



Phật Giáo Nguyên Thủy

Nghi Thức Tụng Niệm

Giáo Hội Tăng Già Nguyên Thủy Việt Nam



Lưu ý: Đọc với phông chữ **VU Times** (Viet-Pali Unicode)

Kinh Tứ Niệm Xứ *Satipaṭṭhānasutta*

*Evaṃ me sutam: ekaṃ samayaṃ bhagavā kurūsu
viharatī kammāsadhammaṃ nāma kurūnaṃ nigamo
Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi: bhikkhavoti
Bhadanteti te bhikkhū bhagavato paccassosum
Bhagavā etadavoca:*

Như vậy tôi nghe,

Một thời Đức Thế Tôn ngự giữa dân chúng xứ Ku Ru tại đô thị Kam Ma Sa Đam Ma. Tại đây đức Phật dạy các Tỷ kheo:

*Ekāyano ayaṃ bhikkhave maggo sattānaṃ visuddhiyā sokaparidevānaṃ samatikkamāya
dukkhadomanassānaṃ atthaṅgamāya ñāyassa
adhigamāya nibbānassa sacchikiriyāya yadidaṃ
cattāro satipaṭṭhānā*

Này các Tỷ kheo, đây là con đường độc nhất dẫn đến thanh tịnh, vượt khỏi sầu não, đoạn tận khổ ưu, thành tựu chánh trí, chứng ngộ niết bàn. Đó là bốn niệm xứ.

*Katame cattāro? Idha bhikkhave bhikkhu kāye
kāyānupassī viharatī ātāpī sampajāno satimā vineyya
loke abhijjhādo manassaṃ. Vedanāsu vedanānupassī
viharatī ātāpī sampajāno satimā vineyya loka
abhijjhādomanassaṃ. Citta cittānupassī viharatī
ātāpī sampajānosatimā vineyya loka
abhijjhādomanassaṃ. Dhammesu dhammānupassī
viharatī ātāpī sampajāno satimā vineyya
lokeabhijjhādomanassaṃ*

Bốn niệm xứ ấy là gì? Này các Tỷ kheo, người tu tập lấy thân quán thân với tinh tấn, tinh giác, chánh niệm khắc phục ham muốn âu lo. Người tu tập lấy thọ quán thọ với tinh tấn, tinh giác; chánh niệm khắc phục ham muốn âu lo. Người tu tập lấy tâm quán tâm với tinh tấn, tinh giác; chánh niệm khắc phục ham muốn âu lo. Người tu tập lấy pháp quán pháp với tinh tấn, tinh giác, chánh niệm khắc phục ham muốn âu lo.

*Kathaṅca bhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī
viharatī?*

Idha bhikkhave bhikkhu araṅṅagato vā

*rukhamūlagato vā suññāgāragato vā nisīdati
pallaṅkaṃ ābhujitvā ujuṃ kāyaṃ paṇidhāya
parimukhaṃ satim upaṭṭhapetvā. So sato vā assasati
sato passasati. Dīghaṃ vā assasanto dīghaṃ
assasāmīti pajānāti. Dīghaṃ vā passasanto dīghaṃ
passasāmīti pajānāti. Rassaṃ vā assasanto rassaṃ
assasāmīti pajānāti. Rassaṃ vā passasanto rassaṃ
passasāmīti pajānāti. Sabbakāyapaṭisaṃvedī
assasissāmīti sikkhati. Sabbakāyapaṭisaṃvedī
passasissāmīti sikkhati. Passambhayaṃ
kāyasaṅkhāraṃ assasissāmīti sikkhati.
Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ passasissāmīti
sikkhati.*

*Seyyathāpi bhikkhave dakkho bhamakāro vā
bhamakārantevāsī vā dīghaṃ vā añchanto dīghaṃ
añchāmīti pajānāti, rassaṃ vā añchanto rassaṃ
añchāmīti pajānāti, evameva kho bhikkhave bhikkhu
dīghaṃ vā assasanto dīghaṃ assasāmīti pajānāti
Dīghaṃ vā passasanto dīghaṃ passasāmīti pajānāti
Rassaṃ vā assasanto rassaṃ assasāmīti pajānāti
Rassaṃ vā passasanto rassaṃ passasāmīti pajānāti
Sabbakāyapaṭisaṃvedī assasissāmīti sikkhati.
Sabbakāyapaṭisaṃvedī passasissāmīti sikkhati
Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ assasissāmīti sikkhati
Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ passasissāmīti
sikkhati. Iti ajjhataṃ vā kāye kāyānupassī viharati
Bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.
Ajjhatabhiddhā vā kāye kāyānupassī viharati
Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati
Vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati
Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati Atthi kāyoti vā panassasati
paccupaṭṭhitā hoti
yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito
ca viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampi
bhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.*

[Quán thân- niệm hơi thở]

Này các Tỳ kheo, thế nào là quán thân trên thân? người tu tập đi vào rừng vắng, hay dưới cội cây hoặc nơi nhà trống, ngồi kiết già với lưng thẳng hướng sự chú ý ngay trước mặt. Vị ấy thở ra, thở vào với sự tinh thức.

Khi thở vô dài vị ấy sáng suốt nhận biết: đang thở vô dài; khi thở ra dài vị ấy sáng suốt nhận biết: đang thở ra dài. Khi thở vô ngắn vị ấy sáng suốt nhận biết: đang thở vô ngắn; khi thở ra ngắn vị ấy sáng suốt nhận biết: đang thở ra ngắn.

Vị ấy thực tập: cảm giác toàn thân tôi sẽ thở vô; vị ấy thực tập: cảm giác toàn thân tôi sẽ thở ra; vị ấy thực tập: an tịnh toàn thân tôi sẽ thở ra; vị ấy thực tập: an tịnh toàn thân tôi sẽ thở vô; vị ấy thực tập: an tịnh toàn thân tôi sẽ thở ra; vị ấy thực tập: an tịnh toàn thân tôi sẽ thở vô.

Cũng như người thợ tiện thành thạo khi quay dài hay ngắn đều biết rõ, người tu tập cũng vậy.

*Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu gacchanto vā
gacchāmīti pajānāti. ƣhito vā ƣhitomhīti pajānāti
Nisinno vā nisinnomhīti pajānāti. Sayāno vā sayānomhīti pajānāti Yathā yathā vā panassa
kāyo paṇihito hoti
tathā tathā naṃ pajānāti. Iti ajjhattaṃ vā kāye
kāyānupassī viharati. Bahiddhā vā kāye kāyānupassī
viharati Ajjhatabhiddhā vā kāye kāyānupassī viharati
Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati
Vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati.
Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati Atthi kāyoti vā panassa sati
paccupaƣṣhitā hoti
yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya
Anissito ca viharati. Na ca kiñci loke upādiyati.
Evampibhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.*

[Quán thân- đại oai nghi]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập khi đi, sáng suốt ghi nhận: đang đi; khi đứng, sáng
suốt ghi nhận: đang đứng; khi ngồi, sáng suốt ghi nhận: đang ngồi; khi nằm, sáng suốt ghi
nhận: đang nằm. Thân thể trong tư thế ra sao biết rõ như thế.

*Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu abhikkante
paƣikkante sampajānakārī hoti. Alokite vilokite
sampajānakārī hoti
Sammiñjite pasārite sampajānakārī hoti.
Saṅghāƣipattacīvaradhāraṇe sampajānakārī hoti
Asite pīte khāyite sāyite sampajānakārī hoti
Uccārapassāvakamme sampajānakārī hoti
Gate ƣhite nisinne sutte jāgarite bhāsīte tuṇhībhāve
sampajānakārī hoti. Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati bahiddhā vā kāye
kāyānupassī viharati
Ajjhatabhiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.
Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati
Vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati
Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati Atthi kāyoti vā panassa sati
paccupaƣṣhitā hoti
yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca
viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampi bhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī
viharati.*

[Quán thân- tiểu oai nghi]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập khi bước tới bước lui, biết rõ việc mình đang làm;
khi ngó tới ngó lui, biết rõ việc mình đang làm;
khi co tay duỗi tay, biết rõ việc mình đang làm; khi mặc y kép hay thượng y hoặc khi mang
bát, biết rõ việc mình đang làm; khi ăn, uống, nhai, nếm, biết rõ việc mình đang làm; khi đại
tiện, tiểu tiện, biết rõ việc mình đang làm;
khi đi, đứng, ngủ, thức, nói, im lặng, biết rõ việc mình đang làm.

*Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu imameva kāyaṃ
uddhaṃ pādatalā adho kesamatthakā tacapariyantaṃ pūraṃ nānappakāraṣsa asucino
paccavekkhati:
atthi imasmim kāye kesā lomā nakhā dantā taco*

*mamsaṃ nahārū aṭṭhī aṭṭhimiñjaṃ vakkamaṃ hadayaṃ
yakanāṃ kilomakaṃ pihakaṃ papphāsaṃ antaṃ
antagaṇaṃ udariyaṃ karīsaṃ pittaṃ semhaṃ
pubbo lohitaṃ sedo medo assu vasā kheḷo siṅghāṇikā
lasikā muttanti.*

*Seyyathāpi bhikkhave ubhatomukhā mūtoḷī pūrā nānāvihitassa dhañṇassa seyyathīdaṃ:
sālīnaṃ vīhīnaṃ*

*muggānaṃ māsānaṃ tilānaṃ taṇḍulānaṃ, tamenāṃ
cakkhumā puriso muñcivā paccavekkheyya: ime sālī
ime vīhī ime muggā ime māsā ime tilā ime taṇḍulāti
evameva kho bhikkhave bhikkhu imameva kāyaṃ
uddhaṃ pādatalā adho kesamatthakā tacapariyaṇaṃ pūraṃ nānappakārassa asucino
paccavekkhati:*

*atthi imasmiṃ kāye kesā lomā nakhā dantā taco
mamsaṃ nahārū aṭṭhī aṭṭhimiñjaṃ vakkamaṃ hadayaṃ
yakanāṃ kilomakaṃ pihakaṃ papphāsaṃ antaṃ
antagaṇaṃ udariyaṃ karīsaṃ pittaṃ semhaṃ pubbo
lohitaṃ sedo medo assu vasā kheḷo siṅghāṇikā lasikā muttanti iti ajjhattaṃ vā kāye
kāyānupassī viharati.*

Bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.

Ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati

Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati

Vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati

*Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati Atthi kāyoti vā panassa sati
paccupaṭṭhitā hoti*

yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya

*Anissito ca viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampibhikkhave bhikkhu kāye
kāyānupassī viharati.*

[Quán thân - quán thể trước]

Lại nữa, này các Tỷ kheo, người tu tập quán sát thân này từ bàn chân đến ngọn tóc. Toàn thân bao bọc bởi da, chứa đầy những vật bất tịnh khác nhau. Trong thân này gồm: tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, thận, tủy, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bao tử, phân, mật, đờm, mủ, máu, mô hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mũi, nhớt, nước tiểu. Này các Tỷ kheo ví như một người có mắt mở ra bao đựng các thứ hạt có thể phân biệt rõ: đây là gạo, đây là lúa, đây là đậu, đây là mè". Tương tự như vậy, người tu tập quán sát thân này chứa đựng những thứ bất tịnh khác nhau.

*Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu imameva kāyaṃ
yathāṭṭhitaṃ yathāpaṇihi taṃ dhātuso paccavekkhati:*

*atthi imasmiṃ kāye paṭhavīdhātu āpodhātu tejodhātu
vāyodhātūti seyyathāpi bhikkhave dakkho goghātako*

vā goghātakantevāsī vā gāvim vadhivā

cātummahāpathe bilaso paṭivibhajivā nisinno assa

evameva kho bhikkhave bhikkhu imameva kāyaṃ

yathāṭṭhitaṃ yathāpaṇihitaṃ dhātuso paccavekkhati

*atthi imasmiṃ kāye paṭhavīdhātu āpodhātu tejodhātu vāyodhātūti. Iti ajjhattaṃ vā kāye
kāyānupassī viharat*

Bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.

Ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.

Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati

Vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati.

Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati Atthi kāyoti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampi bhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

[Quán thân - quán tứ đại]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập quán sát về vị trí và sự sắp đặt của tứ đại. Vị ấy chánh niệm: trong thân này có địa đại, thủy đại, hỏa đại và phong đại. Như một người đồ tể rành nghề có thể phân một con bò thành từng phần riêng biệt, người tu tập có thể nhận rõ vị trí của tứ đại trong thân này.

Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sīvathikāya chaḍḍitaṃ ekāhamataṃ vā dvīhamataṃ vā tīhamataṃ vā uddhumātaṃ vinīlakaṃ vipubbakajātaṃ, so imameva kāyaṃ upasaṃharati: ayampi kho kāyo evaṃ dhammo evaṃ bhāvī evaṃ anatītoti. Iti ajjhataṃ vā kāye kāyānupassī viharati bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati. Ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati. Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati. Vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati Samudayavayadham mānupassī vā kāyasmim viharati Atthi kāyoti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya Anissito ca viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampi bhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

[Quán thân - quán tử thi]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập nhìn thấy một tử thi quăng bỏ trong bãi tha ma một ngày, hai ngày, ba ngày trong trạng thái căng phồng, biến thành màu xanh đen, nát thối. Vị ấy quán: thân này tự tánh là vậy, bản chất là vậy, không thể vượt ngoài tánh chất ấy.

Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sīvathikāya chaḍḍitaṃ kākehi vā khajjamānaṃ kulalehi vā khajjamānaṃ gijjhehi vā khajjamānaṃ supāṇehi vā khajjamānaṃ sigālehi vā khajjamānaṃ vividhehi vā pāṇakajātehi khajjamānaṃ, so imameva kāyaṃ upasaṃharati: ayampi kho kāyo evaṃ dhammo evaṃ bhāvī evaṃ anatītoti Iti ajjhataṃ vā kāye kāyānupassī viharati Bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati. Ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati. Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati. Vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati. Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati. Atthi kāyoti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampi bhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

[Quán thân - quán tử thi bị hủy thể]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập nhìn thấy một tử thi quăng bỏ trong bãi tha ma bị các loài cầm thú quạ, điều hâu, kên kên, chó, giả can hay côn trùng đục khoét để ăn. Vị ấy quán: thân này tự tánh là vậy, bản chất là vậy, không thể vượt ngoài tánh chất ấy.

Như vậy vị ấy quán thân bằng nội thân hay ngoại thân hoặc cả hai. Vị ấy quán tánh sanh khởi trên thân, quán tánh hoại diệt trên thân hoặc cả hai tánh sanh diệt trên thân. Vị ấy quán niệm sự hiện hữu của thân với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Vị ấy không ý lại, chấp trước bất cứ vật gì ở đời. Này các Tỳ kheo, như vậy là người tu tập lấy thân quán thân.

*Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu seyyathāpi
passeyya sarīraṃ sīvathikāya chaḍḍitaṃ
aṭṭhikasaṅkhalikaṃ samamsalohitaṃ
nahārusambandhaṃ, so imameva kāyaṃ
upasaṃharati: ayampi kho kāyo evaṃ dhammo
evambhāvī etaṃ anaṭṭoti.*

Iti ajjhataṃ vā kāye kāyānupassī viharati. Bahiddhā

vā kāye kāyānupassī viharati. Ajjhatabhiddhā vā

kāye kāyānupassī viharati. Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati.

Vayadhammānupassī vā

*kāyasmim viharati. Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati. Atthi kāyoti vā
panassa sati*

paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva ñāṇamattāya

patissatimattāya. Anissito ca viharati. Na ca kiñci loke

upādiyati. Evampi bhikkhave bhikkhu kāye

kāyānupassī viharati.

[Quán thân - quán hài cốt]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập nhìn thấy một tử thi quăng bỏ trong bãi tha ma chỉ còn là một bộ xương với chút ít máu thịt còn sót lại với các sợi gân còn kết nối. Hoặc một bộ xương không còn thịt còn chút máu được các sợi gân kết nối. Hoặc một bộ xương không còn máu thịt, không còn các sợi gân kết nối. Hoặc rải rác từng phần xương tay, xương chân, xương ống, xương đùi, xương hông, xương sống, sọ đầu. Vị ấy quán: thân này tự tánh là vậy, bản chất là vậy, không thể vượt ngoài tánh chất ấy.

*Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu seyyathāpi
passeyya sarīraṃ sīvathikāya chaḍḍitaṃ aṭṭhikāni
setāni saṅkhavaṇṇupanibhāni, so imameva kāyaṃ
upasaṃharati ayampi kho kāyo evaṃ dhammo evaṃ
bhāvī evaṃ anaṭṭoti. Iti ajjhataṃ vā kāye kāyānupassī viharati. Bahiddhā vā kāye
kāyānupassī viharati.*

Ajjhatabhiddhā vā kāye kāyānupassī viharati.

Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati.

Vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati

Samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati Atthi kāyoti vā panassa sati

paccupaṭṭhitā hoti

yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca

viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampi bhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī

viharati.

[Quán thân - quán hài cốt mục rã]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập nhìn thấy một tử thi quăng bỏ trong bãi tha ma chỉ toàn xương trắng màu vỏ ốc... Hoặc đã biến dạng theo thời gian vài ba năm ... Hoặc mục nát

thành bột ... Vị ấy quán: thân này tự tánh là vậy, bản chất là vậy, không thể vượt ngoài tánh chất ấy.

Như vậy vị ấy quán thân bằng nội thân hay ngoại thân hoặc cả hai. Vị ấy quán tánh sanh khởi trên thân, quán tánh hoại diệt trên thân hoặc cả hai tánh sanh diệt trên thân. Vị ấy quán niệm sự hiện hữu của thân với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Vị ấy không ý lại, chấp trước bất cứ vật gì ở đời. Đây các Tỷ kheo, như vậy là người tu tập lấy thân quán thân.

Kathañca bhikkhave bhikkhu vedanāsu vedanānupassī viharatī?

Idha bhikkhave bhikkhu sukhaṃ vedanaṃ vediyamānosukhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti. Dukkhaṃ vedanaṃ vediyamāno dukkhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti. Adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vediyamāno adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti. Sāmiṣaṃ vā sukhaṃ vedanaṃ vediyamāno sāmiṣaṃ sukhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti. Nirāmiṣaṃ vā sukhaṃ vedanaṃ vediyamāno nirāmiṣaṃ sukhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti. Sāmiṣaṃ vā dukkhaṃ vedanaṃ vediyamāno sāmiṣaṃ dukkhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti. Nirāmiṣaṃ vā dukkhaṃ vedanaṃ vediyamāno nirāmiṣaṃ dukkhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti. Sāmiṣaṃ vā adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vediyamāno sāmiṣaṃ adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti. Nirāmiṣaṃ vā adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vediyamāno nirāmiṣaṃ adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vediyāmīti pajānāti.

Iti ajjhattaṃ vā vedanāsu vedanānupassī viharatī. Bahiddhā vā vedanāsu vedanānupassī viharatī. Ajjhatabhiddhā vā vedanāsu vedanānupassī viharatī. Samudayadhammānupassī vā vedanāsu viharatī. Vayadhammānupassī vā vedanāsu viharatī. Samudayavayadhammānupassī vā vedanāsu viharatī. Atthi vedanāti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca viharatī. Na ca kiñci loke upādiyatī. Evaṃ kho bhikkhave bhikkhu vedanāsu vedanānupassī viharatī.

[Quán thọ]

Này các Tỷ kheo, thế nào là quán thọ trên thọ?

Này các Tỷ kheo, người tu tập khi cảm thọ lạc, sáng suốt biết rõ: cảm thọ lạc; khi cảm thọ khô, sáng suốt biết rõ: cảm thọ khô; khi cảm thọ không lạc không khô, sáng suốt biết rõ: cảm thọ không lạc không khô.

Khi cảm thọ lạc thuộc vật chất, sáng suốt biết rõ: cảm thọ lạc thuộc vật chất; Khi cảm thọ lạc không thuộc vật chất, sáng suốt biết rõ: cảm thọ lạc không thuộc vật chất.

Khi cảm thọ khô thuộc vật chất, sáng suốt biết rõ: cảm thọ khô thuộc vật chất; Khi cảm thọ khô không thuộc vật chất, sáng suốt biết rõ: cảm thọ khô không thuộc vật chất.

Khi cảm thọ không lạc không khô thuộc vật chất, sáng suốt biết rõ: cảm thọ không lạc không khô thuộc vật chất; khi cảm thọ không lạc không khô không thuộc vật chất, sáng suốt biết rõ: cảm thọ không lạc không khô không thuộc vật chất.

Như vậy vị ấy quán thọ bằng nội thọ hay ngoại thọ hoặc cả hai. Vị ấy quán tánh sanh khởi trên thọ, quán tánh hoại diệt trên thọ hoặc cả hai tánh sanh diệt trên thọ. Vị ấy quán niệm sự hiện hữu của thọ với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Vị ấy không ý lại, chấp trước bất cứ vật gì ở đời. Đây các Tỷ kheo, như vậy là người tu tập lấy thọ quán thọ.

Kathaṅca bhikkhave bhikkhu citte cittānupassī viharati? Idha bhikkhave bhikkhu sarāgaṃ vā cittaṃ sarāgaṃ cittanti pajānāti. Vītarāgaṃ vā cittaṃ vītarāgaṃ cittanti pajānāti. Sadosaṃ vā cittaṃ sadosaṃ cittanti pajānāti. Vītadosaṃ vā cittaṃ vītadosaṃ cittanti pajānāti. Samohaṃ vā cittaṃ samohaṃ cittanti pajānāti. Vītamohaṃ vā cittaṃ vītamohaṃ cittanti pajānāti. Saṅkhittaṃ vā cittaṃ saṅkhittaṃ cittanti pajānāti. Vikkhittaṃ vā cittaṃ vikkhittaṃ cittanti pajānāti. Mahaggataṃ vā cittaṃ mahaggataṃ cittanti pajānāti. Amahaggataṃ vā cittaṃ amahaggataṃ cittanti pajānāti. Sauttaraṃ vā cittaṃ sauttaraṃ cittanti pajānāti. Anuttaraṃ vā cittaṃ anuttaraṃ cittanti pajānāti. Samāhitaṃ vā cittaṃ samāhitaṃ cittanti pajānāti. Asamāhitaṃ vā cittaṃ asamāhitaṃ cittanti pajānāti. Vimuttaṃ vā cittaṃ vimuttaṃ cittanti pajānāti. Avimuttaṃ vā cittaṃ avimuttaṃ cittanti pajānāti.

Iti ajjhattaṃ vā citte cittānupassī viharati. Bahiddhā vā citte cittānupassī viharati. Ajjhatabhiddhā vā citte cittānupassī viharati. Samudayadhammānupassī vā cittasmiṃ viharati. Vayadhammānupassī vā cittasmiṃ viharati. samudayavayadhammānupassī vā cittasmiṃ viharati. Atthi cittanti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ kho bhikkhave bhikkhu citte cittānupassī viharati.

[Quán tâm]

Này các Tỷ kheo, thế nào là quán tâm trên tâm?

Này các Tỷ kheo, người tu tập khi ham muốn, biết rõ: tâm ham muốn.

Khi sân hận, biết rõ: tâm sân hận.

Khi si mê, biết rõ: tâm si mê.

Khi tâm thô nhiếp, biết rõ: tâm thô nhiếp.

Khi tâm tán loạn, biết rõ: tâm tán loạn.

Khi tâm quảng đại, biết rõ: tâm quảng đại.

Khi tâm hạn hẹp, biết rõ: tâm hạn hẹp.

Khi tâm cao thượng, biết rõ: tâm cao thượng.

Khi tâm tập chú, biết rõ: tâm tập chú.

Khi tâm không định, biết rõ: tâm không định.

Khi tâm giải thoát, biết rõ: tâm giải thoát.

Khi tâm ràng buộc, biết rõ: tâm ràng buộc.

Như vậy vị ấy quán tâm bằng nội tâm hay ngoại tâm hoặc cả hai. Vị ấy quán tánh sanh khởi trên tâm, quán tánh hoại diệt trên tâm hoặc cả hai tánh sanh diệt trên tâm. Vị ấy quán niệm

sự hiện hữu của tâm với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Vì ấy không ý lại, chấp trước bất cứ vật gì ở đời. Nay các Tỷ kheo, như vậy là người tu tập lấy tâm quán tâm.

***Kathañca bhikkhave bhikkhu dhammesu
dhammānupassī viharati?***

***Idha bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī
viharati pañcasu nīvaraṇesu. Kathañca bhikkhave
bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati
pañcasu nīvaraṇesu?***

***Idha bhikkhave bhikkhu santaṃ vā ajjhataṃ
kāmacchandaṃ atthi me ajjhataṃ kāmacchandaṃ
pajānāti. Asantaṃ vā ajjhataṃ kāmacchandaṃ
natthi me ajjhataṃ kāmacchandaṃ pajānāti. Yathā ca anuppannassa kāmacchandassa
uppādo hoti, tañca
pajānāti. Yathā ca uppannassa kāmacchandassa
pahānaṃ hoti, tañca pajānāti. Yathā ca pahīnassa
kāmacchandassa āyatīṃ anuppādo hoti, tañca
pajānāti.***

***Santaṃ vā ajjhataṃ byāpādaṃ atthi me ajjhataṃ
byāpādoti pajānāti. Asantaṃ vā ajjhataṃ byāpādaṃ
natthi me ajjhataṃ byāpādoti pajānāti. Yathā ca
anuppannassa byāpādassa uppādo hoti, tañca pajānāti. Yathā ca uppannassa byāpādassa
pahānaṃ hoti, tañca pajānāti. Yathā ca pahīnassa byāpādassa āyatīṃ
anuppādo hoti, tañca pajānāti. Santaṃ vā ajjhataṃ
thīnamiddhaṃ atthi me ajjhataṃ thīnamiddhanti
pajānāti. Asantaṃ vā ajjhataṃ thīnamiddhaṃ
natthi me ajjhataṃ thīnamiddhanti, pajānāti. Yathā cānuppannassa thīnamiddhassa
uppādo hoti, tañca
pajānāti. Yathā ca uppannassa thīnamiddhassa
pahānaṃ hoti, tañca pajānāti. Yathā ca pahīnassa
thīnamiddhassa āyatīṃ anuppādo hoti, tañca pajānāti.***

***Santaṃ vā ajjhataṃ uddhaccakukkuccaṃ atthi me
ajjhataṃ uddhaccakukkuccanti pajānāti. Asantaṃ vā ajjhataṃ uddhaccakukkuccaṃ
natthi me ajjhataṃ
uddhaccakukkuccanti pajānāti. Yathā ca
anuppannassa uddhaccakukkuccassa uppādo hoti
tañca pajānāti. Yathā ca uppannassa
uddhaccakukkuccassa pahānaṃ hoti tañca pajānāti.
Yathā ca pahīnassa uddhaccakukkuccassa āyatīṃ
anuppādo hoti, tañca pajānāti.***

***Santaṃ vā ajjhataṃ vicikicchāṃ atthi me ajjhataṃ
vicikicchāti pajānāti. Asantaṃ vā ajjhataṃ
vicikicchāṃ natthi me ajjhataṃ vicikicchāti pajānāti.
Yathā ca anuppannāya vicikicchāya uppādo hoti, tañca
pajānāti. Yathā ca uppannāya vicikicchāya pahānaṃ
hoti, tañca pajānāti. Yathā ca pahīnāya vicikicchāya
āyatīṃ anuppādo hoti, tañca pajānāti.***

Iti ajjhataṃ vā dhammesu dhammānupassī viharati.

*Bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati.
Ajjhatabhiddhā vā dhammesu dhammānupassī
viharati. Samudayadhammānupassī vā dhammesu
viharati. Vayadhammānupassī vā dhammesu viharati.
Samudayavayadhammānupassī vā dhammesu viharati.
Atthi dhammāti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti
yāvadeva nāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca
viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ kho bhikkhave bhikkhu dhammesu
dhammānupassī viharati
pañcasu nīvaraṇesu.*

[Quán pháp - quán năm pháp ngăn ngại]

Này các Tỳ kheo, thế nào là quán pháp trên pháp?

Này các Tỳ kheo, người tu tập quán pháp qua năm ngăn ngại. Này các Tỳ kheo, khi người tu tập tâm có ham muốn, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm có ham muốn; tâm không có ham muốn, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm không có ham muốn.

Với sự ham muốn vốn không có nay sanh khởi, vị ấy biết rõ.

Với sự ham muốn đã sanh khởi nay đoạn diệt, vị ấy biết rõ.

Với sự ham muốn đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy biết rõ.

Khi tâm có sân hận, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm có sân hận; tâm không có sân hận, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm không có sân hận.

Với sự sân hận vốn không có nay sanh khởi, vị ấy biết rõ.

Với sự sân hận đã sanh khởi nay đoạn diệt, vị ấy biết rõ.

Với sự sân hận đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy biết rõ.

Khi tâm có hôn trầm thụy miên, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm có hôn trầm thụy miên; tâm không có hôn trầm thụy miên, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm không có hôn trầm thụy miên.

Với sự hôn trầm thụy miên vốn không có nay sanh khởi, vị ấy biết rõ.

Với sự hôn trầm thụy miên đã sanh khởi nay đoạn diệt, vị ấy biết rõ.

Với sự hôn trầm thụy miên đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy biết rõ.

Khi tâm có loạn động, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm có loạn động; tâm không có loạn động, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm không có loạn động.

Với sự loạn động vốn không có nay sanh khởi, vị ấy biết rõ.

Với sự loạn động đã sanh khởi nay đoạn diệt, vị ấy biết rõ.

Với sự loạn động đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy biết rõ.

Khi tâm có nghi hoặc, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm có nghi hoặc; tâm không có nghi hoặc, vị ấy sáng suốt biết rõ: nội tâm không có nghi hoặc.

Với sự nghi hoặc vốn không có nay sanh khởi, vị ấy biết rõ.

Với sự nghi hoặc đã sanh khởi nay đoạn diệt, vị ấy biết rõ.

Với sự nghi hoặc đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy biết rõ. Như vậy vị ấy tu tập quán pháp qua năm triền cái.

*Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu dhammesu
dhammānupassī viharati pañcasu
upādānakkhandhesu. Kathañca bhikkhave bhikkhu
dhammesu dhammānupassī viharati pañcasu
upādānakkhandhesu?*

Idha bhikkhave bhikkhu " iti rūpaṃ, iti rūpassa

samudayo, iti rūpassa atthaṅgamo. Iti vedanā, iti vedanāya samudayo, iti vedanāya atthaṅgamo. Iti saññā, iti saññāya samudayo, iti saññāya atthaṅgamo. Iti saṅkhārā, iti saṅkhārānaṃ samudayo, iti saṅkhārānaṃ atthaṅgamo. Iti viññāṇaṃ iti viññāṇassa samudayo, iti viññāṇassa atthaṅgamoti.

Iti ajjhataṃ vā dhammesu dhammānu passī viharati. Bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati.

Ajjhattabahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati. Samudayadhammānu passī vā dhammesu viharati. Vayadhammānupassī vā dhammesu viharati. Samudayavayadhammānupassī vā dhammesu viharati. Atthi dhammāti vā paṇassa satī paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca viharati na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ kho bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati pañcasu upādānakkhandhesu.

[Quán pháp - quán năm thủ uẩn]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập quán pháp qua năm thủ uẩn. Vị ấy quán sát: đây là sắc, đây là tập khởi của sắc, đây là sự đoạn diệt của sắc; đây là thọ, đây là tập khởi của thọ, đây là sự đoạn diệt của thọ; đây là tưởng, đây là tập khởi của tưởng, đây là sự đoạn diệt của tưởng; đây là hành, đây là tập khởi của hành, đây là sự đoạn diệt của hành; đây là thức, đây là tập khởi của thức, đây là sự đoạn diệt của thức. Như vậy vị ấy tu tập quán pháp qua năm thủ uẩn.

Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati chasu ajjhattikabāhiresu āyatanesu. Kathaṅca bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati chasu ajjhattikabāhiresu āyatanesu?

Idha bhikkhave bhikkhu cakkhuṅca pajānāti. Rūpe ca pajānāti. Yaṅca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ taṅca pajānāti. Yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṅca pajānāti. Yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṅca pajānāti. Yathā ca pahānassa saṃyojanassa āyatīṃ anuppādo hoti taṅca pajānāti. Sotaṅca pajānāti. Sadde ca pajānāti yaṅca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ taṅca pajānāti. Yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṅca pajānāti. Yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṅca pajānāti. Yathā ca pahānassa saṃyojanassa āyatīṃ anuppādo hoti taṅca pajānāti. Ghāṇaṅca pajānāti. Gandhe ca pajānāti yaṅca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ taṅca pajānāti. Yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṅca pajānāti. Yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṅca pajānāti. Yathā ca pahānassa saṃyojanassa āyatīṃ anuppādo hoti taṅca

pajānāti. Jivhañca pajānāti. Rase ca pajānāti yañca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ tañca pajānāti. Yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti tañca pajānāti. Yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti tañca pajānāti. Yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatim̐ anuppādo hoti tañca pajānāti. Kāyañca pajānāti. Phoṭṭhabbica pajānāti yañca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ tañca pajānāti Yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti, tañca pajānāti. Yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti tañca pajānāti. Yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatim̐ anuppādo hoti tañca pajānāti. Manañca pajānāti. Dhamme ca pajānāti yañca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ tañca pajānāti. Yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti tañca pajānāti. Yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃhoti tañca pajānāti Yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatim̐ anuppādo hoti tañca pajānāti.

Iti ajjhataṃ vā dhammesu dhammānupassī viharati. Bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati. Ajjhatabhiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati. Samudayadhammānupassī vā dhammesu viharati. Vayadhammānupassī vā dhammesu viharati. Samudayavayadham mānupassī vā dhammesu viharati. Atthi dhammāti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca viharati. Na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ kho bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati chasu ajjhattikabāhiresu āyatanesu.

[Quán pháp - quán sáu xứ]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập quán pháp qua sáu nội và ngoại xứ. Vị ấy sáng suốt biết rõ: do duyên hai thành tổ mắt và cảnh sắc, kiết sử sanh khởi.

Do duyên hai thành tổ tai và âm thanh, kiết sử sanh khởi.

Do duyên hai thành tổ mũi và mùi hương, kiết sử sanh khởi.

Do duyên hai thành tổ lưỡi và các vị, kiết sử sanh khởi.

Do duyên hai thành tổ thân và cảnh xúc, kiết sử sanh khởi.

Do duyên hai thành tổ ý và cảnh pháp, kiết sử sanh khởi.

Với kiết sử chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy sáng suốt biết rõ.

Với kiết sử đã sanh nay đoạn diệt, vị ấy sáng suốt biết rõ.

Với kiết sử đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi, vị ấy sáng suốt biết rõ.

Như vậy là người tu tập quán pháp qua sáu nội và ngoại xứ.

Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati sattasubojjhaṅgesu.

Kathañca bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati sattasu bojjhaṅgesu?

Idha bhikkhave bhikkhu santaṃ vā ajjhataṃ satisambojjhaṅgaṃ atthi me ajjhataṃ

satisambojjhaṅgoti pajānāti. Asantaṃ vā ajjhataṃ satisambojjhaṅgaṃ natthi me

ajjhattaṃ

*satisambojjhaṅgoti pajānāti. Yathā ca anuppannassa
satisambojjhaṅgassa uppādo hoti tañca pajānāti. Yathāca uppannassa
satisambojjhaṅgassa bhāvanāpāripūrī hoti tañca pajānāti.*

*Santaṃ vā ajjhattaṃ dhammavicayasambojjhaṅgaṃ
atthi me ajjhattaṃ dhammavicayasambojjhaṅgoti
pajānāti. Asantaṃ vā ajjhattaṃ
dhammavicayasambojjhaṅgaṃ natthi me ajjhattaṃ
dhammavicayasambojjhaṅgoti pajānāti. Yathā ca
anuppannassa dhammavicayasambojjhaṅgassa uppādo hoti tañca pajānāti. Yathā ca
uppannassa
dhammavicayasambojjhaṅgassa bhāvanāpāripūrī hoti
tañca pajānāti.*

*Santaṃ vā ajjhattaṃ viriyasambojjhaṅgaṃ atthi me
ajjhattaṃ viriyasambojjhaṅgoti pajānāti. Asantaṃ vā
ajjhattaṃ viriyasambojjhaṅgaṃ natthi me ajjhattaṃ
viriyasambojjhaṅgoti pajānāti. Yathā ca anuppannassa viriyasambojjhaṅgassa uppādo
hoti, tañca pajānāti.
Yathā ca uppannassa viriyasambojjhaṅgassa
bhāvanāpāripūrī hoti tañca pajānāti.*

*Santaṃ vā ajjhattaṃ pītisambojjhaṅgaṃ atthi me
ajjhattaṃ pītisambojjhaṅgoti pajānāti. Asantaṃ vā
ajjhattaṃ pītisambojjhaṅgaṃ natthi me ajjhattaṃ
pītisambojjhaṅgoti pajānāti. Yathā ca anuppannassa
pītisambojjhaṅgassa uppādo hoti tañca pajānāti.
Yathā ca uppannassa pītisambojjhaṅgassa
bhāvanāpāripūrī hoti tañca pajānāti.*

*Santaṃ vā ajjhattaṃ passaddhisambojjhaṅgaṃ atthi
me ajjhattaṃ passaddhisambojjhaṅgoti pajānāti.
Asantaṃ vā ajjhattaṃ passaddhisambojjhaṅgaṃ natthi me ajjhattaṃ
passaddhisambojjhaṅgoti pajānāti. Yathāca anuppannassa passaddhisambojjhaṅgassa
uppādo hoti tañca pajānāti. Yathā ca uppannassa
passaddhisambojjhaṅgassa bhāvanāpāripūrī hoti tañcapajānāti.*

*Santaṃ vā ajjhattaṃ samādhisambojjhaṅgaṃ atthi me ajjhattaṃ samādhisambojjhaṅgoti
pajānāti. Asantaṃ
vā ajjhattaṃ samādhisambojjhaṅgaṃ natthi me
ajjhattaṃ samādhisambojjhaṅgoti pajānāti.
Yathā ca anuppannassa samādhisambojjhaṅgassa
uppādo hoti, tañca pajānāti. Yathā ca uppannassa
samādhisambojjhaṅgassa bhāvanāpāripūrī hoti tañca
pajānāti.*

*Santaṃ vā ajjhattaṃ upekkhāsambojjhaṅgaṃ atthi me ajjhattaṃ upekkhāsambojjhaṅgoti
pajānāti. Asantaṃ
vā ajjhattaṃ upekkhāsambojjhaṅgaṃ natthi me
ajjhattaṃ upekkhāsambojjhaṅgoti pajānāti. Yathā ca
anuppannassa upekkhāsambojjhaṅgassa uppādo hoti
tañca pajānāti. Yathā ca uppannassa
upekkhāsambojjhaṅgassa bhāvanāpāripūrī hoti tañca pajānāti.*

*Iti ajjhattaṃ vā dhammesu dhammānupassī viharatī.
Bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharatī.
Ajjhatabhiddhā vā dhammesu dhammānupassī
viharatī. Samudayadhammānupassī vā dhammesu
viharatī. Vayadhammānupassī vā dhammesu
viharatī. Samudayavayadhammānupassī
vā dhammesu viharatī. Atthi dhammāti vā
panassa sati paccupaṭṭhitā hoti yāvadeva
ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca
viharatī. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampi kho
bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī
viharatī sattasu bojjhaṅgesu.*

[Quán pháp - quán bảy giác chi]

Lại nữa, này các Tỷ kheo, người tu tập quán pháp qua bảy giác chi.
Này các Tỷ kheo, khi tâm có niệm giác chi vị ấy biết rõ: nội tâm có niệm giác chi; khi tâm có trạch pháp giác chi vị ấy biết rõ: nội tâm có trạch pháp giác chi; khi tâm có tinh tấn giác chi vị ấy biết rõ: nội tâm có tinh tấn giác chi; khi tâm có hỷ giác chi vị ấy biết rõ: nội tâm có hỷ giác chi; khi tâm có tịnh giác chi vị ấy biết rõ: nội tâm có tịnh giác chi; khi tâm có định giác chi vị ấy biết rõ: nội tâm có định giác chi; khi tâm có xả giác chi vị ấy biết rõ: nội tâm có xả giác chi.

Với các giác chi vốn không có nay sanh khởi, vị ấy sáng suốt biết rõ.

Với các giác chi đã sanh nay được viên thành, vị ấy sáng suốt biết rõ.

Như vậy là người tu tập quán pháp qua bảy giác chi.

*Puna ca paraṃ bhikkhave bhikkhu
dhammesu dhammānupassī viharatī
catūsu ariyasaccesu. Kathañca bhikkhave
bhikkhu dhammesu dhammānupassī
viharatī catūsu ariyasaccesu?*

*Idha bhikkhave bhikkhu idaṃ dukkhanti
yathābhūtaṃ pajānāti. Ayaṃ
dukkhasamudayoti yathābhūtaṃ pajānāti.
Ayaṃ dukkhanirodhoti yathābhūtaṃ
pajānāti. Ayaṃ dukkhanirodhagāminī
paṭipadā tī yathābhūtaṃ pajānāti.*

*Iti ajjhattaṃ vā dhammesu dhammānupassī viharatī.
Bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharatī.
Ajjhatabhiddhāvā dhammesu dhammānupassī
viharatī. Samudayadhammānupassī vā dhammesu
viharatī vayadhammānupassī vā dhammesu viharatī.
Samudayavaya dhammānupassī vā dhammesu viharatī
Atthi dhammāti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti
yāvadeva ñāṇamattāya patissatimattāya. Anissito ca
viharatī. Na ca kiñci loke upādiyati. Evampi kho
bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī
viharatī catūsu ariyasaccesu.*

[Quán pháp - quán bốn thánh đế]

Lại nữa, này các Tỳ kheo, người tu tập quán pháp qua bốn thánh đế. Này các Tỳ kheo, người tu tập sáng suốt biết rõ đây là khổ; sáng suốt biết rõ đây là nhân sanh khổ; sáng suốt biết rõ đây là sự chấm dứt khổ; sáng suốt biết rõ đây là con đường dẫn đến diệt khổ.

Như vậy vị ấy quán pháp bằng pháp. Vị ấy quán tánh sanh khởi trên pháp, quán tánh hoại diệt trên pháp hoặc cả hai tánh sanh diệt trên pháp. Vị ấy quán niệm sự hiện hữu của pháp với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Vị ấy không y lại, chấp trước bất cứ vật gì ở đời. Này các Tỳ kheo, như vậy là người tu tập lấy pháp quán pháp.

Yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya satta vassāni, tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave satta vassāni, yo hi koci bhikkhave ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya chabbassāni tassadvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave chabbassāni, yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya pañcavassāni tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave pañcavassāni, yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya cattāri vassāni tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave cattāri vassāni, yo hi koci bhikkhave ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya tīṇi vassānitassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave tīṇi vassāni yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya dve vassāni tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave dve vassāni yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya ekaṃ vassaṃ tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhatu bhikkhave ekaṃ vassaṃ, yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya satta māsāni, tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave satta māsāni, yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro sati satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya cha māsāni tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave cha māsāni, yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro sati satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya pañca māsāni tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave pañca māsāni, yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro sati satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya cattāri māsāni tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ

*pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā
upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave cattāri
māsāni, yo hi ko ci bhikkhave ime cattāro sati
satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya tīṇi māsāni tassa dvinnaṃ
phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ diṭṭheva
dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhantu bhikkhave tīṇi māsāni, yo hi ko ci
bhikkhave ime
cattāro sati satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya dve māsāni
tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ
pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā sati vā upādisese anāgāmitā Tiṭṭhantu bhikkhave
dve māsāni, yo hi ko
ci bhikkhave ime cattāro sati satipaṭṭhāne
evaṃ bhāveyya māsāṃ tassa dvinnaṃ phalānaṃ
aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ diṭṭheva dhamme
aññā sati vā upādisese anāgāmitā. Tiṭṭhatu bhikkhave māsāṃ , yo hi ko ci bhikkhave ime
cattāro sati
satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyyā addhamāsaṃ tassa
dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ
diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā
tiṭṭhatu bhikkhave addhamāso, yo hi ko ci bhikkhave
ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya sattāhaṃ
tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ
pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā
upādisese anāgāmitā.*

*Ekāyano ayaṃ bhikkhave maggo sattānaṃ visuddhiyā sokaparidevānaṃ samatikkamāya
dukkhadomanassānaṃ atthaṅgamāya ñāyassa
adhigamāya nibbānassa sacchikiriyāya yadidaṃ
cattāro satipaṭṭhānāti, iti yantaṃ vuttaṃ idametaṃ
paṭicca vuttanti.*

[Quả chúng]

Này các Tỳ kheo, người nào tu tập bốn niệm xứ trong bảy năm như vậy có thể chứng một trong hai quả ngay trong đời hiện tại: một là vô lậu chánh trí nếu không thì quả bất hoàn. Này các Tỳ kheo, không nhất thiết phải tu tập đến bảy năm, một người có thể chứng quả trong thời gian tu tập bốn niệm xứ trong sáu năm, năm năm, bốn năm, ba năm, hai năm, một năm hoặc bảy tháng, sáu tháng, năm tháng, bốn tháng, ba tháng, hai tháng, một tháng, nửa tháng thậm chí bảy ngày có thể chứng đắc một trong hai quả vô lậu chánh trí hoặc quả bất hoàn.

Này các Tỳ kheo, đây là con đường độc nhất dẫn đến thanh tịnh, vượt khỏi sầu não, đoạn tận khổ ưu, thành tựu chánh trí, chứng ngộ niết bàn. Đó là quán niệm bốn lãnh vực.

*Idamavoca bhagavā. Attamanā te bhikkhū bhagavato
bhāsitaṃ abhinanduntī.*

Đức Thế Tôn thuyết giảng như vậy, các Tỳ kheo hoan hỷ tín thọ lời Ngài.

Kinh Lễ Bái Sáu Phương *Siṅgalovadasutta*

*Evaṃ me suttaṃ:
Ekaṃ samayaṃ bhagavā rājagahe viharati veḷuvane*

*kalandakanivāpe. Tena kho pana samayena sigālako
gahapatiputto kālasseva vuṭṭhāya rājagahā
nikkhamitvā allavattho allakeso pañjaliko puthuddisā
namassati, puratthimaṃ disaṃ dakkhiṇaṃ disaṃ
pacchimaṃ disaṃ uttaraṃ disaṃ heṭṭhimaṃ disaṃ
uparimaṃ disaṃ.*

*Atha kho bhagavā pubbaṇhasamayaṃ nivāsetvā
pattacīvaramādāya rājagahaṃ piṇḍāya pāvīsi.
Addasā kho bhagavā sigālakaṃ gahapatiputtaṃ
kālasseva vuṭṭhāya rājagahā nikkhamitvā allavattaṃ
allakesaṃ pañjalikaṃ puthuddisā namassantaṃ,
puratthimaṃ disaṃ dakkhiṇaṃ disaṃ pacchimaṃ
disaṃ uttaraṃ disaṃ heṭṭhimaṃ disaṃ uparimaṃ
disaṃ. Disvāna sigālakaṃ gahapatiputtaṃ etadavoca: kinnu kho tvaṃ gahapatiputta
kālasseva vuṭṭhāya
rājagahā nikkhamitvā allavattho allakeso pañjaliko
puthuddisā namassasi, puratthimaṃ disaṃ
dakkhiṇaṃ disaṃ pacchimaṃ disaṃ uttaraṃ disaṃ
heṭṭhimaṃ disaṃ uparimaṃ disanti?.*

*Pitā maṃ bhante kālaṃ karonto evaṃ avaca: chaddisā tāta namasseyyāsīti. So kho ahaṃ
bhante pituvacanaṃsakkaronto garukaronto mānento pūjento kālasseva
vuṭṭhāya rājagahā nikkhamitvā allavattho allakeso
pañjaliko puthuddisā namassāmi puratthimaṃ disaṃ dakkhiṇaṃ disaṃ pacchimaṃ
disaṃ uttaraṃ disaṃ
heṭṭhimaṃ disaṃ uparimaṃ disanti. Na kho
gahapatiputta ariyassa vinaye evaṃ chaddisā
namassitabbāti.*

Tôi nghe như vậy:

Một thời đức Thế Tôn trú tại chùa Trúc Lâm gần thành Vương Xá. Vào buổi sáng Ngài đắp y mang bát đi khất thực. Lúc bấy giờ đức Thế Tôn trông thấy thanh niên Sin Ga La lễ bái sáu phương đông nam tây bắc trên dưới, Ngài hỏi tại sao làm thế. Sin Ga La trả lời: Khi thân phụ lâm chung nhắn nhủ phải thường lễ bái sáu phương. Đức Thế Tôn dạy rằng: Cách thức lễ bái sáu phương trong đạo lý thánh hiền không giống như vậy.

*"Yathākathaṃ pana bhante ariyassa vinaye chaddisā
namassitabbā? Sādhū me bhante bhagavā tathā
dhammaṃ desetu yathā ariyassa vinaye chaddisā
namassitabbāti. Tenahi gahapatiputta suṇāhi,
sādhukaṃ manasi karohi, bhāsissāmīti Evaṃ bhanteti
kho sigālo gahapatiputto bhagavato paccassosi.
Bhagavā etadavoca:
Kathaṅca gahapatiputta ariyasāvako
chaddisā paṭicchādī hoti? Chayimā gahapatiputta disā
veditabbā: puratthimā disā mātāpitaro veditabbā.
Dakkhiṇā disā ācariyā veditabbā. Pacchimā disā
puttadārā veditabbā. Uttarā disā mittāmaccā veditabbāHeṭṭhimā disā dāsakammakarā
veditabbā.
Uparimā disā samaṇabrāhmaṇā veditabbā.*

Thanh niên Sin Ga La thỉnh cầu đức Phật giảng dạy đạo lý ấy. Đức Phật dạy rằng:

Này gia chủ, phương đông được hiểu là cha mẹ
Phương nam được hiểu là thầy tổ
Phương tây được hiểu là người hôn phối
Phương bắc được hiểu là bạn bè
Phương dưới được hiểu là người giúp việc
Phương trên được hiểu là sa môn

***Pañcahi kho gahapatiputta thānehi
puttena puratthimā disā mātāpitaro
paccupaṭṭhātabbā: bhato nesam
bharissāmi, kiccaṃ nesam karissāmi,
kulavaṃsaṃ thapessāmi, dāyajjaṃ
paṭipajjāmi, atha vā pana petānaṃ
kālakatānaṃ dakkhiṇaṃ anuppadassāmīti.
Imehi kho gahapatiputta pañcahi thānehi
puttena puratthimā disā mātāpitaro
paccupaṭṭhitā pañcahi thānehi puttaṃ
anukampanti: pāpā nivārenti, kalyāṇe
nivesenti, sippaṃ sikkhāpentī, patirūpena
dārena saṃyojenti, samaye dāyajjaṃ
niyyādentī. Imehi kho gahapatiputta
pañcahi thānehi puttena puratthimā disā
mātāpitaro paccupaṭṭhitā imehi pañcahi
thānehi puttaṃ anukampanti. Evamassa
esā puratthimā disā paṭicchannā hotī
khemā appaṭibhayā.***

Này gia chủ, đối với phương đông tức cha mẹ, người con nên làm năm việc:
Một là phụng dưỡng cha mẹ
Hai là làm công việc thay cha mẹ
Ba là gìn giữ gia phong
Bốn là khéo quản trị tài sản thừa kế
Năm là tạo phước hồi hướng

Đáp lại, đối với con, cha mẹ nên làm năm việc:
Một là ngăn con không làm điều ác
Hai là dạy con làm việc lành
Ba là hướng dẫn nghề nghiệp
Bốn là tác thành gia thất
Năm là trao tài sản thừa kế khi thích hợp

Đó là cách lễ bái phương đông tức đạo nghĩa cha mẹ con cái. Làm như vậy được an lạc không gì lo lắng.

***Pañcahi kho gahapatiputta thānehi
antevāsīnā dakkhiṇā disā ācariyā
paccupaṭṭhātabbā: utthānena,
upaṭṭhānena, sussūsāya, pāricariyāya,
sakkaccaṃ sippapaṭiggahaṇena. Imehi
kho gahapatiputta pañcahi thānehi
antevāsīnā dakkhiṇā disā ācariyā
paccupaṭṭhitā, pañcahi thānehi antevāsīṃ
anukampanti:
suvinītaṃ vinenti, suggahitaṃ gāhāpentī***

*sabbasippasutaṃ samakkhāyino bhavanti
mittāmaccesu paṭivedenti, disāsu parittānaṃ
karonti. Imehi kho gahapatiputta
pañcahi thānehi antevāsina dakkhiṇā disā
ācariyā paccupaṭṭhitā, imehi pañcahi
thānehi antevāsiṃ anukampanti.
Evamassa esā dakkhiṇā disā
paṭicchannā hoti khemā appaṭibhayā.*

Này gia chủ, đối với phương nam tức thầy tổ, người học trò nên làm năm việc:
Một là giữ lòng kính trọng
Hai là quan tâm săn sóc
Ba là chăm chỉ học hành
Bốn là đáp ứng khi cần
Năm là hấp thụ những gì được truyền dạy

Đáp lại, đối với trò, thầy nên làm năm việc:
Một là dạy trò những chuyên môn của mình
Hai là dùng phương pháp dễ hiểu
Ba là không giấu nghề
Bốn là giới thiệu tiên thân
Năm là bố trí an toàn cho trò
Đó là cách lễ bái phương nam tức đạo nghĩa thầy trò. Làm như vậy được an lạc không gì lo lắng.

*Pañcahi kho gahapatiputta thānehi
sāmikena pacchimā disā bhariyā
paccupaṭṭhātabbā: sammānanāya,
avimānanāya, anaticariyāya,
issariyavossaggena, alaṅkāranuppādānena.
Imehi kho gahapatiputta pañcahi thānehi
sāmikena pacchimā disā bhariyā
paccupaṭṭhitā, pañcahi thānehi sāmikaṃ
anukampati: susaṃvihitakammantā ca hoti
susaṃgahitaparijanā ca, anaticārinī ca,
sambhataṃ anurakkhati, dakkhā ca hoti
analaṣā sabbakiccesu. Imehi kho
gahapatiputta pañcahi thānehi sāmikena
pacchimā disā bhariyā paccupaṭṭhitā
imehi pañcahi thānehi sāmikaṃ
anukampati. Evamassa esā pacchimā disā
paṭicchannā hoti khemā appaṭibhayā.*

Này gia chủ, đối với phương tây tức người hôn phối thì người chồng nên làm năm việc:
Một là đối xử hoà ái
Hai là không bạc đãi khinh khi
Ba là một dạ thủy chung
Bốn là giao quyền nội chính
Năm là tùy khả năng mua sắm tư trang cho vợ

Đáp lại, đối với chồng, người vợ nên làm năm việc:
Một là quán xuyến công việc gia đình
Hai là cư xử với hai họ một cách đồng đều
Ba là một lòng tiết hạnh

Bốn là gìn giữ tài sản
Năm là cần mẫn trong bốn phận.
Đó là cách lễ bái phương tây tức đạo nghĩa vợ chồng. Làm như vậy được an lạc không gì lo lắng.

*Pañcahi kho gahapatiputta thānehi
kulaputtana uttarā disā mittāmaccā
paccupaṭṭhātabbā: dānena, peyyavajjena
atthacariyāya, samānattatāya,
avisaṃ vādanatāya. Imehi kho gahapatiputtapañcahi
thānehi kulaputtana uttarā disā
mittāmaccā paccupaṭṭhitā pañcahi
thānehi kulaputtaṃ anukampanti:
pamattaṃ rakkhanti, pamattassa
sāpateyyaṃ rakkhanti, bhūtaṃ saraṇaṃ
honti, āpadāsu na vijahanti, aparapajā
cassa paṭipūjenti. Imehi kho gahapatiputta
pañcahi thānehi kulaputtana uttarā disā
mittāmaccā paccupaṭṭhitā imehi pañcahi
thānehi kulaputtaṃ anukampanti.
Evamassa esā uttarā disā paṭicchannā
hoti khemā appaṭibhayā.*

Này gia chủ, đối với phương bắc tức bạn bè nên làm năm việc:
Một là rộng rãi
Hai là nhã nhặn
Ba là quan tâm lợi ích của bạn
Bốn là đồng cam cộng khổ
Năm là thành thật

Đáp lại, đối với một bạn tốt, nên làm năm việc:
Một là cảnh giác bạn trước những cám dỗ
Hai là giữ hộ tài sản khi bạn sa ngã
Ba là làm nơi nương tựa cho bạn lúc sa cơ
Bốn là không bỏ bạn lúc nguy biến
Năm là cư xử tốt với người thân của bạn
Đó là cách lễ bái phương nam tức đạo nghĩa bạn bè. Làm như vậy được an lạc không gì lo lắng.

*Pañcahi kho gahapatiputta thānehi
ayirakena heṭṭhimā disā dāsakammakarā
paccupaṭṭhātabbā: yathābalaṃ
kammantaṃ vidhānena,
bhattavettanānuppādānena,
gilānupaṭṭhānena, acchariyānaṃ
rasānaṃ saṃvibhāgena, samaye
vossaggena. Imehi kho gahapatiputta
pañcahi thānehi ayirakena heṭṭhimā disā
dāsakammakarā paccupaṭṭhitā pañcahi
thānehi ayirakaṃ anukampanti.
Pubbuṭṭhāyino ca honti, pacchānipātino
ca dinnādāyino ca, sukatakammakarā ca
kittivaṇṇaharā ca. Imehi kho gahapatiputta pañcahi
thānehi ayirakena heṭṭhimā disā*

***dāsakammakarā paccupaṭṭhitā imehi
pañcahi ṭhānehi ayirakaṃ anukampanti.
Evamassa esā heṭṭhimā disā paṭicchannā
hoti khemā appaṭibhayā.***

Này gia chủ, đối với phương dưới tức người giúp việc thì người chủ nên làm năm việc:
Một là không giao việc quá sức
Hai là trả thù lao tương xứng
Ba là chăm sóc khi đau yếu
Bốn là chia sót món ngon vật lạ
Năm là không bắt làm việc quá giờ

Đáp lại, đối với chủ, người giúp việc nên làm năm việc:
Một là thức trước chủ
Hai là ngủ sau chủ
Ba là không lấy những thứ không cho
Bốn là siêng năng làm việc
Năm là giữ tiếng tốt cho chủ
Đó là cách lễ bái phương dưới tức đạo nghĩa chủ tở. Làm như vậy được an lạc không gì lo lắng.

***Pañcahi kho gahapatiputta ṭhānehi
kulaputtana uparimā disā
samaṇabrāhmaṇā paccupaṭṭhātabbā:
mettena kāyakammena, mettena
vacīkammena, mettena manokammena
anāvaṭadvāratāya, āmisānuppādānena.
Imehi kho gahapatiputta pañcahi ṭhānehi
kulaputtana uparimā disā samaṇabrāhmaṇā
paccupaṭṭhitā chahi ṭhānehi
kulaputtaṃ anukampanti. Pāpā nivārenti
kalyāṇe nivesenti, kalyāṇena manasā
anukampanti, assutaṃ sāvanti, suttaṃ
pariyodapenti, saggassa maggaṃ ācikkhanti. Imehi kho gahapatiputta chahi ṭhānehi
kulaputtana uparimā disā
samaṇabrāhmaṇā paccupaṭṭhitā imehi
chabhi ṭhānehi kulaputtaṃ anukampanti
Evamassa esā uparimā disā paṭicchannā
hoti khemā appaṭibhayāti.***

Này gia chủ, đối với phương trên tức sa môn thì người cư sĩ nên làm năm việc:
Một là cử chỉ thân thiện
Hai là lời nói thân thiện
Ba là tư tưởng thân thiện
Bốn là luôn mở rộng cửa đón tiếp
Năm là cúng dường tứ sự

Đáp lại, đối với cư sĩ, sa môn nên làm năm việc:
Một là hướng dẫn cư sĩ xa điều ác
Hai là hướng dẫn cư sĩ làm việc lành
Ba là luôn cư xử với tâm từ ái
Bốn là giảng giải đạo lý tường tận
Năm là chỉ đường an vui đời sau
Đó là cách lễ bái phương nam tức đạo nghĩa tăng tục. Làm như vậy được an lạc không gì lo

lãng.

*Idamavoca bhagavā. Idam vatvāna sugato
athāparaṃ etadavoca satthā:
Evaṃ vutte sigālako gahapatiputto
bhagavantaṃ etadavoca: abhikkantaṃ
bhante, abhikkantaṃ bhante. Seyyathāpi
bhante nikkujjitaṃ vā ukkujjeyya,
paṭicchannaṃ vā vivareyya, mūlhasa vā
maggāṃ ācikkheyya, andhakāre vā
telapajjotaṃ dhāreyya cakkhumanto
rūpāni dakkhinṭīti, evamevaṃ bhagavatā
anekapariyāyena dhammo pakāsīto
Esāhaṃ bhante bhagavantaṃ saraṇaṃ
gacchāmi, dhammañca bhikkhusaṅghañca
Upāsakaṃ maṃ bhagavā dhāretu
ajjataggepāṇupetaṃ saraṇaṃ gatanti.*

Nghe đức Thế Tôn dạy như vậy, thanh niên Sin Ga La bày tỏ niềm hoan hỷ: Thật vi diệu, bạch đức Thế Tôn, Chánh Pháp được giảng dạy như người lật lên những gì bị úp xuống, phơi bày những gì bị che phủ, chỉ đường cho người lạc lối, đem ánh sáng vào chỗ tối. Con xin qui y Phật, con xin qui y Pháp, con xin qui y Tăng. Xin Ngài nhận biết cho con là đệ tử từ nay cho đến trọn đời.

Lễ Hồng Danh **Āṭṭhānāṭṭiyaparittaṃ**

*Namo me sabbabuddhānaṃ
Uppannānaṃ mahesinaṃ
Taṇhaṅkaro mahāvīro
Medhaṅkaro mahāyaso
Saraṇaṅkaro lokahito
Dīpaṅkaro jutindharo
Koṇḍañño janapāmokkho
Maṅgalo purisāsabho
Sumano sumano dhīro
Revato rativaḍḍhano
Sobhito guṇasampanno
Anomadassī januttamo
Padumo lokapajjoto
Nārado varasārathī
Padumuttaro sattasāro
Sumedho appaṭipuggalo
Sujāto sabbalokaggo
Piyadassī narāsabho
Atthadassī kāruṇiko
Dhammadassī tamonudo
Siddhattho asamo loke
Tisso ca vadantaṃ varo
Pusso ca varado buddho
Vipassī ca anūpamo
Sikhī sabbahito satthā
Vessabhū sukhadāyako
Kakusandho sattavāho*

Konāgamano raṇaṅjaho
Kassapo sirisampanno
Gotamo sakyapuṅgavo

Nhất tâm đánh lễ:

Nam mô đại trí Dīpaṅkaro Phật
Nam mô đại hùng Taṇhaṅkaro Phật
Nam mô đại uy Medhaṅkaro Phật
Nam mô cứu thế Saraṇaṅkaro Phật
Nam mô vô thượng sư Koṇdaṅṅo Phật
Nam mô thượng nhân Maṅgalo Phật
Nam mô thường hoan hỷ Sumano Phật
Nam mô thường an lạc Revato Phật
Nam mô viên đức Sobhito Phật
Nam mô siêu nhân Anomadassī Phật
Nam mô phổ quang Padumo Phật
Nam mô điều ngự Nārado Phật
Nam mô đại đạo sư Padumuttaro Phật
Nam mô vô tỷ Sumedho Phật
Nam mô vô thượng tôn Sujāto Phật
Nam mô vô thượng sĩ Piyadassī Phật
Nam mô đại bi Atthadassī Phật
Nam mô vô lượng quang Dhammadassī Phật
Nam mô lưỡng túc tôn Siddhattho Phật
Nam mô vô thượng trí Tisso Phật
Nam mô vô thượng giác Pusso Phật
Nam mô đại lực Vipassī Phật
Nam mô thiên nhân sư Sikhī Phật
Nam mô đại từ Vessabhū Phật
Nam mô cứu khổ Kakusandho Phật
Nam mô vô nhiễm Konāgamano Phật
Nam mô đại hạnh Kassapo Phật
Nam mô Thích tử đại giác Gotamo Phật

Qui sám

Phật là nơi nương nhờ tối thượng
Cho chúng con vô lượng an lành
Qui y Phật Bảo từ ân
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 Phật Bảo đức lành từ dung

Pháp là nơi nương nhờ tối thượng
Cho chúng con vô lượng an lành
Qui y Pháp Bảo chánh chân
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 Pháp Bảo đức lành từ dung

Tăng là nơi nương nhờ tối thượng
Cho chúng con vô lượng an lành
Qui 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

Từ bi nguyện

*Sabbadisāsu mettāpharaṇaṃ
Sabbe sattā averā hontu
sukhitā hontu niddukkhā hontu
abyāpajjhā hontu anīghā hontu
dīghāyukā hontu arogā hontu
sampattīhi sammijjhantu sukhī
attānaṃ pariharantu dukkhappattā
ca niddukkhā bhayappattā ca
nibbhayā sokappattā ca nissokā
hontu sabbepi pāṇino.*

Nguyện cầu tám hướng mười phương
Chúng sanh muôn loại hãy thường an vui
Dứt trừ oan trái nhiều đời
Bao nhiêu đau khổ đến hồi duyên tan
Hại nhau chỉ chuốc lầm than
Mê si điên đảo vô vàn lệ châu
Chúng sanh vô bệnh sống lâu
Nguyện cho thành tựu phước sâu đức dày
Nguyện cho an lạc từ nay
Dứt trừ thống khổ đắng cay oán hờn
Dứt trừ kinh sợ tai ương
Bao nhiêu khổ não đoạn trường vĩnh ly
Nguyện cầu Tam Bảo chứng tri
Sống đời thanh tịnh từ bi vẹn toàn

Hồi hướng công đức

*Yaṅkiñci kusalakammaṃ
kattabbaṃ kiriyāṃ mama
kāyena vācāmanasā
tidase sugataṃ kataṃ
ye sattā saññino atthi
ye ca sattā asaññino
kataṃ puññaphalaṃ mayhaṃ
sabbe bhāgī bhavantu te
ye taṃ kataṃ suviditaṃ
dinnaṃ puññaphalaṃ mayā
ye ca tatta na jānanti
devā gantvā nivedayaṃ
sabbe lokamhi ye sattā
jīvantāhārahetukā
manuññaṃ bhojanaṃ sabbe*

labhantu mama cetasāti.

Con xin hồi hướng phước lành
Khấp cùng pháp giới chúng sanh gọi nhuần
Mẹ cha thầy tổ thân nhân
Hiện tiền quá vãng trọn phần phước duyên
Cầu xin hộ pháp chư thiên
Phát tâm hoan hỷ báo truyền gần xa
Cầu cho mưa thuận gió hoà
Pháp luân thường chuyển nhà nhà an khương
Chúng sanh ba cõi sáu đường
Do nhờ thực phẩm bảo tồn mạng căn
Nghiệp lành từ khẩu ý thân
Hoá thành phúc quả tùy nhân sở cầu

Hồi Hướng Chư Thiên

*Ākāsaṭṭhā ca bhumaṭṭhā
devā nāgā mahiddhikā
puññaṃ no anumodantu
ciraṃ rakkhantu sāsanaṃ
ākāsaṭṭhā ca bhumaṭṭhā
devā nāgā mahiddhikā
puññaṃ no anumodantu
ciraṃ rakkhantu raṭṭhake
ākāsaṭṭhā ca bhumaṭṭhā
devā nāgā mahiddhikā
puññaṃ no anumodantu
ciraṃ rakkhantu ñātayo
ākāsaṭṭhā ca bhumaṭṭhā
devā nāgā mahiddhikā
puññaṃ no anumodantu
ciraṃ rakkhantu pāṇino
ākāsaṭṭhā ca bhumaṭṭhā
devā nāgā mahiddhikā
puññaṃ no anumodantu
ciraṃ rakkhantu no sadā*

Phước lành từ thiện hạnh
Nguyện hồi hướng chư thiên
Bậc thiện thần hộ pháp
Nhiều oai đức thần lực
Ngự khắp cả trần hoàn
Hư không giới thiên giới
Xin các ngài tùy hỷ
Công đức đã thể hiện
Rồi hộ trì Phật pháp
Mãi soi sáng nhân thiên
Quốc độ hưởng thái bình
Muôn người sống lạc nghiệp
Mẹ cha và thầy tổ
Quyển thuộc cùng chúng sanh
Được hạnh phúc dài lâu
Thiếu bệnh dứt khổ sầu

Ngày ngày vui tu tập
Tinh tiến trong đạo mầu
Nhất tâm cầu giác ngộ

Phổ nguyện

[Đại chúng cùng tụng]

***Idaṃ vata me dānaṃ
Āsavakkhayāvahaṃ hotu
Buddho'āhaṃ bodhayissāmi
Mutto'āhaṃ mocaye pare
Tiṇṇo'āhaṃ tārayissāmi
Saṃsār'ogha mahabbhayā***

Nguyện công đức đã làm
Kết duyên lành giải thoát
Đệ tử và chúng sanh
Đồng viên thành chánh giác

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [Mục lục](#) | [1.1](#) | [1.2](#) | [2.1](#) | [2.2](#) | [2.3](#) | [2.4](#) | [3.0](#) | [4.1](#) | [4.2](#) | [5.0](#) | [6.0](#)

*Chân thành cảm ơn Tỳ kheo Giác Đăng, chùa Pháp Luân, Texas, Hoa Kỳ, đã gửi tặng bản vi tính
(Bình Anson, 06-2003)*

[[Trở về trang Thư Mục](#)]

last updated: 02-09-2004