nếu có tỳ-kheo, hoặc tỳ-kheo-ni, thiện nam tín nữ, giữ gìn giới hạnh, làm nhân vãng sanh thế giới an lành A-di-đà Phật, mà chưa nhất tâm, đến lúc mạng chung nên niệm danh hiệu đức Phật Dược Sư, thì tám Bồ-tát: Văn Thù Sư Lợi, đức Quán Thế Âm, đức Đại Thế Chí, đức Vô Tận Ý, đức Bảo Đàn Hoa, Bồ-tát Di-lặc, Bồ-tát Dược Vương, và đức Dược Thượng, đến bên tiếp dẫn,

đưa đường chỉ lối, khiến cho hoá sanh, bằng hoa sen báu, về cảnh an lành, Tây Phương Cực Lạc. O

Nếu sanh cõi trời, hưởng phước đời đời, không còn đọa lạc. Khi bỏ cõi trời sẽ sanh cõi người, làm Chuyển Luân Vương, đức rạng mùi hương, uy nhiếp bốn biển, giáo hoá hữu tình theo đường thập thiện, hòa bình hưng thịnh ở khắp mọi nơi, người người tinh tiến hoàn tất hạnh lành.

Hoặc làm vua chúa, tỷ phú đại gia, thân quyền thuận hòa, của tiền dư dả, vật dụng đủ đầy, tướng mạo đoan trang, tư cách vượt phàm, thông minh sáng láng. O

### THÂN CHÚ DIỆT KHỔ

Lại nữa Văn Thù, đức Phật Dược Sư biết loài hữu tình mắc nhiều bệnh khổ, hoặc bị chết ngang, hoặc bị chết yếu, nên Ngài phát nguyện, dùng sức đại từ, vào trong đại định “diệt trừ khổ não của

các chúng sinh”. Từ đỉnh đầu ngài, hào quang chiếu rọi, nói chú tiêu tai, ba cõi bốn loài, dứt hết bệnh khổ, hưởng được an vui:

Nam-mô Bạc-già-phật-đế, bệ-sát-xã, lữ-lô-thích-lưu-ly, bác-lặc-bà, hắc-ra-xà-giả. Đát-tha yết-đa-gia, a-ra-hắc-đế. Tam-miệu tam-bộ-đà-gia, đát-điệt-tha. Ân bệ-sát-thệ, bệ-sát-thệ, bệ-sát-xã, tam-một-yết-đế xóa-ha. O

Nếu có người nào mắc bệnh nan y, thì hãy niệm trì Dược Sư thân chú trăm lẻ tám biến, vào trong nước sạch, không có vi trùng, cho bệnh nhân dùng, liền được khoẻ mạnh, lại thêm sống lâu, sở nguyện tùy tâm, cát tường như ý. Cõi Phật Lưu Ly, an vui hạnh phúc, đến khi nghiệp hết, liền được sinh về, Bồ-tát đề huề, phóng quang tiếp dẫn, không còn thối chuyển trong cõi luân hồi, dần dần chứng đắc vô thượng chánh giác. O

## TRUYỀN BÁ HÀNH TRÌ

Những ai cầu phúc thì phải siêng năng, dâng quả thấp hương, cúng dường Phật tượng. Đối với kinh điển, phát tâm phổ biến, ấn tống thọ trì, suy nghiệm nghĩa lý. Đối với pháp sư, giảng nói kinh pháp thì nên cung kính, thân cận cúng dường, học hỏi tận tường, thực hành áp dụng, đến khi chứng đặng đạo quả Bồ-đề.

Với người tín tâm thì nên khuyến khích, khiến họ tỉnh thức, ngày cũng như đêm, hành trì danh hiệu của Phật Dược Sư. O

## HÀNH PHÁP DƯỢC SƯ

Lại nữa Văn Thù, nếu chúng sinh nào muốn khỏi hoạn tử, giải ách trừ tai, thì phải miệt mài làm lành lánh dữ, thỉnh bày hình tượng đức Phật Dược Sư, thờ trên tòa cao, trang nghiêm sạch sẽ, rải hoa dâng hương, đốt đèn tục mạng, suốt bảy ngày đêm.

Giữ tâm thanh tịnh, thọ trì giới hạnh, ăn món thanh trai, không giận không buồn, thương xót mọi loài như mình không khác. Phát triển từ bi, ban vui cứu khổ, giữ lòng hoan hỷ, buông xả thứ tha, khen ngợi hạnh lành, tán dương người thiện.

Luôn nhiều quanh Phật, đánh lễ cúng dường, khắc ghi bốn nguyện của Phật Dược Sư, đọc tụng suy tư, dạy người làm phước. Mỗi khi thọ trì, suy nghiệm nghĩa lý, diễn nói khai thị cho người khác biết. O

### LỢI ÍCH THỌ TRÌ

Làm được như vậy, sở cầu toại ý, giàu sang quan vị, khỏe mạnh sống lâu. Nếu trong giấc ngủ, gặp toàn mộng dữ, hoặc đang lúc thức, thấy điều quái dị, thì nên thọ trì danh hiệu Dược Sư, điềm xấu tiêu trừ, không còn lo sợ.

Bất cứ lúc nào, gặp những nạn tai, lụt trôi lửa cháy, giặc giã xâm lăng, trộm cướp nhiều nhưong, bắt công áp bức, tự do mất hết, dân chủ không còn, nạn quan lộng hành; dưới biển cá kình, trên non hổ dữ, cọp sói độc xà, nhất sinh thập tử, thì nên chuyên niệm danh Phật Dược Sư, đọc tụng thần chú, tất cả nạn tai thảy đều tan biến. O

Nếu có người nào quy y Tam bảo, lỡ phạm giới luật, sợ bị sa đọa vào ba đường ác, thì nên thọ trì danh hiệu Dược Sư; nhờ công đức này, thoát khỏi đường dữ.

Nếu có phụ nữ, đau đớn lúc sanh, sức lực không còn, tưởng chừng như chết. Cũng nhờ phước đức, niệm Phật Dược Sư, đau khổ tạ từ, hạ sinh an ổn, mẹ tròn con vuông. Nhờ phước báu đó, con được đoan trang, thông minh sáng láng, không có bệnh hoạn, ai thấy cũng thương. O



## LỜI PHẬT KHÔNG SAI

Đức Phật liền hỏi tôn giả A-nan có tin được rằng công đức của Phật Dược Sư Lưu Ly sâu xa ngàn ấy?

Tôn giả A-nan bạch đức Phật rằng: “Mặt trời mặt trăng còn có thể rơi, núi Tu-di cao có thể lay động, nhưng lời của Phật không thể sai được”. Những việc Phật làm, nhiệm mầu khó hiểu; chỉ Phật với Phật mới hiểu tột cùng. Những kẻ không tin, sinh lòng phỉ báng, sẽ bị đọa lạc trong đường ác thú, lưu chuyển không cùng.

Lại nữa A-nan, thân người khó đặng. Tin ba Ngôi Báu lại còn khó hơn. Thọ trì danh hiệu, hành pháp Dược Sư còn khó hơn nữa. O

## PHƯƠNG PHÁP DIÊN THỌ

Bấy giờ trong hội, Bồ-tát Cứu Thoát chấp tay bạch Phật: “Bạch đức Thế Tôn, trong thời tượng pháp, có nhiều chúng

sinh, khôn khổ hoạn nạn, bệnh tật triền miên, đi đứng không yên, thân thể yếu ớt, mắt mờ tai điếc, uống ăn không được, môi cổ khô ran, tướng chết hiện ra, thân quyến mẹ cha, buồn thương lệ đổ. Thân tuy nằm liệt, thức thần nhớ hết việc làm thiện ác; những gì đã tạo trong thời gian qua, quyết định tội phước, khổ đau hạnh phúc, thành bại trong đời. Lúc đó thân nhân nên quy y Phật, tụng kinh Dược Sư, đốt đèn bảy tầng, treo phan tục mạng, suốt bảy ngày đêm, cho đến bảy tuần. Nhờ công đức này, thần thức người bệnh như tỉnh chiêm bao, hiểu rõ nghiệp báo, nhân quả thiện ác. Từ đó về sau, dẫu cho có được tiền tài danh vọng, cũng không dám tạo những nghiệp ác nữa”. O

Tôn giả A-nan hỏi ngài Cứu Thoát: “Phải làm thế nào để được sống lâu?” O

Bồ-tát Cứu Thoát liền đáp lời rằng:

“Những ai đau bệnh, muốn được bình an thì những người thân giữ gìn tám giới, trong suốt một tuần, sắm sanh vật dụng, cúng dường chư tăng, làm việc từ thiện, ngày đêm sáu thời, đốt bảy ngọn đèn, dâng lên cúng dường bảy đức Dược Sư, lễ bái thọ trì danh hiệu của Phật, phóng sanh thả vật, bảo vệ môi trường, thì những tai ương, thầy đều dứt sạch, những nạn chết ngang không thể nhiều hại”. O

### MƯA HÒA GIÓ THUẬN

Lại nữa A-nan, những bậc vua chúa làm lễ quán đảnh, gặp lúc có nạn, nước khác xâm lăng, hoặc bị nội loạn, nhật thực nguyệt thực, mưa gió trái mùa, hạn hán không mưa, hoặc lũ ngập tràn, nạn dịch lan truyền, trăm điều khổ sở. Lúc ấy quốc vương phải khởi từ bi, thương xót mọi loài, ân xá người tội, trợ giúp dân lành, thành khẩn ân cần, lập đàn cúng

Phật Dược Sư Lưu Ly; nhờ sức gia trì, nước an dân mạnh, mưa hòa gió thuận, nông nghiệp được mùa, tất cả tai ương thảy đều biến mất. Nhờ vậy, quốc vương sống lâu trăm tuổi, tại vị lâu dài, nhân dân vui vẻ trong cảnh thái bình. O

### CHÍN THỨ HOẠNH TỬ

Tôn giả A-nan thưa ngài Cứu Thoát: “Tại sao mạng hết mà vẫn không chết, lại được sống thêm?”

Bồ-tát Cứu Thoát ân cần trình bày, đức Phật có dạy chín loại hoạn tử làm giảm tuổi thọ của các chúng sinh. Nếu biết tu hành, làm phan tục mạng, để khỏi tai nạn, phước thọ gia tăng, sống lâu mạnh khỏe. O

**Hoạn tử thứ nhất:** Bệnh không đáng chết, nhưng lại chết ngang, do thiếu thuốc thang, không người chăm sóc. Khi gặp được thầy cho uống lầm thuốc. Lại tin họa phước của bợn tà ma, giết hại loài

vật, hiến tế thần linh, gây thêm nghiệp sát, bệnh không đáng chết mà phải qua đời.

**Hoạn tử thứ hai:** Do bị họa lây, từ người thân thuộc, phép vua tru lục, nên phải chết oan.

**Hoạn tử thứ ba:** Do sống đọa sa, buông lung vô độ, đam mê tử sắc, chơi bời sẵn bản, không biết giữ thân, nên phải yếu thọ.

**Hoạn tử thứ tư:** Gặp phải hỏa hoạn, cháy rụi cả thân.

**Hoạn tử thứ năm:** Đó là chết chìm ở sông biển hồ, do không biết bơi, hoặc bị kiệt sức.

**Hoạn tử thứ sáu:** Là bị thú dữ xé xác ăn thịt.

**Hoạn tử thứ bảy:** Té núi rớt hầm, thân thể nát tan, vô cùng đau đớn.

**Hoạn tử thứ tám:** Là do thuốc độc, thur yếm trừ ẻo, quỷ thần hãm hại.

**Hoạn tử thứ chín:** Lâm cảnh đói khát, khốn khổ mà chết. O

Lại nữa A-nan, ở trên thế gian, có người bất hiếu, phạm tội tà trời, phỉ báng Tam bảo, làm điều phạm pháp, thì luật nhân quả không thể dung tha, gieo gì gặt nấy, đừng mong trốn chạy. Tội ác chất đầy, tuổi thọ sẽ giảm. Ta khuyên mọi người phóng sanh tu phước, gieo nhân tích đức, mới lìa khổ ách, hưởng được an vui. O

#### MƯỜI HAI THÂN TƯỚNG

Bấy giờ, mười hai thân tướng Dược-xoa: Thần Cung-tì-la, thần Phật-chiếu-la, thần Mê-súy-la, thần An-đề-la, thần Át-nê-la, thần San-đề-la, thần Nhơn-đạt-la, thần Ba-di-la, thần Ma-hổ-la, thần Chân-đạt-la, thần Chiêu-đổ-la, thần Tỳ-yết-la, cùng với hàng ngàn quyến thuộc Dược-xoa, đều phát tâm lành, quy y Tam Bảo, hết lòng vì đạo, cứu giúp người đời, làm việc nghĩa lợi, mang lại an vui. O

Bạch đức Thế Tôn, chúng con phát nguyện, hết lòng phò hộ người trì kinh này, thoát khỏi ách tai, cát tường như ý. Ai muốn cầu gì, dùng “niệt năm sắc”, gút tên chúng con, trì tụng chú thân, ước nguyện trọn phần, mới mở gút ra. Đức Phật Thích-ca khen các Dược-xoa, tâm nguyện bao la, phò sinh cứu khổ, đáp đền ân Phật. O

#### TÊN GỌI CỦA KINH

Tôn giả A-nan cung kính bạch Phật: “Kinh này tên gì, làm sao thọ trì, để được phước báu, xin Phật chỉ bảo”.

Thế Tôn dạy rằng đây chính là Kinh Bốn Nguyện Công Đức của Phật Dược Sư, hay còn gọi là Thần Chú Tiêu Tai của Mười Hai vị Thần Tướng Dược Xoa, còn gọi là Kinh *Diệt Trừ Nghiệp Chướng*. Đọc tụng thọ trì, công đức vô lượng. O

Nghe Phật nói xong, các bậc Bồ-tát, các hàng Thanh Văn, các vị quốc vương,

đại thần cư sĩ, bát bộ long thiên, người và  
quỷ thần, vô cùng hoan hỷ, phát nguyện  
thọ trì, truyền bá Kinh này. O

Nam-mô Dược Sư Hải Hội Phật Bồ-tát.

(3 lần) OOO

### CHÂN NGÔN DƯỢC SƯ

Nam-mô Bạc-già-phật-đế, bệ-sát-xã,  
lũ-lô-thích-lưu-ly, bác-lặc-bà, hắc-ra-  
xà-giả. Đát-tha yết-đa-gia, a-ra-hắc-đế.  
Tam-miệu tam-bộ-đà-gia, đát-điệt-tha.  
Án bệ-sát-thệ, bệ-sát-thệ, bệ-sát-xã, tam-  
mộ yết-đế xoa-ha. (3 lần) O

Tháo mở hận thù, buông oan trái.

Nghiệp chướng bao đời đều rụng hết.

Rửa sạch lòng trần, phát tâm thành kính.

Quy trước Phật đài, xin giải oan nghiệp.

Dược Sư Phật, Dược Sư Phật.

Tiêu Tai Tăng Thọ Dược Sư Phật.

Tùy tâm mãn nguyện Dược Sư Phật. O



## TÁN DƯƠNG DƯỢC XOA

Mười hai thần tướng Dược-xoa,  
Giúp Phật Dược Sư,  
Phù hộ chúng sanh.  
Bùa năm sắc kết thần danh,  
Nguyện ước đều viên thành,  
Oan nghiệp tan nhanh,  
Phước thọ mãi an lành.           OOO



## 14

## KINH SÁM HỐI SÁU CĂN

Đại từ đại bi thương chúng sinh,  
 Đại hỷ đại xả cứu muôn loài,  
 Tướng Phật trang nghiêm, hào quang tỏa,  
 Chúng con kính lễ, hướng tâm về. O

(Chủ lễ xướng lạy trước, sau đó đại chúng đồng xướng lạy)

Nam-mô Quá Khứ Nhất Thiết Phật. O

Nam-mô Vị Lai Nhất Thiết Phật. O

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật O

Nam-mô Đại Trí Văn-thù-sư-lợi Bồ-tát. O

Nam-mô Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ-tát. O

Nam-mô Đại Bi Quán Thế Âm Bồ-tát. O

Nam-mô Đại Lực Đại Thế Chí Bồ-tát. O

Nam-mô Đại Nguyện Địa Tạng Vương  
 Bồ-tát. O

Nam-mô Đại Ca-diếp Bồ-tát. O

Nam-mô Xá-lợi-phất Bồ-tát. O

Nam-mô Mục-kiền-liên Bồ-tát. O

Nam-mô A-nan-đa Bồ-tát. O  
 Nam-mô Tu-bồ-đề Bồ-tát. O  
 Nam-mô Phú-lâu-na Bồ-tát. O  
 Nam-mô Ca-chiên-diên Bồ-tát. O  
 Nam-mô A-na-luật Bồ-tát. O  
 Nam-mô Ưu-ba-li Bồ-tát. O  
 Nam-mô La-hầu-la Bồ-tát. O  
 Từ vô thủy đến nay muôn kiếp,  
 Quên bản tâm, đâu biết đạo mầu.  
 Ba đường khổ ải sa vào,  
 Sáu căn lằm lạc nhân sâu bao đời.  
 Nay con nguyện làm vơi tội lỗi  
 Để tránh điều thống hối về sau,  
 Xét soi nhân quả đuôi đầu,  
 Chúng con xin nguyện trông  
 sâu căn lành. O

### SÁM HỐI NGHIỆP CỦA MẮT

Lằm hoa giả mà quên trắng thật,  
 Yêu ghét rồi xấu đẹp cạnh tranh,  
 Xa đường chánh kiến lằm mình,

Phân chia vàng đỏ, trắng xanh mê mờ.  
Mắt nhìn lệch khác gì như quáng,  
Gặp vẻ xinh duyên dáng trộm nhìn,  
Chưa mù mà mắt không tinh,  
Chẳng hay ‘mặt thật’ của mình ra sao.  
Gặp kẻ giàu, tranh nhau nhướng mắt,  
Thấy người nghèo muốn khuất cho xong,  
Người dung chết chóc ngoài lòng,  
Bà con tạ thế, lệ dòng khóc than.  
Đến Tam bảo, Già Lam, chùa tháp,  
Thấy tượng, kinh chẳng chút đoái hoài,  
Tại chùa lại đoái gái trai,  
Mãi mê liếc mắt đưa mày sắc dâm.  
Chẳng nể sợ Long Thần, Hộ Pháp,  
Làm ố hoen cửa Phật trang nghiêm,  
Tội này vô lượng vô biên,  
Phát sinh từ cửa mắt nhìn mà ra.  
Nghiệp ác này phải sa địa ngục,  
Bao kiếp dài mới được làm người,  
Làm người lại bị mất đi,  
Nếu không sám hối hẳn thời khó xong.

Nay con nguyện một lòng sám hối,  
 Biết bao điều tội lỗi xưa nay,  
 Thành tâm quỳ trước Phật đài,  
 Lạy Ba Ngôi Báu tỏ bày ăn năn.      O

### SÁM HỐI TỘI CỦA TAI

Thích lời tà, ghét nghe chánh pháp,  
 Gốc “thật” quên, mải miết theo ngoài,  
 Sáo đàn inh ỏi khoái tai,  
 Mõ chuông tu niệm tưởng loài ếch kêu.  
 Câu vè ví ham vui để dạ,  
 Lời kinh cùng tiếng kệ ngoài tai,  
 Lời đua nịnh lại vui vầy,  
 Những lời “ngọt mật” khen hay mong cầu.  
 Nghe lời phải đã nào tin nhận,  
 Ba chén vào đôi bạn gái trai,  
 Châu đầu áp má kẻ tai,  
 Ba điều bốn chuyện đông dài dễ quên.  
 Lời thầy dạy chẳng thềm nghe tới,  
 Lời bạn hiền khuyên chói cả tai,  
 Hiếu trung lễ nghĩa gác ngoài,

Chạy theo tiếng ái, vui vầy giai nhân.  
Lời kinh kệ chẳng màng, chẳng thích,  
Tội như vầy chứa chất vô biên,  
Dầy đầy một khối trần duyên,  
Hết đời, đường ác phải liền đọa sa.  
Trả hết nghiệp rồi đi sinh tiếp,  
Sinh làm người bị điếc hai tai,  
Dốc lòng sám hối từ nay,  
Lạy Ba Ngôi Báu tỏ bày ăn năn.      O

### SÁM HỐI TỘI CỦA MŨI

Về mùi lạ, mũi tham trăm thứ,  
Chẳng kể gì hương tuệ sạch trong,  
Thích tìm xạ ướp, lan xông,  
Mùi hương giới định, mũi không biết gì.  
Trước bàn Phật mỗi khi nhang đốt,  
Khói quyện quanh phảng phất hương trầm;  
Trộm hương phẩy khói hít thâm,  
Long thần há nể, quỷ thần xem khinh.  
Mùi son phấn hồng nhan luyến chặt,  
Chẳng đoái hoài cây giác hoa tâm,

Chợ xa rồi lại bếp gần,  
Của ngon vật lạ chẳng cần sạch dơ.  
Chẳng kể chi mùi như thịt cá,  
Dù tanh hôi dùng cả, chẳng tha,  
Đàm vàng nước mũi chảy ra,  
Dơ thềm bản đất, lê la say nằm.  
Chón cửa Phật phòng tăng chẳng kể,  
Mùi nặc nồng hơi thở mà kinh,  
Ngửi sen ý trộm khởi sinh,  
Nghe mùi má phấn tư tình phát ra.  
Nào hay đó đều là nghiệp mũi,  
Những thứ này tội lỗi vô biên,  
Dầy đầy một khối trần duyên,  
Chết rồi đường ác phải liền đọa sa.  
Trả hết nghiệp rồi đi sinh tiếp,  
Làm thân người bệnh nghiệp khổ thay,  
Dốc lòng sám hối từ nay,  
Con xin quỳ trước Phật đài ăn năn. O

## SÁM HỐI TỘI CỦA LƯỠI

Tham mọi vị mà mình ưa thích,  
Chẳng kể gì xấu tốt, dở ngon,  
Ném vào thứ béo, thứ còm,  
Sát sinh hại vật chỉ dòn nuôi thân.  
Gà, vịt, cá, chim... hầm cho kỹ,  
Lại thêm vô ngũ vị tởi hành...  
Kể gì mùi vị hôi tanh,  
Miễn sao khoái khẩu là sinh lưỡì thềm.  
Nay chưa đã, mai tìm ăn nữa,  
Gặp phải kỳ đến bữa đàn chay,  
Cầu thần lễ Phật lời hay,  
Cổ để bụng đói qua ngày cho xong.  
Thức ăn chay lỏng lòng lạt miệng,  
Khi phải ăn chẳng luyến, chẳng màng,  
Nhu người bệnh phải vương mang,  
Ăn không ngon miệng cốt dùng qua loa.  
Thấy thịt cá lòng đà hoan hỷ,  
Cơm rượu nồng bí tử vui vầy,  
Gặp khi cưới gả đêm ngày,  
Cùng là rượu thịt ma chay tiệc tùng.



Rồi sát sinh mà dùng lấy thịt,  
Khiến trùng trùng tội nghiệp manh nha,  
Lại ba tác lười như là:  
Dệt thù, đâm thọc, ác tà, dối gian.  
Vô lễ với họ hàng, Tam bảo,  
Mắng chửi người, ráo nạo mẹ cha,  
Gièm pha, dè bủ người ta,  
Luận bàn kim cổ nào là khen chê.  
Lỗi bản thân giấu che đây đó,  
Khoe giàu sang, nghèo khó miệt khinh,  
Tặng Ni xua đuổi, chẳng gân,  
Kẻ ăn người ở, chửi inh cả ngày.  
Lời gièm xỉa như bày thuốc độc,  
Nịnh hót như cung bậc phím đàn,  
Lấy điều sai quấy điểm trang,  
Nói không thành có, oán than lạnh nồng.  
Việc như vậy trùng trùng vô kể,  
Như hà sa chẳng thể đếm cùng,  
Chết sa địa ngục nấu nung,  
Lười môi cay kéo, nước đồng rót vô,  
Quả báo ấy bao giờ mới hết,

Sanh làm người cầm điếu suốt đời,  
Nay con quỳ trước Phật đài,  
Lạy Ba Ngôi Báu tỏ bày ăn năn. O

### SÁM HỐI TỘI CỦA THÂN

Xét thân xác tinh cha, huyết mẹ,  
Phối hợp nên nhờ thể thành hình,  
Trăm hài năm tạng kết sinh,  
Chấp cho là thật thân hình của ta.  
Tự quên mất bỏ qua “thân pháp,”  
Rồi dâm tà, trộm cướp, sát sanh,  
Khiến cho ba nghiệp hoành hành,  
Đề rồi quả báo quần quanh luân hồi.  
Nghiệp sát sinh nơi người tàn ác,  
Chẳng lòng từ hạ sát chúng sinh,  
Đâu hay sinh vật với mình,  
Vốn cùng một thể, vốn sinh một nguồn.  
Khi sát hại chẳng buồn thương tiếc,  
Chỉ lợi mình mà giết chúng sinh,  
Nào làm thuốc độc cho tinh,  
Ngải bùa trừ yểm gian manh rợn người.

Người còn hại, dễ thời thương vật,  
Nào đốt rừng, săn thú, lấp khe,  
Bẫy chim, bắt cá, hội hè,  
Niệm vừa dấy nghĩ thấy nghe vui làm.  
Mỗi hành động đều mang tội lỗi,  
Phải siêng năng sám hối, xa lìa,  
Cho hay trộm cắp nghiệp tà,  
Của người nhìn thấy đã là nổi tham.  
Vướng lòng tham việc làm chẳng ngại:  
Móc túi rồi cạy cửa, cạy ruộng,  
Đến nơi chùa tháp, thiền đường,  
Lòng tham thấy của dễ thường bỏ qua.  
Không chỉ cắp ngọc ngà châu báu,  
Mới tạo thành tội báo nghiệp sinh.  
Cho dù cọng cỏ cây kim,  
Không cho mà lấy đều sinh nghiệp này.  
Mê nhan sắc, tơ lòng bủa khắp,  
Thích phấn son mắt đắm ái tình.  
Quên đi hai chữ liêm trinh,  
Chỉ vì tham dục, ngục hình khổ đau.  
Lòng chung thủy bắt đầu vơi cạn,

Lén tư tình đụng chạm gái trai.  
Nắm tay âu yếm kê vai,  
Trèo tường khoét gạch chỉ vì nghiệp dâm.  
Tội lỗi ấy vô phương kể xiết,  
Địa ngục sa muôn kiếp chẳng sanh,  
Bao đời tội báo không cùng,  
Gái nằm giường sắt, cột đồng trai ôm. O

### SÁM HỐI TỘI CỦA Ý

Dòng suy nghĩ quần quanh không dứt,  
Chấp tướng nên dính mắc tình trần,  
Nhu tầm kia nhả tơ giăng,  
Kết thành cái kén giam thân chính mình.  
Nhu “thieu thân” tự tìm vào lửa,  
Khiến lửa hồng thieu hủy xác thân,  
U mê chưa tỉnh tâm thần,  
Đảo điên vọng tưởng mê lầm mà ra.  
Các nghiệp ấy chẳng qua ba độc,  
Đó chính là tham dục, sân, si,  
Mưu thần chước quỷ chi chi,  
Tham bòn vợ vét từng ly từng đồng.

Một lời mười vẫn còn tham lầy,  
Lòng như thùng không đáy đâu hay,  
Bao giờ rót được cho đầy,  
Rừng vàng biển bạc keo thì vẫn keo.  
Dù có thấy kẻ nghèo đói khát,  
Cũng không cho một cắc một đồng,  
Gạo hư tiền mục mặc lòng,  
Vốn người bủn xỉn đừng hòng cho ai.  
Đói khổ mặc, chẳng hoài giúp đỡ,  
Mất một đồng một chữ đã to,  
Tiền trăm vào túi mặc dù,  
Vẫn cho là ít bo bo chẳng dùng.  
Chẳng cho ai một đồng một chữ,  
Dầu của tiền tích trữ đầy kho,  
Ngày thì tính toán, đêm lo,  
Lao tâm khổ trí vốn do nghiệp này.  
Do nền tảng tham sân làm gốc,  
Lửa giận hờn cao ngất tự thiêu,  
Trợn tròn quắc mắt to điều,  
Làm cho hòa khí tan theo lửa này.  
Không riêng chỉ người đời kẻ tục,

Cả Tăng Ni lắm lúc vẫn còn,  
Miệng tranh kinh luận hơn thua,  
Giận chê sư trưởng, trách hờn mẹ cha.  
Như cảnh úa cỏ khô vẫn thấy,  
Hẳn có hồi lửa cháy tan thôi,  
Nói ra chết vật hại người,  
Từ bi không nghĩ, xa rời đạo tâm.  
Mở miệng thì nói thần nói thánh,  
Gặp duyên thì khó tránh ngu si.  
Cửa “không” dù ở bao thì,  
Vẫn còn chấp mắc, chỉ vì “cái ta”.  
Như cây vốn sinh ra gốc lửa,  
Lửa lại về thiêu hủy cả cây,  
Những điều tội lỗi trên đây,  
Đều do nóng giận nghiệp này mà ra.  
Bởi căn tánh đọa sa mê muội,  
Ý thức thành tâm tối chẳng ngay,  
Dữ lành trên dưới nào hay,  
Giết người hại vật chặt cây tan thành.  
Mắng hiên thánh, rẻ khinh đức Phật,  
Ngược nghĩa tình, quên đức quên ân,

Đã không suy xét xa gần,  
Ngu si mê muội: Làm nhân đọa đày.  
Nghệp báo ác đã gây rất nặng,  
Đến cuối đời dứt mạng ra đi,  
Roi vào địa ngục A-tỳ,  
Trải muôn ngàn kiếp dễ gì đầu thai.  
Khi tái sinh ngu si mê muội,  
Nếu không lo sám hối tiêu trừ,  
Khó mà dứt nghiệp ngu si,  
Trăm ngàn vạn kiếp như mù khó thông.  
Nay con nguyện một lòng sám hối,  
Biết bao điều tội lỗi xưa nay,  
Thành tâm quỳ trước Phật đài,  
Lạy Ba Ngôi Báu tỏ bày ăn năn.  
Nam-mô Chứng Minh Sư Bồ-tát  
Ma-ha-tát. O



## KỆ SÁM HỐI

Con đã gây ra bao lầm lỗi,  
Khi nói, khi làm, khi tư duy,  
Tham lam, hờn giận và ngu si,  
Nay con cúi đầu xin sám hối.  
Một lòng con cầu Phật chứng tri,  
Bắt đầu hôm nay nguyện làm mới,  
Nguyện sống đêm ngày trong chánh niệm,  
Nguyện không lặp lại lỗi lầm xưa.  
Bao nhiêu lầm lỗi cũng do tâm,  
Tâm tịnh còn đâu vết lỗi lầm.  
Sám hối xong rồi lòng nhẹ nhõm,  
Ngàn xưa mây bạc vẫn thông dong.

(3 xá) OOO

Nam-mô Cầu Sám Hối Bồ-tát Ma-ha-tát. O









- Nam-mô quy y thập phương tận  
 hư không giới nhất thiết tôn Pháp. O
- Nam-mô quy y thập phương tận hư  
 không giới nhất thiết Hiền Thánh Tăng. O
- Nam-mô Như Lai, Ứng cúng, Chánh  
 Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế  
 Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng  
 Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn. O
- Nam-mô Phổ Quang Phật. O
- Nam-mô Phổ Minh Phật. O
- Nam-mô Phổ Tịnh Phật. O
- Nam-mô Đa-ma-la Bát-chiên-đàn  
 Hương Phật. O
- Nam-mô Chiên-đàn Quang Phật. O
- Nam-mô Ma-ni Tràng Phật. O
- Nam-mô Hoan Hỷ Tạng Ma-ni  
 Bảo Tích Phật. O
- Nam-mô Nhất Thiết Thế Gian Nhạo  
 Kiến Thượng Đại Tinh Tấn Phật. O
- Nam-mô Ma-ni Tràng Đăng Quang Phật. O
- Nam-mô Huệ Cự Chiếu Phật. O
- Nam-mô Hải Đức Quang Minh Phật. O

- Nam-mô Kim Cang Lao Cường Phổ  
Tán Kim Quang Phật. O
- Nam-mô Đại Cường Tinh Tấn Đồng  
Mãnh Phật. O
- Nam-mô Đại Bi Quang Phật. O
- Nam-mô Từ Lực Vương Phật. O
- Nam-mô Từ Tạng Phật. O
- Nam-mô Chiên-đàn Khốt Trang Nghiêm  
Thắng Phật. O
- Nam-mô Hiền Thiện Thủ Phật. O
- Nam-mô Thiện Ý Phật. O
- Nam-mô Quảng Trang Nghiêm  
Vương Phật. O
- Nam-mô Kim Hoa Quang Phật. O
- Nam-mô Bảo Cái Chiếu Không Tự Tại  
Lực Vương Phật. O
- Nam-mô Hư Không Bảo Hoa  
Quang Phật. O
- Nam-mô Lưu Ly Trang Nghiêm  
Vương Phật. O
- Nam-mô Phổ Hiện Sắc Thân Quang Phật. O
- Nam-mô Bất Động Trí Quang Phật. O

- Nam-mô Hàng Phục Chúng Ma  
Vương Phật. O
- Nam-mô Tài Quang Minh Phật. O
- Nam-mô Trí Huệ Thắng Phật. O
- Nam-mô Di-lặc Tiên Quang Phật. O
- Nam-mô Thiện Tịch Nguyệt Âm Diệu  
Tôn Trí Vương Phật. O
- Nam-mô Thế Tịnh Quang Phật. O
- Nam-mô Long Chúng Thượng Tôn  
Vương Phật. O
- Nam-mô Nhật Nguyệt Quang Phật. O
- Nam-mô Nhật Nguyệt Châu Quang Phật. O
- Nam-mô Huệ Tràng Thắng Vương Phật. O
- Nam-mô Sư Tử Hủ Tự Tại Lực  
Vương Phật. O
- Nam-mô Diệu Âm Thắng Phật. O
- Nam-mô Thường Quang Tràng Phật. O
- Nam-mô Quán Thế Đẳng Phật. O
- Nam-mô Huệ Oai Đẳng Vương Phật. O
- Nam-mô Pháp Thắng Vương Phật. O
- Nam-mô Tu Di Quang Phật. O
- Nam-mô Tu-ma-na Hoa Quang Phật. O

- Nam-mô Ưu-đàm Bát-la Hoa Thù  
Thắng Vương Phật. O
- Nam-mô Đại Huệ Lực Vương Phật. O
- Nam-mô A-súc-tỳ Hoan Hỷ Quang Phật. O
- Nam-mô Vô Lượng Âm Thanh  
Vương Phật. O
- Nam-mô Tài Quang Phật. O
- Nam-mô Kim Hải Quang Phật. O
- Nam-mô Sơn Hải Huệ Tự Tại Thông  
Vương Phật. O
- Nam-mô Đại Thông Quang Phật. O
- Nam-mô Nhất Thiết Pháp Tràng Mãn  
Vương Phật. O
- Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật. O
- Nam-mô Kim Cang Bất Hoại Phật. O
- Nam-mô Bảo Quang Phật. O
- Nam-mô Long Tôn Vương Phật. O
- Nam-mô Tinh Tấn Quân Phật. O
- Nam-mô Tinh Tấn Hỷ Phật. O
- Nam-mô Bảo Hỏa Phật. O
- Nam-mô Bảo Nguyệt Quang Phật. O

- Nam-mô Hiện Vô Ngu Phật. O
- Nam-mô Bảo Nguyệt Phật. O
- Nam-mô Vô Cấu Phật. O
- Nam-mô Ly Cấu Phật. O
- Nam-mô Đồng Thí Phật. O
- Nam-mô Thanh Tịnh Phật. O
- Nam-mô Thanh Tịnh Thí Phật. O
- Nam-mô Ta-lưu-na Phật. O
- Nam-mô Thủy Thiên Phật. O
- Nam-mô Kiên Đức Phật. O
- Nam-mô Chiên-đàn Công Đức Phật. O
- Nam-mô Vô Lượng Cúc Quang Phật. O
- Nam-mô Quang Đức Phật. O
- Nam-mô Vô Ưu Đức Phật. O
- Nam-mô Na-la-diên Phật. O
- Nam-mô Công Đức Hoa Phật. O
- Nam-mô Liên Hoa Quang Du Hí Thần  
Thông Phật. O
- Nam-mô Tài Công Đức Phật. O
- Nam-mô Đức Niệm Phật. O
- Nam-mô Thiện Danh Xưng Công  
Đức Phật. O

Nam-mô Hồng Diệm Đế Tràng  
Vương Phật. O

Nam-mô Thiện Du Bộ Công Đức Phật. O

Nam-mô Đẩu Chiến Thắng Phật. O

Nam-mô Thiện Du Bộ Phật. O

Nam-mô Châu Tráp Trang Nghiêm  
Công Đức Phật. O

Nam-mô Bảo Hoa Du Bộ Phật. O

Nam-mô Bảo Liên Hoa Thiện Trụ  
Ta-la Thọ Vương Phật. O

Nam-mô Pháp Giới Tạng Thân  
A-di-đà Phật. O

Giữa thế giới gần xa các xứ,  
Trước Phật đương cư trú tại trần,  
Cúi xin các Phật Thế tôn,  
Nhủ lòng thương xót chúng con đoái hoài.  
Thương chúng sinh đời này đời trước,  
Đã luân hồi bao lượt tử sinh,  
Từ nơi vô thủy thành hình,  
Đã từng lặn ngụp tội tình đến nay. O  
Hoặc tội ác tự tay tạo tác,



Hoặc đã xui kẻ khác từng làm,  
Hoặc nhìn việc ác không can,  
Lại còn sinh dạ hân hoan đồng tình.  
Những tội lỗi tự mình trộm cắp,  
Của chùa chiền, bảo tháp, chư tăng,  
Tự tay mình lấy, giả làm,  
Hoặc xui người lấy, vui thầm đứng xem. O  
Phải năm tội đấm chìm vô gián,  
Hoặc tự làm chuốc oán, gây oan,  
Hoặc từng bảo kẻ khác làm,  
Hoặc nhìn người khác hân hoan tỏ lòng. O  
Trong mười điều ác hung vô đạo,  
Hoặc tự tay gây tạo tham tàn,  
Hoặc từng sai kẻ khác làm,  
Hoặc nhìn việc ác không can còn mừng. O  
Hoặc tự tạo hoặc cùng gây tội,  
Hoặc tự mình nông nổi bao che,  
Hoặc làm chẳng giấu giếm gì,  
Đều sa địa ngục A-tỳ đáng kinh.  
Làm nạ quý súc sinh đau khổ,  
Hoặc giam mình nẻo dữ không thôi,

Làm loài hèn hạ nhất đời,  
Tội tình làm lỗi bao thời gây ra.  
Nay con nguyện thật thà sám hối,  
Biết bao điều tội lỗi khôn dung,  
Cúi xin các Phật Thế Tôn,  
Chứng minh cho nỗi khốn cùng của con. O  
Xin Đức Phật rủ lòng thương xót,  
Nay con xin quỳ trước Phật-đà,  
Phát tâm thệ nguyện thật thà,  
Đời này, đời tới, gần xa làm lành.  
Xin phát nguyện thực hành bố thí,  
Giữ giới hầu tâm ý sạch trong,  
Nắm cơm chén nước nhủ lòng,  
Nguyện đem cho cả khắp cùng chúng sanh. O  
Hoặc tự nguyện tu hành trong sạch,  
Có bao nhiêu thành đạt căn lành,  
Mọi điều huân tập đã thành,  
Vô biên công đức nơi mình bao nhiêu.  
Nay tất cả xin đều hồi hướng,  
Về con đường Vô Thượng xưa nay.  
Giống như quá khứ vị lai,

Các Phật hồi hướng tỏ bày đại bi. O  
Chúng con nguyện quay về hồi hướng,  
Sám hối cho tội chướng bao đời,  
Phước lành tùy hỷ đời người,  
Hướng về công đức nơi nơi Phật-đà.  
Nguyện trí tuệ sâu xa vô thượng,  
Phật qua rồi, hiện tại, vị lai,  
Toàn năng, toàn thiện xưa nay,  
Biển trời công đức đủ đầy vô biên. O  
Nay con nguyện cúi mình kính lễ,  
Sám hối điều tội lỗi bấy nay,  
Cúi xin đức Phật Như Lai,  
Sáng soi tâm trí con đây mê lầm.  
Mười phương cõi xa gần bát ngát,  
Phật ba đời cùng khắp không trung.  
Bằng lời thân ý sạch trong,  
Cúi đầu kính lễ một lòng tôn nghiêm. O  
Nét oai phong Phổ Hiền hạnh nguyện,  
Trước Như Lai thị hiện sức thần,  
Một thân lại hiện muôn thân,  
Hằng hà sa số ứng thân Phật-đà.

Hàng Bồ-tát nhiều như số cát,  
Đến vô biên cõi pháp khắp cùng,  
Đủ đầy tin tưởng thật lòng,  
Tựa hồ tiếng sóng mênh mông biển dài. O  
Lời diệu pháp đó đây bất tận,  
Biết bao đời mới đặng cơ may,  
Tán dương công đức Như Lai,  
Nhu hoa vi diệu hương bay khắp cùng.  
Nhạc réo rắc, hương xông, lộng phủ,  
Dáng tuyệt trần đầy đủ trang nghiêm,  
Cúng dường chư Phật tự nguyện,  
Thức ăn hoa quả, dâng lên lòng thành. O  
Đèn nhang thấp lung linh sáng tỏ,  
Dáng tuyệt vời như vẻ Tu-di,  
Cúng dường đức Phật Mâu-ni,  
Chiếu soi quảng đại từ bi nhiệm mầu.  
Phật ba đời trước sau tin tưởng,  
Hạnh Phổ Hiền nguyện hướng không sai,  
Cúng dường, sám hối Như Lai,  
Cho tiêu tội lỗi đã gây bao đời. O  
Tham, sân, si tự thời vô thi,

Miệng, ý, thân sinh khởi liền liền,  
 Nay con sám hối, lòng nguyện,  
 Mười phương chư Phật khắp miền sớm trưa.  
 Bạc Vô Học, Nhị Thừa, Duyên Giác,  
 Như Lai cùng Bồ-tát viên thông,  
 Bao nhiêu công đức tựu trung,  
 Mười phương đức Phật cùng chung  
 hương về. O

Phật thành tựu Bồ-đề Vô Thượng,  
 Nay con xin kính ngưỡng thỉnh cầu,  
 Cỗ xe chở pháp lặn mau,  
 Còn như Phật định tiêu dao Niết-bàn.  
 Chúng con nguyện hân hoan kính thỉnh,  
 Xin rủ lòng thương tưởng chúng sinh,  
 Hãy vì lợi lạc thế tình,  
 Chuyển vận xe pháp độ sinh Ta-bà. O  
 Nay kính lễ thật thà sám hối,  
 Công đức kia cùng với căn lành,  
 Thảy đều hồi hướng chúng sanh,  
 Nguyện thành như Phật, sáng danh đạo đời.  
 Đạo Vô Thượng không ngại hồi hướng,

Phật, Pháp, Tăng tánh tướng khôn cùng,  
Tục chơn tam-muội dung thông,  
Nay xin hồi hướng khắp cùng nhân gian. O  
Chúng sanh có những thân, miệng, ý,  
Bởi mê lầm miệt thị rẻ khinh,  
Gây bao nghiệp chướng tội tình,  
Thả đều bị cảnh đấm chìm tương lai.  
Niệm niệm trí tròn đầy cõi pháp,  
Chẳng chuyển lui rộng khắp quần sanh.  
Dù cho thế giới tan tành,  
Hư không, phiền não chúng sanh không còn.  
Bốn thế nguyện vô cùng rộng lớn,  
Nay con xin hồi hướng ra đây,  
Kiếp này đến kiếp tương lai,  
Nguyện thành Phật đạo tròn đầy  
“vô sanh.” O  
Nam-mô Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ-tát.

(3 lần) OOO



## KỆ SÁM HỐI

Con đã gây ra bao lầm lỗi,  
Khi nói, khi làm, khi tư duy,  
Tham lam, hờn giận và ngu si,  
Nay con cúi đầu xin sám hối.  
Một lòng con cầu Phật chứng tri,  
Bắt đầu hôm nay nguyện làm mới,  
Nguyện sống đêm ngày trong chánh niệm,  
Nguyện không lặp lại lỗi lầm xưa.  
Bao nhiêu lầm lỗi cũng do tâm,  
Tâm tịnh còn đâu vết lỗi lầm.  
Sám hối xong rồi lòng nhẹ nhõm,  
Ngàn xưa mây bạc vẫn thông dong. O  
Nam-mô Cầu Sám Hối Bồ-tát Ma-ha-tát. O



The background features a light gray, textured surface. In the upper right, there are several detailed, grayscale illustrations of leaf skeletons, showing intricate vein patterns. In the lower portion, there are stylized, light gray floral and leaf motifs, including a large, multi-petaled flower and a smaller, simpler flower, all rendered in a clean, minimalist style.

# PHẦN SÁM NGUYỆN





## 1. BÁT-NHÃ TÂM KINH

Quán Tự Tại thực hành trí tuệ,  
Bát-nhã ba-la-mật sáng ngời,  
Bảy giờ Bồ-tát quán soi,  
Thấy rằng năm uẩn ba đời đều không. O  
Vượt tất cả các vòng khổ ách,  
Hãy nghe này, Xá-lợi-phất ông!  
Sắc nào có khác gì không,  
Không nào khác sắc, sắc không vốn đồng. O  
Cả thọ, tưởng, thức, hành cũng thế,  
Tánh chân không các pháp viên thành  
Thấy đều chẳng diệt, chẳng sanh,  
Chẳng như, chẳng sạch, chẳng tăng  
giảm gì. O  
Trong chân không chẳng hề có sắc,  
Chẳng thọ, tưởng, hành, thức trong không.  
Mắt, tai, mũi, lưỡi, ý, thân,  
Sắc, thanh, vị, xúc, pháp, hương không còn. O  
Không nhãn thức đến không ý thức,  
Không vô minh hoặc hết-vô-minh,  
Không điều già chết chúng sanh,  
Hết già, hết chết thực tình cũng không.

Không trí huệ cũng không chứng đắc,  
 Bởi có gì là chỗ đắc đâu.  
 Bảy lâu Bồ-tát dựa vào,  
 Trí ba-la-mật, thăm sâu thực hành,  
 Mọi chướng ngại quanh mình tan biến,  
 Mọi việc đều chẳng khiến hoảng kinh,  
 Xa lìa mộng tưởng đảo điên,  
 Niết-bàn rốt ráo an nhiên thanh nhàn. O  
 Bát-nhã ấy rõ ràng trí tuệ,  
 Mà ba đời chư Phật nương vào,  
 Chứng thành quả giác tối cao,  
 Nên xem Bát-nhã thâm sâu đó là: O  
 Lời thần chú sâu xa bậc nhất,  
 Lời chú thần rất mực quang minh,  
 Chú thần cao cả anh linh,  
 Là lời thần chú thật tình cao siêu,  
 Trừ dứt được mọi điều đau khổ,  
 Đúng như vậy muôn thuở không sai.  
 Ngài liền tuyên nói chú này,  
 Để người trì niệm sáng bày chơn tâm: O  
 Ga-tê Ga-tê Pa-ra-ga-tê Pa-ra-san-ga-tê  
 Bô-dhi Sva-ha. (3 lần) OOO

## 2. NIỆM PHẬT

Nam-mô Ta-bà giáo chủ, tam giới Đạo sư, tứ sinh Từ phụ, nhân thiên Giáo chủ, thiên bá ức hoá thân, Bốn sư Thích-ca Mâu-ni Phật.

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (18 lần) O

Nam-mô Đại trí Văn-thù-sư-lợi Bồ-tát O

Nam-mô Đại hạnh Phổ-hiền Bồ-tát O

Nam-mô Hộ pháp chư Tôn Bồ-tát O

Nam-mô Đạo tràng Hội thượng Phật

Bồ-tát (3 lần) OOO



### 3. QUÁN CHIẾU QUY LUẬT<sup>(1)</sup>

1. Phật rằng cái kiếp nhân sinh,  
 Lắm điều khổ lụy, chẳng dành riêng ai.  
 Xuân xanh rồi cũng tàn phai,  
 Thời hoa mộng tựa, sương mai đầu cảnh. O

2. Tâm thân tứ đại hiệp thành,  
 Óm đau, tật bệnh, thường tình xưa nay.  
 Dù cho thọ mạng ngắn, dài,  
 Cổ kim, nào kẻ thoát tay tử thần? O

3. Người thân *ly biệt* người thân,  
 Trăm năm bao lượt, khó ngăn lệ nhòa.  
 Mỗi người riêng nghiệp thiếu, đa,  
 Rừng mê, bể khổ phải qua một mình. O

4. Tử sinh nối tiếp tử sinh,  
 Trăm luân muôn thưở, vô minh cội nguồn.  
 Trí nhân hiểu lẽ vô thường,  
 Siêng tu Phật pháp, dứt đường trăm luân. O

---

1. Tựa gốc là “Năm pháp quán”, được dịch từ “*Pañca Abhiñhapaccavekkhana*” trong Kinh điển Pali. Bài này được trích từ “*Nghi thức tụng niệm*” của Giáo hội Tăng-già Nguyên thủy Việt Nam.



5A. SÁM TỈNH THỨC<sup>(2)</sup>

Lẽ tử sanh, xưa nay thường sự,  
 Khổ biệt ly, muôn thuở đương nhiên.  
 Khách hồng trần trăm nỗi đảo điên,  
 Bạc thiện trí vượt ngoài hệ lụy.

Cuộc trầm luân khởi từ vô thủy,  
 Nước mắt nhiều hơn bốn đại dương,  
 Đã bao đời dâu bể tang thương,  
 Xương trắng trải phủ đầy đại địa. O

Dù một kiếp, trọn vui không dễ,  
 Những phù du, hưng phế, đổi thay.  
 Tuổi thanh xuân, gấm có bao ngày  
 Già, đau, chết hỏi ai tránh khỏi?

Kìa bao cuộc thăng, trầm danh lợi,  
 Những nhục, vinh kết nối liền nhau.  
 Khi qua rồi, còn lại niềm đau,  
 Gió đời thổi, phàm tâm xao động. O

Kìa yêu thương buồn, vui huyễn mộng,

---

2. Trích từ “*Nghi thức tụng niệm*” của Giáo hội Tăng-già Nguyên thủy Việt Nam.

Tình thân nhân, bằng hữu, phu thê.  
Thương phải xa, ghét phải gần kề,  
Ai trọn kiếp không điều ngang trái?

Kìa sự nghiệp, bạc vàng, của cải,  
Đổ mồ hôi, nước mắt dựng xây.  
Vật ở đời tay lại, qua tay,  
Buông tất cả, khi tàn hơi thở. O

Kìa kiến chấp hữu, vô, ngã sở,  
Bao tị hiềm cùng chuyện can qua.  
Lắm đời đời trong mỗi sát-na,  
Hạnh phúc đó, nào phiền cũng đó.

Người trí hiểu căn nguyên thống khổ,  
Tìm hướng đi thoát ngõ quẩn quanh.  
Ngược dòng mê, chánh đạo thực hành,  
Chứng thánh quả, đoạn mầm sanh tử. O

Nương đức Phật chí tôn, chí thánh,  
Nương Pháp mâu đại hạnh, đại duyên,  
Nương Tăng đoàn vô thượng phước điền,  
Nguyện Tam bảo từ bi tiếp độ. O  
Nam-mô Phật Pháp Tăng Tam Bảo.



### 5B. SÁM QUÁN NIỆM<sup>(3)</sup>

Phật rằng vạn vật vô thường,  
 Diệt, sinh, biến đổi, không dừng xưa nay.  
 Khấp trong pháp giới hiển bày,  
 Quốc gia, họ tộc, không lìa sót ai.

Vô thường dẫn đến khổ đau,  
 Sanh, già, bệnh, chết... biết bao nhiêu đời.  
 Khổ tâm, thất vọng, tơ bời,  
 Nên tu vô ngã, thanh thoi cõi lòng. O

Phật rằng cõi thế mênh mông,  
 Có thân tất phải vướng vòng tử sinh.  
 Lớn lên, già, bệnh thành linh,  
 Chung quy sự chết theo rình, chẳng buông.

Khỏe thời, tích đức, tu tâm,  
 Vun trồng cội phúc, trí nhân rạng ngời.  
 Thiện thì sinh cõi tiên, trời,  
 Ác thì chịu khổ đời này, đời sau. O

---

3. Thích Nhật Từ sáng tác khi đọc lại *Kinh Pháp Cú (Dhammapada)* và *Kinh Tập (Sutta Nipāta)*.

Vòng đời ngấn ngủi, bao lâu,  
Hiểu ra quy luật, khổ sầu làm chi!  
Từ thân, miệng, ý từ bi,  
Cứu người, giúp vật, thực thi hạnh lành.

Năm điều đạo đức tịnh thanh,  
Làm lành, lánh dữ, thực hành chớ quên.  
Bốn ân đức lớn, nguyện đền  
Chúng sinh ba cõi, đưa lên đạo vàng. O

Nay con nương đấng Pháp Vương,  
Học, tu Phật pháp, con đường thánh thời.  
Thân an, tâm khỏe, an vui,  
Niết-bàn chứng đắc, rạng ngời tâm linh. O



## 5C. SÁMLỄ TAMBẢO<sup>(4)</sup>

### 1. Lễ Phật bảo

Cội bồ đề trang nghiêm thiên, tịnh,  
Thắng thiên ma, vạn chướng  
trùng trùng.

Con xin lạy đấng Đại Hùng,  
Roi vô biên trí, tận cùng thế gian.

Từ quá khứ, vô vàn Phật hiện,  
Ở tương lai, vô lượng Phật thành,  
Hiện tiền chư Phật độ sanh,  
Con xin kính lễ, tâm minh  
nguyện cầu. O

Hồng danh Phật, nhiệm mầu Ứng Cúng,  
Chánh Biến Tri, Minh Hạnh đủ đầy,  
Đức ân Thiện Thệ cao dày,  
Bậc Thế Gian Giải chỉ bày lý chân.

Vô Thượng Sĩ pháp âm tịnh diệu,  
Bậc Trượng Phu Điều Ngự độ sanh,

---

4. Trích từ “Nghi thức tụng niệm” của Giáo hội Tăng-già Nguyên thủy Việt Nam.

Thiên Nhân Sư, đáng cha lành,  
Phật-đà toàn giác, Thế Tôn trong đời.

Phật là nơi nương nhờ tối thượng,  
Cho chúng con vô lượng an lành.  
Quy y Phật bảo từ ân,  
Nguyện lời chân thật, tác thành  
thắng duyên. O

## 2. Lễ Pháp bảo

Bát thánh đạo, con đường chánh giác,  
Đưa chúng sanh vượt thoát trầm luân.  
Chân truyền, diệu pháp thánh nhân,  
Con xin tịnh ý, nghiêm thân thực hành.

Từ quá khứ, vô vàn diệu Pháp,  
Ở tương lai vô lượng Pháp mâu,  
Hiện tiền, Phật Pháp thâm sâu,  
Thuyền từ phương tiện, bắc cầu  
độ sanh. O

Pháp vi diệu, cha lành khéo dạy,  
Lìa danh ngôn, giác ngộ hiện tiền.

Vượt thời gian, chúng vô biên,  
Sát-na đại ngộ, hoát nhiên liễu tường.

Đạo vô thượng, đến rồi thấy rõ,  
Hướng thượng tâm, thoát ngã vọng trần.  
Trí nhân tự ngộ giả, chân,  
Diệu thường tịnh lạc, Pháp ân  
nhiệm màu.

Pháp là nơi nương nhờ tối thượng,  
Cho chúng con vô lượng an lành.  
Quy y Pháp bảo chánh chân,  
Nguyện lời chân thật, tác thành  
thắng duyên. O

### 3. Lễ Tăng bảo

Hòa hợp chúng, Tăng đoàn thanh tịnh,  
Đức vô song, tứ thánh sa-môn.  
Thừa hành di giáo Thế Tôn,  
Đời đời tương tục, bốn phương  
phổ hoằng.

Từ quá khứ, vô vàn Tăng chúng,

Ở tương lai, vô lượng thánh hiền,  
Hiện tiền, Tăng bảo phước điền,  
Con xin kính lễ, gieo duyên Niết-bàn. O

Bậc diệu hạnh, Thanh Văn, Thích tử,  
Bậc trực hạnh, pháp lữ thiên gia,  
Bậc như lý, hạnh Tăng-già  
Bậc chơn chánh, hạnh dưới tòa Thế Tôn.

Thành đạo quả, bốn đôi, tám chúng,  
Đệ tử Phật, ứng cúng, tôn nghiêm.  
Cung nghinh, kính lễ một niềm,  
Thánh chúng vô thượng, phước điền  
thế gian.

Tăng là nơi nương nhờ tối thượng,  
Cho chúng con vô lượng an lành.  
Quy y Tăng bảo tịnh thanh,  
Nguyện lời chân thật, tác thành  
thắng duyên.

Gieo năm vóc, trọn niềm sám hối,  
Những sở hành, lầm lỗi, vô minh.

Từ thân, khẩu, ý khởi sanh.  
 Ngưỡng mong Tăng bảo đức lành  
 từ dung. O  
 Nam-mô Phật Pháp Tăng Tam bảo (3 lần) O

### 5D. SÁM VÔ ÚY<sup>(5)</sup>

Con cầu đức Phật Thích-ca,  
 Nhiệm màu chánh pháp, Tăng-già  
 thanh cao,

Từ bi gia hộ mọi loài:  
 Thanh bình khắp chốn, nạn tai không còn.

Đời không hiện tượng bất thường,  
 Nghịch duyên, trở ngại, tai ương xa lìa.  
 Không còn ác mộng, sầu bi,  
 Đặt lưng xuống chiếu, tức thì ngủ ngon. O

Mọi người đoàn kết, yêu thương,  
 Những người cô thế không vương  
 muộn sầu.

---

5. Thích Nhật Từ dịch từ “Kệ vô úy” (*Abhayaparittagāthā*), thường được sử dụng phổ biến trong các *Nghi thức tụng niệm* của Phật giáo Nguyên thủy.

Không còn khủng bố, khổ đau,  
Nỗi niềm lo lắng sạch lầu khỏi tâm.

Người người đạo đức tịnh thanh,  
Tu thiền tỉnh thức, bình an cõi lòng.  
Tin sâu nhân quả: Hạnh thông,  
Tin sâu Phật pháp, thoát vòng  
trầm luân. O

Cầu cho tất cả phước lành,  
Con tu tập được sẵn dành chúng sinh.  
Thiện thân gìn giữ hòa bình,  
Long, Thiên bát bộ cao minh chúng lòng.

Con cầu Độc Giác, Thanh Văn,  
Các hàng Bồ-tát phát tâm độ đời.  
Con cầu Phật pháp chiếu soi  
Bình an cõi thế, rạng ngời nhân gian. O

\*\*\*



## 5E. SÁM QUY NGUYỆN

Trầm hương xông ngát điện,  
 Sen nở Phật hiện thân,  
 Pháp giới thành thanh tịnh,  
 Chúng sanh lắng nghiệp trần.  
 Đệ tử tâm thành

Hướng về Tam bảo: O

Phật là thầy chỉ đạo,  
 Bạc tỉnh thức vẹn toàn,  
 Tướng tốt đoan trang,  
 Trí và bi viên mãn.

Pháp là con đường sáng,  
 Dẫn người thoát cõi mê,  
 Đưa con trở về  
 Sống cuộc đời tỉnh thức.

Tăng là đoàn thể đẹp  
 Cùng đi trên đường vui,  
 Tu tập giải thoát,  
 Làm an lạc cuộc đời. O

Đệ tử nương nhờ Tam bảo,  
 Trên con đường học đạo,

Biết Tam bảo của tự tâm.  
Nguyện xin chuyên cần,  
Làm sáng lòng ba viên ngọc quý.  
Nguyện theo hơi thở,  
Nở nụ cười tươi.  
Nguyện học nhìn cuộc đời,  
Bằng con mắt quán chiếu.  
Nguyện xin tìm hiểu  
Nỗi khổ của mọi loài.  
Tập từ bi, hành hỷ xả,  
Sáng cho người thêm niềm vui,  
Chiều giúp người bớt khổ. O  
Đệ tử nguyện sống đời thiếu dục,  
Nếp sống lành mạnh an hòa,  
Cho thân thể kiện khương.  
Nguyện rũ bỏ âu lo,  
Học tha thứ bao dung,  
Cho tâm tư nhẹ nhõm.  
Đệ tử xin nguyện ơn sâu đền báo: O  
Ơn cha mẹ, ơn thầy,  
Ơn bè bạn, chúng sanh,



Nguyện sanh cõi tịnh Tây phương,  
Mẹ cha: Chín phẩm sen vàng nêu danh,  
Hoa cười, chứng ngộ vô sanh,  
Cùng hàng Bồ-tát đồng hành tâm linh. O

Nguyện đem công đức tạo thành,  
Hương về tất cả chúng sanh mọi loài,  
Rải ban hạnh phúc muôn nơi,  
Giúp người giác ngộ, an vui đạo mầu.

(3 xá) OOO



## 7. LỜI NGUYỆN CUỐI

(Chủ lễ quỳ chấp tay, tha thiết nguyện; đại chúng mặc niệm)

Nam-mô Bốn Sư Thích-ca Mâu-ni Phật O  
 Trời giáng ngộ muôn nơi sáng tỏ,  
 Bánh xe pháp vận chuyển không dừng.  
 Tăng ni, đạo lực thậm thâm,  
 Phật tử, tín tâm kiên cố.  
 Nguyện nhà nhà hạnh phúc, an Khang,  
 Cầu thế giới hòa bình, hưng thịnh.  
 Đời đời làm bà con Phật pháp,  
 Kiếp kiếp làm quyến thuộc từ bi.  
 Mọi người biết tu học điều lành,  
 Bốn biển được mưa hòa, gió thuận. O  
 Tai qua nạn khỏi, tật bệnh tiêu trừ  
 Bốn mùa hưng thịnh, tám tiết bình an  
 Sở nguyện tùy tâm, cát tường như ý  
 Tâm luôn hoan hỷ, thân dứt lỗi lầm,  
 Phỉ sạch não phiền, trau dồi tuệ giác.  
 Học theo Trung đạo, tu hạnh nhất thừa,  
 Tinh tấn sớm trưa, trọn thành Phật đạo. O  
 Nam-mô Phật Pháp Tăng Tam bảo.

(3 xá)OOO

## 8. ĐÁNH LỄ BANGÔI BÁU

Con xin nương tựa Phật,  
Bậc Phước Trí Viên Thành,  
Cầu tất cả chúng sanh  
Giác ngộ, phát tâm lành. (1 lạy) O

Con xin nương tựa Pháp,  
Nguồn tuệ giác, từ bi,  
Cầu tất cả chúng sanh  
Hiểu đạo, tỏ nguồn tâm. (1 lạy) O

Con xin nương tựa Tăng,  
Đoàn thể sống an vui,  
Cầu tất cả chúng sanh  
Hòa hợp, thương mến nhau. (1 lạy) O





## PHỤ LỤC

### XUẤT XỨ CÁC BÀI KINH VÀ SÁM NGUYỆN

#### PHẦN I: XUẤT XỨ CÁC BÀI KINH

1. **Kinh từ bi** do Thích Nhật Từ dịch từ bản tiếng Anh của *The Amaravati Sangha*, có đối chiếu các bản dịch của quý Hòa thượng Ñanamoli, Piyadassi và Đại đức Thanissaro. Tựa tiếng Pali là “*Karaṇīya Mettā Sutta*”, có xuất xứ từ *Kinh Tập (Sutta Nipāta, 1.8)* thuộc *Tiểu bộ Kinh (Khuddaka Nikāya)*.

2. **Kinh châu báu** do Thích Nhật Từ dịch từ *Kinh Tập (Sutta Nipāta)* thuộc *Tiểu Bộ Kinh (Khuddaka Nikāya)*, bản tiếng Anh của của K.R. Norman, *The Group of Discourses* (2nd ed.) (Oxford: Pali Text Society, 2001). Tựa kinh Pali là “*Ratanasutta*”.

3. **Kinh thực tập vô ngã** Thích Nhật Từ dịch từ bản tiếng Anh của *Tương Ưng Bộ Kinh (Samyutta-nikaya)*, ed. PTS, 1888-1902, III, 66-67; Tương đương với *Vinayapitaka*, ed. PTS, 1879-1883, I, 13-14.

4. **Kinh các pháp quán niệm** được trích từ “*Kinh nhật tụng của cư sĩ*” do Tỳ-kheo Tăng Định hợp soạn từ các nghi thức Nam tông. Tựa gốc là *Kinh Gi-ri-ma-nan-đa (Girimananda sutta)*.

5. **Kinh dụ ngôn bọt nước** do Phan Khắc Nhượng diễn thơ từ *Kinh Tương Ưng V*, bản dịch của HT. Thích Minh Châu.



6. **Kinh quán niệm hơi thở**, nguyên tác là *Kinh Ānāpānasatisutta* (M. III. 79-99), thuộc *Kinh Trung bộ* thứ 118, tương đương với *Nhập tức xuất tức niệm Kinh* thứ 803, 810, 815 của bộ *Tạp A-hàm*.

7. **Kinh ba dấu ấn thực tại**, nguyên tác là *Phật Thuyết Pháp Ấn Kinh*, kinh thứ 104 trong ấn bản *Đại Chánh Tân Tu Đại Tạng Kinh*. Tương đương với kinh thứ 80 của bộ *Tạp A Hàm* (nhằm kinh số 99 của *Đại Chánh tân tu Đại tạng Kinh*).

8. **Kinh bảy điều giác ngộ** do Thích Nhật Từ dịch từ bản tiếng Anh của Rhys Davis & Woodward, *The Book of the Kindred Sayings (Samyutta Nikaya)*, có xuất xứ từ bài *Kinh “Paṭhamagilānasutta”* (SN 35.74), được Phật giảng dạy cho ngài Đại Ca-diếp (*Mahākassapa*). Trong *Kinh “Dutiyaḡilānasutta”*, đức Phật giảng dạy cho ngài Mục-kiền-liên (*Mahāmoggallāna*) và trong *Kinh “Tatiyaḡilānasutta”*, đức Phật giảng dạy cho ngài Đại Thuần-đà (*Mahācunda*).

9. **Kinh mười ba la mật** có tựa gốc là *Kinh đáo bỉ ngạn*, được dịch từ “*Dasapāramī*” trong *Kinh điển Pali* (Bv.6). Bài này trích từ “*Nghi thức tụng niệm*” của Giáo hội Tăng-già Nguyên thủy Việt Nam.

10. **Kinh phước đức** do Thích Nhật Từ dịch. Nguyên tác là *Mahāmangala Sutta*, trong *Kinh Tập (Sutta Nipāta)* thuộc *Tiểu Bộ Kinh (Khuddaka Nikāya)*.

11. **Kinh tám điều giác ngộ** do Thích Nhật Từ dịch. Nguyên tác là *Bát đại nhân giác Kinh*, dịch từ bản chữ Hán của ngài An Thế Cao, kinh 779, thuộc *Đại Chánh tân tu Đại tạng Kinh*.

12. **Kinh Phổ Môn** do Thích Nhật Từ dịch trong *Nghi thức tụng niệm* của Thích Nhật Từ, NXB Phương Đông, 2012, trang 101-112.

13. **Kinh Dược Sư** do Thích Nhật Từ dịch trong *Nghi thức tụng niệm* của Thích Nhật Từ, NXB Phương Đông, 2012, trang 136-157.

14. **Kinh sám hối sáu căn** do Thích Nhật Từ dịch trong *Nghi thức tụng niệm* của Thích Nhật Từ, NXB Phương Đông, 2012, trang 214-227.

15. **Kinh sám hối hồng danh** do Thích Nhật Từ dịch trong *Nghi thức tụng niệm* của Thích Nhật Từ, NXB Phương Đông, 2012, trang 228-240.

## PHẦN II: XUẤT XỨ CÁC BÀI SÁM NGUYỆN

Bài “Sám quy nguyện”, trích từ *Nhật Tụng Thiên Môn 2010*, ấn bản miền Nam, tr. 17-19, 150-153, 156-7.

Các bài do Thích Nhật Từ dịch gồm: Tấn dương giáo pháp (tr. 6), Bát-nhã tâm Kinh (tr. 151).

Các bài do Thích Nhật Từ soạn gồm: Nguyện hương (tr.3), Đánh lễ Tam bảo (tr. 4), Lời nguyện cuối (tr. 170), đánh lễ Ba Ngôi báu (tr. 171).

**HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM**  
**NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC**

Địa chỉ: 65 Tràng Thi, Quận Hoàn Kiếm, Hà Nội

Email: nhaxuatbanhongduc65@gmail.com

Điện thoại: 024.39260024 - Fax: 024.39260031

\*\*\*

**NGHI THỨC HỘ NIỆM CẦU AN**

Thích Nhật Từ soạn dịch

\*\*\*

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Giám đốc BÙI VIỆT BẮC

Chịu trách nhiệm nội dung:

Tổng biên tập Lý Bá Toàn

Biên tập: Phan Thị Ngọc Minh

Trình bày: Ngọc Ánh

\*\*\*

Liên kết xuất bản::

CÔNG TY TNHH DỊCH VỤ KHAI TUỆ

92 Nguyễn Chí Thanh, P.3, Q.10. TP.HCM

Website: <https://tiki.vn/cua-hang/khaitue>

Facebook: <https://www.facebook.com/nhasachdaophatngaynay/>

---

In 5.000 cuốn, khổ 14 x 20 cm tại Công ty CP In Người lao động, 195 Lê Quang Sung, P.6, Q.6, TP.HCM. Số XNĐKXB: 606 - 2019/CXBIPH/62 - 08/HĐ. Số QĐXB của NXB: 515/QĐ-NXBHĐ cấp ngày 01 tháng 03 năm 2019. In xong và nộp lưu chiểu năm 2019. ISBN: 978-604-89-7864-8