

MỞ BÀI: Đây là con đường độc nhất, đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh lý, chứng ngộ Niết-bàn

| QUÁN THÂN TRÊN THÂN | QUÁN THỌ | QUÁN TÂM |
|--|---|---|
| Quán hơi thở Quán tứ đại oai nghi và sinh hoạt hàng ngày Quán các bộ phận cơ thể Quán vị trí và sắp đặt Tứ đại (Đất, Nước, Gió, Lửa) trong cơ thể Quán sự chết | Cảm giác biết rằng Tôi có Lạc thọ Khổ thọ Bất khổ, bất lạc thọ Thuộc vật chất Không thuộc vật chất Như vậy vị ấy sống quán thọ trên các nội thọ ; hay sống quán thọ trên các ngoại thọ; hay sống quán thọ trên cả các nội thọ, ngoại thọ . Hay sống quán tánh sanh khởi trên các thọ; hay sống quán tánh diệt tận trên các thọ , hay sống quán tánh sanh diệt trên các thọ | Tham Không tham Sân Không Sân Si Không Si Được thâm nhiếp Bị tán loạn Được Quảng đại Không được Quảng đại Hữu hạn Vô Thượng Có Định Không có Định Có Giải Thoát Không có Giải Thoát Sống quán tâm trên nội tâm Sống quán tâm trên ngoại tâm Sống quán tâm trên nội tâm, ngoại tâm Sống quán tánh sanh khởi trên tâm Sống quán tánh diệt tận trên tâm Sống quán tánh sanh diệt trên tâm |

Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy

Như vậy vị ấy sống **quán thọ trên các nội thọ**; hay sống quán thọ trên các ngoại thọ; **hay sống quán thọ trên cả các nội thọ, ngoại thọ**. Hay sống quán tánh sanh khởi trên các thọ; **hay sống quán tánh diệt tận trên các thọ**, hay sống quán tánh sanh diệt trên các thọ

Tuệ tri Tâm có



Hướng tới chánh trí - chánh niệm

Sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời

QUÁN PHÁP

| NĂM TRIỀN CÁI | NĂM THỦ UẨN | SÁU NỘI NGOẠI XỨ |
|--|---|---|
| Có ái dục Không có ái dục Có sân hận Không có sân hận Có hôn trầm thụy miên Không có hôn trầm thụy miên Có Trạo hối Không có Trạo hối Có Nghi Không có Nghi | Không có Chưa sanh nay sanh khởi Đã sanh nay được đoạn diệt Đã đoạn diệt, trương lai không sanh khởi Đây là sắc , đây là sắc tập, đây là sắc diệt Đây là thọ , đây là thọ tập, đây là thọ diệt Đây là tương , đây là tương tập, đây là tương diệt Đây là hành , đây là hành tập, đây là hành diệt Đây là thức , đây là thức tập, đây là thức diệt | Tuệ tri Mắt + Sắc Tuệ tri Tai + Thanh Tuệ tri Mũi + Hương Tuệ tri Lưỡi + Vị Tuệ tri Thân + Các xúc Tuệ tri Ý + Các Pháp Do duyên 2 pháp này kiết sử sanh khởi kiết sử chưa sanh nay sanh khởi kiết sử đã sanh nay được đoạn diệt kiết sử đã được đoạn diệt, trương lai không sanh khởi nữa |

THẤT GIÁC CHI

| | | |
|------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Có Niệm giác chi | Không có Niệm giác chi | Nội tâm có |
| Có Trạch pháp giác chi | Không có Trạch pháp giác chi | Nội tâm không có |
| Có Tinh Tấn giác chi | Không có Tinh Tấn giác chi | Nội tâm chưa sanh nay sanh khởi |
| Có Hỷ giác chi | Không có Hỷ giác chi | Đã sanh nay được |
| Có Khinh An giác chi | Không có Khinh An giác chi | tu tập viên thành |
| Có Định giác chi | Không có Định giác chi | |
| Có Xả giác chi | Không có Xả giác chi | |

BỐN SỰ THẬT: TỨ THÁNH ĐẾ

| | |
|-----------------------------------|---|
| Đây là Khổ | Năm thủ uẩn là khổ: Sắc thủ uẩn, Thọ thủ uẩn, Tương thủ uẩn, Hành thủ uẩn, Thức thủ uẩn |
| Đây là Khổ Tập | Sự tham ái đưa đến tái sanh, cấu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Như dục ái, hữu ái, vô hữu ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đây, khi an trú thì an trú ở đây (Sắc, Thức, Xúc, Thọ, Tương, Tư, Ái, Tâm, Tứ) |
| Đây là Khổ Diệt | Sự diệt tận không còn luyến tiếc tham ái ấy, sự xả ly, sự khí xả, sự giải thoát, sự vô nhiễm (tham ái ấy) Ở đời các sắc gì thân, các sắc gì ái, sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đây, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đây (Sắc, Thức, Xúc, Thọ, Tương, Tư, Ái, Tâm, Tứ) |
| Đây là con đường đưa tới Khổ Diệt | Là Bát chi Thánh đạo, tức là Chánh trí kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định |

sống quán pháp trên các nội pháp

sống quán pháp trên các ngoại pháp

sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp

sống quán tánh sanh khởi trên các pháp

sống quán tánh diệt tận trên các pháp

sống quán tánh sanh diệt trên các pháp

Hướng tới chánh trí - chánh niệm

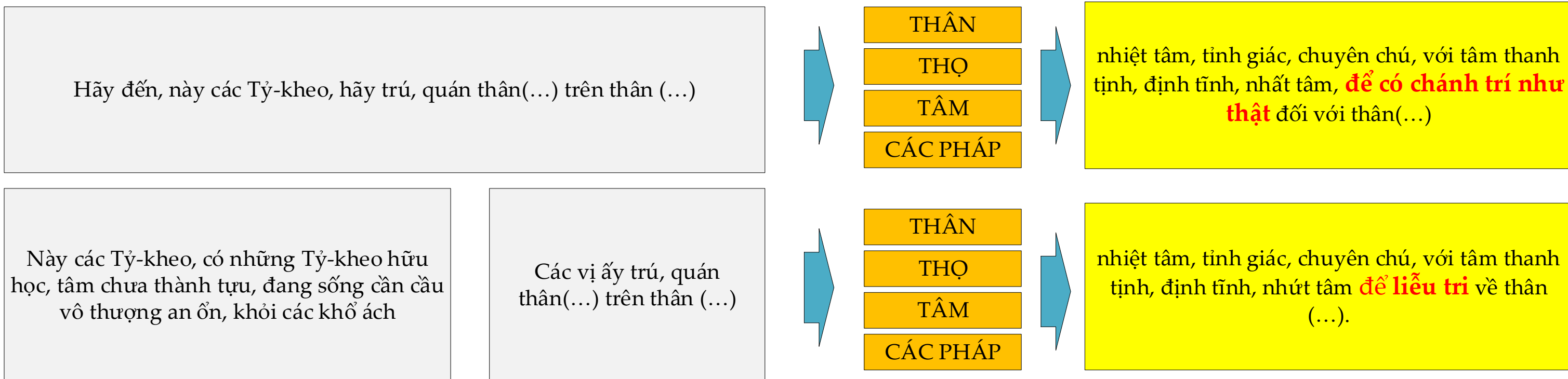
Sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời

KẾT LUẬN: Tu tập Bốn Niệm xứ này như vậy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nếu còn hữu dư y thì chứng quả Bất hoàn.

MỚI TU, XUẤT GIA CHẴNG BAO LÂU

4. IV. Sàlà (Tập 24,29, Đại 2,173c) (S.v,144) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-47a.htm>

Những Tỷ-kheo nào, này các Tỷ-kheo, mới tu, xuất gia chẳng bao lâu, mới đến trong Pháp và Luật này; những Tỷ-kheo ấy, này các Tỷ-kheo, cần phải được khích lệ (samàdāpetabbā), cần phải được hướng dẫn, cần phải được an trú, tu tập bốn niệm xứ. Thế nào là bốn?



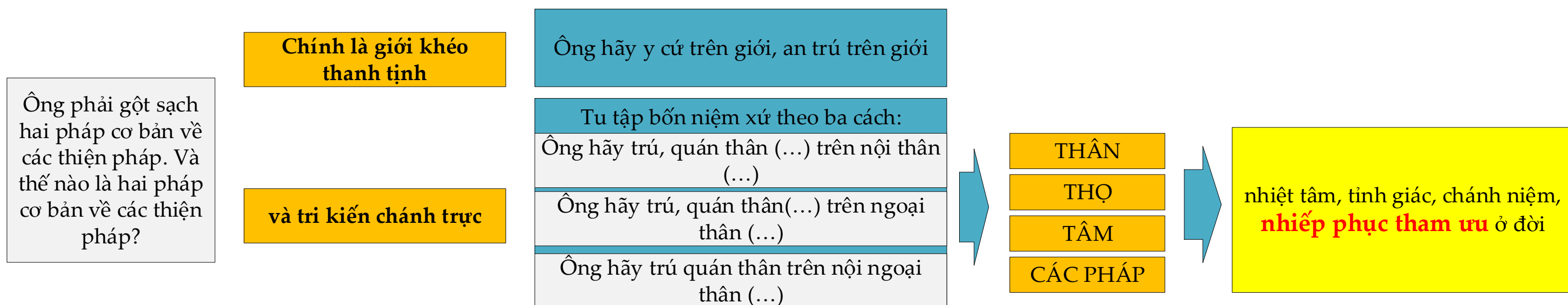
6) Này các Tỷ-kheo, những Tỷ-kheo nào là bậc A-la-hán, các lậu đã tận, tu hành thành mãn, các việc nên làm đã làm, đã đặt gánh nặng xuống, đã thành đạt lý tưởng, đã tận trừ hữu kiết sử, chánh trí, giải thoát; các vị ấy trú, quán thân trên thân, nhiệt tâm, tinh giác, chuyên chú, với tâm thanh tịnh, định tĩnh, nhất tâm, ly hệ phục đối với thân. Các vị ấy trú, quán thọ trên các thọ... Các vị ấy trú, quán tâm trên tâm... Các vị ấy trú, quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tinh giác, chuyên chú, với tâm thanh tịnh, định tĩnh, nhất tâm, ly hệ phục đối với các pháp.

7) Này các Tỷ-kheo, những Tỷ-kheo nào mới tu, xuất gia chẳng bao lâu, mới đến trong Pháp và Luật này; những vị ấy, này các Tỷ-kheo, cần phải được khích lệ, cần phải được hướng dẫn, cần phải được an trú, tu tập bốn niệm xứ này.

GIỚI KHÉO THANH TỊNH – TRI KIẾN CHÁNH TRỰC

3. III. Tỷ Kheo (Tập 24,37, Đại 2,176A) (S.v,142) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-47a.htm>

Lành thay, bạch Thế Tôn, nếu Thế Tôn thuyết pháp vắn tắt cho con. Sau khi nghe Thế Tôn thuyết pháp, con sẽ sống một mình, an tịnh, không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần. Và như vậy có thể có những người nghi ngờ pháp ấy và họ thẩm tra con; sau khi con nói pháp cho họ, họ nghĩ rằng đi theo con sẽ có lợi ích cho họ. Bạch Thế Tôn, Thế Tôn hãy thuyết pháp vắn tắt cho con. Thiện Thệ hãy thuyết pháp vắn tắt cho con. Chắc chắn con có thể hiểu lời Thế Tôn thuyết. Chắc chắn con có thể trở thành người thừa tự lời Thế Tôn dạy.



Này Tỷ-kheo, khi nào Ông y cứ trên giới, an trú trên giới và tu tập bốn niệm xứ theo ba cách như vậy; khi ấy, này Tỷ-kheo, hoặc đêm hay ngày, chờ đợi là tăng trưởng trong các thiện pháp, không phải là tổn giảm.

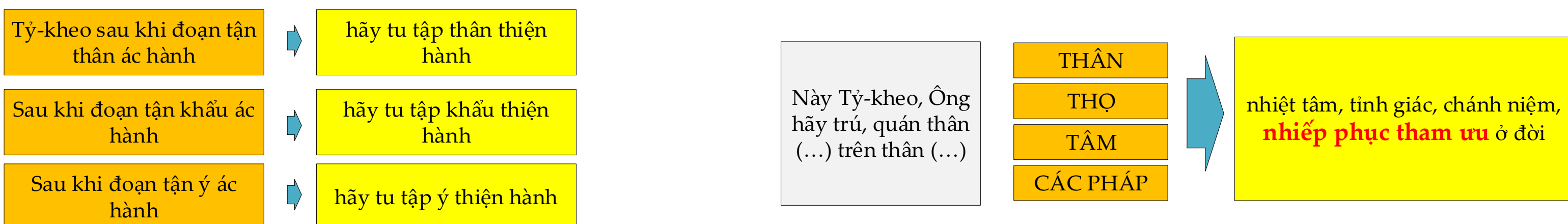
ÁC HÀNH

47. VII. Ác Hành (Tập 24,11, Đại 2,172a) (S.v,188) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-47b.htm>

Lành thay, bạch Thế Tôn, nếu Thế Tôn thuyết pháp vắn tắt cho con. Sau khi nghe Thế Tôn thuyết pháp, con sẽ sống một mình, an tịnh, không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần.

-- Vậy, này Tỷ-kheo, Ông hãy làm cho thanh tịnh những căn bản trong các thiện pháp. Và thế nào là căn bản trong các thiện pháp?

Rồi này Tỷ-kheo, y cứ vào giới, an trú vào giới, Ông hãy tu tập bốn niệm xứ. Thế nào là bốn?



Này Tỷ-kheo, sau khi y cứ trên giới, an trú trên giới, Ông tu tập bốn niệm xứ này như vậy; thời này Tỷ-kheo, hoặc là đêm hay ngày, hãy chờ đợi ở nơi Ông sự tăng trưởng trong các thiện pháp, không phải sự tổn giảm.

HƯỚNG TÂM

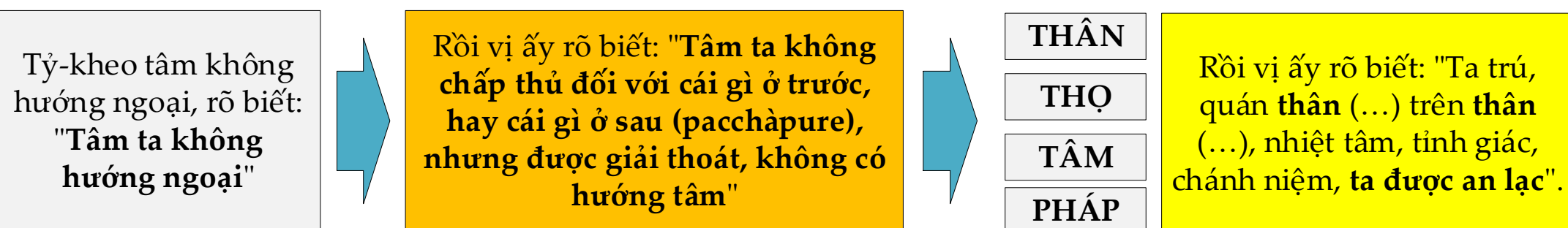
10. X. Trú Xứ Tỷ-kheo Ni (Tập 24,13, Đại 2,172,172a) (S.v,154) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-47a.htm>

Bạch Thế Tôn, các Tỷ-kheo-ni ấy thưa với con: "Ở đây, bạch Thượng tọa Ananda, một số đông Tỷ-kheo-ni sống khéo an trú tâm trên bốn niệm xứ, đạt được sự rõ biết quang đại, trước sau thù thắng". Khi được nói vậy, bạch Thế Tôn, con nói với các Tỷ-kheo-ni ấy: "Như vậy là phải, này các Đại tỷ! Như vậy là phải, này các Đại tỷ! này các Đại tỷ, Tỷ-kheo hay Tỷ-kheo-ni nào sống với tâm khéo an trú trong bốn niệm xứ, vị ấy được chờ đợi sẽ đạt được sự rõ biết quang đại, trước sau thù thắng".

Thế nào là sự tu tập về hướng tâm?

| | | | | | | |
|-------------|---|--|---|---|---|---|
| THÂN | Tỷ-kheo sống, quán thân (...) trên thân (...), nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời | do vậy, này Ananda, Tỷ-kheo cần phải hướng tâm đến một tướng tịnh tín (pasàdaniyenimitta) | Người có tâm hân hoan, hỷ sanh | Vị ấy tư sát như sau: "Mục đích mà ta hướng tâm đến, mục đích ấy đã đạt được" | Nay ta rút lui (patisamharà mi) (khỏi đối tượng tịnh tín)". Vị ấy rút lui, không tầm, không tứ | Vị ấy rõ biết: "Không tầm, không tứ, nội tâm chánh niệm, ta được an lạc ". |
| THỌ | | | Người có tâm hỷ, thân được khinh an | | | |
| TÂM | Vị ấy trú, quán thân (...) trên thân (...), hoặc thân sở duyên (kàyàrammano) khởi lên, hoặc thân nhiệt não (kàyasmin parilāho), hoặc tâm thụ động, hoặc tâm phân tán hướng ngoại (bahiddha va cittam vikkhipati) | Do vị ấy hướng tâm đến một tướng tịnh tín, hân hoan (pàmujjam: Thắng hỷ) sanh | Người có tâm khinh an, lạc thọ sanh | | | |
| PHÁP | | | Người có tâm lạc thọ, tâm được định tĩnh | | | |

thế nào là sự tu tập không có hướng tâm?



Như vậy, này Ananda, Ta thuyết tu tập có hướng tâm; Ta thuyết tu tập không có hướng tâm. Những gì, này Ananda, một bậc Đạo Sư cần phải làm vì hạnh phúc, vì lòng thương tưởng đối với các đệ tử, vì lòng từ mẫn khởi lên, những việc ấy, Ta đã làm cho các Ông. Này Ananda, đây là những gốc cây. Đây là những nhà trống. Hãy tu Thiền, này Ananda. Chớ có phóng dật. Chớ có hối hận về sau. Đây là lời giáo giới của Ta cho các Ông.

TÁNH CHẤT KHÁC BIỆT, TÁNH CHẤT ĐỐI KHÁC, TÁNH CHẤT LY TÁN

13. III. Cunda (Tập 24,39, Đại 2,176b) (S.v,161) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-47a.htm>

Bạch Thế Tôn, Sa-di Cunda này thưa như sau: "Bạch Thượng tọa, Tôn giả Sàriputta đã mệnh chung. Đây là y và bát của vị ấy". Bạch Thế Tôn, thân con cảm thấy yếu ớt như lau sậy (bàng hoàng) (madhurakajato). Các phương hướng không hiện ra rõ ràng đối với con. Pháp sẽ không được giảng cho con, khi con nghe tin Tôn giả Sàriputta đã mệnh chung.

Này Ananda

Sàriputta có đem theo **giới uẩn** khi mệnh chung?

Có đem theo **định uẩn** khi mệnh chung?

Có đem theo **tuệ uẩn** khi mệnh chung?

Có đem theo **giải thoát uẩn** khi mệnh chung?

Có đem theo **giải thoát tri kiến** khi mệnh chung không?

Bạch Thế Tôn, Tôn giả Sàriputta không đem theo(...)

Nhưng bạch Thế Tôn, Tôn giả Sàriputta là **vị giáo giới cho con, là vị đã vượt qua (bộc lưu), là bậc giáo thọ, là vị khai thị, khích lệ, làm cho phấn khởi, làm cho hoan hỷ, là vị thuyết pháp không biết mệt mỏi, là vị hộ trì cho các đồng Phạm hạnh.** Chúng con đều ước niệm rằng Tôn giả Sàriputta là tinh ba của pháp (dhammojam), là tài sản của pháp (dhammabhogam), là hộ trì của pháp.

Này Ananda, có phải trước đây Ta đã từng tuyên bố với Ông rằng mọi pháp khả ái, khả ý

đều có tánh chất khác biệt

có tánh chất ly tán

có tánh chất đối khác?

Làm sao, này Ananda, ở đây, **lời ước nguyện này có thể thành tựu được: "Mong rằng cái gì được sanh, được thành, là pháp hữu vi, là pháp bị diệt hoại, lại có thể không bị diệt hoại!"?** Sự kiện như vậy không xảy ra.

Do vậy, này Ananda, hãy tự mình là ngọn đèn cho chính mình, hãy tự mình nương tựa chính mình, chớ nương tựa một gì khác. Dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa, chớ nương tựa một điều gì khác. Này Ananda, thế nào là Tỷ-kheo tự mình là ngọn đèn cho chính mình, tự mình nương tựa chính mình, không nương tựa một điều gì khác, dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa, không nương tựa một điều gì khác?

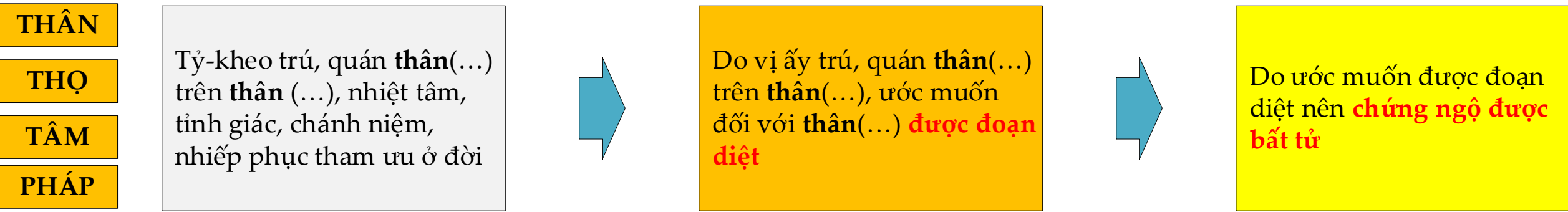
Ở đây, này Ananda, Tỷ-kheo trú, quán thân trên thân, nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời... trú, quán thọ trên các thọ... trú, quán tâm trên tâm... trú, quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời. Như vậy, này Ananda, Tỷ-kheo tự mình là ngọn đèn cho chính mình, tự mình nương tựa chính mình, không nương tựa một gì khác, dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa, không nương tựa một điều gì khác.

Này Ananda, những ai hiện nay, hay sau khi **Ta diệt độ**, tự mình là ngọn đèn cho chính mình, tự mình nương tựa chính mình, không nương tựa một điều gì khác, dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa, không nương tựa một điều gì khác; những vị ấy, này Ananda, là **những vị tối thượng trong hàng Tỷ-kheo của Ta**, nếu những vị ấy tha thiết học hỏi.

ƯỚC MUỐN

37. VII. Ước Muốn (Chandam) (S.v,182) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-47b.htm>

Này các Tỷ-kheo, có bốn niệm xứ này. Thế nào là bốn?



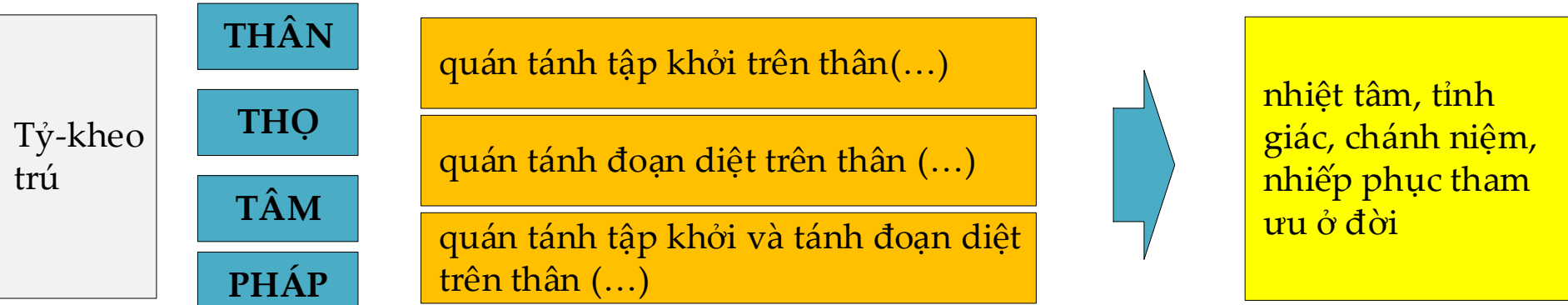
PHÂN BIỆT NIỆM XỨ VÀ TU TẬP NIỆM XỨ

40. X. Phân Biệt (S.v,183) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-47b.htm>

thế nào là niệm xứ?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú, quán thân trên thân, nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời... trú, quán thọ trên các cảm thọ... trú, quán tâm trên tâm... trú, quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là niệm xứ.

thế nào là tu tập bốn niệm xứ?



Và này các Tỷ-kheo, thế nào là đạo lộ đưa đến sự tu tập bốn niệm xứ? Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành, tức là chánh tri kiến... chánh định. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là đạo lộ đưa đến tu tập bốn niệm xứ.

TẬP KHỞI

42. II. Tập Khởi (Tập 24,5, Đại 2,171a) (S.v,184) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-47b.htm>

Này các Tỷ-kheo, Ta sẽ thuyết cho các Ông về sự tập khởi và sự chấm dứt bốn niệm xứ. Hãy lắng nghe.

thế nào là sự tập khởi của THÂN?

Sự tập khởi của món ăn là sự tập khởi của thân.

Sự đoạn diệt các món ăn là sự đoạn diệt của thân.

thế nào là sự tập khởi của THỌ?

Sự tập khởi của xúc là sự tập khởi của thọ

Sự đoạn diệt của xúc là sự chấm dứt của thọ.

thế nào là sự tập khởi của TÂM?

Sự tập khởi của danh sắc là sự tập khởi của tâm.

Sự đoạn diệt của danh sắc là sự chấm dứt của tâm.

thế nào là sự tập khởi của PHÁP?

Sự tập khởi của tác ý là sự tập khởi của các pháp

Sự đoạn diệt của tác ý là sự chấm dứt của các pháp.

DUYÊN

Tương ưng nhân duyên - Tương Ưng Nhân Duyên (a)- III. Phẩm Mười Lục-III. Duyên (S.ii,29)

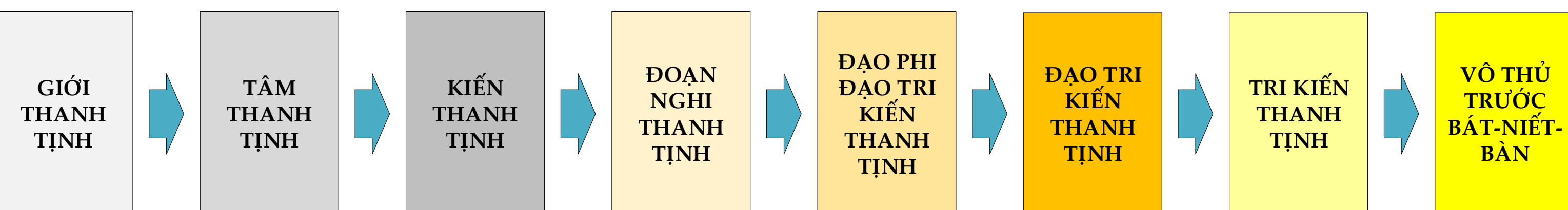
Vô minh duyên hành; hành duyên thức; thức duyên danh sắc; danh sắc duyên sáu xứ; sáu xứ duyên xúc; xúc duyên thọ; thọ duyên ái; ái duyên thủ; thủ duyên hữu; hữu duyên sanh; sanh duyên khổ; khổ duyên tín; tín duyên hân hoan; hân hoan duyên hỷ; hỷ duyên khinh an; khinh an duyên lạc; lạc duyên định; định duyên tri kiến như chân; tri kiến như chân duyên yếm ly; yếm ly duyên ly tham; ly tham duyên giải thoát; giải thoát duyên trí về đoạn diệt



KINH TRẠM XE - TRUNG BỘ KINH SỐ 24

Này Hiền giả, sống phạm hạnh dưới sự chỉ dẫn của Thế Tôn là với mục đích vô thủ trước Bát-niết-bàn.

CHỈ CÓ MỤC ĐÍCH (ĐẠT CHO ĐƯỢC)



THẮNG TRI NĂM THỦ UẨN

IV. Thủ Chuyển (Tập 2, Đại 2,9b) (S.iii,58) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu3-22c.htm>

| 5 thủ uẩn | Thế nào là ...Thủ uẩn? | Thế nào là ...Tập khởi? | Thế nào là ...Đoạn diệt? | Thế nào là Con đường đưa đến ...đoạn diệt? |
|----------------------|--|--|--|---|
| Sắc thủ uẩn | Bốn đại chủng và sắc do bốn đại chủng tạo thành. Đây các Tỷ-kheo, đây được gọi là sắc | Do các thức ăn tập khởi nên sắc tập khởi | Do các thức ăn đoạn diệt nên sắc đoạn diệt | Và con đường đưa đến sắc đoạn diệt là con đường Thánh đạo Tám ngành |
| Thọ thủ uẩn | Có sáu thọ thân này: thọ do nhãn xúc sanh, thọ do nhĩ xúc sanh, thọ do tỷ xúc sanh, thọ do thiệt xúc sanh, thọ do thân xúc sanh, thọ do ý xúc sanh | Do xúc tập khởi nên thọ tập khởi | Do xúc đoạn diệt nên thọ đoạn diệt | Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành đưa đến thọ đoạn diệt |
| Tương thủ uẩn | Có sáu tướng thân này: sắc tướng, thanh tướng, hương tướng, vị tướng, xúc tướng, pháp tướng | Do xúc tập khởi nên tướng tập khởi | Do xúc đoạn diệt nên tướng đoạn diệt | Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành đưa đến tướng đoạn diệt |
| Hành thủ uẩn | Có sáu tư thân này: sắc tư, thanh tư, hương tư, vị tư, xúc tư, pháp tư | Do xúc tập khởi nên các hành tập khởi | Do xúc đoạn diệt nên các hành đoạn diệt | Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành đưa đến hành đoạn diệt |
| Thức Thủ uẩn | Có sáu thức thân này (tức là): nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức | Do danh sắc tập khởi nên thức tập khởi | Do danh sắc đoạn diệt nên thức đoạn diệt | Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành đưa đến thức đoạn diệt |

Này các Tỷ-kheo, các vị Sa-môn hay Bà-la-môn nào do thắng tri sắc (...) như vậy; do thắng tri sắc tập khởi như vậy, do thắng tri sắc (...) đoạn diệt như vậy, do thắng tri con đường đưa đến sắc (...) đoạn diệt như vậy, họ hướng về thực hiện yếm ly, ly tham, đoạn diệt sắc (...). Những thực hiện ấy, họ khéo thực hiện. Những ai khéo thực hiện, những vị ấy có chân đứng trong Pháp và Luật này

ĐOẠN TRỪ 5 TRIỀN CÁI

Trích Trung bộ kinh số 39. Đại kinh Xóm ngựa (Mahā-Assapura sutta)

Từ bỏ tham ái ở đời, sống với tâm **thoát ly** tham ái, **gột rửa** tâm hết tham ái

Từ bỏ sân hận, vị ấy sống với tâm **không** sân hận, **lòng từ mẫn** thương xót tất cả chúng hữu tình, **gột rửa** tâm hết sân hận

Từ bỏ hôn trầm thụy miên, vị ấy sống **thoát ly** hôn trầm và thụy miên, với tâm **tướng hướng** về ánh sáng, chánh niệm tinh giác, **gột rửa** tâm hết hôn trầm thụy miên

Từ bỏ trạo cử hồi quá, vị ấy sống **không** trạo cử hồi tiếc, nội tâm **trầm lặng**, **gột rửa** tâm hết trạo cử hồi tiếc

Từ bỏ nghi ngờ, vị ấy sống **thoát khỏi** nghi ngờ, **không phân vân lưỡng lự**, **gột rửa** tâm hết nghi ngờ đối với thiện pháp

DO NHÂN NÀO, DUYÊN NÀO ĐỂ BIẾT ĐỂ THẤY

56. VI. Abhaya (Vô úy) (Tập 27,1, Đại 2,191a) (S.v,126) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-46b.htm>

Do nhân nào, do duyên nào, bạch Thế Tôn, để không biết, để không thấy?

Nhưng, bạch Thế Tôn, do nhân nào, do duyên nào để biết, để thấy? Như thế nào biết và thấy có nhân, có duyên?

| | | | | | |
|--|--|--|---------------------|--|--|
| dục tham | Khi nào trú với tâm bị dục tham (...) xâm chiếm , bị dục tham (...) chi phối và như thật không biết, không thấy sự xuất ly khỏi dục và tham (...) đã sanh ; đây là nhân, đây là duyên, này Hoàng tử, để không biết, để không thấy | Như vậy, không biết, không thấy có nhân, có duyên. | Niệm giác chi | Tỷ-kheo tu tập niệm giác chi(...) liên hệ đến viễn ly , liên hệ đến ly tham , liên hệ đến đoạn diệt , hướng đến từ bỏ . Vị ấy nhờ tâm được tu tập niệm giác chi(...) nên như thật biết và thấy. Đây là nhân, đây là duyên, này Hoàng tử, để biết, để thấy . | Như vậy, biết và thấy có nhân, có duyên. |
| sân | | | Trạch pháp giác chi | | |
| hôn trầm thụy miên | | | Tinh tấn giác chi | | |
| trạo hồi | | | Hỷ giác chi | | |
| nghi hoặc | | | Khinh an giác chi | | |
| Bạch Thế Tôn, pháp môn này được gọi là gì? | | Định giác chi | | | |
| Đây Hoàng tử, được gọi là các triền cái . | | Xả giác chi | | | |

THÂN BỆNH VÀ TÂM KHÔNG BỆNH

Hiểu rõ, thuần thực, tu tập pháp các Bậc Thánh, Bậc Chân Nhân

| | | | |
|-------|------------------------|--------------------|--|
| 5 Uẩn | Không quán | Do không bị ám ảnh | "Các Sắc (...) là ta, các Sắc (...) là của ta" khi các Sắc (...) biến hoại, đổi khác; nên không do các Sắc (...) biến hoại, đổi khác mà khởi lên sầu, bi, khổ, ưu, não! |
| Sắc | ...Là của Ta | | |
| Thọ | Tự ngã như là có... | ...Là ta | |
| Tương | ... ở trong tự ngã | | |
| Hành | Hay tự ngã có trong... | ...Là của Ta | |

THỨC ĂN CỦA DUYÊN KHỞI

Có bốn món ăn giúp cho an trú các loài hữu tình đã sanh hay phò trợ các loài hữu tình sẽ sanh

| | | |
|--------------|---|----------|
| Đoàn thực | Lấy gì làm: nhân duyên, tập khởi, sanh chúng, nguyên nhân ??? | Ái |
| Xúc thực | | Thọ |
| Tư niệm thực | | Xúc |
| | | Lục nhập |
| | | Danh sắc |
| | | Thức |
| | | Hành |
| | | Vô Minh |

3 ĐỘC TÙY MIÊN, ĐOẠN TẬN 3 ĐỘC

Trung bộ kinh số 148. Kinh Sáu sáu (Chachakka sutta)

| | | | | | |
|-----------------------------------|---|--|---|---|--|
| 6 Ngoại xứ + 6 Nội xứ + 6 Thức | | | | | |
| 6 Xúc | | | | | |
| 6 Cảm Thọ | | | | | |
| Lạc thọ | Khổ thọ | Bất khổ, bất lạc thọ | Lạc thọ | Khổ thọ | Bất khổ, bất lạc thọ |
| hoan hỷ, tán thán, trú ở ái trước | Sầu muộn, than van, than khóc, đập ngực, rơi vào bất tỉnh | Không như thật biết sự tập khởi, sự đoạn diệt, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly khỏi cảm thọ ấy | Không hoan hỷ, Không tán thán, Không trú ở ái trước | Không sầu muộn, Không than van, Không than khóc, Không đập ngực, rơi vào bất tỉnh | Như thật biết sự tập khởi, sự đoạn diệt, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly khỏi cảm thọ ấy |
| Tham tùy miên | Sân tùy miên | Vô Minh tùy miên | Tham tùy miên | Sân tùy miên | Vô Minh tùy miên |
| Không đoạn tận | Không tẩy trừ | Không nhổ lên | đoạn tận | tẩy trừ | nhổ lên |
| Không đoạn tận vô minh | | | đoạn tận vô minh | | |
| Không làm cho mình khởi lên | | | làm cho mình khởi lên | | |
| Không xây ra chấm dứt đau khổ | | | Xây ra chấm dứt đau khổ | | |

Tương ưng bộ - Tập IV - Thiên Sáu Xứ- Tương Ưng Thọ -Phần Ba - Phẩm Một Trăm Lẻ Tám Pháp Môn - 22. II. Một Trăm Lẻ Tám (S.iv,231)

MỞ BÀI: Nay các Tỷ-kheo, thế nào là pháp môn về pháp theo 108 pháp môn? Có hai thọ, theo pháp môn thuyết giảng của Ta. Có ba thọ, theo pháp môn thuyết giảng của Ta. Có năm thọ, theo pháp môn thuyết giảng của Ta. Có sáu thọ, theo pháp môn thuyết giảng của Ta. Có 18 thọ, theo pháp môn thuyết giảng của Ta. Có 36 thọ, theo pháp môn thuyết giảng của Ta. Có 108 thọ, theo pháp môn thuyết giảng của Ta

| thế nào là hai thọ? | thế nào là ba thọ? | thế nào là năm thọ? | thế nào là sáu thọ? | thế nào là 18 thọ? | thế nào là 36 thọ? | Thế nào là 108 thọ? |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------------|---|-----------------------------|---------------------|
| Thọ về thân | Lạc thọ | Lạc căn | Thọ do nhãn xúc sanh | Có sáu tư duy thân cận (upavicàrà) với hỷ | Sáu hỷ liên hệ đến gia đình | 36 thọ về quá khứ |
| và thọ về tâm | khổ thọ | khổ căn | thọ do nhĩ xúc sanh | | sáu hỷ liên hệ đến ly dục | 36 thọ về tương lai |
| | bất khổ bất lạc thọ | hỷ căn | thọ do tỷ xúc sanh | có sáu tư duy thân cận với ưu | sáu ưu liên hệ đến gia đình | 36 thọ về hiện tại |
| | | ưu căn | thọ do thiệt xúc sanh | | sáu ưu liên hệ đến ly dục | |
| | | xả căn | thọ do thân xúc sanh | có sáu tư duy thân cận với xả | sáu xả liên hệ đến gia đình | |
| | | thọ do ý xúc sanh | sáu xả liên hệ đến ly dục | | | |

LẠC-KHỔ-HỖ-ƯU-XẢ CĂN

36. VI. Phân Tích (1) (S.v,209) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-48a.htm>

-- Nay các Tỷ-kheo, có năm căn này. Thế nào là năm? Lạc căn... xả căn.

thế nào là lạc căn?

Này các Tỷ-kheo, cái gì lạc thuộc về thân, cái gì thích thú thuộc về thân, cái gì lạc do thân xúc sanh, cái gì thích thú được cảm thọ; này các Tỷ-kheo, đây được gọi là lạc căn.

thế nào là khổ căn?

Này các Tỷ-kheo, cái gì khổ thuộc về thân, cái gì không thích thú thuộc về thân, cái gì khổ do thân xúc sanh, cái gì không thích thú được cảm thọ; này các Tỷ-kheo, đây được gọi là khổ căn.

thế nào là hỷ căn (somanassa)?

Này các Tỷ-kheo, cái gì lạc thuộc về tâm, cái gì thích thú thuộc về tâm, cái gì lạc do ý xúc sanh, cái gì thích thú được cảm thọ; này các Tỷ-kheo, đây được gọi là hỷ căn.

thế nào là ưu căn?

Này các Tỷ-kheo, cái gì khổ thuộc về tâm, cái gì không thích thú thuộc về tâm, cái gì khổ do ý xúc sanh, cái gì không thích thú được cảm thọ; này các Tỷ-kheo, đây được gọi là ưu căn.

thế nào là xả căn?

Này các Tỷ-kheo, cái gì không thích thú và không không thích thú thuộc về thân hay thuộc về tâm được cảm thọ; này các Tỷ-kheo, đây được gọi là xả căn.

<https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu4-36.htm>
29. IX. Thanh Tịnh, Không Liên Hệ Đến Vật Chất (S.iv,235)

HỖ

thế nào là hỷ liên hệ đến vật chất?

5 Dục công đức

Sắc

Thanh

Hương

Vị

Xúc

Có các sắc do mắt nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn... Có xúc do thân nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn.
do duyên năm dục công đức này, hỷ khởi lên

thế nào là hỷ không liên hệ đến vật chất?

Chúng và trú **Thiền thứ nhất**, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ.
Làm tịnh chỉ tâm và tứ, chứng đạt và trú **Thiền thứ hai**, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tâm, không tứ, nội tĩnh, nhất tâm

thế nào là hỷ không liên hệ đến vật chất còn hơn cả loại hỷ không liên hệ đến vật chất kia?

Đã đoạn tận các lậu hoặc, khi quán sát tâm giải thoát khỏi tham, khi quán sát tâm giải thoát khỏi sân, khi quán sát tâm giải thoát khỏi si, hỷ được khởi lên

LẠC

thế nào là lạc liên hệ đến vật chất?

5 Dục công đức

Sắc

Thanh

Hương

Vị

Xúc

Có những sắc do mắt nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn... Có những xúc do thân nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn.
do duyên năm dục công đức này, lạc khởi lên

thế nào là lạc không liên hệ đến vật chất?

Ly dục, ly bất thiện pháp, chúng và trú **Thiền thứ nhất**, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ.
Tịnh chỉ các tâm và tứ, vị ấy chứng và trú **Thiền thứ hai**, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tâm, không tứ, nội tĩnh, nhứt tâm.
Ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, vị ấy chứng đạt và trú **Thiền thứ ba**

thế nào là lạc không liên hệ đến vật chất còn hơn cả loại lạc không liên hệ đến vật chất kia?

Đã đoạn tận các lậu hoặc, khi quán sát tâm giải thoát khỏi tham, quán sát tâm giải thoát khỏi sân, quán sát tâm giải thoát khỏi si, lạc và hỷ khởi lên

XẢ

thế nào là xả liên hệ đến vật chất?

5 Dục công đức

Sắc

Thanh

Hương

Vị

Xúc

Có những sắc do mắt nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn... Có những xúc do thân nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn,
do duyên năm dục công đức này, xả khởi lên

thế nào là xả không liên hệ đến vật chất?

Đoạn lạc, đoạn khổ, chấm dứt hỷ ưu đã cảm thọ từ trước, chứng đạt và an trú **Thiền thứ tư**, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh

thế nào là xả không liên hệ đến vật chất còn hơn cả loại xả không liên hệ đến vật chất kia?

Đã đoạn tận các lậu hoặc, quán sát tâm giải thoát khỏi tham, quán sát tâm giải thoát khỏi sân, quán sát tâm giải thoát khỏi si, xả khởi lên

GIẢI THOÁT

thế nào là giải thoát liên hệ đến vật chất?

Sự **giải thoát liên hệ đến sắc** là liên hệ đến vật chất...

thế nào là giải thoát không liên hệ đến vật chất?

Sự **giải thoát liên hệ đến vô sắc** là không liên hệ đến vật chất

thế nào là giải thoát không liên hệ đến vật chất còn hơn cả loại hỷ không liên hệ đến vật chất kia?

Đoạn tận các lậu hoặc, quán sát tâm giải thoát khỏi tham, quán sát tâm giải thoát khỏi sân, quán sát tâm giải thoát khỏi si, giải thoát khởi lên

MỞ BÀI: Có sáu nội xứ cần phải biết. Có sáu ngoại xứ cần phải biết. Có sáu thức thân cần phải biết. Có sáu xúc thân cần phải biết. Có mười tám ý hành cần phải biết. Có ba mươi sáu loại hữu tình cần phải biết. Tại đây, do y cứ cái này, đoạn tận cái này, có ba niệm xứ mà một bậc Thánh phải thực hành, và có thực hành (niệm xứ) ấy, bậc Thánh mới xứng là bậc Đạo sư diễn giảng đờ chúng. Trong các bậc Huấn luyện sư, vị ấy được gọi là bậc Vô thượng Điều ngự sư, điều phục các hạng người đáng được điều phục

| Sáu nội xứ cần phải biết | Sáu ngoại xứ cần phải biết | Sáu thức thân cần phải biết | Sáu xúc thân cần phải biết | Mười tám ý hành cần phải biết | Ba mươi sáu loại hữu tình cần phải biết |
|--------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------------------------|-------------------------------|---|
| Nhãn xứ | Sắc xứ | Nhãn thức | Nhãn xúc | Mắt + Sắc | Sáu hỷ liên hệ tại gia |
| nhĩ xứ | thanh xứ | nhĩ thức | nhĩ xúc | Tai + Thanh | sáu hỷ liên hệ xuất ly |
| tỷ xứ | huương xứ | tỷ thức | tỷ xúc | Mũi + Hương | sáu ưu liên hệ tại gia |
| thiệt xứ | vị xứ | thiệt thức | thiệt xúc | Lưỡi + Vị | sáu ưu liên hệ xuất ly |
| thân xứ | xúc xứ | thân thức | thân xúc | Thân + Xúc | sáu xả liên hệ tại gia |
| ý xứ | pháp xứ | ý thức | ý xúc | Ý + Pháp | sáu xả liên hệ xuất ly |

Ý chạy theo sắc(...) trú xứ của hỷ

Ý chạy theo sắc(...) trú xứ của ưu

Ý chạy theo sắc(...) trú xứ của xả

thế nào là sáu hỷ liên hệ tại gia?

| |
|-------------|
| Mắt + Sắc |
| Tai + Thanh |
| Mũi + Hương |
| Lưỡi + Vị |
| Thân + Xúc |
| Ý + Pháp |

Có hỷ khởi lên, hoặc do nhận được hay thấy sự nhận được các sắc (...) do con mắt (...) nhận thức, khả ái, khả hỷ, khả lạc, khả ý, liên hệ đến thể vật; hoặc do nhớ được những gì đã nhận được về trước, đã qua, đã diệt, đã biến hoại. Loại hỷ như vậy được gọi là hỷ liên hệ tại gia

thế nào là sáu hỷ liên hệ đến xuất ly?

| |
|-------------|
| Mắt + Sắc |
| Tai + Thanh |
| Mũi + Hương |
| Lưỡi + Vị |
| Thân + Xúc |
| Ý + Pháp |

Sau khi biết các sắc(...) pháp là vô thường, biến hoại, ly tham, biến diệt và nghĩ rằng: "Các sắc(...) pháp xưa kia và các sắc(...) pháp hiện tại, tất cả sắc(...) pháp là vô thường, khổ, biến hoại". Sau khi như thật thấy như vậy với chánh trí tuệ, có hỷ khởi lên. Loại hỷ như vậy được gọi là hỷ liên hệ đến xuất ly

thế nào là sáu ưu liên hệ tại gia?

| |
|-------------|
| Mắt + Sắc |
| Tai + Thanh |
| Mũi + Hương |
| Lưỡi + Vị |
| Thân + Xúc |
| Ý + Pháp |

Có ưu khởi lên; hoặc do không nhận được hay thấy sự không nhận được các sắc(...) do mắt(...) nhận thức, khả ái, khả hỷ, khả lạc, khả ý, liên hệ đến thể vật; hoặc do nhớ được những gì không nhận được về trước, đã qua, đã diệt, đã biến hoại. Loại ưu như vậy được gọi là ưu liên hệ tại gia

thế nào là sáu ưu liên hệ đến xuất ly?

| |
|-------------|
| Mắt + Sắc |
| Tai + Thanh |
| Mũi + Hương |
| Lưỡi + Vị |
| Thân + Xúc |
| Ý + Pháp |

Sau khi biết được các sắc(...) pháp là vô thường, biến hoại, ly tham, biến diệt và nghĩ rằng: "Các sắc(...) pháp xưa kia và các sắc(...) pháp hiện tại, tất cả sắc(...) pháp là vô thường, khổ, biến hoại". Sau khi như thật thấy như vậy với chánh trí tuệ, vị ấy khởi lên ước muốn đối với vô thượng giải thoát, nghĩ rằng: "Khi nào ta có thể chứng đạt và an trú trong xứ (ayatana) mà các bậc Thánh đang chứng đạt và an trú?" Như vậy, do ước muốn đối với các vô thượng giải thoát, ưu khởi lên do duyên ước muốn. Loại ưu như vậy được gọi là ưu liên hệ xuất ly

thế nào là sáu xả liên hệ tại gia?

| |
|-------------|
| Mắt + Sắc |
| Tai + Thanh |
| Mũi + Hương |
| Lưỡi + Vị |
| Thân + Xúc |
| Ý + Pháp |

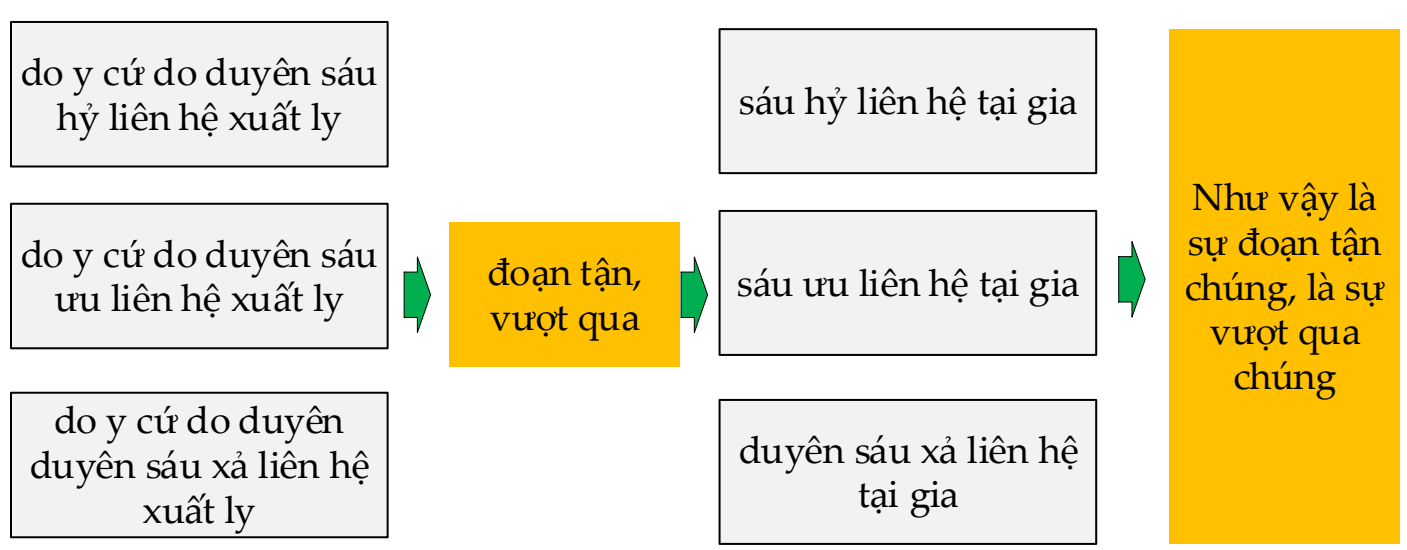
Khi một người ngu si, ám độn, phạm phu thấy sắc(...) với con mắt(...), xả khởi lên của một vô văn phạm phu, không chinh phục được (phiền não), không chinh phục được quả dị thực, không thấy sự nguy hiểm. Loại xả như vậy không vượt khỏi sắc pháp. Do vậy, đây được gọi là xả liên hệ tại gia

thế nào là sáu xả liên hệ xuất ly?

| |
|-------------|
| Mắt + Sắc |
| Tai + Thanh |
| Mũi + Hương |
| Lưỡi + Vị |
| Thân + Xúc |
| Ý + Pháp |

Sau khi biết sắc(...) pháp là vô thường, biến hoại, ly tham, biến diệt, nghĩ rằng: "Các sắc(...) pháp xưa kia và sắc(...) pháp hiện tại, tất cả sắc(...) pháp là vô thường, khổ, biến hoại". Sau khi như thật thấy như vậy với chánh trí tuệ, xả khởi lên. Loại xả như vậy được gọi là xả liên hệ xuất ly

Khi được nói đến "Ở đây, do y cứ cái này, đoạn tận cái này", do duyên gì, được nói đến như vậy?



Có ba niệm xứ mà một bậc Thánh phải thực hành, và có thực hành (niệm xứ) ấy, bậc Thánh mới xứng là bậc Đạo sư diễn giảng đờ chúng (...vui lòng xem trong kinh)

thế nào là xả đa diện, y cứ đa diện?

có xả đối với các sắc pháp, có xả đối với các tiếng, có xả đối với các hương, có xả đối với các vị, có xả đối với các xúc

thế nào là xả nhứt diện, y cứ nhứt diện?

Có xả y cứ Hư không vô biên xứ, có xả y cứ Thức vô biên xứ, có xả y cứ Vô sở hữu xứ, có xả y cứ Phi tướng phi phi tướng xứ

Như vậy, này các Tỷ-kheo là xả nhứt diện, y cứ nhứt diện. Ở đây, này các Tỷ-kheo, do y cứ, do duyên xả nhứt diện, xả y cứ nhứt diện, đoạn tận vượt qua xả đa diện, xả y cứ đa diện. Như vậy là sự đoạn tận (xả) này, như vậy là sự vượt qua (xả) này. Này các Tỷ-kheo, do y cứ không tham dục, do duyên không tham dục, đoạn tận, vượt qua xả nhứt diện, xả y cứ nhứt diện ấy. Như vậy là sự đoạn tận (xả) này, như vậy là sự vượt qua (xả) này. Khi được nói đến: "Tại đây do y cứ cái này, đoạn tận cái này", chính do duyên này, được nói đến như vậy

THIỆN XẢO BẢY XỨ

<https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu3-22c.htm>
V. Bảy Xứ (Sattatthana) (Tập 2, Đại 2,10a; 498c; 875b) (Tăng 35, Đại 2,754b) (S.iii,61)

Này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo thiện xảo trong bảy xứ, quán sát theo ba cách, được gọi là một vị toàn vẹn trong Pháp và Luật này, đã thành tựu viên mãn, một vị tối thượng nhân

| | Thế nào là Sắc (...)? | Thế nào là ...Tập khởi? | Thế nào là ...Đoạn diệt? | Thế nào là Con đường đưa đến ...đoạn diệt? | đây là vị ngọt của sắc (...) | đây là sự nguy hiểm của sắc (...) | đây là sự xuất ly của sắc (...) |
|--------------|--|--|--|---|-----------------------------------|---|--|
| Sắc | Bốn đại chủng và sắc do bốn đại chủng tạo thành. Này các Tỷ-kheo, đấy được gọi là sắc | Do các thức ăn tập khởi nên sắc tập khởi | Do các thức ăn đoạn diệt nên sắc đoạn diệt | Và con đường đưa đến sắc đoạn diệt là con đường Thánh đạo Tám ngành | Duyên sắc khởi lên lạc hỷ gì | Sự vô thường, khổ, chịu sự biến hoại của sắc, đây là sự nguy hiểm của sắc | Sự nhiếp phục dục tham đối với sắc, sự đoạn tận dục tham đối với sắc |
| Thọ | Có sáu thọ thân này: thọ do nhãn xúc sanh, thọ do nhĩ xúc sanh, thọ do tỷ xúc sanh, thọ do thiệt xúc sanh, thọ do thân xúc sanh, thọ do ý xúc sanh | Do xúc tập khởi nên thọ tập khởi | Do xúc đoạn diệt nên thọ đoạn diệt | Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành đưa đến thọ đoạn diệt | Do duyên thọ khởi lên lạc hỷ gì | Cảm thọ vô thường, khổ, vô ngã | Sự nhiếp phục dục tham, sự đoạn tận dục tham đối với thọ |
| Tương | Có sáu tướng thân này: sắc tướng, thanh tướng, hương tướng, vị tướng, xúc tướng, pháp tướng | Do xúc tập khởi nên tướng tập khởi | Do xúc đoạn diệt nên tướng đoạn diệt | Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành đưa đến tướng đoạn diệt | Do duyên tướng khởi lên lạc hỷ gì | Các tướng vô thường, khổ, vô ngã | Sự nhiếp phục dục tham, sự đoạn tận dục tham đối với các tướng |
| Hành | Có sáu tư thân này: sắc tư, thanh tư, hương tư, vị tư, xúc tư, pháp tư | Do xúc tập khởi nên các hành tập khởi | Do xúc đoạn diệt nên các hành đoạn diệt | Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành đưa đến hành đoạn diệt | Do duyên hành khởi lên lạc hỷ gì | Các hành vô thường, khổ, vô ngã | Sự nhiếp phục dục tham, sự đoạn tận dục tham đối với các hành |
| Thức | Có sáu thức thân này (tức là): nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức | Do danh sắc tập khởi nên thức tập khởi | Do danh sắc đoạn diệt nên thức đoạn diệt | Đây là con đường Thánh đạo Tám ngành đưa đến thức đoạn diệt | Do duyên thức khởi lên lạc hỷ gì | Thức vô thường, khổ, vô ngã | Sự nhiếp phục dục tham, sự đoạn tận dục tham đối với thức |

Này các Tỷ-kheo, những Sa-môn hay Bà-la-môn nào thắng tri sắc (...) là như vậy, thắng tri sắc (...) tập khởi là như vậy, thắng tri sắc (...) đoạn diệt là như vậy, thắng tri con đường đưa đến sắc (...) đoạn diệt là như vậy, thắng tri vị ngọt của sắc (...) là như vậy, thắng tri sự nguy hiểm của sắc (...) là như vậy, thắng tri sự xuất ly của sắc (...) là như vậy; do yếm ly, ly tham, đoạn diệt sắc (...), họ giải thoát, không chấp thủ. Họ được khéo giải thoát, họ được vẹn toàn. Những ai được vẹn toàn, thời không thể nêu rõ sự luân chuyển của họ

Này các Tỷ-kheo, như vậy là vị Tỷ-kheo thiện xảo trong bảy xứ.

Và này các Tỷ-kheo, như thế nào là vị Tỷ-kheo quán sát theo ba cách? Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo **quán sát theo giới, quán sát theo xứ, quán sát theo duyên khởi**. Như vậy, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo quán sát theo ba cách

THIỆN XẢO VỀ GIỚI

<https://www.budsas.org/uni/u-kinh-trungbo/trung115.htm>
Kính trung bộ số 115. Kinh Đa giới (Bahudhātuka sutta)

Này Ananda, cho đến khi biết được, thấy được ... giới này, cho đến mức độ như vậy, này Ananda, là vừa đủ để nói: "Tỷ-kheo thiện xảo về giới"

| Có mười tám giới này | có sáu giới này | có sáu giới này | có sáu giới này | có ba giới này | có hai giới này |
|--------------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|----------------|-----------------|
| Nhãn giới, sắc giới, nhãn thức giới | địa giới | lạc giới | dục giới | dục giới | hữu vi giới |
| nhĩ giới, thanh giới, nhĩ thức giới | thủy giới | khổ giới | ly dục giới | sắc giới | và vô vi giới |
| tỷ giới, hương giới, tỷ thức giới | phong giới | hỷ giới | sân giới | vô sắc giới | |
| thiệt giới, vị giới, thiệt thức giới | hòa giới | ưu giới | vô sân giới | | |
| thân giới, xúc giới, thân thức giới | không giới | xả giới | hại giới | | |
| ý giới, pháp giới, ý thức giới | thức giới | vô minh giới | bất hại giới | | |

THIỆN XẢO VỀ XỨ

Này Ananda, có sáu nội xứ, ngoại xứ này: **mắt và sắc, tai và tiếng, mũi và hương, lưỡi và vị, thân và xúc, ý và pháp**.

Này Ananda, cho đến khi biết được, thấy được sáu nội ngoại xứ này, cho đến mức độ như vậy, này Ananda, là vừa đủ để nói: "Tỷ-kheo thiện xảo về xứ".

THIỆN XẢO VỀ DUYÊN KHỞI

Ở đây, này Ananda, Tỷ-kheo biết như sau: Nếu cái này có, cái kia có; do cái này sanh, cái kia sanh. Nếu cái này không có, cái kia không có; do cái này diệt, cái kia diệt. Tức là vô minh duyên hành, hành duyên thức, thức duyên danh sắc, danh sắc duyên lục nhập, lục nhập duyên xúc, xúc duyên thọ, thọ duyên ái, ái duyên thủ, thủ duyên hữu; hữu duyên sanh; do duyên sanh lão tử, sầu, bi, khổ, ưu, não sanh khởi. Như vậy, này Ananda, là sự tập khởi của toàn bộ khổ uẩn này.

Nhưng do sự diệt trừ, sự ly tham hoàn toàn của chính vô minh này, các hành diệt; do các hành diệt, danh sắc diệt; do danh sắc diệt, lục nhập diệt; do lục nhập diệt, xúc diệt; do xúc diệt, thọ diệt; do thọ diệt, ái diệt; do ái diệt, thủ diệt; do thủ diệt, hữu diệt; do hữu diệt, sanh diệt; do sanh diệt, lão tử, sầu, bi, khổ, ưu, não đoạn diệt. Như vậy là sự đoạn diệt hoàn toàn của khổ uẩn này. Cho đến như vậy, này Ananda, là vừa đủ để nói: "Tỷ-kheo thiện xảo về duyên khởi"

MỞ BÀI: Bạch Thế Tôn, nay đã đến thời ! Bạch Thiện Thệ, nay đã đến thời để Thế Tôn thuyết vô thượng căn tu tập trong giới luật bậc thánh. Sau khi nghe Thế Tôn, các vị Tỷ-kheo sẽ thọ trì.

-- Vậy này Ananda, hãy nghe và suy nghiệm kỹ, Ta sẽ giảng

thế nào là vô thượng căn tu tập trong giới luật bậc Thánh?

các sắc do mắt nhận thức

các tiếng do tai nhận thức

các hương do mũi nhận thức

các vị do lưỡi nhận thức

các xúc do thân nhận thức

các pháp do ý nhận thức

»

khởi lên
khả ý,
khởi lên
bất khả ý,
khởi lên
khả ý và
bất khả ý

»

Vị ấy tuệ tri như sau: "Khả ý này khởi lên nơi ta, bất khả ý này khởi lên nơi ta, khả ý và bất khả ý này khởi lên nơi ta. Cái này khởi lên, vì là hữu vi nên thô

»

Nhưng cái này là an tịnh, cái này là thù diệu, tức là xả"

»

Cho nên đầu cho cái gì khởi lên là khả ý, bất khả ý hay khả ý và bất khả ý, tất cả đều đoạn diệt (trong vị ấy), và xả tồn tại

thế nào là đạo lộ của vị hữu học?

các sắc do mắt nhận thức

các tiếng do tai nhận thức

các hương do mũi nhận thức

các vị do lưỡi nhận thức

các xúc do thân nhận thức

các pháp do ý nhận thức

»

khởi lên
khả ý,
khởi lên
bất khả ý,
khởi lên
khả ý và
bất khả ý

»

Vì rằng có khả ý khởi lên, có bất khả ý khởi lên, có khả ý và bất khả ý khởi lên, vì ấy tru não, tầm quý, ghét bỏ

»

Như vậy là đạo lộ của vị hữu học

thế nào là bậc Thánh, các căn đượ tu tập?

các sắc do mắt nhận thức

các tiếng do tai nhận thức

các hương do mũi nhận thức

các vị do lưỡi nhận thức

các xúc do thân nhận thức

các pháp do ý nhận thức

»

khởi lên
khả ý, khởi
lên bất khả
ý, khởi lên
khả ý và
bất khả ý

»

Nếu vị ấy khởi lên ước muốn:

"Mong rằng tôi an trú với tướng không yếm ly đối với (sự vật) yếm ly", thời ở đây, vị ấy an trú với tướng không yếm ly.

"Mong rằng tôi an trú với tướng yếm ly đối với (sự vật) không yếm ly", thời ở đây, vị ấy an trú với tướng yếm ly.

"Mong rằng tôi an trú với tướng không yếm ly đối với (sự vật) yếm ly và (sự vật) không yếm ly", thời ở đây, vị ấy an trú với tướng không yếm ly

»

"Mong rằng tôi an trú với tướng yếm ly đối với (sự vật) không yếm ly và (sự vật) yếm ly", thời ở đây, vị ấy an trú với tướng yếm ly

»

"Mong rằng, tôi sau khi từ bỏ cả hai yếm ly và không yếm ly, an trú xả, chánh niệm, tinh giác", thời ở đây, vị ấy an trú xả, chánh niệm, tinh giác.

KẾT LUẬN: Như vậy, này Ananda, là bậc Thánh, các căn đượ tu tập.

Như vậy, này Ananda, Ta đã giảng vô thượng căn tu tập trong giới luật bậc Thánh, đã giảng đạo lộ của bậc hữu học, đã giảng bậc Thánh, các căn đượ tu tập. Này Ananda, những gì một bậc Đạo sư phải làm, vì lòng từ mẫn, mưu cầu hạnh phúc cho các đệ tử, những điều ấy Ta đã làm cho các Ông. Này Ananda, đây là những gốc cây, đây là những chỗ trống. Này Ananda, hãy Thiền tư, chớ có phóng dật, chớ có hối hận về sau. Đây là những lời giáo giới của Ta cho các Ông.

MÓN ĂN CỦA NĂM TRIỀN CÁI

VI. Phẩm Tổng Nghiệp Giác Chi- 51.I. Đồ Ăn (Tập 27, 4, Đại 2, 192a) (S.v,102) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-46b.htm>

| | | | |
|---|---------------------------|---|--|
| Cái gì là món ăn khiến cho dục tham(...) chưa sanh được sanh khởi; hay dục tham đã sanh được tăng trưởng, quảng đại? | | cái gì không phải món ăn khiến cho dục tham (...) chưa sanh được sanh khởi, hay dục tham đã sanh được tăng trưởng, quảng đại? | |
| Có tịnh tướng , này các Tỷ-kheo. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho dục tham chưa sanh được sanh khởi, hay dục tham đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | Dục Tham | Này các Tỷ-kheo, có bất tịnh tướng . Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải là món ăn khiến cho dục tham chưa sanh được sanh khởi, hay dục tham đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | |
| Có chướng ngại tướng (patighanimitam), này các Tỷ-kheo. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho sân chưa sanh được sanh khởi, hay sân đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | Sân | Này các Tỷ-kheo, có từ tâm giải thoát . Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải là món ăn khiến cho sân chưa sanh được sanh khởi, hay sân đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | |
| Không hân hoan, biếng nhác, chán nản, ăn quá no, tâm uể oải . Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho hôn trầm thụy miên chưa sanh được sanh khởi, hay hôn trầm thụy miên đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | Hôn trầm thụy miên | Này các Tỷ-kheo, có phát cần giới, tinh cần giới, đông mãnh giới . Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải là món ăn khiến cho hôn trầm thụy miên chưa sanh được sanh khởi, hay hôn trầm thụy miên đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | |
| Có tâm chưa được chỉ tịnh , này các Tỷ-kheo. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho trạo hối chưa sanh được sanh khởi, hay trạo hối đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | Trạo hối | Này các Tỷ-kheo, có tâm chỉ tịnh . Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải là món ăn khiến cho trạo hối chưa sanh được sanh khởi, hay trạo hối đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | |
| Có các pháp trú xứ của nghi hoặc . Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho nghi hoặc chưa sanh được sanh khởi, hay nghi hoặc đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | Nghi hoặc | Này các Tỷ-kheo, có pháp thiện và bất thiện, có pháp có tội và không có tội, có pháp liệt và thắng, có pháp dự phần vào đen và trắng . Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải là món ăn khiến cho nghi hoặc chưa sanh được sanh khởi, hay nghi hoặc đã sanh được tăng trưởng, quảng đại. | |

TÔI HỌC THUỘC LÒNG LẠI KHÔNG NHỚ TỚI ĐƯỢC

55. V. Sangarava (S.v,121) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-46b.htm>

| | |
|---------------------------|--|
| Dục Tham | Khi trú với tâm bị dục tham (kàmarāga) xâm chiếm, bị dục tham chi phối và không như thật rõ biết sự xuất ly khỏi dục tham đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai. Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng |
| Sân | Khi trú với tâm bị sân xâm chiếm, bị sân chi phối, không như thật biết sự xuất ly khỏi sân đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai. Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng. |
| Hôn trầm thụy miên | Khi trú với tâm bị hôn trầm thụy miên xâm chiếm, bị hôn trầm thụy miên chi phối, không như thật biết sự xuất ly ra khỏi hôn trầm thụy miên đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai. Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng |
| Trạo hối | khi trú với tâm bị trạo hối xâm chiếm, bị trạo hối chi phối, không như thật biết sự xuất ly khỏi trạo hối đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai. Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng. |
| Nghi hoặc | Trong khi trú với tâm bị nghi hoặc xâm chiếm, bị nghi hoặc chi phối, và không như thật biết sự xuất ly khỏi nghi hoặc đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy sự lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy sự lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy sự lợi ích cả hai. Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng |

NGĂN CHẶN

(I) (51) Ngăn Chặn - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi05-0106.htm>

Có năm chướng ngại trên cái này, này các Tỷ-kheo, bao phủ tâm, làm yếu ớt trí tuệ. Thế nào là năm?

| | | |
|--------------------|--|--|
| dục tham | là chướng ngại trên cái bao phủ tâm làm yếu ớt trí tuệ | Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy không đoạn tận năm chướng ngại trên cái này bao phủ tâm, làm yếu ớt trí tuệ, không có sức mạnh, và trí tuệ yếu kém, sẽ biết lợi ích của mình, hay sẽ biết lợi ích của người, hay có thể biết lợi ích của cả hai, hay sẽ chứng ngộ được pháp Thượng nhân, tri kiến thù thắng xứng đáng bậc Thánh; sự kiện này không xảy ra . |
| sân | | |
| hôn trầm thụy miên | | |
| trạo hối | | |
| nghi hoặc | | |

Này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo ấy, sau khi đoạn tận năm chướng ngại trên cái này bao phủ tâm, làm yếu ớt trí tuệ, có sức mạnh và có trí tuệ, sẽ biết được lợi ích của mình, hay sẽ biết lợi ích của người, hay sẽ biết được lợi ích của cả hai, sẽ chứng ngộ được pháp thượng nhân, tri kiến thù thắng, xứng đáng bậc Thánh; sự kiện này **có xảy ra**.

TÁC THÀNH SI ÁM, TÁC THÀNH KHÔNG MẮT...

40.X. Thiền Cái (Tập 26, 68, Đại 2, 189c) (S.v,97) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-46a.htm>

Năm thiền cái này, này các Tỷ-kheo, tác thành si ám, tác thành không mắt, tác thành vô trí, đoạn diệt trí tuệ, dự phần vào tổn hại, không đưa đến Niết-bàn. Thế nào là năm?

| | | | |
|--------------------|---|---------------------|--|
| dục tham | Năm thiền cái này, này các Tỷ-kheo, tác thành si ám, tác thành không mắt, tác thành vô trí, đoạn diệt trí tuệ, dự phần vào tổn hại, không đưa đến Niết-bàn. | Niệm giác chi | Bảy giác chi, này các Tỷ-kheo, tác thành mắt, tác thành trí, làm tăng trưởng trí tuệ, không dự phần vào tổn hại, đưa đến Niết-bàn. |
| sân | | Trạch pháp giác chi | |
| hôn trầm thụy miên | | Tinh tấn giác chi | |
| trạo hối | | Hỷ giác chi | |
| nghi hoặc | | Khinh an giác chi | |
| | Định giác chi | | |
| | Xả giác chi | | |

NGŨ GỤC (HÔN TRẦM - THỤY MIÊN)

(VIII) (58) Ngũ Gục - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi07-0406.htm>

Này Moggallàna, có phải Thầy ngũ gục? Này Moggallàna, có phải Thầy ngũ gục?

| | | | |
|---|--|---|---|
| 1 | khi nào Thầy trú có tường và thụy miên xâm nhập Thầy, chớ có tác ý đến nó, chớ có tưởng nhiều đến nó | 6 | hãy tác ý đến quang tường và an trú vào tường ban ngày. Như ban ngày, ban đêm cũng vậy. Như ban đêm, ban ngày cũng vậy. Như vậy, với tâm rộng mở, không có hạn chế. |
| 2 | hãy tùy tâm, tùy tứ, với ý hãy tùy quán pháp như đã được nghe, như đã được học thuộc lòng. | 7 | hãy trú tâm trên chỗ kinh hành, với tường trước mặt và sau lưng, với căn hướng nội, với ý không hướng ngoại. |
| 3 | hãy đọc tụng pháp một cách rộng rãi, như đã được nghe, như đã được học thuộc lòng. | 8 | hãy nằm như dáng nằm con sư tử, về phía hông bên phải, hai chân gác lên nhau, chánh niệm tinh giác, tác ý với tường thức dậy. Và khi thức dậy, này Moggallàna, Thầy hãy thức dậy thật mau, nghĩ rằng: "Ta sẽ trú, không có chú tâm đến lạc nằm ngủ, lạc nằm xuống một bên, lạc thụy miên" |
| 4 | hãy kéo hai lỗ tai của Thầy, và lấy tay xoa bóp tay chân. | | |
| 5 | hãy từ chỗ ngồi, đứng dậy lấy nước chùi mắt, nhìn về phía chân trời và nhìn lên các sao lấp lánh. | | |

Sự kiện này có xảy ra, do Thầy trú như vậy, thụy miên ấy được đoạn diệt.

KHÔNG KHAM NHÃN

(V) (215) Không Kham Nhãn (1) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi05-1926.htm>

| | |
|--|---|
| Có năm nguy hại này cho người không kham nhãn. Thế nào là năm? | Này các Tỷ-kheo, có năm lợi ích này cho người có kham nhãn. Thế nào là năm? |
| Quần chúng không ái mộ, không ưa thích | Quần chúng ái mộ, ưa thích |
| nhiều người hận thù | không có người hận thù |
| nhiều người tránh né | không có nhiều người tránh né |
| khi mạng chung, tâm bị mê loạn | khi mạng chung, tâm không bị mê loạn |
| sau khi thân hoại mạng chung; sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục. | sau khi thân hoại mạng chung, được sanh vào thiện thú, Thiên giới, cõi đời này. |

TRẠO CỬ

(X) (116) Trạo Cử - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi06-0612.htm>

| | |
|---|---------------------------------|
| Để đoạn tận ba pháp đó, ba pháp cần phải tu tập. Thế nào là ba? | |
| Để đoạn tận trạo cử, | chỉ cần phải tu tập |
| Để đoạn tận không bảo vệ | bảo vệ cần phải tu tập. |
| Để đoạn tận phóng dật | không phóng dật cần phải tu tập |

HIỀM HẬN 1

(I) (161) Trừ Khử Hiềm Hận (1) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi05-1318.htm>

Có năm trừ khử hiềm hận này, này các Tỷ-kheo, ở đây, vị Tỷ-kheo có hiềm hận khởi lên cần phải được trừ khử một cách hoàn toàn. Thế nào là năm?

này các Tỷ-kheo, hiềm hận được sanh, trong người ấy, từ cần phải tu tập. Như vậy trong người ấy, hiềm hận cần phải trừ khử. Trong người ấy (...)

từ cần phải tu tập

bi cần phải tu tập

xả cần phải tu tập

vô niệm, vô tác ý cần được thực hiện

sự kiện nghiệp do mình tạo cần phải an lập là: "Tôn giả là **chủ của nghiệp**, là **thừa tự** của nghiệp, là **khởi nguyên** của nghiệp, là **bà con** của nghiệp, là **chỗ nương tựa** của nghiệp. Phạm **nghiệp thiện hay ác** được làm Tôn giả sẽ là người thừa tự nghiệp ấy"

HIỀM HẬN 2

(II) (162) Trừ Khử Hiềm Hận (2) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi05-1318.htm>

Ở đây, này các Hiền giả, người này thân hành không thanh tịnh, khẩu hành thanh tịnh. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần được trừ khử?

Ví như, này các Hiền giả, Tỷ-kheo mặc áo lượm từ đồng rác, thấy một tấm vải (liêng ở đồng rác) trên con đường xe đi, liền lấy chân trái chặn lại, lấy chân mặt kéo tấm vải cho rộng ra, đoạn nào là đoạn chánh, làm cho nó có thể sử dụng được rồi cầm lấy mang đi. Cũng vậy, này các Hiền giả, người này, với thân hành không thanh tịnh, với khẩu hành thanh tịnh; những cái gì thuộc về thân hành không thanh tịnh; lúc bấy giờ vị ấy không nên tác ý; còn những gì thuộc khẩu hành thanh tịnh, lúc bấy giờ vị ấy nên tác ý. Như vậy, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

Ở đây, này các Hiền giả, người này với khẩu hành không thanh tịnh, với thân hành thanh tịnh. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử?

Ví như, này các Hiền giả, một hồ nước đầy bùn và cây lau. Rồi một người đi đến bị nóng nhiệt não, bị nóng bức bách, mệt mỏi, thèm uống nước, khát nước. Người ấy ngụp lặn trong hồ nước ấy, lấy hai tay gạt ra ngoài bùn và lá cây, lấy bàn tay bụm nước lại, uống rồi ra đi. Cũng vậy, này các Hiền giả, người này, với khẩu hành không thanh tịnh, với thân hành thanh tịnh; những cái gì thuộc về khẩu hành không thanh tịnh; lúc bấy giờ vị ấy không nên tác ý; còn những gì thuộc thân hành thanh tịnh, lúc bấy giờ vị ấy nên tác ý. Như vậy, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

Ở đây, này các Hiền giả, người này với thân hành không thanh tịnh, với khẩu hành không thanh tịnh, tinh thoảng tâm được rộng mở, tâm được tịnh tín. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử?

Ví như, này các Hiền giả, ít nước trong dấu chân của con bò. Rồi một người đi đến bị nóng nhiệt não, bị nóng bức bách, mệt mỏi, thèm uống nước, khát nước. Người ấy suy nghĩ như sau: "Một ít nước này trong dấu chân con bò, nếu ta uống với nắm tay hay với cái chén, ta sẽ làm nước ấy dao động và di động, khiến nước không thể uống được. Vậy ta hãy gieo mình xuống với cả bốn thân phần uống nước rồi ra đi". Rồi người ấy gieo mình xuống với cả bốn thân phần, uống nước rồi ra đi. Cũng vậy, này các Hiền giả, người này với thân hành không thanh tịnh, với khẩu hành không thanh tịnh, với tâm tinh thoảng được mở rộng và tịnh tín; những cái gì thuộc thân hành không thanh tịnh, lúc bấy giờ vị ấy không nên tác ý; những cái gì thuộc khẩu hành không thanh tịnh, lúc bấy giờ vị ấy không nên tác ý; những cái gì thuộc tâm tinh thoảng được rộng mở và sáng suốt, lúc bấy giờ vị ấy nên tác ý. Như vậy trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

Ở đây, này các Hiền giả, người này với thân hành không thanh tịnh, với khẩu hành không thanh tịnh và tinh thoảng tâm không được rộng mở và tịnh tín. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử?

Ví như, này các Hiền giả, có người đau bệnh, khổ đau, bị trọng bệnh, đang đi giữa đường, có làng xa trước mặt, có làng xa sau lưng, nó không có được các đồ ăn thích đáng, nó không có được các dược phẩm trị bệnh thích đáng, không có được sự giúp đỡ thích đáng, không có người hướng dẫn đưa đến tận cuối làng.

Một người khác cũng đang đi trên đường thấy người ấy. Người này đối với người ấy khởi lên lòng từ, khởi lên lòng thương tưởng, khởi lên lòng từ mẫn: "Ôi, mong rằng người này được các đồ ăn thích đáng, được các dược phẩm trị bệnh thích đáng, được các sự giúp đỡ thích đáng, được người hướng dẫn đi đến cuối làng". Vì sao? Vì mong rằng người này ở đây không bị suy tổn, tử vong. Cũng vậy, này các Hiền giả, người này với thân hành không thanh tịnh, với khẩu hành không thanh tịnh, lại tinh thoảng tâm không được mở rộng và tịnh tín, người như vậy cần phải khởi lên lòng từ, cần phải khởi lên lòng thương tưởng, cần phải khởi lên lòng từ mẫn: "Ôi, mong rằng Tôn Giả này, sau khi đoạn tận thân ác hành cần phải tu tập thân thiện hành, sau khi đoạn tận khẩu ác hành cần phải tu tập khẩu thiện hành, sau khi đoạn tận ý ác hành cần phải tu tập ý thiện hành". Vì sao? Vì mong rằng Tôn giả ấy sau khi thân hoại mạng chung, không sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục. Như vậy trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

Ở đây, này các Hiền giả, người này với thân hành thanh tịnh, khẩu hành thanh tịnh, lại tinh thoảng tâm được rộng mở và tịnh tín. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử?

Ví như, này các Hiền giả, một hồ sen có nước trong, có nước ngọt, có nước mát, có nước trong sáng, có bờ hồ khéo sắp đặt đẹp đẽ và được nhiều loại cây che bóng. Rồi một người đi đến bị nóng nhiệt não, bị nóng bức bách, mệt mỏi, thèm uống nước, khát nước. Người ấy sau khi lặn xuống trong hồ sen ấy, sau khi tắm rửa, uống nước, nó ra khỏi hồ, liền qua ngòi hay nằm dưới bóng cây. Cũng vậy, này các Hiền giả, người này với thân hành thanh tịnh, với khẩu hành thanh tịnh, lại tinh thoảng tâm được cởi mở tịnh tín. Những gì thuộc thân hành thanh tịnh, lúc bấy giờ cần phải tác ý; những gì thuộc khẩu hành thanh tịnh, lúc bấy giờ cần phải tác ý và điều gì tinh thoảng tâm được rộng mở và tịnh tín, lúc bấy giờ cần phải được tác ý. Như vậy trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

CÓ NHÂN DỤC (SÂN, HẠI) TẦM SANH KHỞI

II. Có Nhân (Đại 2, 115c, Đan Tập 2, Đại 2,497c, Đại 2, 504) (S.ii,151) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu2-14.htm>

có nhân, dục (...) tầm sanh khởi, không phải không nhân

như thế nào có nhân, xuất ly (...) tầm sanh khởi, không phải không nhân?

DỤC

Do duyên dục (...) **giới**, dục (...) **tướng** sanh khởi

Do duyên dục (...) tướng, dục **tư duy** (...) sanh khởi

SÂN

Do duyên dục (...) tư duy, Dục(...) **dục** sanh khởi

HẠI

Do duyên Dục(...) dục, dục (...) **nhiệt tình** sanh khởi.

Do duyên dục (...) nhiệt tình, dục (...) **tầm cầu** sanh khởi

Xuất ly

Do duyên xuất ly (...) **giới**, xuất ly (...) **tướng** sanh khởi

Do duyên xuất ly (...) tướng, xuất ly **tư duy** (...) sanh khởi

Vô sân

Do duyên xuất ly (...) tư duy, Xuất ly (...) **dục** sanh khởi

Bất hại

Do duyên Xuất ly (...) dục, Xuất ly (...) **nhiệt tình** sanh khởi.

Do duyên Xuất ly (...) nhiệt tình, Xuất ly (...) **tầm cầu** sanh khởi

Này các Tỷ-kheo, do **tầm cầu** dục(...) tầm cầu, kẻ vô văn phạm phu thực hành tà hạnh theo ba xứ: thân, ngữ, ý

Này các Tỷ-kheo, do duyên **tầm cầu** Xuất ly (...) tầm cầu, vị Đa văn Thánh đệ tử thực hành chánh hạnh theo ba xứ: thân, ngữ, ý.

Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, vị Sa-môn hay Bà-la-môn nào, đối với tướng bất chánh khởi lên, không gấp từ bỏ, nhiếp phục, chấm dứt, tiêu diệt; vị ấy ngay trong hiện tại trú trong đau khổ, với phiền lao, với sầu não, với nhiệt não; và sau khi thân hoại mạng chung, phải sanh vào ác thú.

Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, vị Sa-môn hay Bà-la-môn nào đối với tướng bất chánh khởi lên, gấp từ bỏ, nhiếp phục, chấm dứt, tiêu diệt; vị ấy ngay trong hiện tại trú trong an lạc, không có phiền lao, không có sầu não, không có nhiệt não; sau khi thân hoại mạng chung, được sanh vào thiện thú.

ÁC DỤC

(III) (23) Với Thân - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi10-0103.htm>

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là ác dục?

có người không có lòng tin

"Mong rằng họ biết ta có lòng tin"

có ác giới hạn

"Mong rằng họ biết ta là người nghe nhiều"

ưa thích hội chúng

"Mong rằng họ biết ta là người sống viên ly"

biếng nhác

"Mong rằng họ biết ta là người tinh tấn"

thất niệm

"Mong rằng họ biết ta là người niệm được an trú"

không có định

"Mong rằng họ biết ta là người có định"

ác tuệ

"Mong rằng họ biết ta là người có trí tuệ"

chưa đoạn tận các lậu hoặc

"Mong rằng họ biết ta là người đã đoạn tận các lậu hoặc"

lại muốn rằng:

KHẢ ÁI

(I) (81) Khả Ái - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi05-0712.htm>

Thành tựu năm pháp này, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo Trưởng lão đối với các vị đồng Phạm hạnh không được ái mộ, không được ưa thích, không được tôn trọng, không được làm gương để tu tập. Thế nào là năm?

Thành tựu năm pháp này, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo Trưởng lão đối với các vị đồng Phạm hạnh được ái mộ, được ưa thích, được tôn trọng, được làm gương để tu tập. Thế nào là năm?

Bị **tham ái** bởi những gì khả ái

Không bị **tham** bởi những gì khả ái

bị **hiềm hận** bởi những gì đáng hiềm hận

không bị **hiềm hận** bởi những gì đáng hiềm hận

bị **si mê** bởi những gì đáng si mê

không bị **si mê** bởi những gì đáng si mê

bị **phẫn nộ** bởi những gì đáng phẫn nộ

không bị **phẫn nộ** bởi những gì đáng phẫn nộ

bị **say đắm** bởi những gì đáng say đắm

không bị **say đắm** bởi những gì đáng say đắm

SÂN HẬN

(X) (60) Sân Hận - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi07-0406.htm>

Này các Tỷ-kheo, có bảy pháp này được người thù địch ưa thích, tác thành kẻ thù địch đi đến người phẫn nộ, đàn bà hay đàn ông. Thế nào là bảy?

1 "Mong rằng kẻ này trở thành **xấu xí**!"

2 "Mong rằng kẻ này ngủ một cách **khổ sở**!"

3 "Mong rằng kẻ này không có **lợi ích**!"

4 "Mong rằng kẻ này không có **tài sản**!"

5 "Mong rằng kẻ này không có **danh tiếng**!"

6 "Mong rằng kẻ này không có **bạn bè**!"

7 "Mong rằng kẻ này sau khi thân hoại mạng chung, **sẽ sanh trong cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục**!"

*Kẻ phẫn nộ xấu xí,
Đau khổ khi nằm ngủ,
Được các điều lợi ích
Lại cảm thấy bất lợi.
Phẫn nộ, nó đả thương,
Với thân với lời nói,
Người phẫn nộ chính phục,
Tài sản bị tiêu vong.
Bị phẫn nộ điên loạn,
Danh dự bị hủy diệt,
Bà con cùng bạn bè,
Lánh xa người phẫn nộ.
Phẫn nộ sanh bất lợi,
Phẫn nộ dao động tâm,
Sợ hãi sanh từ trong,
Người ấy không rõ biết.
Phẫn nộ không biết lợi,
Phẫn nộ không thấy pháp,
Phẫn nộ chinh phục ai,
Người ấy bị mê ám.
Người phẫn nộ thích thú
Làm ác như làm thiện,
Về sau phẫn nộ dứt,*

*Bị khổ như lửa đốt,
Như ngọn lửa dầu khói,
Được thấy thất thiếu cháy,
Khi phẫn nộ lan tràn,
Khi tuổi trẻ nổi nóng,
Không xấu hổ, sợ hãi,
Lời nói không cung kính.
Bị phẫn nộ chính phục,
Không hôn đảo tựa nương.
Việc làm đem hồi hận,
Rất xa với Chánh pháp.
Ta sẽ tuyên bố họ,
Hãy nghe như tuyên bố,
Phẫn nộ giết cả cha,
Phẫn nộ giết cả mẹ,
Phẫn nộ giết Phạm chí,
Phẫn nộ giết phạm phu.
Chính nhờ mẹ dưỡng dục,
Người thấy được đời này,
Nhưng phạm phu phẫn nộ,
Giết người cho sự sống.
Chúng sanh tự ví dụ,
Thương tự ngã tôi thượng,*

*Phạm phu giết tự ngã,
Điên loạn nhiều hình thức,
Lấy gươm giết tự ngã,
Điên loại uống thuốc độc,
Dây tự trời họ chết,
Trong hang động núi rừng,
Những hành động sát sanh,
Khiến tự ngã phải chết.
Họ làm nhưng không biết,
Kẻ phẫn nộ hại người,
Với hình thức phẫn nộ,
Ma bầy ẩn trong tâm.
Hãy nhiếp phục cắt đứt,
Với tuệ, tấn, chánh kiến,
Bậc trí tuệ cắt đoạn,
Mỗi mỗi bất thiện pháp
Như vậy học tập pháp,
Không để tâm nản chí,
Ly sân, không áo não,
Ly tham, tật đố không,
Nhiếp phục, đoạn phẫn nộ,
Vô lậu, nhập Niết-bàn.*

LUYẾN ÁI

(X) (200) Luyện Ái - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi04-1921.htm>

thế nào là luyện ái sanh từ luyện ái?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người là khả lạc, khả hỷ, khả ý đối với một người. Rồi các người khác đối xử với người ấy khả lạc, khả hỷ, khả ý. Người kia suy nghĩ như sau: "Người này khả lạc, khả hỷ, khả ý đối với ta, lại được các người khác đối xử khả lạc, khả hỷ, khả ý". Do đó người ấy khởi lên luyện ái đối với những người ấy. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là luyện ái sanh khởi từ luyện ái.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là sân được sanh khởi từ luyện ái?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người là khả lạc, khả hỷ, khả ý đối với một người. Rồi các người khác đối xử với người ấy không khả lạc, không khả hỷ, không khả ý. Người kia suy nghĩ như sau: "Người này là khả lạc, khả hỷ, khả ý đối với ta, nhưng không được các người khác đối xử khả lạc, khả hỷ, khả ý". Do đó người ấy khởi lên lòng sân đối với những người ấy. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là sân được sanh khởi từ luyện ái.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là luyện ái được sanh khởi từ sân?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người không khả lạc, khả hỷ, khả ý đối với một người. Rồi các người khác đối xử với người ấy không khả lạc, không khả hỷ, không khả ý. Người kia suy nghĩ như sau: "Người này không khả lạc, khả hỷ, khả ý đối với ta. Và các người khác đối xử với người ấy không khả lạc, không khả hỷ, không khả ý". Do đó người ấy khởi lên luyện ái đối với các người ấy. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là luyện ái được sanh khởi từ sân.

Và này các Tỷ-kheo, như thế nào là lòng sân được sanh khởi từ lòng sân?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người không khả lạc, khả hỷ, khả ý đối với một người. Rồi các người khác đối xử với người ấy khả lạc, khả hỷ, khả ý. Người kia suy nghĩ như sau: "Người này không khả lạc, không khả hỷ, không khả ý đối với ta. Và các người khác đối xử với người ấy khả lạc, khả hỷ, khả ý". Do đó người ấy khởi lên lòng sân đối với những người ấy. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là sân được sanh khởi từ lòng sân.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo lồi cuốn?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo quán sắc từ tự ngã, hay quán tự ngã có sắc, hay quán sắc trong tự ngã, hay quán tự ngã ở trong sắc; quán thọ từ tự ngã, hay quán tự ngã có thọ, hay quán thọ trong tự ngã, hay quán tự ngã trong thọ; quán tưởng từ tự ngã, hay quán tự ngã có tướng, hay quán tướng trong tự ngã, hay quán tự ngã ở trong tướng; quán các hành từ tự ngã, hay quán tự ngã có các hành, hay quán các hành trong tự ngã, hay quán tự ngã ở trong các hành; quán thức từ tự ngã, hay quán tự ngã có thức, hay quán thức ở trong tự ngã, hay quán tự ngã ở trong thức. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo lồi cuốn.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo không lồi cuốn?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo không quán sắc từ tự ngã, hay không quán tự ngã có sắc, hay không quán sắc trong tự ngã, hay không quán tự ngã ở trong sắc; không quán thọ ... không quán tướng ... không quán các hành ... không quán thức từ tự ngã, hay không quán tự ngã có thức, hay không quán thức trong tự ngã, hay không quán tự ngã ở trong thức. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo không lồi cuốn.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo phản ứng?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo mắng chưởi lại những ai mắng chưởi, nổi sân lại những ai nổi sân, gây hấn lại những ai gây hấn. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo phản ứng.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo không phản ứng?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo không mắng chưởi lại những ai mắng chưởi, không nổi sân lại những ai nổi sân, không gây hấn lại những ai gây hấn. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo không phản ứng.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo un khởi?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, khi nào có ý nghĩ: "Ta có mặt", thời có những ý nghĩ: "Ta có mặt trong đời này"; "Ta có mặt như vậy"; "Ta có mặt khác như vậy"; "Ta không phải thường hằng"; "Ta là thường hằng"; "Ta phải có mặt hay không?"; "Ta phải có mặt trong đời này?"; "Ta phải có mặt như vậy"; "Ta phải có mặt khác như vậy"; "Mong rằng ta có mặt"; "Mong rằng ta có mặt trong đời này"; "Mong rằng ta có mặt như vậy!"; "Mong rằng ta có mặt khác như vậy!"; "Ta sẽ có mặt"; "Ta sẽ có mặt trong đời này"; "Ta sẽ có mặt như vậy"; "Ta sẽ có mặt khác như vậy". Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo un khởi.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo không un khởi?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, khi nào không có ý nghĩ: "Ta có mặt", thời cũng không có những ý nghĩ: "Ta có mặt trong đời này"; "Ta có mặt như vậy"; "Ta có mặt khác như vậy"; "Ta không phải thường hằng"; "Ta là thường hằng"; "Ta phải có mặt hay không?"; "Ta phải có mặt trong đời này?"; "Ta phải có mặt như vậy"; "Ta phải có mặt khác như vậy"; "Mong rằng ta có mặt"; "Mong rằng ta có mặt trong đời này"; "Mong rằng ta có mặt như vậy!"; "Mong rằng ta có mặt khác như vậy!"; "Ta sẽ có mặt"; "Ta sẽ có mặt trong đời này"; "Ta sẽ có mặt như vậy"; "Ta sẽ có mặt khác như vậy". Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo không un khởi.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo bốc cháy?

Khi nào có tư tưởng: "Với cái này, Ta có mặt", thời có những tư tưởng sau: "Với cái này, Ta có mặt trong đời này"; "Với cái này, Ta có mặt như vậy"; "Với cái này, Ta có mặt khác như vậy"; "Với cái này, Ta không phải thường hằng"; "Với cái này, Ta là thường hằng"; "Với cái này, Ta phải có mặt hay không?"; "Với cái này, Ta phải có mặt trong đời này?"; "Với cái này, Ta phải có mặt như vậy"; "Với cái này, Ta phải có mặt khác như vậy"; "Với cái này, mong rằng ta sẽ có mặt"; "Với cái này, mong rằng ta có mặt trong đời này"; "Với cái này, mong rằng ta có mặt như vậy!"; "Với cái này, mong rằng ta có mặt khác như vậy!"; "Với cái này, ta sẽ có mặt"; "Với cái này, ta sẽ có mặt trong đời này"; "Với cái này, ta sẽ có mặt như vậy"; "Với cái này, ta sẽ có mặt khác như vậy". Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo bốc cháy.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo không bốc cháy?

Khi nào không có tư tưởng: "Với cái này, Ta có mặt", thời có những tư tưởng sau: "Với cái này, Ta không có mặt trong đời này"; "Với cái này, Ta không có mặt như vậy"; "Với cái này, Ta không có mặt khác như vậy"; "Với cái này, Ta không phải thường hằng"; "Với cái này, Ta không phải thường hằng"; "Với cái này, Ta không phải có mặt?"; "Với cái này, Ta không phải có mặt trong đời này?"; "Với cái này, Ta không phải có mặt như vậy"; "Với cái này, Ta không phải có mặt khác đi"; "Với cái này, mong rằng ta không có mặt"; "Với cái này, mong rằng ta không có mặt trong đời này"; "Với cái này, mong rằng ta không có mặt như vậy!"; "Với cái này, ta sẽ không có mặt khác đi"; "Với cái này, tôi sẽ có mặt"; "Với cái này tôi sẽ có mặt trong đời này"; "Với cái này, tôi sẽ có mặt như vậy"; "Với cái này, tôi sẽ có mặt khác như vậy". Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo không bốc cháy.

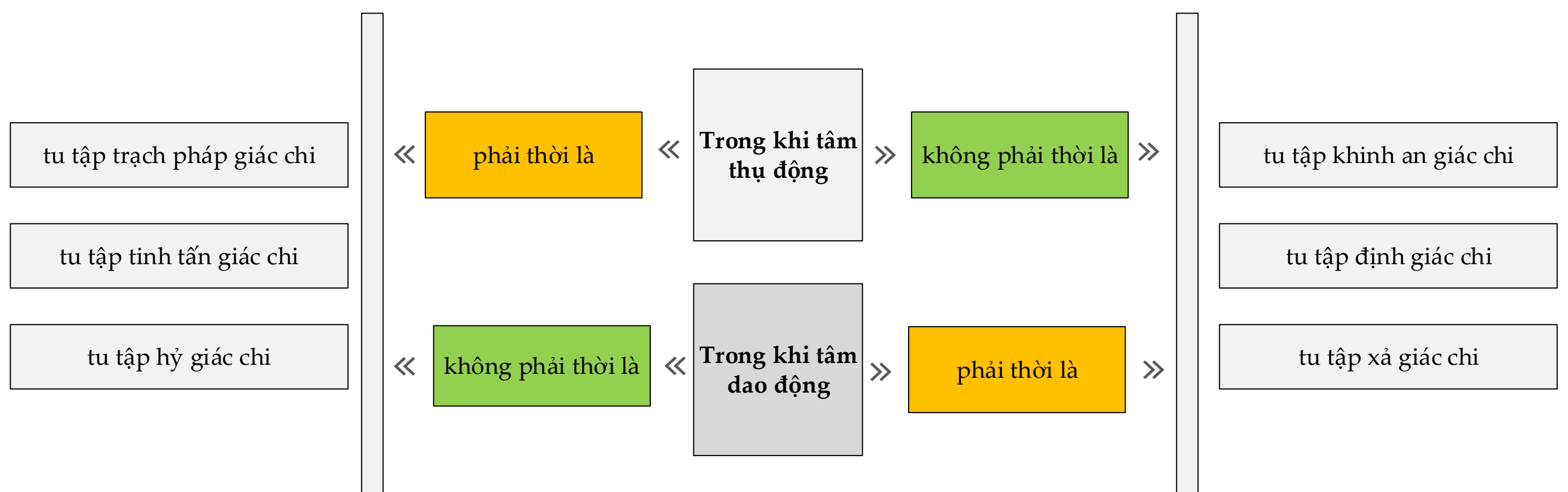
Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo không có sừng sò?

Ở đây, sự kiêu mạn: "Tôi là" của vị Tỷ-kheo được đoạn tận, cắt đứt từ gốc rễ, làm cho như thân cây tala, làm cho không thể tái sanh, làm cho không thể sanh khởi trong tương lai. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo không có sừng sò.

| | |
|---|--|
| <p>Cái gì là món ăn khiến cho niệm giác chi (...) chưa sanh được sanh khởi, hay niệm giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn?</p> | <p>cái gì không phải là món ăn khiến cho niệm giác chi (...) chưa sanh được sanh khởi, hay niệm giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn?</p> |
| <p>Này các Tỷ-kheo, có các pháp trú xứ cho niệm giác chi. Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho niệm giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay niệm giác chi đã sanh được tu tập, làm cho viên mãn.</p> | <p>Niệm giác chi Này các Tỷ-kheo, có các pháp trú xứ cho niệm giác chi. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải món ăn khiến niệm giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay niệm giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> |
| <p>Có những pháp thiện và bất thiện, này các Tỷ-kheo, có những pháp có tội và không có tội, có những pháp liệt và thắng, có những pháp dục phần đen và trắng. Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho trạch pháp giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay trạch pháp giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> | <p>Trạch pháp giác chi Này các Tỷ-kheo, có các pháp thiện và bất thiện, có tội và không có tội, liệt và thắng, dục phần vào đen và trắng. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải là món ăn khiến cho trạch pháp giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay trạch pháp giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> |
| <p>Có phát cần giới, này các Tỷ-kheo, tinh cần giới, đồng mãnh giới. Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho tinh tấn giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay tinh tấn giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> | <p>Tinh tấn giác chi Này các Tỷ-kheo, có phát cần giới, tinh cần giới, đồng mãnh giới. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải là món ăn khiến cho tinh tấn giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay tinh tấn giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> |
| <p>Ở đây, này các Tỷ-kheo, có những pháp trú xứ cho hỷ giác chi. Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho hỷ giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay hỷ giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> | <p>Hỷ giác chi Này các Tỷ-kheo, có những pháp trú xứ cho hỷ giác chi. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải món ăn khiến cho hỷ giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay hỷ giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> |
| <p>Này các Tỷ-kheo, có thân khinh an, tâm khinh an. Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho khinh an giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay khinh an giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> | <p>Khinh an giác chi Này các Tỷ-kheo, có thân khinh an, tâm khinh an. Ở đây, nếu phi như lý tác ý, làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải món ăn khiến cho khinh an giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay khinh an giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> |
| <p>Này các Tỷ-kheo, có tịnh chỉ tướng, bất loạn tướng. Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho định giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay định giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> | <p>Định giác chi Này các Tỷ-kheo, có tịnh chỉ tướng, bất loạn tướng. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải món ăn khiến cho định giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay định giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> |
| <p>Này các Tỷ-kheo, có các pháp trú xứ cho xả giác chi. Ở đây, nếu như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này là món ăn khiến cho xả giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay xả giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> | <p>Xả giác chi Này các Tỷ-kheo, có các pháp trú xứ cho xả giác chi. Ở đây, nếu phi như lý tác ý được làm cho sung mãn, thời chính cái này không phải món ăn khiến cho xả giác chi chưa sanh được sanh khởi, hay xả giác chi đã sanh được tu tập, được làm cho viên mãn.</p> |

PHI THỜI - PHẢI THỜI

53.III. Lửa (Tập 27,3, Đại 2, 191c) (S.v,112) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-46b.htm>



TÍN - TẤN - NIỆM - ĐỊNH- TUỆ CĂN

10. X. Phân Tích (Tập 26,14, Đại 2,183b) (S.v,197) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-48a.htm>

Này các Tỷ-kheo, có năm căn này. Thế nào là năm? Tín căn, tấn căn, niệm căn, định căn, tuệ căn.

thế nào là **tín căn**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có lòng tin, đặt lòng tin ở sự giác ngộ của Như Lai: "Đây là Bạc Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thế, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhơn Sư, Phật, Thế Tôn". Này các Tỷ-kheo, đây được gọi là tín căn.

thế nào là **tấn căn**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử sống tinh cần, tinh tấn, đoạn trừ các pháp bất thiện, làm cho đầy đủ các thiện pháp, với nỗ lực kiên trì, tinh tấn, không có từ bỏ gánh nặng đối với thiện pháp. Vị ấy đối với các pháp bất thiện chưa sanh, phát khởi lòng ước muốn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng làm cho không sanh khởi; đối với các pháp bất thiện đã sanh, phát khởi lòng ước muốn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng làm cho đoạn tận; đối với các thiện pháp chưa sanh, phát khởi lòng ước muốn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng làm cho sanh khởi; đối với các thiện pháp đã sanh, phát khởi lòng ước muốn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng làm cho an trú, không có mê ám, được tăng trưởng, quang đại, được tu tập, được làm cho viên mãn. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tấn căn.

thế nào là **niệm căn**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử chánh niệm, thành tựu niệm tuệ, tối thắng, ức niệm, tùy niệm các việc làm từ lâu, và lời nói từ lâu. Vị ấy trú, quán thân trên thân... quán thọ trên các cảm thọ... quán tâm trên tâm... quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là niệm căn.

thế nào là **định căn**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử, sau khi từ bỏ pháp sở duyên, được định, được nhưt tâm. Vị ấy ly dục, ly bất thiện pháp, chứng đạt và an trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ... an trú Thiền thứ hai... an trú Thiền thứ ba... từ bỏ lạc, từ bỏ khổ, chấm dứt hỷ ưu đã cảm thọ từ trước, chứng đạt và an trú Thiền thứ tư, không khổ không lạc, xả niệm thanh tịnh. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định căn.

thế nào là **tuệ căn**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có trí tuệ, đầy đủ trí tuệ về sự sanh diệt các pháp, trí tuệ thuộc bậc Thánh thể nhập (các pháp), đưa đến chơn chánh đoạn tận khổ đau. Vị ấy như thật rõ biết đây là khổ, như thật rõ biết đây là khổ tập khởi, như thật rõ biết đây là khổ đoạn diệt, như thật rõ biết đây là con đường đưa đến khổ đoạn diệt. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tuệ căn.

TÍN - TẤN - NIỆM - ĐỊNH- TUỆ LỰC

(IV) (14) Các Sức Mạnh Rộng Thuyết - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi05-0106.htm>

1. - Này các Tỷ-kheo, có năm sức mạnh này. Thế nào là năm?

2. Tín lực, tấn lực, niệm lực, định lực, tuệ lực.

thế nào là **tín lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có lòng tin, tin tưởng ở sự giác ngộ của Như Lai: "Đây là Thế Tôn, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thế, Thế Gian Giải, Vô Thượng sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn". Như vậy, này các Tỷ-kheo, được gọi là tín lực.

thế nào là **tấn lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử sống tinh cần tinh tấn, từ bỏ các pháp bất thiện, thành tựu các thiện pháp, nỗ lực kiên trì tinh tấn, không từ bỏ gánh nặng đối với thiện pháp. Như vậy, này các Tỷ-kheo, được gọi là tấn lực.

thế nào là **niệm lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có chánh niệm, thành tựu tối thắng niệm và tuệ. Vị ấy nhớ và gọi lại trong trí nhớ những điều đã nói và đã làm lâu ngày về trước. Như vậy, này các Tỷ-kheo, được gọi là niệm lực.

thế nào là **định lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử ly các dục, ly các bất thiện pháp, chứng đạt và an trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ.
Làm cho tịnh chỉ tâm và tứ, chứng đạt và an trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm.
Ly hỷ, trú xả, chánh niệm, tinh giác, thân cảm lạc thọ, được các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng đạt và an trú Thiền thứ ba.
Đoạn lạc đoạn khổ, chấm dứt hỷ ưu đã cảm thọ từ trước, chứng đạt và an trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh.
Như vậy, này các Tỷ-kheo, được gọi là định lực.

thế nào là **tuệ lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có trí tuệ, thành tựu trí tuệ về sanh diệt, với sự thể nhập bậc Thánh vào con đường đoạn tận khổ đau. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tuệ lực.

TÍN - TẤN - NIỆM - ĐỊNH- TUỆ LỰC

(IV) (14) Các Sức Mạnh Rộng Thuyết - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi05-0106.htm>

1. - Này các Tỷ-kheo, có năm sức mạnh này. Thế nào là năm?
2. Tín lực, tấn lực, niệm lực, định lực, tuệ lực.

thế nào là **tín lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có lòng tin, tin tưởng ở sự giác ngộ của Như Lai: "Đây là Thế Tôn, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn". Như vậy, này các Tỷ-kheo, được gọi là tín lực.

thế nào là **tấn lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử sống **trinh cần tinh tấn, từ bỏ** các pháp bất thiện, thành tựu các thiện pháp, nỗ lực **kiên trì tinh tấn, không từ bỏ gánh nặng** đối với thiện pháp. Như vậy, này các Tỷ-kheo, được gọi là tấn lực.

thế nào là **niệm lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có **chánh niệm, thành tựu tối thắng niệm và tuệ**. Vị ấy nhớ và gọi lại trong trí nhớ những điều đã nói và đã làm lâu ngày về trước. Như vậy, này các Tỷ-kheo, được gọi là niệm lực.

thế nào là **định lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử ly các dục, ly các bất thiện pháp, chứng đạt và an trú **Thiền thứ nhất**, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ. Làm cho tịnh chỉ tâm và tứ, chứng đạt và an trú **Thiền thứ hai**, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Ly hỷ, trú xả, chánh niệm, tinh giác, thân cảm lạc thọ, được các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng đạt và an trú **Thiền thứ ba**. Đoạn lạc đoạn khổ, chấm dứt hỷ ưu đã cảm thọ từ trước, chứng đạt và an trú **Thiền thứ tư**, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Như vậy, này các Tỷ-kheo, được gọi là định lực.

thế nào là **tuệ lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có trí tuệ, **thành tựu trí tuệ về sanh diệt**, với sự thể nhập bậc Thánh vào con đường đoạn tận khổ đau. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tuệ lực.

TÍN - TẤN - TÂM-QUÝ- NIỆM - ĐỊNH- TUỆ LỰC

(IV) (4) Các Sức Mạnh rộng Thuyết - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi07-0103.htm>

1. - Này các Tỷ-kheo, có bảy sức mạnh này. Thế nào là bảy?
2. Tín lực, tấn lực, tâm lực, quý lực, niệm lực, định lực, tuệ lực.

thế nào là **tín lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Thánh đệ tử có lòng tin, tin tưởng ở sự giác ngộ của Như Lai: "Đây là Thế Tôn, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn". Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tín lực.

thế nào là **tấn lực**?

đây, này các Tỷ-kheo, Thánh đệ tử sống tinh cần tinh tấn để đoạn tận các pháp bất thiện, làm sanh khởi các pháp thiện, nỗ lực, kiên trì, không có bỏ rơi gánh nặng đối với các pháp thiện. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tấn lực.

thế nào là **tâm lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Thánh đệ tử có lòng xấu hổ, xấu hổ với thân làm ác, miệng nói ác, ý nghĩ ác, xấu hổ vì đã thành tựu các pháp ác, bất thiện. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tâm lực.

thế nào là **quý lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Thánh đệ tử có lòng sợ hãi, sợ hãi đối với thân làm ác, miệng nói ác, ý nghĩ ác, sợ hãi vì thành tựu các pháp ác, bất thiện. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là quý lực.

thế nào là **niệm lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Thánh đệ tử đầy đủ niệm, thành tựu niệm tuệ tối thắng, ức nhớ, tùy niệm những điều làm đã lâu, nói đã lâu. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là niệm lực.

thế nào là **định lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Thánh đệ tử ly dục, ly các pháp ác bất thiện... chứng đạt và an trú vào sơ Thiền, ... Thiền thứ hai ... Thiền thứ ba ... Thiền thứ tư. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định lực.

thế nào là **tuệ lực**?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Thánh đệ tử có trí tuệ, có trí tuệ về sanh diệt, thành tựu Thánh thể nhập (quyết trạch) đưa đến chon chánh đoạn diệt khổ đau. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tuệ lực.

CẦN PHẢI QUÁN TÍN-TẤN-NIỆM-ĐỊNH-TUỆ

8. VIII. Cần Phải Quán (Tập 26,5, Đại 2,182b) (S.v,196) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-48a.htm>

Này các Tỷ-kheo, có năm căn này. Thế nào là năm? Tín căn... tuệ căn...

Cần phải quán tín căn ở chỗ nào?

Ở đây, cần phải quán tín căn trong **bốn chánh tín** (Phật, Pháp, Tăng, và Giới).

Cần phải quán niệm căn ở chỗ nào?

Ở đây, cần phải quán niệm căn trong **bốn niệm xứ**.

Cần phải quán tấn căn ở chỗ nào?

Ở đây, cần phải quán tấn căn trong **bốn chánh cần**.

Cần phải quán định căn ở chỗ nào?

Ở đây, cần phải quán định căn trong **bốn Thiền**.

Cần phải quán tuệ căn ở chỗ nào?

Ở đây, cần phải quán tuệ căn trong **bốn Thánh đế**.

Có bốn như ý tức này, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa từ bờ bên này đến bờ bên kia. Thế nào là bốn?

Tỷ-kheo tu tập như ý tức

câu hữu với **dục định** tinh cần hành

câu hữu với **tinh tấn** định tinh cần hành

câu hữu với **tâm định** tinh cần hành

câu hữu với **tư duy định** tinh cần hành

Như ý tức câu hữu với dục định tinh cần hành

Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo nương tựa dục được định, được nhứt tâm, đây gọi là **dục định**. Đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh, vị ấy khởi lên ý muốn không cho sanh khởi, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng. Đối với các ác, bất thiện pháp đã sanh, vị ấy khởi lên ý muốn đoạn diệt, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng. Đối với các thiện pháp chưa sanh, vị ấy khởi lên ý muốn làm cho sanh khởi, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng. Đối với các thiện pháp đã sanh, vị ấy khởi lên ý muốn làm cho an trú, không cho vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đại, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng. Những pháp này được gọi là **tinh cần hành**. Như vậy, đây là dục, đây là dục định, và những pháp này là tinh cần hành. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là như ý tức câu hữu với **dục định tinh cần hành**.

Như ý tức câu hữu với tinh tấn định tinh cần hành

Nếu Tỷ-kheo nương tựa tinh tấn, này các Tỷ-kheo, được định, được nhứt tâm, đây gọi là **tinh tấn định**. Đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh... Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn làm cho an trú, không cho vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đại, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng. Các pháp này được gọi là **tinh cần hành**. Như vậy, đây là tinh tấn, đây là tinh tấn định, những pháp này là tinh cần hành. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là như ý tức câu hữu với **tinh tấn định tinh cần hành**.

Như ý tức câu hữu với tâm định tinh cần hành

Nếu Tỷ-kheo nương tựa tâm, này các Tỷ-kheo, được định, được nhứt tâm, đây gọi là **tâm định**. Đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh... Đối với các thiện pháp đã sanh, vị ấy khởi lên ý muốn làm cho an trú, không cho vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đại, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng. Các pháp này được gọi là **tinh cần hành**. Như vậy, đây là tâm, đây là tâm định, những pháp này là tinh cần hành. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là như ý tức câu hữu với **tâm định tinh cần hành**.

Như ý tức câu hữu với tư duy định tinh cần hành

Nếu Tỷ-kheo nương tựa tư duy, này các Tỷ-kheo, được định, được nhứt tâm, đây gọi là **tư duy định**. Đối với ác, bất thiện pháp chưa sanh... đối với các thiện pháp đã sanh, vị ấy khởi lên ý muốn làm cho an trú, không cho vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đại, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng. Các pháp này được gọi là **tinh cần hành**. Như vậy, đây là tư duy, đây là tư duy định, những pháp này là tinh cần hành. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là như ý tức câu hữu với **tư duy định tinh cần hành**.

thế nào là dục quá thụ động?

Dục nào, này các Tỷ-kheo, đi đôi với **biếng nhác**, tương ưng với biếng nhác, này các Tỷ-kheo, đây gọi là dục quá thụ động

thế nào là dục quá hăng say?

Dục nào, này các Tỷ-kheo, đi đôi với **trạo cử**, tương ưng với dao động, này các Tỷ-kheo, đây gọi là dục quá hăng say

thế nào là dục bị co rút phía trong?

Lòng dục nào, này các Tỷ-kheo, đi đôi với **hôn trầm thụ miên**, tương ưng với hôn trầm thụ miên, này các Tỷ-kheo, đây gọi là dục bị co rút phía trong.

thế nào là dục bị phân tán phía ngoài?

Lòng dục nào, này các Tỷ-kheo, hướng về phía ngoài, duyên năm dục công đức, **bị phân tán, bị phân ly**, này các Tỷ-kheo, đây gọi là dục bị phân tán phía ngoài.

thế nào là Tỷ-kheo trú với tướng trước sau đồng đẳng, trước thế nào, thời sau như vậy; sau thế nào, thời trước như vậy?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, tướng trước sau của Tỷ-kheo được **khéo nắm lấy, khéo tác ý, khéo thọ trì, khéo thể nhập với trí tuệ**. Như vậy, này các Tỷ-kheo, trú với tướng trước sau đồng đẳng, trước thế nào, thời sau như vậy; sau thế nào, thời trước như vậy.

thế nào là Tỷ-kheo trú dưới thế nào, thời trên như vậy; trên thế nào thời dưới như vậy?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo quán thân này, từ bàn chân trở lên, từ đầu tóc trở xuống, bao bọc bởi da, đều đây những vật bất tịnh; thân này có tóc, lông, móng, răng, da, thịt, dây gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bao tử, phân, mật, đờm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mồ da, nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu. Như vậy, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú dưới thế nào, thời trên như vậy; trên thế nào, thời dưới như vậy.

thế nào là Tỷ-kheo trú ban ngày thế nào, thời ban đêm như vậy; ban đêm thế nào, thời ban ngày như vậy?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ban ngày **tu tập như ý tức câu hữu với dục định tinh cần hành**, với hành tướng, đặc tướng, nhân tướng gì, thời ban đêm vị ấy tu tập như ý tức câu hữu với dục định tinh cần hành, với hành tướng, đặc tướng, nhân tướng ấy (yehi àkàrehi yehi lingehi yehi nimittehi). Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo trú ban ngày thế nào, thời ban đêm như vậy; ban đêm thế nào, thời ban ngày như vậy.

thế nào là Tỷ-kheo với tâm rộng mở, với tâm không gò bó, với tâm chói sáng, vị ấy tu tập tâm?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, quang tướng (alokasannà) của Tỷ-kheo, được **khéo nắm lấy, tướng ban ngày được khéo an trú**. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo với tâm rộng mở, với tâm không gò bó, với tâm chói sáng, vị ấy tu tập tâm.

TƯỜNG

(IX) (63) Một Pháp Môn Quyết Trạch- <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi06-0612.htm>

| Thế nào là các Tường ? | thế nào là tường sanh khởi ? | thế nào là các tường sai biệt ? | thế nào là các tường dị thực ? | thế nào là các tường đoạn diệt ? |
|---|-------------------------------------|---|--|--|
| Có sáu tường này: Sắc tường, thanh tường, hương tường, vị tường, xúc tường, pháp tường. | xúc là các tường sanh khởi. | Các tường trong các sắc là khác, các tường trong các thanh là khác, các tường trong các hương là khác, các tường trong các vị là khác, các tường trong các xúc là khác, các tường trong các pháp là khác. Nay các Tỷ-kheo, đây gọi là các tường sai biệt. | Ta tuyên bố rằng các tường là kết quả của thói quen, khi nào người ta biết sự vật như thế nào, như thế nào, người ta nói sự vật ấy như sau, như sau: "Như vậy tôi tường". Nay các Tỷ-kheo, đây gọi là các tường dị thực. | Xúc đoạn diệt, này các Tỷ-kheo, là tường đoạn diệt. Đây là Thánh đạo tám ngành đưa đến các tường đoạn diệt. Tức là chánh tri kiến... chánh định. |

Khi nào này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử rõ biết các tường như vậy, rõ biết các tường sanh khởi như vậy, rõ biết các tường sai biệt như vậy, rõ biết các tường dị thực như vậy, rõ biết các tường đoạn diệt như vậy, rõ biết con đường đưa đến các tường đoạn diệt như vậy, khi ấy, vị ấy được rõ biết Phạm hạnh thể nhập này như là các tường đoạn diệt.

TƯỜNG ĐIÊN ĐẢO, TÂM ĐIÊN ĐẢO, KIẾN ĐIÊN ĐẢO

(IX) (49) Tường Diên Đảo - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi04-0406.htm>

| Này các Tỷ-kheo, có bốn tường diên đảo, tâm diên đảo, kiến diên đảo này. Thế nào là bốn? | Này các Tỷ-kheo có bốn tường không diên đảo, tâm không diên đảo, kiến không diên đảo này. Thế nào là bốn? | | |
|--|---|--|--|
| Trong vô thường, nghĩ là thường | Trong vô thường, nghĩ là vô thường | Này các Tỷ-kheo, có bốn tường không diên đảo, tâm không diên đảo, kiến không diên đảo này. | Trong vô thường, tường thường. |
| Trong khổ nghĩ là không khổ | Trong khổ, nghĩ là khổ | | Trong khổ, tường là lạc, |
| Trong vô ngã, nghĩ là ngã | Trong vô ngã, nghĩ là vô ngã | | Trong vô ngã, tường ngã, |
| Trong không thanh tịnh, nghĩ là thanh tịnh | Trong không thanh tịnh nghĩ là không thanh tịnh | | Trong bất tịnh, tường tịnh, |
| | | | Chúng sanh đến tà kiến, Tâm động, tường tà vọng, Bị ma trói buộc chặt, Không thoát khỏi ách nạn, Chúng sanh bị luân chuyển, Trong sanh tử luân hồi. Khi chư Phật xuất hiện, |
| | | | Ở đời chói hào quang, Tuyên thuyết diệu pháp này, Đưa đến khổ lắng dịu. Nghe pháp, được trí tuệ, Trở lại được tự tâm , Thấy vô thường, không thường, Thấy đau khổ, là khổ, Thấy tự ngã, không ngã, Thấy bất tịnh, không tịnh, Do hành chánh tri kiến, Vượt qua mọi đau khổ. |

LẬU HOẶC TĂNG TRƯỜNG - LẬU HOẶC KHÔNG TĂNG TRƯỞNG


X. Phẩm Kế Ngu - 1-20 Kế Ngu- <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi02-0517.htm>

| Trong hai hạng người, này các Tỷ-kheo, các lậu hoặc tăng trưởng. Trong hai hạng người nào? | Trong hai hạng người, này các Tỷ-kheo, các lậu hoặc không tăng trưởng. Trong hai hạng người nào? |
|--|--|
| Người lo lắng những việc không đáng lo lắng, và người không lo lắng những việc đáng lo lắng. | Người không lo lắng những việc không đáng lo lắng, và người lo lắng những việc đáng lo lắng. |
| Người tường là đúng phép đối với việc không đúng phép, và người tường là không đúng phép đối với việc đúng phép. | Người tường là đúng phép đối với việc đúng phép, và người tường là không đúng phép đối với việc không đúng phép. |
| Người tường là có phạm tội đối với việc không phạm tội, và người tường là không phạm tội đối với việc có phạm tội. | Người tường là có phạm tội đối với việc có phạm tội, và người tường là không phạm tội đối với việc không phạm tội. |
| Người tường là đúng pháp đối với việc phi pháp, và người tường là phi pháp đối với việc đúng pháp. | Người tường là đúng pháp đối với việc đúng pháp, và người tường là phi pháp đối với việc phi pháp. |
| Người tường là đúng luật đối với việc phi luật, và người tường là phi luật đối với việc đúng luật. | Người tường là đúng luật đối với việc đúng luật, và người tường là phi luật đối với việc phi luật. |

10 THIỀN ÁN- 8 THẮNG XỬ

(IX) (29) Người Kosalà- <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi10-0103.htm>

4. Nay các Tỷ-kheo, có mười Thiền án xứ này. Thế nào là mười?

| | | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|---|--|
| 1 Một người tưởng tri Thiền án đất | 5 một người tưởng tri Thiền án xanh |  | (...) phía trên, phía dưới, bề ngang, không hai, vô lượng. |
| 2 Một người tưởng tri Thiền án nước | 6 một người tưởng tri Thiền án vàng | | |
| 3 một người tưởng tri Thiền án lửa | 7 một người tưởng tri Thiền án đỏ | | |
| 4 một người tưởng tri Thiền án gió | 8 một người tưởng tri Thiền án trắng | | |
| | 9 người tưởng tri Thiền án hư không | | |
| | 10 một người tưởng tri Thiền án thức | | |

5. Cái này là tối thượng, này các Tỷ-kheo, trong mười Thiền án xứ này, tức là Thiền án thức. Có người tưởng tri phía trên, phía dưới, bề ngang, không hai, vô lượng. Này các Tỷ-kheo, có những chúng sanh có tưởng như vậy. Đối với các chúng sanh có tưởng như vậy, này các Tỷ-kheo, có sự đối khác, có sự biến hoại. Thấy vậy, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử nghe nhiều nhằm chán trong ấy; do nhằm chán trong ấy, vị ấy từ bỏ sự tối thượng, còn nói gì với hạ liệt.

6. Nay các Tỷ-kheo, có tám thắng xứ này. Thế nào là tám?

| | |
|---|---------------------------------|
| Một vị quán tưởng nội sắc, thấy các loại ngoại sắc có hạn lượng, đẹp, xấu . Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta biết, ta thấy" | Đó là thắng xứ thứ nhất. |
| Một vị quán tưởng nội sắc, thấy các loại ngoại sắc vô lượng, đẹp, xấu . Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta biết, ta thấy". | Đó là thắng xứ thứ hai. |
| Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc có hạn lượng, đẹp, xấu . Vị ấy nhận thức rằng: Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta biết, Ta thấy". | Đó là thắng xứ thứ ba. |
| Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc vô lượng, đẹp, xấu . Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta biết, ta thấy". | Đó là thắng xứ thứ tư. |
| Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu xanh , sắc màu xanh, tướng sắc xanh, hình sắc xanh, ánh sáng xanh - như bông gai màu xanh, sắc màu xanh, tướng sắc xanh, hình sắc xanh, ánh sáng xanh - như bông gai màu xanh, sắc màu xanh, tướng sắc xanh, hình sắc xanh, ánh sáng xanh - như lụa Ba-la-nại, cả hai mặt láng trơn màu xanh, sắc màu xanh, tướng sắc xanh, hình sắc xanh, ánh sáng xanh. Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta thấy, ta biết" | Đó là thắng xứ thứ năm. |
| Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu vàng , sắc màu vàng, tướng sắc vàng, hình sắc vàng, ánh sáng vàng - như bông kannikàra màu vàng, sắc màu vàng, tướng sắc vàng, hình sắc vàng, ánh sáng vàng - như lụa Ba-la-nại cả hai mặt láng trơn màu vàng, sắc màu vàng, tướng sắc vàng, hình sắc vàng, ánh sáng vàng. Như vậy, vị này quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoài sắc màu vàng, sắc màu vàng, tướng sắc màu vàng, hình sắc vàng, ánh sáng vàng. Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta biết, ta thấy" | Đó là thắng xứ thứ sáu. |
| Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu đỏ , sắc màu đỏ, tướng màu đỏ, hình sắc đỏ - như bông bandhujivaka màu đỏ, như lụa Ba-la-nại, cả hai mặt láng trơn màu đỏ, sắc màu đỏ, tướng màu đỏ, hình sắc đỏ, ánh sáng đỏ. Như vậy, vị này quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu đỏ, sắc màu đỏ, tướng sắc đỏ, hình sắc đỏ,...ánh sáng đỏ. Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta biết, ta thấy". | Đó là thắng xứ thứ bảy. |
| Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu trắng , sắc màu trắng, tướng sắc trắng, hình sắc trắng, ánh sáng trắng - như sao mai Osadhi màu trắng, sắc màu trắng, tướng sắc trắng, hình sắc trắng, ánh sáng trắng - như lụa Ba-la-nại, cả hai mặt láng trơn màu trắng, sắc màu trắng, tướng sắc trắng, hình sắc trắng, ánh sáng trắng. Như vậy, vị này quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu trắng, sắc màu trắng, tướng sắc trắng, hình sắc trắng, ánh sáng trắng. Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta biết, ta thấy". | Đó là thắng xứ thứ tám. |

7. Cái này là tối thượng, này các Tỷ-kheo, trong tám thắng xứ này, tức là có người tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu trắng, tướng màu trắng, hình sắc màu trắng, ánh sáng trắng. Sau khi nhiếp thắng chúng, vị ấy tưởng tri như sau: "Ta biết, ta thấy". Này các Tỷ-kheo, có những chúng sanh có tưởng như vậy. Đối với các chúng sanh có tưởng như vậy, này các Tỷ-kheo, có sự đối khác, có sự biến hoại. Thấy vậy, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử nghe nhiều, nhằm chán trong ấy. Do nhằm chán trong ấy, vị ấy từ bỏ sự tối thượng, còn nó gì đối với hạ liệt.

KHÔNG CÓ CẢM THỌ CÓ TƯỜNG HAY KHÔNG CÓ TƯỜNG?

(VI) (37) Tôn Giả Ananda- <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi09-0410.htm>

Thật vi diệu thay, thưa các Hiền giả! Thật hi hữu thay, thưa các Hiền giả, như thế nào là con đường thoát ly, thoát khỏi sự trói buộc, được Thế Tôn, bậc Trí giả, bậc Kiến giả, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác tùy giác để các loài hữu tình được thanh tịnh, vượt khỏi sầu bi, chấm dứt khổ ưu, đạt được chánh lý, giác ngộ Niết-bàn.

Đây sẽ chỉ có mắt, **chớ không có cảm thọ** các sắc ấy và các xứ ấy

đây chỉ có tai, **chớ không có cảm thọ** các tiếng ấy và các xứ ấy

đây chỉ có mũi **chớ không có cảm thọ** các hương ấy và các xứ ấy

đây chỉ có lưỡi, **chớ không có cảm thọ** các vị ấy và các xứ ấy

đây chỉ có thân, **chớ không có cảm thọ** các xúc ấy và các xứ ấy

Này Hiền giả Ananda, người không cảm thọ xứ ấy, người ấy có tường hay không có tường?

Này Hiền giả, người không cảm thọ xứ ấy, người ấy có tường, không phải không có tường.

Nhưng thưa Hiền giả, người không cảm thọ xứ ấy, người ấy tường cái gì?

Ở đây, này Hiền giả, Tỷ-kheo vượt qua các sắc tường một cách hoàn toàn, chấm dứt các chướng ngại tường, không tác ý đến các tường sai biệt, biết rằng: "**Hư không là vô biên**", chứng đạt và an trú **Không vô biên xứ**. Này Hiền giả, vị ấy có tường như vậy, nhưng không cảm thọ xứ ấy.

Lại nữa, này Hiền giả, Tỷ-kheo vượt khỏi Không vô biên xứ một cách hoàn toàn, biết rằng: "**Thức là vô biên**", chứng đạt và an trú **Thức vô biên xứ**. Này Hiền giả, vị ấy có tường như vậy, nhưng không cảm thọ xứ ấy.

Lại nữa, này Hiền giả, Tỷ-kheo vượt khỏi Thức vô biên xứ một cách hoàn toàn, biết rằng: "**Không có vật gì**", chứng đạt và an trú **Vô sở hữu xứ**. Này Hiền giả, vị ấy có tường như vậy, nhưng không cảm thọ xứ ấy.

Thưa Tôn giả Ananda, Thiền định này không thiên tà dục, không dưỡng hận tâm; trong ấy, sự chế ngự không phải do hữu hành nhiếp phục, nhờ giải thoát, được vững chắc, nhờ vững chắc, được tri túc; nhờ tri túc, không có âu lo. Thưa Tôn giả Ananda, Thiền định này được Thế Tôn dạy, có quả gì?"

"- Thưa Chệ, Thiền định này không thiên tà dục, không dưỡng hận tâm; trong ấy, sự chế ngự không phải do hữu hành nhiếp phục, nhờ giải thoát được vững chắc; nhờ vững chắc, được tri túc; nhờ tri túc, không có âu lo... Này Chệ, Thiền định này được chánh trí là quả"

CHÍN THỨ ĐỆ TRÚ – KINH PHÚNG TỤNG – TBK SỐ 33

- 1 Thành tựu Sơ thiền, các dục tướng bị đoạn diệt
- 2 Thành tựu đệ Nhị thiền, các tâm tứ bị đoạn diệt
- 3 Thành tựu đệ Tam thiền, hỷ bị đoạn diệt;
- 4 Thành tựu đệ Tứ thiền, hơi thở vào hơi thở ra bị đoạn diệt
- 5 Thành tựu Hư không vô biên xứ, sắc tướng bị đoạn diệt

- 6 Thành tựu Thức vô biên xứ, Hư không vô biên xứ tướng bị đoạn diệt
- 7 Thành tựu Vô hữu xứ, Thức vô biên xứ tướng bị đoạn diệt;
- 8 Thành tựu Phi tướng phi phi tướng xứ, Vô sở hữu xứ tướng bị đoạn diệt;
- 9 Thành tựu Diệt thọ tướng (định), các tướng và các thọ bị đoạn diệt.

SÁU QUYẾT TRẠCH PHẦN TƯỜNG – KINH PHÚNG TỤNG – TBK SỐ 33

- 1 Vô thường tướng
- 2 khổ tướng trên vô thường
- 3 vô ngã tướng trên khổ
- 4 đoạn tướng
- 5 vô tham tướng
- 6 diệt tướng.

BẢY GIỚI

II. Phẩm Thứ Hai-I. Bảy (Pháp) Này (Tập 17.1, Đại 2, 116c) (S.ii,149)- <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu2-14.htm>

Này các Tỷ-kheo, có bảy giới này. Thế nào là bảy?

- 1 Quang giới
- 2 Tịnh giới
- 3 Không vô biên xứ giới
- 4 Thức vô biên xứ giới
- 5 Vô sở hữu xứ giới
- 6 Phi tướng phi phi tướng xứ giới
- 7 Diệt thọ tướng giới.

Này các Tỷ-kheo, có bảy giới này. Thế nào là bảy?

- Quang giới này do duyên **u âm**, giới này được hiển lộ.
- Tịnh giới này do duyên **bất tịnh**, giới này được hiển lộ.
- Không vô biên xứ giới này, do duyên **sắc**, giới này được hiển lộ.
- Thức vô biên xứ giới này do duyên (3) Không vô biên xứ giới này được hiển lộ.
- Vô sở hữu xứ giới này do duyên (4)Thức vô biên xứ giới này được hiển lộ.
- Phi tướng phi phi tướng xứ này do duyên (5) Vô sở hữu xứ giới này được hiển lộ.
- Diệt thọ tướng giới này do duyên **diệt** này được hiển lộ.

Quang giới này với Tịnh giới, Không vô biên xứ giới, Thức vô biên xứ giới, Vô sở hữu xứ giới, Phi tướng phi phi tướng xứ giới, với Diệt thọ tướng giới; bạch Thế Tôn, bảy giới này Thiền chứng (Samāpatti) như thế nào?

(1) Quang giới này với (2) Tịnh giới, (3)Không vô biên xứ giới, (4)Thức vô biên xứ giới, (5) Vô sở hữu xứ giới, những giới này lấy **tường Thiền chứng** (Sannāsamāpatti) được chứng đắc.

(6) Phi tướng phi phi tướng xứ giới này lấy **hành hữu dư Thiền chứng** được chứng đắc.

(7) Diệt thọ tướng giới này lấy diệt đẳng nhập được chứng đắc.

10 TƯỜNG

(X) (60) Girimananda- <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi10-0406.htm>

Này Ananda, nếu Thầy đi đến Tỳ-kheo Girimananda và đọc lên mười tường, thời sự kiện này có thể xảy ra: Tỳ-kheo Girimananda sau khi được nghe mười tường, bệnh của vị ấy có thể được thuyên giảm ngay lập tức! Thế nào là mười?

(1)Tường vô thường, (2)tường vô ngã, (3)tường bất tịnh, (4)tường nguy hại, (5) tường đoạn tận, (6)tường từ bỏ, (7)tường đoạn diệt, (8)tường nhàm chán đối với tất cả thế giới, (9)tường vô thường trong tất cả hành, (10)tường niệm hơi thở vô hơi thở ra.

thế nào là **tường vô thường?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo đi đến ngôi rừng, hay đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, quán sát như sau: "Sắc là vô thường, thọ là vô thường, tưởng là vô thường, hành là vô thường, thức là vô thường." Như vậy vị ấy trú, tùy quán vô thường, trong năm thú uẩn này. Này Ananda, đây gọi là tường vô thường

thế nào là **tường vô ngã?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo đi đến khu rừng hay đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, quán sát như sau: "Mắt là vô ngã, các sắc là vô ngã; tai là vô ngã, các tiếng là vô ngã; mũi là vô ngã, các hương là vô ngã; lưỡi là vô ngã, các vị là vô ngã; thân là vô ngã, xúc là vô ngã; ý là vô ngã, các pháp là vô ngã." Này Ananda, đây gọi là tường vô ngã.

thế nào là **tường bất tịnh?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo quán sát thân này từ bàn chân trở lên, từ đỉnh tóc trở xuống, được da bao bọc, đầy những vật bất tịnh sai biệt như: "Trong thân này có tóc, lông, móng, răng, da, thịt, dây gân, xương, tủy, thận, quả tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bụng, phân, mật, đàm (niêm dịch), mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu". Như vậy, vị ấy trú quán bất tịnh trong thân này. Này Ananda, đây gọi là tường bất tịnh.

thế nào là **tường nguy hại?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, quán sát như sau: "Nhiều khổ là thân này, nhiều sự nguy hại. Như vậy trong thân này, nhiều loại bệnh khởi lên. Ví như bệnh đau mắt, bệnh đau về tai, bệnh đau mũi, bệnh đau lưỡi, bệnh đau thân, bệnh đau đầu, bệnh đau vành tai, bệnh đau miệng, bệnh đau răng, bệnh ho, bệnh suyễn, bệnh sổ mũi, bệnh sốt, bệnh già yếu, bệnh đau yếu, bệnh đau bụng, bất tịnh, kiết lỵ, bệnh đau bụng quặn, bệnh thổ tả, bệnh hủi, bệnh ung nhọt, bệnh ghẻ lở, bệnh ho lao, bệnh trúng gió, bệnh da, bệnh ngứa, bệnh da đóng vảy, bệnh hắc lao lang ben, bệnh ghẻ, bệnh huyết đàm (mật trong máu), bệnh đái đường, bệnh trĩ, bệnh mụn nhọt, bệnh ung nhọt ung loét, các bệnh khởi lên do mật, bệnh khởi lên từ đàm, niêm dịch, các bệnh khởi lên từ gió; bệnh do hòa hợp các thể dịch sinh ra; các bệnh do thời tiết sinh ra, các bệnh do làm việc quá độ sanh, các bệnh do sự trùng hợp các sự kiêng; các bệnh do nghiệp thuần thực, lạnh, nóng, đói, khát, đại tiện, tiểu tiện". Như vậy, vị ấy sống, quán sự nguy hại trong thân này. Này Ananda, đây gọi là các tường nguy hại.

thế nào là **tường đoạn tận?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo, không có chấp nhận dục tâm đã sanh, từ bỏ, tẩy sạch, chấm dứt, đi đến không sanh trường; không có chấp nhận sân tâm đã sanh, từ bỏ, tẩy sạch, chấm dứt, đi đến không sanh trường; không có chấp nhận hại tâm... đã sanh...; không có chấp nhận các ác bất thiện pháp tiếp tục khởi lên, từ bỏ, tẩy sạch, chấm dứt, đi đến không sanh trường. Này Ananda, đây được gọi tường đoạn tận.

thế nào là **tường đoạn diệt?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo đi đến khu rừng, hay đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, suy xét như sau: "Đây là an tịnh, đây là thù thắng, tức là sự an chỉ tất cả hành, sự từ bỏ tất cả sanh y, ái diệt, ly tham, Niết bàn".

thế nào là **từ bỏ?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo đi đến khu rừng, hay đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, suy xét như sau: "Đây là an tịnh, đây là thù thắng, tức là sự an chỉ tất cả hành, sự từ bỏ tất cả sanh y, ái diệt, ly tham, Niết bàn.

thế nào là **tường không ưa thích trong tất cả thế giới?**

Ở đây, này Ananda, phàm ở đời có những chấp thủ phương tiện, tâm quyết định, thiên kiến, tùy miên nào, Tỳ-kheo từ bỏ chúng, không ưa thích, không chấp thủ. Này Ananda, đây gọi là tường không hoan hỷ đối với tất cả thế giới.

thế nào là **tường vô thường trong tất cả hành?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo bực phiền, xấu hổ, nhàm chán đối với tất cả hành. Này Ananda, đây gọi là vô thường trong tất cả hành.

thế nào là **tường niệm hơi thở vào, hơi thở ra?**

Ở đây, này Ananda, Tỳ-kheo đi đến khu rừng hay đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, ngồi kiết-già, lưng thẳng, để niệm trước mặt. Chánh niệm, vị ấy thở vô; chánh niệm, vị ấy thở ra. Thở vô dài, vị ấy rõ biết: "Tôi thở vô dài". Thở ra dài, vị ấy rõ biết: "Tôi thở ra dài", Hay thở vô ngắn, vị ấy rõ biết "Tôi thở vô ngắn"; hay thở ra ngắn, vị ấy rõ biết: "Tôi thở ra ngắn". "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở ra," vị ấy tập. "Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "An tịnh tâm hành, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "An tịnh tâm hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Cảm giác về tâm, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác về tâm, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Với tâm hân hoan, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm hân hoan, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Với tâm định tĩnh, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm định tĩnh, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Quán vô thường, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán vô thường, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Quán ly tham, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán ly tham, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Quán đoạn diệt, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán đoạn diệt, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "Quán từ bỏ, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán từ bỏ, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. Này Ananda, đó là niệm hơi thở vô, hơi thở ra.

TƯỜNG

(VI) (46) Tường (2)- <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi07-0406.htm>

Có bảy tường này, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh. Thế nào là bảy?

Tường bất tịnh, tường chết, tường nhầm chán đối với các món ăn, tường không hoan hỷ đối với tất cả thế giới, tường vô thường, tường khổ trong vô thường, tường vô ngã trong khổ

(1) Tường bất tịnh, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Này các Tỷ-kheo, khi một Tỷ-kheo sống nhiều với các tường bất tịnh, thời tâm thối lui, tâm trở lung, quay lưng để không đắm vào các dâm dục; do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhầm chán. Ví như, này các Tỷ-kheo, lông gà hay là dây gân quăng vào lửa thời thối lui, trở lung, quay lưng, và không căng thẳng; cũng vậy, này các Tỷ-kheo, khi một Tỷ-kheo sống nhiều với các tường bất tịnh, thời tâm thối lui, tâm trở lung, quay lưng để không đắm vào các dâm dục; do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhầm chán.

Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tường bất tịnh, nhưng tâm lại chạy theo, đắm vào dâm dục, không khởi lên nhầm chán, thời Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: "Tường bất tịnh không được ta tu tập; ở nơi ta không có sự sai khác trước và sau. Ta không đạt được quả tu tập". Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tường bất tịnh, thời tâm thối lui, tâm trở lung, quay lưng để không đắm vào các dâm dục; do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhầm chán, thời Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: "Tường bất tịnh được ta tu tập; ở nơi ta có sự sai khác trước và sau. Ta đạt được quả tu tập". Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy. Tường bất tịnh, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy.

(5) Tường vô thường, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, như vậy được nói đến. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với tường vô thường, thời tâm thối lui, tâm trở lung, quay lưng với các lợi dưỡng, cung kính, danh vọng; do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhầm chán, thời... (như số 4 ở trên, chỉ khác đây là tường vô thường với những thay đổi cần thiết)...

(6) Tường khổ trên vô thường, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tường khổ trên vô thường, thời các tường sợ hãi sắc bén được an lập trên thụ động, biếng nhác, thả lỏng, phóng dật, không chú tâm, không quán sát; ví như một kẻ giết người giơ đao lên. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tường khổ trên vô thường, nhưng các tường sợ hãi sắc bén không được an lập trên thụ động, biếng nhác, thả lỏng, phóng dật, không chú tâm, không quán sát; thời không giống như một kẻ giết người giơ đao lên. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: "Tường khổ trên vô thường không được ta tu tập; ở nơi ta không có sự sai khác trước và sau. Ta không đạt được quả của sự tu tập." Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy. Nhưng này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tường khổ trên vô thường, thời các tường sợ hãi sắc bén an lập trên thụ động, biếng nhác, thả lỏng, phóng dật, không chú tâm, không quán sát, ví như một kẻ giết người giơ đao lên. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo cần phải hiểu rằng: "Tường khổ trên vô thường được ta tu tập; ở nơi ta có sự sai khác trước và sau. Ta đạt được quả của sự tu tập." Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy. Tường khổ trên vô thường, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm mục đích, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy.

(2) Tường chết, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo sống nhiều với tường chết, thời tâm thối lui, tâm trở lung, quay lưng không thích thú sự sống, do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhầm chán, thời... (như số (1) ở trên, chỉ khác trước là tường bất tịnh, đây là tường chết, với sự thay đổi cần thiết)... Do duyên gì được nói đến như vậy.

(3) Tường nhầm chán đối với món ăn, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, như vậy được nói đến. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tường nhầm chán đối với các món ăn, thời tâm thối lui... không tham ái các vị; do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhầm chán, thời... (như số (1) ở trên, chỉ khác đây là tường nhầm chán đối với các món ăn)... Do duyên gì được nói đến như vậy.

(4) Tường không hoan hỷ đối với các thế giới, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, như vậy được nói đến. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với tường không hoan hỷ đối với các thế giới, thời tâm thối lui, tâm trở lung, quay lưng với các lèo loét của thế giới; do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhầm chán, thời... (như số (1) ở trên, chỉ khác đây là tâm không hoan hỷ đối với các thế giới và những thay đổi cần thiết)... Do duyên gì được nói đến như vậy.

(7) Tường vô ngã trên khổ, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm mục đích, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tường vô ngã trên khổ, này các Tỷ-kheo, ý của vị ấy thoát khỏi các tư tưởng ngã, ngã sở, ngã mạn, đối với cái thân có thức này và đối với tất cả tướng ở ngoài, khéo giải thoát, được an tịnh, vượt qua các thiên kiến. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với tâm chất chứa tường vô ngã trên khổ, này các Tỷ-kheo, ý của vị ấy không thoát khỏi các tư tưởng ngã, ngã sở, ngã mạn, đối với cái thân có thức này và đối với tất cả tướng ở ngoài, không khéo giải thoát, không được an tịnh, không vượt qua các thiên kiến. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: "Tường vô ngã trên khổ không được ta tu tập; ở nơi ta không có sự sai khác trước và sau. Ta không đạt được quả của sự tu tập." Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy. Nhưng này Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tường vô ngã trên khổ, này các Tỷ-kheo, ý của vị ấy thoát khỏi các tư tưởng ngã, ngã sở, ngã mạn đối với cái thân có thức và đối với tất cả tướng ở ngoài, khéo giải thoát, được an tịnh, vượt qua các thiên kiến. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: "Tường vô ngã trên khổ được ta tu tập; ở nơi ta có sự sai khác trước và sau. Ta đạt được quả của sự tu tập." Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy. Tường vô ngã trên khổ, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy.

THẾ NÀO LÀ ĐỊA GIỚI?

Này Rahula, cái gì thuộc nội thân, thuộc cá nhân, kiên cứng, thô phù, bị chấp thủ như tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bao tử, phân và bất cứ vật gì khác thuộc nội thân, thuộc cá nhân, kiên cứng, thô phù, bị chấp thủ; như vậy, này Rahula, được gọi là nội địa giới. Những gì thuộc nội địa giới và những gì thuộc ngoại địa giới đều thuộc về địa giới.

»

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như đất: do tu tập sự tu tập như đất, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này Rahula, ví như trên đất người ta quăng đồ tịnh, quăng đồ không tịnh, quăng phân uế, quăng nước tiểu, nhổ nước miếng, quăng mù và quăng máu; tuy vậy đất không lo âu, không dao động, hay không nhàm chán; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như đất. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như đất, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Địa giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải là của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta". Sau khi như thật quán sát địa giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yếm ly đối với địa giới, tâm từ bỏ địa giới.

THẾ NÀO LÀ THỦY GIỚI?

Có nội thủy giới, có ngoại thủy giới. Và này Rahula, thế nào là nội thủy giới? Cái gì thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc nước, thuộc chất lỏng, bị chấp thủ, như mật, đàm, niêm dịch, mù, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu và bất cứ vật gì khác thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc nước, thuộc chất lỏng, bị chấp thủ; như vậy, này Rahula, được gọi là thủy giới. Những gì thuộc nội thủy giới và những gì thuộc ngoại thủy giới đều thuộc về thủy giới.

»

Này Rahula hãy tu tập sự tu tập như nước: do tu tập sự tu tập như nước, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này Rahula, ví như trong nước người ta rửa đồ tịnh, rửa đồ không tịnh, rửa sạch phân uế, rửa sạch nước tiểu, rửa sạch nước miếng, rửa sạch mù, rửa sạch máu; tuy vậy nước không lo âu, không dao động, không nhàm chán; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như nước, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Thủy giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta". Sau khi như thật quán sát thủy giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yếm ly đối với thủy giới, tâm từ bỏ thủy giới.

THẾ NÀO LÀ HỎA GIỚI?

Có nội hỏa giới, có ngoại hỏa giới. Và này Rahula, thế nào là nội hỏa giới? Cái gì thuộc về nội thân, thuộc cá nhân, thuộc lửa, thuộc chất nóng, bị chấp thủ như cái gì khiến cho hâm nóng, khiến cho hủy hoại, khiến cho thiêu cháy, cái gì khiến cho những vật được ăn, uống, nhai, nếm, có thể khéo tiêu hóa, hay tất cả những vật gì khác, thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc lửa, thuộc chất nóng, bị chấp thủ; này Rahula, như vậy được gọi là nội hỏa giới. Những gì thuộc nội hỏa giới và những gì thuộc ngoại hỏa giới đều thuộc về hỏa giới.

»

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như lửa: do tu tập sự tu tập như lửa, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này Rahula, ví như lửa đốt các đồ tịnh, đốt các đồ không tịnh, đốt phân uế, đốt nước tiểu, đốt nước miếng, đốt mù, đốt máu; tuy vậy lửa không lo âu, không dao động, không nhàm chán; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như lửa, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Hỏa giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta". Sau khi như thật quán sát hỏa giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yếm ly đối với hỏa giới, tâm từ bỏ hỏa giới.

THẾ NÀO LÀ PHONG GIỚI?

Có nội phong giới, có ngoại phong giới. Và này Rahula, thế nào là nội phong giới? Cái gì thuộc về nội thân, thuộc cá nhân, thuộc gió, thuộc tánh động, bị chấp thủ, như gió thổi lên, gió thổi xuống, gió trong ruột, gió trong bụng dưới, gió thổi ngang các đốt, các khớp, hơi thở vô, hơi thở ra, và bất cứ vật gì khác thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc gió, thuộc tánh động, bị chấp thủ; này Rahula, như vậy được gọi là nội phong giới. Những gì thuộc nội phong giới và những gì thuộc ngoại phong giới đều thuộc về phong giới.

»

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như gió: do tu tập sự tu tập như gió, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này Rahula, như gió thổi các đồ tịnh, thổi các đồ không tịnh, thổi phân uế, thổi nước tiểu, thổi nước miếng, thổi mù, thổi máu, tuy vậy gió không lo âu, không dao động, không nhàm chán; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như gió, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Phong giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta". Sau khi như thật quán sát phong giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yếm ly đối với phong giới, tâm từ bỏ phong giới.

THẾ NÀO LÀ HƯ KHÔNG GIỚI?

Có nội hư không giới, có ngoại hư không giới. Và này Rahula, thế nào là nội hư không giới? Cái gì thuộc về nội thân, thuộc cá nhân, thuộc hư không, thuộc hư không tánh, bị chấp thủ, như lỗ tai, lỗ mũi, cửa miệng, do cái gì người ta nuốt, những gì được nhai, được uống, được ăn và được nếm, và tại chỗ mà những gì được nhai, được uống, được ăn và được uống được giữ lại, và ngang qua chỗ mà những gì được nhai, được uống, được ăn và được tống xuất xuống phần dưới để ra ngoài, và bất cứ vật gì khác thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc hư không, thuộc hư không tánh, bị chấp thủ; này Rahula, như vậy được gọi là nội hư không giới. Những gì thuộc nội hư không giới và những gì thuộc ngoại hư không giới đều thuộc về hư không giới.

»

Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như hư không: do tu tập sự tu tập như hư không, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này Rahula, ví như hư không không bị trú tại một chỗ nào; cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như hư không. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như hư không, các xúc khả ái không, khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Hư không giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta," Sau khi như thật quán sát hư không giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yếm ly đối với hư không giới, tâm từ bỏ hư không giới.

QUÁN THÂN BẤT TỊNH

Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo quán sát thân này, dưới từ bàn chân trở lên, trên cho đến đánh tóc, bao bọc bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt: "Trong thân này, đây là (1) tóc, (2) lông, (3) móng, (4) răng, (5) da, (6) thịt, (7) gân, (8) xương, (9) thận, (10) tủy, (11) tim, (12) gan, (13) hoành cách mô, (14) lá lách, (15) phổi, (16) ruột, (17) màng ruột, (18) phân, (19) mật, (20) đờm, (21) mủ, (22) máu, (23) mồ hôi, (24) mỡ, (25) nước mắt, (26) mỡ da, (27) nước miếng, (28) nước mũi, (29) niêm dịch, (30) nước ở khớp xương, (32) nước tiểu".

Này các Tỷ-kheo, cũng như một bao đồ, hai đầu trống đựng đầy các loại hạt như gạo, lúa, đậu xanh, đậu lớn, mè, gạo đã xay ròi. Một người có mắt, đổ các hạt ấy ra và quán sát: "Đây là hạt gạo, đây là hạt lúa, đây là đậu xanh, đây là đậu lớn, đây là mè, đây là hạt lúa đã xay ròi".

Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, một Tỷ-kheo quán sát thân này dưới từ bàn chân trở lên, trên cho đến đánh tóc, bao bọc bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt: "Trong thân này, đây là tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, phân, mật, đờm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mũi, niêm dịch, nước ở khớp xương, nước tiểu".

Trong khi vị ấy sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần, các niệm và tư duy thuộc về thế tục được đoạn trừ. Nhờ đoạn trừ các pháp ấy, nội tâm được an trú, an tọa, chuyên nhất, định tĩnh. Như vậy, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tu tập thân hành niệm.

QUÁN TỬ THI

- 1 Tỷ-kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa một ngày, hai ngày, ba ngày, thi thể ấy **trương phồng** lên, xanh đen lại, nát thối ra;
- 2 Tỷ-kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa **bị** các loài quạ **ăn**, hay bị các loài diều hâu ăn, hay bị các chim kên ăn, hay bị các loài chó ăn, hay bị các loài dã cẩu ăn, hay bị các loài côn trùng ăn;
- 3 Tỷ-kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa, với các **bộ xương** còn liên kết với nhau, **còn dính thịt** và máu, còn được các đường gân cột lại;
- 4 Tỷ-kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa, với các **bộ xương** còn liên kết với nhau, **không còn dính thịt** nhưng còn dính máu, còn được các đường gân cột lại;
- 5 Tỷ-kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa, chỉ còn **có xương không dính lại với nhau**, rải rác chỗ này chỗ kia. Ở đây là xương tay, ở đây là xương chân, ở đây là xương ống, ở đây là xương bắp vế, ở đây là xương hông, ở đây là xương sống, ở đây là xương đầu;
- 6 Tỷ-kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, **chỉ còn toàn xương trắng** màu vỏ ốc;
- 7 Tỷ-kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, **chỉ còn một đồng xương** lâu hơn một năm;
- 8 Tỷ-kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, **chỉ còn là xương thối trở thành bột**;

Tỷ-kheo quán thân ấy như sau:
"Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi bản chất ấy".

Trong khi vị ấy sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần, các niệm và tư duy thuộc về thế tục được đoạn trừ. Nhờ đoạn trừ các pháp ấy, nội tâm được an trú, an tọa, chuyên nhất, định tĩnh. Như vậy, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tu tập thân hành niệm.

NIỆM CHẾT 1

(III) (73) Niệm Chết (1) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi08-0710.htm>

Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo này tu tập niệm chết như sau:

- 1 "Mong rằng ta sống **trọn ngày** tác ý đến lời dạy của Thế Tôn, ta đã làm nhiều như vậy.
- 2 "Mong rằng ta sống trọn **nửa ngày** tác ý đến lời dạy của Thế Tôn, ta đã làm nhiều như vậy".
- 3 "Mong rằng cho đến khi nào ta **còn ăn phần đồ ăn** khát thực, cho đến khi ấy, ta tác ý đến lời dạy của Thế Tôn. Ta đã làm nhiều như vậy"

- 4 "Mong rằng cho đến khi nào ta **còn ăn nửa phần đồ** ăn khát thực, cho đến khi ấy, ta tác ý đến lời dạy của Thế Tôn. Ta đã làm nhiều như vậy"
- 5 "Mong rằng cho đến khi nào ta **còn ăn và nuốt bốn, năm miếng đồ ăn**, cho đến khi ấy, ta tác ý đến lời dạy của Thế Tôn. Ta đã làm nhiều như vậy"
- 6 "Mong rằng cho đến khi nào khi **thở vào, ta thở ra**, hay sau khi thở ra, ta thở vào, cho đến khi ấy, ta tác ý đến lời dạy của Thế Tôn. Ta đã làm nhiều như vậy"

Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy được gọi là những vị sống không phóng dật, tu tập rất sắc sảo niệm chết để đoạn diệt các lậu hoặc. Do vậy, này các Tỷ-kheo, cần phải tu học như sau:

- 7 "Hãy sống không phóng dật. Ta sẽ tu tập một cách sắc sảo niệm chết, để đoạn diệt các lậu hoặc"

NIỆM CHẾT 2

(IV) (74) Niệm Chết (2) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tangchibo/tangchi08-0710.htm>

Niệm chết, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, nhập vào bất tử, cứu cánh là bất tử. Vậy tu tập niệm chết như thế nào, làm cho sung mãn niệm chết như thế nào để đưa đến quả lớn, lợi ích lớn, nhập vào bất tử, cứu cánh bất tử?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo khi ngày vừa tàn và đêm vừa an trú, suy tư như sau:

| | |
|---|--|
| con rắn có thể cắn ta | hay mật có thể khuấy động ta |
| con bò cạp có thể cắn ta | đàn có thể khuấy động ta |
| hay con rít có thể cắn ta. | Các gió như kiếm có thể khuấy động ta. |
| Ta có thể vấp ngã và té xuống | Người có thể công kích ta |
| Com ta ăn có thể làm ta mắc bệnh khi ăn | hay phi nhân có thể công kích ta |

"Các nhân duyên đem đến cái chết cho ta rất nhiều:

Do vậy, ta có thể mệnh chung; như vậy sẽ chướng ngại cho ta.

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo khi ngày vừa tàn và đêm vừa an trú, suy tư như sau:

"Nếu ta còn có những pháp ác, bất thiện **chưa được đoạn tận**, nếu ta lỡ mệnh chung đêm nay, chúng có thể là chướng ngại cho ta"

nếu Tỷ-kheo trong khi suy xét như vậy, biết được như sau:

"Ta có những pháp ác, bất thiện **chưa được đoạn tận**, nếu ta lỡ mệnh chung đêm nay, chúng có thể là chướng ngại cho ta"

thời này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy, để đoạn tận các pháp ác, bất thiện ấy, cần phải tận lực tác động ước muốn, tinh tấn, tinh cần, nỗ lực, không có thối chuyển chánh niệm và tỉnh giác.

Nếu Tỷ-kheo ấy, trong khi **suy xét**, biết được như sau: "Ta không có những pháp ác, bất thiện **chưa được đoạn tận**, nếu ta lỡ mệnh chung đêm nay, chúng có thể là **chướng ngại** cho ta". Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy **cần phải sống hoan hỷ hân hoan, ngày đêm cần phải học tập trong các thiện pháp.**

Này các Tỷ-kheo, niệm về chết tu tập như vậy **làm cho sung mãn** như vậy, được quả lớn, được lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, cứu cánh là bất tử.

KINH NHẬP TỨC XUẤT TỨC NIỆM (KINH QUÁN NIỆM HƠI THỞ)

- TRUNG BỘ KINH SỐ 118 (Trang 1)

MỞ BÀI: Lúc bấy giờ Thế Tôn, vào ngày Bối-tát, ngày rằm, vào đêm trăng tròn sau ngày Tự tứ, đang ngồi giữa trời với chúng Tỷ-kheo đoàn vây. Thế Tôn nhìn quanh chúng Tỷ-kheo đang yên lặng, hết sức yên lặng, rồi bảo các Tỷ-kheo:

-- Ta được thỏa mãn, này các Tỷ-kheo, với đạo lộ này. Tâm ta được thỏa mãn, này các Tỷ-kheo, với đạo lộ này. Do vậy, này các Tỷ-kheo, hãy tinh tấn hơn nữa, để chúng đạt những gì chưa chúng đạt, để chúng đắc những gì chưa chúng đắc, để chúng ngộ những gì chưa chúng ngộ. Ta sẽ ở đây, tại Savatthi cho đến tháng Tư, lễ Komudi.

Này các Tỷ-kheo, trong chúng Tỷ-kheo này, có những Tỷ-kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm tu tập (...).

| | | | | | | |
|---------------|----------------|----------------|---------------------|--------|----------|------------------------|
| Tứ niệm xứ | bốn như ý túc | tu tập năm lực | Thánh đạo tám ngành | bi tâm | xả tâm | vô thường tưởng |
| bốn chánh cần | tu tập năm căn | bảy giác chi | từ tâm | hỷ tâm | bất tịnh | nhập tức xuất tức niệm |

QUÁN NIỆM HƠI THỞ

Nhập tức xuất tức niệm, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa đến quả lớn, công đức lớn. Nhập tức xuất tức niệm, được tu tập, làm cho sung mãn, khiến cho bốn niệm xứ được viên mãn. Bốn niệm xứ được tu tập, làm cho sung mãn, khiến cho bảy giác chi được viên mãn. Bảy giác chi được tu tập, làm cho sung mãn, khiến cho minh giải thoát (vijjavimutti) được viên mãn.

Và này các Tỷ-kheo, như thế nào là tu tập nhập tức xuất tức niệm? Như thế nào là làm cho sung mãn? Như thế nào là quả lớn, công đức lớn?

| Vị ấy biết | | Vị ấy tập | | | | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| "Tôi thở vô dài" | "Tôi thở ra dài" | THỌ | | TÂM | | PHÁP | |
| "Tôi thở vô ngắn" | "Tôi thở ra ngắn" | "Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở ra" | "Cảm giác về tâm, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác về tâm, tôi sẽ thở ra" | "Quán vô thường, tôi sẽ thở vô" | "Quán vô thường, tôi sẽ thở ra" |
| Vị ấy tập | | "Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở ra" | "Với tâm hân hoan, tôi sẽ thở vô" | "Với tâm hân hoan, tôi sẽ thở ra" | "Quán ly tham, tôi sẽ thở vô" | "Quán ly tham, tôi sẽ thở ra" |
| THÂN | | "Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở ra" | "Với tâm định tĩnh, tôi sẽ thở vô" | "Với tâm định tĩnh, tôi sẽ thở ra" | "Quán đoạn diệt, tôi sẽ thở vô" | "Quán đoạn diệt, tôi sẽ thở ra" |
| "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra" | "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô" | "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra" | "Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở vô" | "Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở ra" | "Quán từ bỏ, tôi sẽ thở vô" | "Quán từ bỏ, tôi sẽ thở ra" |
| "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô" | "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra" | "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô" | "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra" | "Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở vô" | "Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở ra" | "Quán từ bỏ, tôi sẽ thở vô" | "Quán từ bỏ, tôi sẽ thở ra" |

Nhập tức xuất tức niệm, này các Tỷ-kheo, tu tập như vậy, làm cho sung mãn như vậy, được quả lớn, được công đức lớn.

Làm viên mãn bốn niệm xứ

Và như thế nào, này các Tỷ-kheo, là nhập tức xuất tức niệm được tu tập? Như thế nào là làm cho sung mãn, khiến bốn niệm xứ được viên mãn?

| Vị ấy biết | | Vị ấy tập (QUÁN THÂN) | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---|--|
| "Tôi thở vô dài" | "Tôi thở ra dài" | "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra" | Trong khi tùy quán thân trên thân, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Này các Tỷ-kheo, đối với các thân, Ta nói đây là một, tức là thở vô thở ra. Do vậy, này các Tỷ-kheo, trong khi tùy quán thân trên thân, vị Tỷ-kheo trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. | |
| "Tôi thở vô ngắn" | "Tôi thở ra ngắn" | "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô" | "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra" | | |

Vị ấy tập (QUÁN THỌ)

| | | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|---|
| "Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở ra" | "Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở ra" | Trong khi tùy quán thọ trên các thọ, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời. Này các Tỷ-kheo, đối với các cảm thọ, Ta nói đây là một, tức là thở vô thở ra. Do vậy này các Tỷ-kheo, trong khi tùy quán thọ trên các cảm thọ, Tỷ-kheo trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. |
| "Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở vô" | "Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở ra" | "An tịnh tâm hành, tôi sẽ thở vô" | "An tịnh tâm hành, tôi sẽ thở ra" | |

KINH NHẬP TỨC XUẤT TỨC NIỆM (KINH QUÁN NIỆM HƠI THỞ)

- TRUNG BỘ KINH SỐ 118 (Trang 2)

Vị ấy tập (QUÁN TÂM)

| | | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| "Cảm giác về tâm, tôi sẽ thờ vô" | "Cảm giác về tâm, tôi sẽ thờ ra" | "Vói tâm Thiên định, tôi sẽ thờ vô" | "Vói tâm Thiên định, tôi sẽ thờ ra" | Trong khi tùy quán tâm trên tâm, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời. Này các Tỷ-kheo, sự tu tập nhập tức xuất tức niệm không thể đến với kẻ thất niệm, không có tinh giác . Do vậy, này các Tỷ-kheo, trong khi tùy quán tâm trên tâm, Tỷ-kheo trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. |
| "Vói tâm hân hoan, tôi sẽ thờ vô" | "Vói tâm hân hoan, tôi sẽ thờ ra" | "Vói tâm giải thoát, tôi sẽ thờ vô" | "Vói tâm giải thoát, tôi sẽ thờ ra" | |

Vị ấy tập (QUÁN PHÁP)

| | | |
|--|---------------------------------|--|
| "Quán vô thường, tôi sẽ thờ vô" | "Quán vô thường, tôi sẽ thờ ra" | Trong khi tùy quán trên các pháp, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo an trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Vị ấy, do đoạn trừ tham ưu, sau khi thấy với trí tuệ, khéo nhìn sự vật với niệm xả ly . Do vậy, này các Tỷ-kheo, trong khi tùy quán pháp trên các pháp, Tỷ-kheo trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. |
| "Quán ly tham thân (thọ, tâm, pháp), quán đoạn diệt thân (thọ, tâm, pháp) quán từ bỏ thân (thọ, tâm, pháp), tôi sẽ thờ vô" | "Quán từ bỏ, tôi sẽ thờ ra" | |

Nhập tức xuất tức niệm, này các Tỷ-kheo, được tu tập như vậy, được làm cho sung mãn như vậy, khiến cho bốn niệm xứ được viên mãn.

LÀM VIÊN MÃN BẢY GIÁC CHI

Và bốn niệm xứ, này các Tỷ-kheo, được tu tập như thế nào, được làm sung mãn như thế nào, khiến cho bảy giác chi được viên mãn?

| | | |
|----------------------------|--|---|
| Niệm giác chi | Này các Tỷ-kheo, trong khi tùy quán thân trên thân, Tỷ-kheo trú , nhiệt tâm, tinh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời, trong khi ấy, niệm không hôn mê của vị ấy được an trú. Trong khi niệm không hôn mê của vị ấy cũng được an trú, này các Tỷ-kheo, trong khi ấy niệm giác chi được bắt đầu khởi lên với Tỷ-kheo. Trong khi ấy, Tỷ-kheo tu tập niệm giác chi. Trong khi ấy, niệm giác chi được Tỷ-kheo tu tập đi đến viên mãn. | Này các Tỷ-kheo, trong khi quán thân trên thân... |
| Trạch pháp giác chi | Vị ấy an trú với chánh niệm như vậy, suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy với trí tuệ. Này các Tỷ-kheo, trong khi trú với chánh niệm như vậy, Tỷ-kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy, trong khi ấy trạch pháp giác chi được bắt đầu khởi lên với Tỷ-kheo. Trong khi ấy, Tỷ-kheo tu tập trạch pháp giác chi. Trong khi ấy, trạch pháp giác chi được Tỷ-kheo tu tập đi đến viên mãn. | Này các Tỷ-kheo, trong khi quán thọ trên thọ... |
| Tinh tấn giác chi | Trong khi Tỷ-kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy, sự tinh tấn không thụ động bắt đầu khởi lên với vị Tỷ-kheo. Này các Tỷ-kheo, trong khi Tỷ-kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy, trong khi ấy sự tinh tấn không thụ động bắt đầu khởi lên với Tỷ-kheo ấy. Trong khi ấy tinh tấn giác chi được bắt đầu khởi lên nơi Tỷ-kheo. Trong khi ấy, Tỷ-kheo tu tập tinh tấn giác chi. Trong khi ấy, tinh tấn giác chi được Tỷ-kheo tu tập đi đến viên mãn. | Này các Tỷ-kheo, trong khi quán tâm trên tâm... |
| Hỷ giác chi | Hỷ không liên hệ đến vật chất được khởi lên nơi vị tinh tấn tinh cần. Này các Tỷ-kheo, trong khi hỷ không liên hệ đến vật chất khởi lên nơi Tỷ-kheo tinh tấn tinh cần, trong khi ấy, hỷ giác chi bắt đầu khởi lên nơi Tỷ-kheo. Trong khi ấy, hỷ giác chi được vị Tỷ-kheo tu tập. Trong khi ấy hỷ giác chi được Tỷ-kheo tu tập đi đến viên mãn. | Này các Tỷ-kheo, trong khi quán pháp trên các pháp... |
| Khinh an giác chi | Thân của vị ấy được tâm hoan hỷ trở thành khinh an, tâm cũng được khinh an . Này các Tỷ-kheo, trong khi Tỷ-kheo với ý hoan hỷ được thân khinh an, được tâm cũng khinh an, trong khi ấy, khinh an giác chi bắt đầu khởi lên nơi Tỷ-kheo. Trong khi ấy, khinh an giác chi được Tỷ-kheo tu tập. Trong khi ấy, khinh an giác chi được Tỷ-kheo làm cho đi đến sung mãn. | |
| Định giác chi | Một vị có thân khinh an, an lạc, tâm vị ấy được định tĩnh . Này các Tỷ-kheo, trong khi Tỷ-kheo có thân khinh an, an lạc, tâm vị ấy được định tĩnh, trong khi ấy, định giác chi bắt đầu khởi lên nơi Tỷ-kheo. Trong khi ấy, định giác chi được Tỷ-kheo tu tập. Trong khi ấy định giác chi được Tỷ-kheo làm cho đi đến sung mãn. | |
| Xả giác chi | Vị ấy với tâm định tĩnh như vậy, khéo nhìn sự vật với ý niệm xả ly . Này các Tỷ-kheo, trong khi Tỷ-kheo với tâm định tĩnh như vậy, khéo nhìn sự vật với ý niệm xả ly, trong khi ấy, xả giác chi bắt đầu khởi lên nơi Tỷ-kheo. Trong khi ấy, xả giác chi được Tỷ-kheo tu tập. Trong khi ấy xả giác chi, được Tỷ-kheo làm cho đến sung mãn. | |

Này các Tỷ-kheo, bốn niệm xứ được tu tập như vậy, được làm cho sung mãn như vậy khiến cho bảy giác chi được sung mãn.

MINH GIẢI THOÁT ĐƯỢC VIÊN MÃN GIẢI THOÁT

Và này các Tỷ-kheo, bảy giác chi được tu tập như thế nào, được làm cho sung mãn như thế nào, khiến cho Minh giải thoát được viên mãn?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tu tập niệm giác chi, liên hệ đến viễn ly, liên hệ đến ly tham, liên hệ đến diệt, hướng đến xả ly; tu tập trạch pháp giác chi... tu tập tinh tấn giác chi... tu tập hỷ giác chi... tu tập khinh an giác chi... tu tập định giác chi... tu tập xả giác chi, liên hệ đến viễn ly, liên hệ đến ly tham, liên hệ đến diệt, hướng đến xả ly. Này các Tỷ-kheo, bảy giác chi được tu tập như vậy, được làm cho sung mãn như vậy, **khiến cho Minh giải thoát được viên mãn**.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỷ-kheo ấy hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.

I.Phẩm một pháp - 8. VIII. Ngọn Đèn (S.v,316) - <https://www.budsas.org/uni/u-kinh-tuongungbo/tu5-54.htm>

MỞ BÀI: Định niệm hơi thở vô, hơi thở ra, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn thời có quả lớn, có lợi ích lớn. Và này các Tỷ-kheo, tu tập định niệm hơi thở vô, hơi thở ra như thế nào, làm cho sung mãn như thế nào thời có quả lớn, có lợi ích lớn?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo đi đến khu rừng, hay đi đến gốc cây, hay đi đến căn nhà trống... "**Quán từ bỏ, tôi sẽ thở vô**", vị ấy tập. "**Quán từ bỏ, tôi sẽ thở ra**", vị ấy tập.

11) Định niệm hơi thở vô, hơi thở ra, này các Tỷ-kheo, tu tập như vậy, làm cho sung mãn như vậy thời có quả lớn, có lợi ích lớn.

12) Này các Tỷ-kheo, Ta trước khi giác ngộ, chưa chứng Chánh Đẳng Giác, khi còn là Bồ-tát, Ta trú nhiều với trú này. Này các Tỷ-kheo, do Ta trú nhiều với trú này, thân Ta và con mắt không có mệt nhọc; và tâm Ta được giải thoát khỏi các lậu hoặc, không có chấp thủ.

Do vậy, này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo ước muốn rằng..., thời định niệm hơi thở vô và hơi thở ra này cần phải khéo tác ý.

| | | | |
|-----------|--|----------|---|
| 1 | "Mong rằng thân và mắt khỏi bị mệt mỏi , và mong rằng tâm tôi được giải thoát khỏi các lậu hoặc, không có chấp thủ" | 5 | "Mong rằng ta sẽ trú với tướng không nhàm chán đối với các pháp nhàm chán" |
| 2 | "Mong rằng các niệm, các tư duy của ta được đoạn tận" | 6 | "Tôi sẽ trú với tướng không nhàm chán đối với các pháp nhàm chán và không nhàm chán" |
| 3 | "Mong rằng ta sẽ trú với tướng nhàm chán đối với các pháp không nhàm chán" | 7 | "Mong rằng sau khi từ bỏ cả hai không nhàm chán và nhàm chán, tôi sẽ trú xả, chánh niệm, tinh giác " |
| 4 | "Tôi sẽ trú với tướng nhàm chán đối với các pháp không nhàm chán và nhàm chán" | 8 | "Mong rằng ly dục, ly pháp bất thiện, tôi sẽ chứng đạt và an trú Thiền thứ nhất , một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ" |
| 9 | "Mong rằng làm cho tịnh chi tầm và tứ, tôi sẽ chứng đạt và an trú Thiền thứ hai , một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh, nhất tâm" | | |
| 10 | "Mong rằng ly hỷ trú xả, chánh niệm tinh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, tôi sẽ chứng đạt và an trú Thiền thứ ba " | | |
| 11 | "Mong rằng đoạn lạc, đoạn khổ, chấm dứt hỷ ưu đã cảm thọ trước, tôi chứng đạt và an trú Thiền thứ tư , không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh" | | |
| 12 | "Vượt qua sắc tướng một cách hoàn toàn, chấm dứt đối ngại tướng, không tác ý các tướng sai biệt, nghĩ rằng: "Hư không là vô biên", chứng đạt và an trú Không vô biên xứ " | | |
| 13 | "Vượt qua Không vô biên xứ một cách hoàn toàn, nghĩ rằng: "Thức là vô biên", tôi có thể chứng đạt và an trú Thức vô biên xứ " | | |
| 14 | "Vượt qua Thức vô biên xứ một cách hoàn toàn, nghĩ rằng: 'Không có vật gì', tôi sẽ chứng đạt và an trú Vô sở hữu xứ " | | |
| 16 | "Vượt qua Vô sở hữu xứ một cách hoàn toàn, tôi sẽ chứng đạt và an trú Phi tướng phi phi tướng xứ " | | |
| 17 | "Vượt qua Phi tướng phi phi tướng xứ một cách hoàn toàn, tôi sẽ chứng đạt và an trú Diệt thọ tướng định " | | |

Trong khi tu tập định niệm hơi thở vô, hơi thở ra như vậy, này các Tỷ-kheo, trong khi làm cho sung mãn như vậy, vị ấy cảm giác lạc thọ. Vị ấy rõ biết:



30) Nếu vị ấy cảm giác lạc thọ, thọ ấy được cảm thọ không bị trói buộc. Nếu vị ấy cảm giác khổ thọ, thọ ấy được cảm thọ không bị trói buộc. Nếu vị ấy cảm giác bất khổ bất lạc thọ, thọ ấy được cảm thọ không bị trói buộc. Khi vị ấy đang cảm giác một cảm thọ tận cùng sức chịu đựng của thân, vị ấy rõ biết: "Tôi cảm giác một cảm thọ tận cùng sức chịu đựng của thân". Khi vị ấy cảm giác một cảm thọ tận cùng sức chịu đựng của sinh mạng, vị ấy rõ biết: "Tôi cảm giác một cảm thọ tận cùng sức chịu đựng của sinh mạng". Khi thân hoại mạng chung, vị ấy rõ biết: "Ở đây, tất cả mọi cảm thọ đều không có gì được hân hoan, và sẽ trở thành mát lạnh"

31) Ví như, này các Tỷ-kheo, do duyên dầu, duyên tim, một cây đèn dầu được cháy sáng. Nếu dầu và tim của ngọn đèn ấy đi đến tiêu diệt, nhiên liệu không được mang đến, thời ngọn đèn sẽ tắt. Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, khi Tỷ-kheo cảm giác một cảm thọ tận cùng sức chịu đựng của thân, vị ấy rõ biết: "Tôi cảm giác một cảm thọ tận cùng sức chịu đựng của thân". Khi Tỷ-kheo cảm giác một cảm thọ tận cùng sức chịu đựng của sinh mạng, vị ấy rõ biết: "Tôi cảm giác một cảm thọ tận cùng sức chịu đựng của sinh mạng". Khi thân hoại mạng chung, vị ấy rõ biết: "Ở đây, tất cả những gì được cảm thọ đều không có gì được hân hoan, và sẽ trở thành mát lạnh".

Này các Tỷ-kheo, **có bốn định tu tập** này. Thế nào là bốn?

Có định tu tập, này các Tỷ-kheo, do tu tập, do làm cho sung mãn

đưa đến hiện tại lạc trú

đưa đến chứng được tri kiến

đưa đến chánh niệm tinh giác

đưa đến đoạn tận các lậu hoặc

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến **hiện tại lạc trú?**

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ly dục, ly các pháp bất thiện... chứng đạt và an trú sơ thiền ... thiền thứ hai ... thiền thứ ba ... thiền thứ tư.

Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến hiện tại lạc trú.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chứng được **tri kiến?**

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tác ý **tướng ánh sáng, an trú tướng ban ngày, ngày như thế nào thời đêm như vậy, đêm như thế nào thời ngày như vậy.**

Như vậy, với tâm rộng mở, không có bị bao phủ, tu tập tâm đến chỗ sáng chói.

Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chứng được tri kiến.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến **chánh niệm tinh giác?**

Ở đây, này các Tỷ-kheo, với vị Tỷ-kheo

thọ khởi lên được rõ biết, thọ an trú được rõ biết, thọ chấm dứt được rõ biết;

tướng khởi lên được rõ biết, tướng an trú được rõ biết, tướng chấm dứt được rõ biết;

tâm khởi lên được rõ biết, tâm an trú được rõ biết, tâm chấm dứt được rõ biết.

Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chánh niệm tinh giác.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến đoạn tận **các lậu hoặc?**

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú tùy quán sanh diệt trong năm thủ uẩn:

Đây là sắc, đây là sắc tập khởi, đây là sắc chấm dứt;

đây là thọ, đây là thọ tập khởi, đây là thọ chấm dứt;

đây là tưởng, đây là tưởng tập khởi, đây là tưởng chấm dứt;

đây là các hành, đây là các hành tập khởi, đây là các hành chấm dứt;

đây là thức, đây là thức tập khởi, đây là thức chấm dứt.

Này các Tỷ-kheo, đây là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến đoạn tận các lậu hoặc.

Này các Tỷ-kheo, có bốn định tu tập này. Và cũng về vấn đề này, Ta có nói đến trong phẩm về mục đích, trong kinh gọi là "Các câu hỏi của Punnaka".

*Do tư sát, ở đời,
Các sự vật thắng, liệt,
Không vật gì ở đời,
Làm vị ấy dao động.
An tịnh, không mờ mịt,
Không phiền não, không tham,
Ta nói vị ấy vượt,
Qua khỏi sanh và già.*