

**TAM TẠNG THÁNH KINH PHẬT GIÁO  
TẠNG KINH ( NIKÀYA )**

---

*Thi Hóa*  
**TRUNG BỘ KINH**  
( Majjhima Nikàya )

**Hòa Thượng THÍCH MINH CHÂU**  
Dịch sang tiếng Việt từ Tam Tạng Pàli

Chuyển thể Thơ :

**Giới Lạc MAI LẠC HỒNG** tự **TUỆ NGHIÊM**  
( Huynh Trưởng Cấp Tấn - GDPTVN tại Hoa Kỳ )  
Email : honglacmai1@yahoo.com

\* Kính mong Chư Tôn Thạc Đức và chư Thiện Hữu Tri Thức khi đọc “Thi hóa Trung Bộ Kinh” xin hoan hỷ đối chiếu, so sánh với nguyên bản dịch phẩm của Ngài Cố Hòa Thượng Minh Châu – và hoan hỷ chỉ dẫn cho chúng con những chỗ sai lầm . Xin đê đầu cảm tạ .

---

( **5 KINH**  
**từ số 116 đến số 120** )

---

MỤC LỤC ::

<i>Tên Kinh</i>	<i>Trang :</i>
116) Kinh THÔN TIÊN ( <i>Tập 3</i> ) – Isigili Sutta	573
117) Đại Kinh BỐN MƯỜI – Mahàcattàrisaka Sutta	579
118) Kinh QUÁN NIỆM HỜI THỞ – Anàpànasati Sutta	593
119) Kinh THÂN HÀNH NIỆM – Kàyagatàsati Sutta	607
120) Kinh HÀNH SANH – Sankhàrupapatti Sutta	627

---

# 116. Kinh THÔN TIÊN ( Isigili sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời, Đức Thế Tôn Giác Giả  
Trú Rá-Chá-Gá-Há (1) kinh kỳ,  
Trên núi I-Sí-Ghi-Li

‘Thôn Tiên’ tên ấy đồng thì gọi đây.

Tại nơi này, Thế Tôn cho gọi  
Chúng Tăng đến và nói như vậy :

– “ Các Tỷ Kheo ! Các ông đây  
Có thấy núi ‘Phụ Trọng’ này hay không ? ”  
(Vê-Pha-Ra (2) cũng đồng núi ấy)

– “ Thừa có thấy, bạch đức Phật Đà ! ”.

– “ Các Tỷ Kheo ! Đây chỉ là  
Một tên khác của Vê-Pha-Ra này.  
Xa xa đây, núi Pan-Đa-Vá (3)  
(Núi Bạch Thiện) kia đã thấy không ? ”.

– “ Thừa có thấy, bạch Thế Tôn ! ”.

– “ Đây là danh xưng khác thông qua vậy.  
Các ông đây có thấy núi đá  
Vê-Pun-Lá (4) Quảng Phổ kia không ? ”.

– “ Thừa có thấy, bạch Thế Tôn ! ”.

– “ Đây chỉ là tên khác đồng kể ra

---

(1) : Rajagaha – Thành Vương Xá của nước Magadha (Ma-Kiệt-Đà). (2) : Núi Vebhara – Phụ Trọng (3) : Núi Pandava – Bạch Thiện. (4) : Núi Vepulla – Quảng Phổ.

Có thấy núi Ghít-Cha-Kú-Tá (1)  
(Núi Linh Thứu) sơn dã kia không ? ”.  
– “ Thừa có thấy, bạch Thế Tôn ! ”.

– “ Đây là danh xưng khác đồng tường tri.  
Có thấy núi I-Si-Ghi-Lí ? ”.  
(Tên ‘Thôn Tiên’ cũng chỉ núi này).

– “ Có thấy, bạch đức Như Lai ! ”.

– “ Chỉ là danh xưng khác đây gọi vậy.  
Chúng Tăng này ! Thuở xưa có các  
Năm trăm vị Độc Giác Phật Đà (2)

Sống trong thời gian lâu xa  
Tại I-Si-Ghi-Lí (là Thôn Tiên)  
Lúc đầu tiên dân chúng đều thấy  
Các vị ấy đi vào núi đây,

Nhưng thời gian thật lâu dài  
Họ không thấy các vị này trở ra,  
Dân chúng liền bảo là : “ Núi ấy  
Đã nuốt lấy ẩn sĩ các vị ”.

Nên gọi I-Si-Ghi-Li  
Nghĩa là ‘nuốt mất những vị Tiên nhân’.  
Ta sẽ kể về phần danh tánh  
Các vị Thánh Độc Giác Phật này,  
Lắng nghe, suy nghiệm kỹ đây ! ”.

---

(1) : Gijjhakuta – Núi Linh Thứu hay Linh Sơn.

(2) : Ba quả vị chứng ngộ : a/ Sammāsambuddha – Toàn Giác.  
b/ Paccekabuddha – Độc Giác hay Duyên Giác hay Bích Chi Phật (các ngài chứng đạt Phật quả nhưng chỉ một mình liễu ngộ, không thể giảng giải cho mọi người hiểu được chân lý).  
c/ Thanh (Thỉnh) Văn Giác – Sāvakàya (các ngài nghe một vị Toàn Giác giảng giải, đắc Tứ Thánh quả : Tu-đà-hoàn, Tu-đà-hàm, A-na-hàm và A-La-Hán).

– “ Chúng con nghe kỹ lời Ngài thuyết ra ”.

Đức Phật Đà nêu danh tất cả :

– “ A-Rít-Thá, U-Pá-Rít-Tha, (1)

Ta-Ga-Rá-Si-Khi, và (1)

Da-Sát-Sí, Su-Đát-Sa-Na lành, (2)

Pi-Da-Đát-Si, Ganh-Tha-Rá, (2)

Pin-Đô-Lá, Ú-Pá-Sá-Pha, (3)

Ni-Tha cùng Sú-Tá-Va, (3)

Ta-Tha, Pha-Ví-Tát-Tà, Su-Pha, (4)

Các vị là Duyên Giác Phật cả,

Trú lâu trong sơn dã Thôn Tiên.

*Hữu tình tinh hoa, đại duyên,*

*Chư vị không khổ, não phiền, ái tham,*

*Riêng mình chứng đắc lạc an,*

*Vô Thượng Chánh Giác ( khó san sẻ phần*

*Sự chứng ngộ cho Thiên, Nhân )*

*Chư vị là thượng-thắng-nhân vững bền,*

*Vượt ngoài tầm bắn mũi tên.*

*Lóng nghe, Ta sẽ xướng liền tên ra :*

*Ngoài những vị vừa kể ra*

*Còn có vị : Mê-Thu-Là, Sum-Pha, (5)*

*Cùng A-Thát-Sú-Mê-Ga, (5)*

*Át-Tha-Má, A-Ni-Gà, Hin-Ga, (6)*

*Hin-Gu và Sú-Đá-Tha, (6)*

(1) đến (6) : Các vị Phật Độc Giác (còn gọi là Duyên Giác hay Bích-Chi Phật ( Pacceka Buddha ) : Arittha, Uparittha, Tagarasikhi, Yasassi, Sudassana, Piyadassi, Gandhara, Pindola, Upasabha, Nitha, Sutava, Tatha, Bhavitatta, Subha, Methula, Sumbha, Athassumegha, Atthama, Anigha, Hinga, Hingu, Sudatha.

*Chư vị Độc Giác Phật Đà tịnh thanh*

*Đã đoạn trừ nguồn tái sanh,*

*Bậc đại-uy-lực tâm lành vị tha.*

*Rồi đến vị Át-Tha-Ka, (1)*

*Cha-Li ẩn sĩ, Kô-Sa-La vì, (1)*

*Su-Ba-Hu cùng Nê-Mi, (2)*

*Ka-La, U-Pá-Nê-Mi, Chi-Tà, (2)*

*Pát-Si, Sanh-Tá-Chít-Ta, (3)*

*Ân-Ga, U-Pá-Ka-Là, Pan-Ga, (3)*

*Các ngài chân thực tinh hoa,*

*Bậc hiền triết, ly trần và như chân,*

*Đoạn trừ chấp thủ mọi phần,*

*Căn rễ đau khổ cõi trần lâu xa.*

*Các vị : Gu-Ti-Chí-Ta, (4)*

*Và A-Pa-Rá-Chi-Tà, Sát-Tha, (4)*

*Pa-Vát-Ta, A-Si-Ta, (5)*

*Sa-Ra-Phan-Gá, Lô-Mà-Han-Sa, (5)*

*Cùng Úc-Chân-Gá Ma-Da, (6)*

*Ma-Nô-Ma-Dá, A-Na-Sa-Và, (6)*

*Các ngài đánh bại quân ma,*

*Đoạn trừ chương nạn, an hòa hoan ca.*

*Ban-Thu-Má, Kê-Tu-Ma, (7)*

*Ngài Ta-Đa-Thí-Mút-Tà (7) Bích-Chi,*

*Bậc vô-cầu-ué, uy nghi,*

*Su-Mãng-Gá-Lá, A-Ri-Dà, và (8)*

(1) đến (8) : Các Ngài : Atthaka, Jali, Kosala, Subahu, Nemi, Kala, Upanemi, Jita, Passi, Santacitta, Anga, Upakala, Panga, Gutijjita, Aparajita, Satthà, Pavatta, Asita, Sarabhanga, Lomahansa, Uccangamaya, Manomaya, Anasava, Bandhuma, Ketuma, Tadadhimutta, Sumangala, Ariya.

Ngài Kê-Tung-Bá-Rá-Ga, (1)  
Ma-Tan-Gá, Ác-Chú-Tà, Săng-Ga, (2)  
Đáp-Bi-Lá, Á-Sây-Ha, (3)  
Ngài Su-Pa-Tít-Thí-Ta, cùng là (4)  
Ngài Khê-Ma-Phí-Ra-Ta, (4)  
Đu-Ran-Na-Dá, Sô-Ra-Ta, và (5)  
Ngài Ác-Chu-Tá-Ga-Ma, (5)  
Phi thường can đảm, tinh hoa hải hà  
A-Nan-Đa và Nan-Đa, (6)  
Ma-Ha-Na-Má, U-Pa-Nan-Đà, (7)  
Bô-Thi, Pha-Rát-Va-Cha (8)  
Thượng thắng, có chóp tóc và hào hoa.  
Tít-Sá, U-Pá-Tít-Sa, (9)  
U-Pa-Si-Đá-Ri là Bích Chi (10)  
Dứt hữu-kiết-sử tức thì  
Đoạn trừ tham ái, ngài Man-Ga-Là, (10)  
Cùng các Bích Chi Phật Đà :  
Chê-Tá, U-Pa-Ni-Ta... các vị (11)  
Độc Giác Phật Sí-Đa-Ri (11)  
Đoạn trừ tham, gốc khổ thì cắt qua.  
Sun-Đa-Rá, Cha-Danh-Ta, (12)  
U-Pô-Sa-Thá, Sách-Chà-Na-Ma, (13)  
Pa-Đu-Ma, Úp-Pá-La, (14)  
Pa-Đu-Mút-Tá-Ra và Kanh-Ha, (15)  
Rắc-Khí-Ta, Páp-Ba-La (15)

---

(1) đến (15) : Các Ngài : Ketumbaraga, Matanga, Accuta, Sangha, Dabbila, Asayha, Supatitthita, Khemabhirata, Durannaya, Sorata, Accutagama, Ananda, Nanda, Mahanama, Upananda, Bodhi, Bharadvaja, Tissa, Upatissa, Upasidari, Mangala, Jeta, Upanita, Sidari, Sundara, Jayanta, Uposatha, Saccanama, Paduma, Uppala, Padumuttara, Kanhha, Rakkhita, Pabbala.

Ma-Nát-Thát-Thá, Vi-Ta-Ga-Rà, (1)  
Độc Giác Phật Sô-Phí Ta (1)  
Vời tâm giải thoát, từ hòa tịnh thanh,  
Cùng các vị chưa nêu danh  
Năm trăm Độc Giác ( an lành Bích-Chi )  
Những bậc Đại Lực, Đại Uy  
Dứt luân hồi, đoạn tức thì tử sinh,  
Hãy đánh lễ thật chí thành  
Chư Đại Ấn Sĩ tịnh thanh vô lượng  
Thắng mọi chiến trận các phương  
Niết Bàn tán nhập, nêu gương xuất trần ./-

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật( 3 L )

\*  
\* \*

( Chấm dứt Kinh số 116 : THÔN TIÊN –  
ISIGILI Sutta )

---

(1) : Các vị Phật Độc Giác (tt) : Manatthaddha, Vitagara, Sobhita.

# 117. Đại Kinh **BỒN MƯỜI** ( Mahàcattàrisaka sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời, Đức Thế Tôn Thiện Thệ  
Sa-Vát-Thí – Xá-Vệ – trú qua

Tại chùa Chê-Tá-Va-Na (1)

( Kỳ Viên Tinh Xá cũng là nơi đây )

Tinh Xá này do vị Trưởng-giả

Là A-Ná-Tha Pín-Đi-Ka (2)

( Hay Cấp Cô Độc cũng là )

Tín thành dâng đến Phật Đà Như Lai.

Tại đây Ngài gọi chư Phích-Khú : (3)

– “ Các Phích-Khú ! Hãy khéo nghe đây ! ”.

Chư Tỷ Kheo tại nơi này

Vâng đáp lời Phật. Rồi Ngài thuyết ngay :

– “ Các Tỷ Kheo ! Như Lai sẽ giảng

Thánh Chánh Định viên mãn, yên nguyên

Cùng các tư trợ, cận duyên.

Hãy lắng nghe, suy nghiệm xuyên suốt liền ”.

– “ Thừa vâng, bạch Phước điền Điều Ngự ! ”.

– “ Chư Phích-Khú ! Thánh Chánh định, nguyên

Thế nào với các cận duyên,

Và các tư trợ tương liên mọi thì ?

Chính là Chánh Tư Duy, Chánh Kiến,

Chánh Ngữ thiện, Chánh Nghiệp, cùng là

(1) : Tinh Xá Kỳ Viên – Jetavanavihàra do Trưởng-giả Cấp-Cô-Độc – Anathapindika dâng cúng đến Đức Phật.

(2) : Bhikkhu – Tỷ-Kheo hay Tỷ-Kheo, được dịch là Khất Sĩ.

Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, và  
Cùng với Chánh Niệm, trải qua âm thầm.

Các Tỷ Kheo ! Nhất tâm nào đó

Được tư trợ với bảy chi phần

Là Thánh Chánh Định chánh chân,

Cùng các tư trợ, các phần cận duyên.

( Chánh Kiến ) :

Các Tỷ Kheo ! Đầu tiên : Chánh kiến.

Sao Chánh kiến lại đi hàng đầu ?

Tuệ tri tà kiến trước sau

Cũng là tà kiến, duyên sâu nghiệp tà.

Tuệ tri Chánh kiến là Chánh kiến,

Như vậy là chánh kiến vị này.

Sao là tà kiến điều này ?

‘Không bỏ thí cũng không hay cúng dường,

Không tế tự, không tưởng quả báo

Các nghiệp thiện, ác đạo mình gây,

Không có đời khác, đời này,

Không có cha mẹ, không rày hóa sinh,

Cũng không tin đời này có các

Phạm-chí hoặc Sa-môn tu hành

Chánh hướng, chánh hạnh nghiêm minh

Có thượng trí và tự mình có nên

Chúng đạt, tuyên bố lên như vậy’.

Các Tỷ Kheo ! Kẻ ấy chính là

( ) : Bát Chánh Đạo : 1) Chánh kiến ( sammà ditthi ), 2) Chánh tư duy ( sammà samkappa ), 3) Chánh ngữ ( sammà vācā ), 4) Chánh nghiệp ( sammà kammanta ), 5) Chánh mạng ( sammà Ajīva ), 6) Chánh tinh tấn ( sammà vāyāma ), 7) Chánh niệm ( sammà sati ), 8) Chánh định ( sammà samādhi ).

Người có tà kiến xấu xa.  
Các Tỷ Kheo ! Chánh kiến là sao đây ?  
Phải hiểu vậy : Hai loại chánh kiến :  
– Loại *chánh kiến hữu lậu* này thì  
Thuộc phước báo, quả sanh y.  
– Một loại *chánh kiến* thuộc vì Thánh nhân  
Là *vô lậu*, xuất trần siêu thế  
Thuộc đạo chi vi tế, thanh cao.  
Này các Tỷ Kheo ! Thế nào  
Chánh kiến hữu lậu thuộc vào phước ni ?  
Đưa đến quả sanh y, đượ chỉ ?  
Có bố thí, có sự cúng dường,  
Có sự tế tự thường thường,  
Có quả báo thiện ác đường nghiệp đây,  
Có đời này đời khác, cha, mẹ,  
Và cũng sẽ có loại hóa sanh,  
Có các Sa-môn tịnh thanh,  
Có các Phạm-chí hạnh lành chánh chân  
Cùng chánh hướng, với phần thượng trí  
Tự mình chứng đạt vị đời này,  
Đời khác, rồi nói ra lời.  
Chánh kiến hữu lậu này thời là danh  
Thuộc phước báo, dẫn sanh y quả.  
Các Tỷ Kheo ! Hoặc giả thế nào  
Chánh kiến bậc Thánh thuộc vào,  
Vô lậu, siêu thế thanh cao mọi bề  
Và thuộc về đạo chi như thế ?  
Các Tỷ Kheo ! Phạm hễ cái gì  
Thuộc trí tuệ, các giác-chi,  
Tuệ căn, tuệ lực, hành trì uy nghi,

Cùng trạch-pháp giác-chi, chánh kiến,  
Đạo chỉ hiện một vị tu hành  
Thánh đạo, thành thực tinh anh  
Trong Thánh đạo, có tựu thành thánh tâm  
Và có vô-lậu-tâm tròn đủ.  
Các Phích-Khú ! Như vậy thuộc liền  
Bậc Thánh vô lậu, siêu nhiên.  
Những ai tinh tấn cần chuyên diệt phần  
Tà kiến, thành tựu phần Chánh kiến  
Là biểu hiện Chánh-tinh-tấn này.  
Cũng vậy, một khi vị đây  
Chánh niệm để đoạn diệt ngay kiến tà,  
Chánh niệm đạt được và an trú  
Vào chánh kiến đầy đủ như vậy,  
Là chánh niệm của vị này.  
Các Tỷ Kheo ! Ba pháp này chạy theo  
Chạy vòng theo, tức là chánh kiến,  
Chánh tinh tấn, chánh niệm như vậy.

( *Chánh tư duy* ) :

Này các Tỷ Kheo ! Ở đây  
Đi đầu là chánh kiến này. Vì sao ?  
Như thế nào đứng đầu : Chánh kiến ?  
Tuệ tri chuyện tà-tư-duy, thì  
Nó chính là tà tư duy.  
Còn tuệ tri chánh-tư-duy chính là  
Chánh tư-duy . Đó là chánh kiến.  
Sao biểu hiện là tà-tư-duy ?  
Dục tư duy, sân tư duy,  
Hại tư duy nữa, mọi thì có ra  
Chính là tà tư duy gồm đủ

Các Phích-Khú ! Còn chánh-tư-duy.  
Thế nào là chánh tư duy ?  
Ta nói có chánh tư duy hai phần :  
Chánh tư duy thuộc phần hữu lậu  
Thuộc phước báo, dẫn quả sanh y.  
Còn có loại chánh tư duy  
Thuộc bậc Thánh vô lậu, thì thanh cao  
Siêu thế và thuộc vào đạo chỉ  
Sao là vị có chánh tư duy  
Hữu lậu, dẫn quả sanh y,  
Thuộc về phước báo ? Chính lý dục này,  
Vô sân hay tư duy bất hại  
Thời như vậy là chánh tư duy  
Hữu lậu, dẫn quả sanh y  
Thuộc phước báo. Còn tư duy chánh nào  
Thuộc bậc Thánh thanh cao, vô lậu,  
Siêu thế, đạo chỉ ấy tư duy.  
Các Tỷ Kheo ! Phàm cái gì  
Thuộc suy tư, tầm cầu, vì tư duy  
Ngữ-hành chi do chú tâm tới,  
Chuyên tâm với một vị tu trì  
Thánh đạo, thuần thực đường ni,  
Có tâm vô lậu, có thì Thánh tâm.  
Nói không lầm : Tu duy như thế  
Thuộc bậc Thánh siêu thế, an như.  
Những ai tinh tấn đoạn trừ  
Tà tư-duy và chánh tư-duy này  
Được tựu thành; như vậy đích thị  
Chánh tinh tấn của vị ấy đây !  
Ai chánh niệm đoạn trừ ngay

Tà tư duy, chánh niệm này đạt xong  
An trú trong chánh tư duy ấy  
Thời như vậy là chánh niệm rồi.  
Như vậy ba pháp chẳng rời  
Chạy theo chánh tư duy, thời gọi ra :  
Chánh kiến và chánh tinh tấn ấy,  
Cùng chánh niệm, cứ mãi duyên theo.

( Chánh ngữ ) :

Ở đây, này các Tỷ Kheo !  
Đi đầu chánh kiến, duyên theo dần dà :  
Tuệ tri tà ngữ là tà ngữ,  
Biết chánh ngữ là chánh ngữ ngay  
Là chánh kiến của vị này.  
Sao là tà ngữ ? Những ai dùng lời  
Nói dối trá, nói lời hai lưỡi,  
Lời mắng chưởi ( ác khẩu xấu xa ),  
Nói lời phù phiếm ba hoa...  
Các Tỷ Kheo ! Đó là tà-ngữ sâu.  
Còn thế nào là chánh ngữ vậy ?  
Ta nói có hai loại cần tri :  
Chánh ngữ hữu lậu thực thi  
Thuộc phước báo, quả sanh y đưa về.  
Còn vấn đề chánh ngữ vô lậu  
Thuộc bậc Thánh, toàn hảo, tròn đầy,  
Siêu thế, thuộc đạo chỉ này.  
Cái gì từ bỏ, dứt ngay, xa rời  
Bôn ác ngữ đó, thời đích thị  
Đối với vị Thánh đạo tu chuyên  
Thuần thực trong Thánh đạo tuyền,

Có tâm vô lậu, có Hiền Thánh tâm,  
Vô lậu tâm có, là lời chánh,  
Thuộc bậc Thánh vô lậu, siêu trần.  
Những ai đoạn trừ tinh cần  
Các ác tà ngữ, tựu thành lời chân  
Đó là phần chánh tinh tấn đầy  
Của vị ấy. Chánh niệm đoạn trừ  
Tà ngữ. Chánh ngữ an như  
Đạt và an trú, thời như vậy là  
Chánh niệm của vị mà tu tập,  
Và ba pháp cứ chạy theo hoài,  
Chạy vòng chánh ngữ trải qua  
Tức chánh kiến, chánh niệm và thứ ba  
Là chánh niệm, cả ba pháp ấy.

( *Chánh nghiệp* ) :

Và ở đây, này các Tỷ Kheo !  
Chánh kiến luôn đi hàng đầu  
Sao là chánh kiến đi đầu trải qua ?  
Tuệ tri tà nghiệp là tà nghiệp,  
Biết chánh nghiệp là chánh nghiệp ngay  
Là chánh kiến của vị này.  
Sao là tà nghiệp ? Người đầy tham, sân,  
Sát sanh, trộm lấy phần người khác,  
Thường tà hạnh trong các dục hoài,  
Đó là tà nghiệp đã vay.  
Sao là chánh nghiệp ? Như Lai nói rằng  
Có hai loại thuộc phần chánh nghiệp :  
Là chánh nghiệp hữu lậu, phước dày,  
Đưa đến quả sanh y ngay.  
Và chánh nghiệp bậc Thánh đầy tinh hoa

Vô lậu và siêu thế, đạo chỉ.  
Cái gì thuộc dứt kỹ, trừ nhanh,  
Viễn ly ba thân ác hành,  
Thời đối với vị tu hành tịnh thanh  
Thánh đạo, thành thực, rành thánh đạo,  
Có Thánh tâm, vô lậu tâm phần  
Là chánh nghiệp bậc xuất trần,  
Vô lậu, siêu thế Thánh nhân thuần từ.  
Ai tinh tấn đoạn trừ tà nghiệp,  
Cùng thành tựu chánh nghiệp như vậy  
Là chánh tinh tấn vị này.  
Ai chánh niệm, đoạn trừ ngay nghiệp tà,  
Chánh niệm đạt được và an trú  
Trong chánh nghiệp, thực thụ điều đây  
Là chánh niệm của vị này.  
Như vậy, ba pháp theo hoài, dính đeo  
Chạy vòng theo chánh nghiệp bất biến  
Là chánh kiến, chánh tinh tấn, và  
Chánh niệm – tròn đủ cả ba.

( *Chánh mạng* ) :

Các Tỷ Kheo ! Đã hiểu qua thế nào  
Chánh kiến đi hàng đầu ? Biết rõ  
Tà mạng đó là tà mạng ngay,  
Chánh mạng là chánh mạng vậy,  
Đó là chánh kiến vị này hằng theo.  
Các Tỷ Kheo ! Sao là tà mạng ?  
Nói dưới dạng lừa đảo, điều ngoa,  
Hiện tướng xảo trá, gian tà,  
Lấy lợi cầu lợi – là tà mạng ngay.  
Còn ở đây, sao là chánh mạng ?



Có hai loại : Một loại cần tri  
Chánh mạng hữu lậu hữu vi  
Thuộc phước báo, quả sanh y đưa vào.  
Vị Thánh đệ tử nào trừ đoạn  
Tà mạng, nuôi sống mạng chánh chân,  
( Chánh mạng hữu lậu thuộc phần )  
Chánh mạng vô lậu Thánh nhân thuộc về  
Siêu thế, thuộc một bề đạo chỉ,  
Cái gì chỉ từ bỏ, dứt đi,  
Từ khước, tà mạng viễn ly,  
Đối với tu tập, một vì kính tuân  
Theo Thánh đạo và huân Thánh đạo,  
Có vô lậu và Hiền thánh tâm.  
Những ai nỗ lực tinh cần  
Đoạn trừ tà mạng, tự thân tự thành  
Chánh mạng lành – là chánh tinh tấn.  
Ai chánh niệm, tà mạng diệt ngay.  
Chánh niệm đạt được đủ đầy,  
An trú chánh mạng như vậy chỉ ra  
Ba pháp mà chạy theo chánh mạng :  
Chánh kiến, chánh tinh tấn – cùng là  
Chánh niệm – cả thảy là ba.

( Đại Pháp Môn Bốn Mươi ) :

Các Tỷ Kheo ! Như vậy là trước sau  
Chánh kiến đi hàng đầu, cùng tiến.  
Sao chánh kiến đi đầu mọi thì ?  
Do nó mà chánh tư duy  
Khởi lên. Do chánh tư duy, tiếp liền  
Chánh ngữ được khởi lên. Tương tự  
Do chánh ngữ, chánh nghiệp khởi lên

Rồi chánh mạng được khởi lên  
Do chánh nghiệp đó. Khởi lên ‘tinh cần’  
(Chánh tinh tấn) là do chánh mạng,  
Do tinh tấn chân chánh, cho nên  
Chánh niệm đã được khởi lên,  
Do chánh niệm được khởi liền như trên  
Nên chánh định khởi lên thuận lợi,  
Chánh trí bởi chánh định khởi lên,  
Chánh giải thoát được khởi lên  
Do từ chánh trí, nêu tên đủ đầy.  
Các Tỷ Kheo ! Như vậy đạo lộ  
Của vị hữu-học đó trải qua  
Gồm có tám chi phần, và  
A-La-Hán đạo lộ là mười chi.  
Sao chánh kiến lại đi đầu vậy ?  
Tà kiến thắng do chánh kiến mà  
Làm cho đoạn diệt, tiêu ma.  
Ác bất thiện pháp được tà kiến kia  
Đã duyên khởi- đoạn lìa, diệt nó.  
Trong vị có chánh kiến tuệ tri  
Và những thiện pháp duy trì,  
Được chánh kiến duyên khởi thì pháp trên  
Được tu tập, trở nên viên mãn.  
Tà tư duy bị đoạn diệt vì  
Chính do từ chánh tư duy.  
Tà ngữ do chánh ngữ ni diệt liền.  
Tà nghiệp thì do duyên chánh nghiệp  
Làm tiêu diệt. Tà mạng cũng vậy  
Do chánh mạng tiêu diệt ngay.  
Rồi chánh tinh tấn ở đây diệt liền

Tà tinh tấn. Cần chuyên chánh niệm  
Làm tiêu diệt tà niệm đêm ngày.  
Chánh định diệt tà định ngay.  
Do chánh trí làm diệt ngay trí tà.  
Các Tỷ Kheo ! Còn tà giải thoát  
Thì do chánh giải thoát diệt qua,  
Các bất thiện pháp ác tà  
Được duyên khởi bởi hoặc tà tư duy,  
Hoặc tà ngữ, hoặc vì tà nghiệp,  
Hoặc tà mạng, hoặc tiếp theo là  
Tà tinh tấn, tà niệm, và  
Tà định, tà trí, hoặc là kẻ qua  
Tà giải thoát... đều là duyên khởi  
Bị diệt bởi chân chánh thực thi  
Của hai mươi phần hành trì  
Là chánh kiến, chánh tư duy, cùng là  
Chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh tiến,  
Chánh niệm, chánh định, khiến có ngay  
Chánh trí, chánh giải thoát này.  
Vớ người chân chánh đủ đầy điều trên  
Các thiện pháp khởi lên do sự  
Pháp tuần tự cần hành trên đây  
Được phát triển và tròn đầy.  
Do đó, các Tỷ Kheo này ! Chánh chân  
Có hai mươi thiện phần chân thật,  
Hai mươi bất thiện phần, hại thay !  
Đại Pháp Môn Bốn Mươi này  
Đã được chuyển vận không rày bị ngăn,  
Bị chặn đứng bởi nhân một vị  
Sa-môn hay Phạm-chí, Thiên, Ma,

Phạm Thiên hay cõi người ta.  
Nếu có Phạm-chí hay Sa-môn nào  
Nghĩ tào lao : Đại Pháp-môn đó  
( Đại Pháp Môn gồm có Bốn Mươi )  
Đáng bị phê bình nặng lời,  
Đáng bị phỉ báng ; thì nơi hiện thời  
Mười thuận thuyết hay mười tùy thuyết  
Hợp pháp, được chi tiết nói lên  
Để chỉ trích người ấy liền.  
Nếu Tôn-giả chỉ trích trên đồng thời  
Chỉ trích đó là người chánh kiến  
Khác Sa-môn tà kiến, làm đường,  
Thời vị ấy đáng cúng dường,  
Đáng được ca tụng, tán dương hết lời.  
Nếu Tôn-giả ấy thời chỉ trích  
Chánh tư duy hay chánh ngữ lời,  
Chánh nghiệp, chánh mạng, đồng thời  
Chánh tinh tấn, chánh niệm, rồi thiên-na  
Chánh định và chánh trí, giải thoát,  
Các Sa-môn hay các Bàn-môn  
Có tà tư duy, tà ngôn,  
Tà nghiệp, tà mạng cùng tinh tấn tà,  
Tà định, tà trí, tà giải thoát,  
Các sa-môn hay các Bàn-môn  
Có các tà ấy bảo tồn  
Thời vị ấy có đáng tôn, cúng dường ?  
Đáng tán dương ? Này chư Tăng Sĩ !  
Nếu Sa-môn, Phạm-chí nào thời  
Nghĩ Đại pháp môn Bốn Mươi  
Đáng bị phỉ báng, đáng lời chê bai,

Thời ngay hiện tại này, đặc biệt  
Mười thiện thuyết hợp pháp nêu lên  
Để chỉ trích người ấy liền.

Này các Phích-Khú ! Hãy nên biết là  
Dân chúng ở Úc-Ka-Lá ấy (1)  
Hoặc ở tại Vát-Sá, Phan-Na (2)  
Theo vô-nhân-luận, hoặc là  
Theo vô-tác-luận, hay là hư-vô,  
Họ cũng không hề đồ nghĩ quẩn :  
‘Đại pháp môn này vẫn đáng chê,  
Đáng bị chỉ trích nặng nề,  
Đáng bị phỉ báng’. Vấn đề ở đây  
Là sao vậy ? Vì ngay chính họ  
Sợ quở trách, phần nộ, phản công,  
Vì họ tự biết thật lòng  
Đó là ‘chân lý’, khó mong đổi dời ”.

Nghe những lời Phật Đà thuyết giảng  
Pháp Bốn Mười viên mãn, vẹn toàn  
Chư Tỷ Kheo tại đạo tràng  
Hoan hỷ tín thọ lời vàng Thế Tôn ./-

*Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật( 3 L )*

\*  
\* \*

( Chấm dứt Kinh số 117 : **Đại Kinh BỐN MƯỜI** –  
*MAHÀCATTÀRÌSAKA Sutta* )

---

(1) : Ukkala . (2) : Vassa, Bhanna .

# 118. Kinh NHẬP TỨC, XUẤT TỨC NIỆM ( Anàpànasati sutta ) [ Kinh Quán niệm Hơi Thở ]

Như vậy, tôi nghe :

Một thời, Đức Thế Tôn Thiện Thệ  
Sa-Vát-Thí – Xá-Vệ – trú qua

Đông Viên – Búp-Bá-Ra-Ma (1)

Mi-Ga-Ra-Má-Tú-Pa-Sá-Đề, (1)

Tức thuộc về Giảng Đường Lộc Mẫu,

Cùng các hàng Tăng Bảo tài ba

Như ngài Sa-Ri-Pút-Ta (2)

Ma-Ha Mốc-Gá-La-Na, cùng là (3)

Ngài Ma-Ha Kách-Cha-Da-Ná, (4)

Đại Chun-Đá, A-Nú-Rút-Tha, (5)

Cùng Ma-Ha Kốt-Thi-Ta, (6)

Rê-Va-Tá, A-Nan-Đa, cùng là (7)

Ma-Ha Káp-Pi-Na Tôn-giả, (8)

Cùng nhiều bậc Thượng Tọa tài danh.

(1) : Đông Viên – Pubbaràma . Migaramatupasade – Lộc Mẫu giảng đường.

(2) : Tôn-giả Sariputta – Xá-Lợi-Phất (đệ nhất Trí tuệ). (3) : Tôn-giả Mahà Moggallàna – Đại Mục Kiền Liên (đệ nhất Thân thông). (4) : Tôn-giả Mahà Kaccayana – Đại Ca-Chiên-Diên (đệ nhất Luận nghị). (5) : Tg. Mahà Cunda - Đại Thuần-Đà. Tg. Anuruddha – A-Nậu-Lâu-Đà hay A-Na-Luật (đệ nhất Thiên nhãn). (6) : Tg. Mahà Kotthita – Đại Câu-Hy-La (đệ nhất Đắc giải). (7) : Tg. Revata – Ly-Bà-Đa (đệ nhất Thiền định) & Tôn-giả Ananda – A-Nan (đệ nhất Đa văn).

(8) : Tôn-giả Mahà Kappina – Đại Kiếp-Tân-Na.

Lúc ấy, các vị tịnh thanh  
Tỷ Kheo Thượng Tọa, bậc rành pháp-môn  
Dạy các tân Sa-môn Phích-Khú,  
Khuyến giáo, dạy quy củ Thiên-gia.

Một số Thượng Tọa trải qua  
Dạy cho mười vị mới là Tỷ Kheo.

Một số vị Tỷ Kheo Thượng Tọa

Khuyến giáo, dạy cho cả hai mươi,

Hoặc dạy ba mươi, bốn mươi.

Các tân Phích-Khú nghe lời dạy khuyên

Của nghiêm hiền Giáo Thọ các vị

Đều hoan hỷ, ý thức rõ ràng

Về những quả vị minh quang

Cao diệu, thù thắng của hàng xuất gia

Đã chứng đạt trải qua nhanh, chậm.

Lúc ấy, đấng Đại Giác uyên thâm

Vào ngày BỐ-tát (1) đêm rằm

Sau ngày TỰ TỬ (2) tháng âm trăng tròn,

Đức Thế Tôn an tọa giữa Chúng

Tỷ Kheo Tăng đang cũng ngồi quanh.

Phật nhìn Tăng Chúng tịnh thanh

Đang rất yên lặng, an lành lặng yên,

Rồi an nhiên bảo hàng Tăng Bảo :

– “ Ta thỏa mãn với đạo lộ này  
Các Tỷ Kheo ! Tâm ta nay

( ) : Theo Luật Tạng, mỗi nửa tháng Chư Tỷ Kheo Tăng phải tham dự lễ BỐ-tát ( Uposatha ) để nghe tụng Giới Bản và tự mình phát lồ những giới cấm mà mình đã phạm.

(2) : Sau ba tháng Kiết hạ An Cư ( Vassavasa ), tất cả Chư Tăng phải cử hành lễ TỰ TỬ ( Pavàràna ) để phát lồ sám hối.

Thỏa mãn với đạo lộ đây nhiệm huyên.  
Các Tỷ Kheo ! Cần chuyên hơn thế  
Để có thể chứng đạt những gì  
Mình chưa chứng đạt, liễu tri,  
Chúng ngộ viên mãn những chi chưa thành.  
Xá-Vệ thành, Ta sẽ ở đó  
Đến tháng tư, lễ Kó-Mu-Đi ”. (1)

Được nghe đức Chánh Biến Tri  
Sẽ ở lại Sa-Vát-Thi (2) dài ngày  
Những Tỷ Kheo nơi đây – Xá-Vệ  
Cùng các nơi gần kề thành này  
Tụ họp tại Xá-Vệ ngay  
Để được yết kiến bậc Thầy Nhân Thiên.

Các Tỷ Kheo cao niên lập trường  
Lại ra sức bồi dưỡng, dạy khuyên  
Các tân Tỷ Kheo thanh niên  
(Hoặc là bán thể có duyên tu hành)  
Do các vị tịnh thanh Giáo-thọ  
Đã hết lòng dạy dỗ, răn khuyên  
Giảng dạy ý thức căn nguyên  
Hiểu rõ quả vị nhiệm huyên cao siêu  
Rất thù thắng và nhiều vi diệu  
Nếu chứng đạt, thấu hiểu uyên thâm.

Lại vào Bó-tát đêm rằm  
Trăng tròn vàng vạc, lễ nhằm tháng tư,  
Đáng Đại Từ ngời trên bãi cỏ  
Chung quanh có Chúng Tăng doanh vây  
Phật nhìn Tăng Chúng nơi này

(1) : Lễ Komudi. (2) : Thành Savatthi – Xá-Vệ.

Đang rất yên lặng. Rồi Ngài nói ngay :  
– “ Chúng Tăng này ! Đây là hội chúng  
Không thừa thải mà cũng không dư  
Đã được an trú khoan thư  
Lỗi cây thanh tịnh – đồng cư tịnh lành.  
Với hội chúng tịnh thanh như thế  
Đáng tôn trọng, kính lễ, cúng dường,  
Đáng được chấp tay tán dương,  
Ruộng phước vô thượng, thanh lương trên đời.  
Tăng Chúng ấy là nơi đạt được :  
Bồ thí ít được phước báo nhiều  
Nếu mà càng bồ thí nhiều  
Thì được phước báo càng nhiều hơn ngay.

Hội chúng này : Tỷ Kheo Tăng ấy  
Là hội chúng khó thấy ở đời,  
Xứng đáng để cho những người  
Tín tâm, đi bộ từ nơi của mình  
Trải qua nhiều do-tuần diệu vợi,  
Trên lưng với lương thực đầy bao,  
Đi đến nơi bậc thanh cao  
(Hội chúng Tăng Bảo) đề đầu lễ, thăm,  
Chúng Tỷ Kheo này nhằm như vậy,  
Hội chúng ấy thanh tịnh, hợp hòa.  
Trong Chúng Tỷ Kheo kê ra  
Có những Phích-Khú chính là Thánh Tăng  
A-La-Hán (4) – đã hằng đoạn tận  
Các lậu-hoặc, Phạm hạnh đã thành,  
Việc nên làm đã thi hành,  
Gánh nặng đã được đạt nhanh xuống rồi.  
Mục đích đã tức thời thành đạt,

Hữu kiết sử, các ác diệt ngay.  
Giải thoát nhờ chánh trí vậy  
Chúng Tăng có các vị này nghiêm trang.  
Trong hội chúng các hàng Phích-Khú  
Năm hạ phần kiết sử diệt trừ,  
Hóa sinh cõi Trời Tịnh Cư  
Chúng Bất Lai quả (3), và từ cõi đây  
Sẽ nhập Niết-bàn đây tự tại  
Mà không còn trở lại cõi đời.  
Bậc A-Na-Hàm (3) này thời  
Có mặt trong hội chúng nơi Tăng-Già.  
Chúng Tỷ Kheo (cũng là Phích-Khú)  
Đoạn trừ ba kiết sử thực thi  
Lại muội-lược tham, sân, si,  
Chúng Nhất Lai quả (2), bởi vì vị đây  
Còn tái sinh đời này một bận,  
Sẽ đoạn tận phiền não khổ đau,  
Bậc Tỷ Kheo này thanh cao  
Cũng có hiện diện, hòa vào Chúng Tăng.  
Các Tỷ Kheo ! Trong Tăng Chúng đó  
Cũng đã có những vị Tỷ Kheo  
Diệt ba kiết sử dính đeo  
Chúng Dự Lưu quả(1), nương theo pháp lành,  
Không còn sanh vào ác đạo lộ,

\* *Bốn thánh quả Thinh-Văn-Giác* : (1) :Tu-Đà-Hoàn ( *Sotàpatti* )  
hay Dự Lưu quả hoặc Thất Lai quả (chỉ còn sinh lại thế gian 7 lần)  
(2) : Tư-Đà-Hàm ( *Sakadàgàmi* ) hay Nhất Lai quả (sinh lại 1 lần)  
(3) : A-Na-Hàm ( *Anàgàmi* ) hay Bất Lai quả ( sinh lên cung trời  
Tịnh Cư ( *Suddhāvāsa* ) để tiếp tục tu và nhập Vô Dư Niết Bàn .  
(4) : A-La-Hán ( *Arahān* ) được dịch là Vô Sanh , Vô Học , Ứng  
Cúng , sau khi mạng chung sẽ tấn nhập Vô Dư Niết Bàn .

Sẽ giác ngộ bảy kiếp về sau,  
Bậc Tỷ Kheo này thanh cao  
Cũng có hiện diện, hòa vào Chúng Tăng.  
Các Tỷ Kheo ! Trong Tăng Chúng đó  
Cũng đã có Tỷ Kheo chuyên tâm  
Tu *Bốn niệm xứ* chú tâm  
Bậc Tỷ Kheo đó cũng nằm trong Tăng.  
Các Tỷ Kheo ! Trong Tăng Chúng đó  
Cũng đã có những vị tinh cần  
Chuyên tâm, chú tâm tu phần  
*Bốn như ý túc & Chánh cần* hai đôi.  
*Năm căn & Năm lực* – rồi cố gắng  
*Bảy giác chi* tinh tấn hành trì.  
Các bậc Tỷ Kheo uy nghi  
*Tám ngành Thánh đạo* mọi thì chuyên tâm  
Và chú tâm nỗ lực tu tập  
Các vị đều có mặt trong Tăng.  
Các Tỷ Kheo ! Trong Chúng Tăng  
Cũng có những vị chuyên cần chú tâm  
Tu tập về *từ tâm, bi mẫn,*  
*Hỷ tâm lẫn xả tâm* hành trì,  
Đều có trong Tăng Chúng ni.  
Các bậc tinh tấn mọi thì chuyên tâm  
Và chú tâm tu tập *bất tịnh,*  
*Vô thường tưởng* đặc tính chuyên tu.  
Trong Chúng chư vị Phích-Khu  
Đã có những vị Phích-Khu như vậy.  
Trong Chúng Tỷ Kheo này cũng có  
Những Tỷ Kheo luôn cố chuyên tâm,  
Chú tâm tu tập về phần

Nhập tức xuất tức niệm hằng dõ theo.

( Quán niệm hơi thở )

Các Tỷ Kheo ! Nhập & xuất tức niệm  
( Tức ‘quán niệm hơi thở’ đề tài )

Nếu được tu tập hằng này  
Làm cho sung mãn, đưa ngay đến điều  
Được quả lớn, được nhiều công đức.  
Niệm nhập tức, xuất tức cần chuyên  
Làm cho sung mãn, là duyên  
Khiến bốn niệm xứ được viên mãn liền.  
Bốn niệm xứ được siêng tu vậy  
Sung mãn, khiến cho bảy giác chi  
Được viên mãn. Và một khi  
Được tu tập bảy giác chi đủ đầy,  
Minh giải thoát đạt ngay viên mãn.

Các Tỷ Kheo ! Công đoạn thế nào  
Là tu thở ra, thở vào,  
Làm cho sung mãn là sao điều này ?  
Như thế nào đạt ngay quả lớn,  
Công đức lớn do quán niệm này ?  
Này các Tỷ Kheo ! Ở đây  
Vị Tỷ Kheo ấy đến ngay rừng già,  
Hoặc gốc cây & ngôi nhà trồng vắng,  
Ngôi kiết già, lưng thẳng, an như  
Chánh niệm, thở vô khoan thư  
Chánh niệm, vị ấy từ từ thở ra.  
Vị ấy biết thở ra dài, ngắn,  
Hay thở vô dài, ngắn biết ngay  
Vị ấy cũng biết như vậy :  
‘Cảm giác cả toàn thân’ này biết mau

Tập thở vào, thở ra – sâu, chậm  
‘An tịnh thân hành’ chậm, sâu – và  
‘An tịnh thân hành’, thở ra  
‘Thân hành an tịnh’ rồi ta thở vào.  
Tôi thở vào : ‘Cảm giác hỷ thọ’,  
Tập : ‘Cảm giác hỷ thọ’ thở ra,  
‘Cảm giác lạc thọ’ thở ra,  
‘Cảm giác lạc thọ’ rồi ta thở vào.  
‘Cảm giác tâm hành’ nào tôi tập,  
Nhẹ thở vào rồi tập thở ra.  
‘An tịnh tâm hành’ thở ra,  
‘An tịnh tâm hành’ tập và thở vô.  
Tôi thở vô ‘về tâm cảm giác’,  
Tập ‘cảm giác về tâm’, thở ra.  
‘Tâm hân hoan’ thở vào, ra.  
‘Với tâm định tĩnh’ thở ra, thở vào.  
‘Tâm giải thoát’ thở vào, ra – tập.  
Vị ấy tập về ‘quán vô thường’  
Thở vô, thở ra hiểu tường.  
‘Ly tham’, ‘đoạn diệt’ quán nương không rời,  
Thở vô rồi thở ra, sâu, chậm.  
‘Quán từ bỏ’ sâu, chậm thở ngay  
Thở vô, thở ra tập vậy,  
‘Quán niệm hơi thở’ đêm ngày cần chuyên  
Tu tập siêng, làm cho sung mãn,  
Thời căn bản, được quả lớn ngay,  
Được công đức lớn, sâu dày.

( Làm viên mãn Bốn Niệm Xứ ):

Các Tỷ Kheo ! Thế nào đây tu trì  
‘Quán hơi thở’ mọi thì tu tập ?

Làm sao thật sung mãn pháp này  
    Khiến Bốn Niệm Xứ tròn đầy ?  
Các Tỷ Kheo ! Khi vị đây thở vào,  
    Thở thế nào ? Thở vào dài, ngắn,  
    Hay dài, ngắn – vị ấy thở ra.  
    ‘Cảm giác cả toàn thân’, và  
‘Thân hành an tịnh’, thở ra, thở vào.  
    Vị ấy tập thở vào & ra đó  
    Trong khi có ‘quán thân trên thân’,  
    Vị Tỷ Kheo ấy trú an,  
Nhiệt tâm, tỉnh giác, niệm cần chánh chân  
    Chế ngự phần tham, ưu tích tụ.  
Các Phích-Khú ! Đối với các thân  
    Vị Tỷ Kheo trú, nhiệt tâm,  
Tỉnh giác, chánh niệm, quyết tâm thật nhiều  
    Chế ngự điều tham, ưu cõi ứ.  
Các Tỷ Kheo ! Cứ thế, vị này  
    Nghĩ : ‘Cảm giác hỷ thọ’ đây  
Tôi thở vô, thở ra ngay, thực hành.  
    ‘Cảm giác lạc thọ’ mình tập thở,  
    Tôi tập thở vào, đoạn thở ra.  
    ‘Cảm giác tâm hành’ tập, và  
‘Tâm hành an tịnh’ thở ra & vào – thì  
    Vị ấy trong khi tùy ‘quán thọ  
    Trên các thọ’, vị ấy trú an  
    Tỉnh giác, chánh niệm, nhiệt tâm  
Cần để chế ngự ưu, tham đời này.  
    Các Tỷ Kheo ! Ở đây đối với  
    Các cảm thọ, Ta nói đây là  
    Đích thị là một, tức là

Thực hành quán niệm thở ra, thở vào.  
    Các Tỷ Kheo ! Khi nào vốn dĩ  
    Vị ấy nghĩ : Về ‘cảm giác tâm’,  
    Tôi thở vô & ra – tập thâm.  
‘Với tâm hoan hỷ’ âm thầm thở ra,  
    Thở vô và ‘Với tâm Thiên định’,  
    ‘Tâm giải thoát’ tập tính thở đều,  
    Vào, ra, sâu, chậm – dõi theo  
Trong khi tùy ‘quán tâm đều trên tâm’.  
    Các Tỷ Kheo ! Nhiệt tâm Phích Khú  
    Tỉnh giác, trú, chánh niệm mọi thời  
    Chế ngự tham, ưu ở đời.  
Này các Phích-Khú ! ‘Quán hơi thở’ thời  
    Không thể đến với người thất niệm,  
    Không tỉnh giác, không kiểm soát tâm.  
    Khi nào, vị ấy nghĩ thâm :  
“ Quán vô thường’, tôi chú tâm thở vào,  
    Rồi thở ra – chậm, sâu, tôi tập.  
    Tôi cũng tập về ‘quán ly tham’,  
    ‘Quán đoạn diệt’ tôi đều làm,  
‘Quán từ bỏ’, thở an lành vào, ra.  
    Trong khi mà ‘quán trên các pháp’,  
    Thời thích hạp vị ấy trú an,  
    Tỉnh giác, chánh niệm, nhiệt tâm,  
Cần để chế ngự ưu tham ở đời.  
    Do tức thời tham ưu trừ diệt  
    Khi thấy biết với trí tuệ, thì  
    Khéo nhìn với sự xả ly  
Tất cả sự vật, nên Tỳ-Kheo ni  
    Trong khi tùy ‘quán pháp trên pháp’,



Vị Tỷ Kheo an lạc tinh cần,  
An trú, tỉnh giác, nhiệt tâm,  
Chánh niệm, chế ngự ưu tham ở đời.  
Do từ nơi tham ưu trừ diệt,  
Khi thấy biết với trí tuệ, thì  
Khéo nhìn với sự xả ly.  
Này các Phích-Khú ! Trong khi vững bền  
'Quán pháp trên các pháp' như thế  
Vị Tỷ Kheo được kê, trú an  
Tỉnh giác, chánh niệm, nhiệt tâm,  
Cần đề chế ngự ưu tham ở đời.  
Nên 'Quán hơi thở' được tu tập  
Làm sung mãn cùng khắp như vậy  
Khiến *bốn niệm xứ* tròn đầy.

( *Làm viên mãn Bảy Giác Chi* ):

Bốn niệm xứ ấy ở đây thế nào  
Được tu tập ? Thế nào sung mãn ?  
Khiến viên mãn cho *bảy giác chi* ?  
Này các Tỷ Kheo ! Trong khi  
Tùy 'quán thân trên thân' thì vị đây  
Trú, nhiệt tâm và đầy tỉnh giác,  
Chánh niệm, chế ngự các ưu tham  
Khi đầy, niệm không mê đắm  
Của Tỷ Kheo ấy được an trú về.  
Lúc niệm không hôn mê, vị ấy  
Được an trú như vậy, đồng thì  
Trong khi ấy, *Niệm giác chi*  
Bắt đầu được khởi với vị Tỷ Kheo.  
Niệm giác chi Tỷ Kheo tu tập  
Đi đến thật viên mãn (tròn đầy),

An trú với chánh niệm vậy,  
Tu duy chân chánh, vị này suy tư  
Thẩm sát pháp ấy từ trí tuệ  
Từ sự thể chánh niệm trú qua  
Tỷ Kheo với trí tuệ, mà  
Tu duy, suy gẫm, thẩm tra pháp này,  
*Trạch pháp giác chi* nay được khởi  
Vị ấy tu tập với pháp ni  
(Tức là *trạch pháp giác chi*)  
Vị ấy tạo cho đến khi tròn đầy.  
Tỷ Kheo này tiếp tục tu tập  
Được thu thập kết quả tạo nên,  
*Tinh tấn giác chi* khởi lên,  
*Hỷ giác chi* cũng khởi lên tròn đầy,  
*Khinh an giác chi* đây được khởi  
Chính do bởi Tỷ Kheo hành trì  
Tu tập *khinh an giác chi*  
Đẫn đến sung mãn *giác chi* hoàn toàn,  
Vị có thân *khinh an* như vậy,  
Tâm vị ấy định tĩnh, an hòa  
*Định giác chi* được khởi ra,  
Với tâm định tĩnh trải qua, vị này  
Khéo nhìn sự vật đây mọi điểm  
Với ý niệm xả ly tức thì.  
Này các Tỷ Kheo ! Trong khi  
Với tâm định tĩnh, niệm thì xả ly  
*Xả giác chi* bắt đầu khởi dậy,  
Trong khi *giác chi* ấy hành trì  
Làm cho sung mãn tức thì.  
Này các Phích Khú ! Trong khi vị này

Quán ‘thọ ngay trên các cảm thọ’,  
Hay vị đó ‘quán tâm trên tâm’,  
‘Quán pháp trên các pháp’ chân  
Tu tập lần lượt các phần nêu trên,  
Bảy giác chi khởi lên tuần tự,  
Vị Phích-Khú tu tập tinh cần  
Đẫn đến sung mãn vô ngần,  
Do bốn niệm xứ chuyên tâm hành trì.

( Minh giải thoát được viên mãn ):

Các Tỷ Kheo ! Giác chi bảy thứ  
Vị Phích Khú tu tập thế nào ?  
Làm cho sung mãn thế nào ?  
Khiến Minh giải thoát dồi dào, mãn viên ?  
Các Tỷ Kheo ! Cần chuyên Phích-Khú  
Tu chuyên chú về ‘niệm giác chi’, (1)  
Liên hệ đến sự viễn ly,  
Và liên hệ đến sự ly tham này,  
Xả ly ngay, liên hệ đến diệt,  
Rồi mãi miết tu các giác chi  
Tuần tự : ‘trạch pháp giác chi’, (1)  
‘Giác chi tinh tấn’, ‘giác chi hỷ’ (1) này,  
‘Khinh an giác chi’ (1) đây tập cả,  
‘Định giác chi’ và ‘xả giác chi’, (1)  
Đều lên hệ đến viễn ly,  
Ly tham và diệt đồng thì liên quan,

---

(1) : Thất Giác Chi – Bojjhanga (trong 37 Trợ Đạo Phẩm hay 37 Pháp Trợ Bồ Đề), gồm : Niệm Giác Chi ( Sati ), Trạch Pháp Giác Chi (Dhammavicaya), Tinh Tấn Giác Chi (Viriya), Phi Hỷ Giác Chi ( Pīti ), Khinh An Giác Chi ( Passadhi ), Định Giác Chi ( Samādhi ) và Xả Giác Chi ( Upekkhà ).

Hướng xả ly, hoàn toàn tròn đủ.  
Các Phích-Khú ! Bảy giác chi này  
Đã được tu tập như vậy,  
Làm cho sung mãn, tràn đầy tịnh thanh.  
Khiến cho Minh giải thoát viên mãn  
Từ việc ‘Quán hơi thở’ hành trì ”.

Nghe giảng từ đấng Toàn Tri  
Chúng Tăng hoan hỷ, kiên trì niềm tin ./-

*Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật( 3 L )*

\*  
\* \*

( Chấm dứt Kinh số 118 : **KINH NHẬP TỨC XUẤT TỨC NIỆM** – ( **Kinh Quán Niệm Hơi Thở** )  
ANÀPÀNASATI Sutta )

# 119. Kinh THÂN HÀNH NIỆM ( Kàyagatàsati sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời, Đức Thế Tôn Thiên Thệ  
 Sa-Vát-Thí – Xá-Vệ – trú qua  
 Tại chùa Chê-Tá-Va-Na  
 ( Kỳ Viên Tinh Xá cũng là nơi đây )  
 Tinh Xá này do vị Trưởng-giã  
 Là A-Ná-Tha Pín-Đi-Ka  
 ( Hay Cấp Cô Độc cũng là )  
 Tín thành dâng đến Phật Đà cùng Tăng.  
 Mỗi buổi sáng, Chư Tăng khất thực,  
 Trở về chùa, thọ thực thanh lương,  
 Rồi cùng đi đến hội trường  
 Câu chuyện được khởi ra đương lúc này  
 Giữa Chúng Tăng : – “ Lành thay ! Hy hữu !  
 Chư Hiền-hữu ! Vi diệu lắm thay !  
 ‘Thân hành niệm’ pháp tu này  
 Làm cho sung mãn, tròn đầy hồng ân,  
 Được quả lớn, nhiều phần công đức,  
 Đã được Đức Thế Tôn, Phật Đà,  
 Bạc Tri & Kiến-giã tinh hoa,  
 Bạc Chánh Đẳng Giác, A-La-Hán Ngài  
 Đã tuyên bố, trình bày như vậy”...  
 Câu chuyện ấy gián đoạn nửa vời  
 Vì đấng Thầy cả Trời, Người  
 Buổi chiều xuất định, đến nơi hội trường.

Đấng Pháp Vương ngồi vào pháp tọa  
 Đã soạn sẵn, hỏi cả Chúng Tăng :  
 – “ Các Tỷ Kheo ! Các ông đang  
 Việc gì bàn luận dở dang như vậy ? ”.

– “ Bạch Thế Tôn ! Ở đây vừa có  
 Sự tụ hội, sau đó luận bàn  
 Về ‘Thân niệm hành’ minh quang,  
 Nếu được tu tập, hoàn toàn mãn sung,  
 Có quả lớn, vô cùng công đức,  
 Đã được đức Thế Tôn, Phật Đà,  
 Bạc Tri & Kiến-giã tinh hoa,  
 Bạc Chánh Đẳng Giác, A-La-Hán Ngài  
 Đã tuyên bố, trình bày như vậy...  
 Câu chuyện ấy gián đoạn nửa vời  
 Khi đức Thế Tôn đến nơi ”.

– “ Này các Phích-Khú ! Vậy thời hiểu sao ?  
 Thân-hành-niệm thế nào tu tập ?  
 Làm sung mãn như thật thế nào ?  
 Quả lớn, công đức ra sao ?

( Quán niệm hơi thở ):

Tỷ Kheo hành-giã đi vào rừng sâu,  
 Gốc cây nào hay nhà trống vắng  
 Ngồi kiết già, lưng thẳng, an như  
 Chánh niệm, thở vô khoan thư  
 Chánh niệm, vị ấy từ từ thở ra.  
 Vị ấy biết thở ra dài, ngắn,  
 Hay thở vô dài, ngắn biết ngay  
 Vị ấy cũng biết như vậy :  
 ‘Cảm giác cả toàn thân’ này biết mau

Tập thở vào, thở ra – sâu, chậm  
‘An tịnh thân hành’ chậm, sâu – và  
‘An tịnh thân hành’, thở ra  
‘Thân hành an tịnh’ rồi ta thở vào.  
Hành giả nào sống không phóng dật,  
Hành nhiệt tâm và thật tinh cần,  
Các niệm, tư duy các phần  
Thuộc về thế tục, tinh cần diệt đi.  
Nhờ diệt đi các pháp như vậy,  
Tâm vị ấy chuyên nhất, trú an,  
Định tĩnh, an tọa dễ dàng,  
Như vậy, vị Phích-Khú đang tập tành  
Về ‘thân hành niệm’ ấy chuyên chú.

( *Bốn oai nghi* ):

Các Phích-Khú ! Khi vị ấy đi  
Biết rằng là tôi đang đi,  
Ngồi, nằm hay đứng, tức thì trong tâm  
Biết : tôi đứng, ngồi, nằm như vậy,  
Thân thể ấy được sử dụng sao ?  
Vị ấy nhận biết rõ, mau.  
Sống không phóng dật, dồi dào nhiệt tâm,  
Rất tinh cần – tư duy, các niệm  
Thuộc thế tục, đốn tiếm đoạn trừ.  
Nhờ các pháp ấy đoạn trừ  
Nội tâm chuyên nhất, an trú ngay.  
Như vậy, này Tỷ Kheo Tăng Chúng !  
‘Thân hành niệm’ tu đúng, không lầm.

( *Đầy đủ chánh niệm* ):

Tỷ Kheo đi, đứng, ngồi, nằm,

Đều giữ tỉnh giác , trong tâm biết liền  
Khi tới, lui ; biết mình lui, tới  
Khi nhìn quanh, biết bởi mình làm  
Hay khi co duỗi tay chân  
Mặc y, đi bát hay cần uống ăn  
Khi nhai, nuốt, nói năng : tỉnh giác  
Đại, tiểu tiện, nhổ khạc : biết ngay.  
Tỷ Kheo chánh niệm như vậy  
Trong mọi hành động hằng ngày, dõn theo.  
Các Tỷ Kheo ! Vị hành giả đó  
Sống không có phóng dật, tinh cần,  
Nhiệt tâm, các niệm và phần  
Các tư duy... thuộc thế trần dính đeo  
Bị Tỷ Kheo ấy đoạn trừ cả,  
Nhờ diệt cả các ác pháp này  
Nội tâm được an trú ngay,  
Chuyên nhất, định tĩnh, tâm đầy tịnh thanh.  
Các Tỷ Kheo ! Thực hành như vậy  
‘Thân hành niệm’ vị ấy dõn theo.

( *Quán thân bất tịnh* ):

Lại nữa, này các Tỷ Kheo !  
Tuần tự tu tập, Tỷ Kheo vị này  
Khi hành trì đêm ngày chuyên chú  
Quán sát thân đầy đủ mọi phần  
Từ đỉnh đầu tới bàn chân  
Lớp da bao bọc vô ngần ướm dơ (1)  
Vật bất tịnh chực chờ bài tiết

---

(1) : *Quán tướng tính cách ô trược của Thân*  
( *Patikkulamamasikàra* ).

Tóc, lông, móng, răng, thịt, gân, da  
 Xương, thận, tủy, phổi, ruột già  
 Tim, gan, lá lách, máu và mô hôi  
 Hoàn cách mô và rời đàm, mật  
 Mỡ, nước mắt, nước miếng, mủ, phân  
 Ruột non, nước tiểu .. vân..vân ..

\* Giống như bao lớn là thân thể này  
 Hai đầu trống , đưng đầy thứ có :  
 Gạo, lúa, mè, đậu đỏ, đậu xanh .  
 Một người đôi mắt tinh anh  
 Trút bao quan sát, thấy nhanh mọi bề :  
 Đây hạt lúa, gạo, mè và đậu .  
 Cũng như vậy, hiểu thấu thân này  
 Tỷ Kheo vị ấy thấy ngay  
 Băm hai thể trước chất đầy trong thân .  
 Vật uế trước muôn phần đáng chán  
 Nên vị ấy không gián đoạn gì  
 Nhiệt tâm, tinh tấn hành trì  
 Các niệm và các tư duy mọi bề  
 Mà thuộc về thế tục, thì diệt.  
 Nhờ đoạn diệt như vậy, nội tâm  
 Chuyên nhất, định tĩnh, an phần  
 Là tu tập ‘hành niệm thân’ như vậy.

( Quán tứ đại ):

Các Tỷ Kheo ! Vị này chuyên chú  
 Quán thân đây về đủ hạn phần  
 Tứ đại (1) chất chứa trong thân  
 Địa đại, thủy đại và phần hỏa, phong  
 Cả chi tiết ngoài trong tứ đại .  
 Như hình thái của thí dụ đây :

Một đồ tể thiện xảo này  
 Giết bò, ngòai cắt chia ngay giữa đường  
 Phân biệt xương, thịt, da ... các thứ .  
 Cũng như vậy, Phích-Khú vị này  
 Quán sát về thân mình đây  
 Đất, nước, lửa, gió (1), rõ ngay mọi bề  
 Về vị trí và về sắp đặt  
 Phần tứ đại có mặt trong thân  
 Hỏa đại , phong đại xoay vần  
 Địa đại, thủy đại – quán thân như vậy .  
 Các Tỷ Kheo ! Trình bày điểm khác  
 Vị Phích-Khú quan sát thân ma (2)  
 Quãng bỏ nghĩa địa , rừng xa  
 Một ngày, cho đến hai, ba, bốn ngày  
 Thi thể này trương phồng xanh xám  
 Rời rã nát, giòi bám, thối tha .  
 Tỷ Kheo quán thân ấy ra :  
 “ Thân này tánh chất chính là như đây ,  
 Bản tánh là như vậy, chẳng khác  
 Không vượt thoát khỏi tánh chất đây ”.

Lại quán về tử thi này  
 Bị kên kên, quạ ... các loài xé ăn  
 Hay điều hâu, giả can, chó đói  
 Loài côn trùng các loại rĩa qua  
 Tỷ Kheo quán thân ấy ra :  
 Thân này tánh chất chúng là như đây  
 Bản chất là như vậy, chẳng khác

(1) : Quán tưởng về Tứ Đại ( Catudhātumanasikāra ) gồm  
 Đất, Nước, Lửa, Gió ( Pathavi , Āpo , Tejo , Vāya ).  
 (2) : Quán tưởng chín loại tử thi ( Navasivathikāpabba ) .

Không vượt thoát khỏi tánh chất này .  
Này các Tỷ Kheo ! Ở đây  
Một quán tưởng khác trình bày tiếp theo :  
Vị Tỷ Kheo vẫn thường quán sát  
Về diễn tiến của các tử thi  
Quăng bỏ nghĩa địa - nhị tỳ  
Đã bị muôn thú tức thì xé ăn  
Xương còn gân nên còn liên kết  
Còn dính máu nhưng hết thịt rồi  
Hay còn dính thịt ít thôi  
Hoặc không còn máu, thịt nơi thân này.  
Nhiều tử thi lâu ngày đã chết  
Bộ xương không liên kết với nhau  
Rải rác xương chân, xương đầu  
Xương hông, xương sống, sọ đầu, xương tay  
Xương bả vai hay xương bắp vế  
Bàn tay, chân còn để đốt xương .  
Tỷ Kheo quán sát, thấy tường :  
Thân này tánh chất chúng thường như đây  
Bản chất là như vậy, chẳng khác  
Không vượt thoát khỏi tánh chất này .  
Này các Tỷ Kheo ! Ở đây  
Một quán tưởng khác trình bày tiếp theo :  
Vị Tỷ Kheo vẫn thường quán sát  
Về diễn tiến của các tử thi  
Quăng bỏ nghĩa địa - nhị tỳ  
Chỉ toàn xương trắng, còn gì nữa đâu !  
Đống xương khô trắng màu vỏ ốc  
Trải nhiều năm xám mốc, mục xương  
Tỷ Kheo quán sát, thấy tường :

Thân này tánh chất chúng thường như đây  
Bản chất là như vậy, chẳng khác  
Không vượt thoát khỏi tánh chất ni.  
Tỷ Kheo tinh tấn hành trì  
Các niệm và các tư duy mọi bề  
Mà thuộc về thế tục, thì diệt.  
Nhờ đoạn diệt như vậy, nội tâm  
Chuyên nhất, định tĩnh, an phần  
Là tu tập ‘hành niệm thân’ như vậy.

( Các bậc Thiên ):

Lại nữa, Chúng Tăng này ! Vị ấy  
Tu tập mãi tuân tự như trên  
Nhiệt tâm, tinh tấn vững bền  
Pháp tu tập ấy luôn liền dõi theo.  
Ly ác pháp , Tỷ Kheo ly dục  
Chúng và trú vào mục Nhất Thiên  
Trạng thái hỷ lạc tự tâm  
Sinh do ly dục , với Tâm, Tứ chuyên  
Đệ Nhất Thiên, Tỷ Kheo thấm nhuần  
Như tầm ướt, sung mãn, tràn nhanh  
Hỷ lạc do ly dục sanh  
Với Tâm, với Tứ thấm quanh mọi thời .  
Các Tỷ Kheo ! Như người hầu tắm  
Thật lão luyện, lo sắm sửa mau  
Rắc bột tắm vào trong thau  
Rồi dùng bột ấy nhồi vào nước trong  
Nhào trộn ướt , nhưng không chảy giọt  
\* Cũng như vậy, với một Tỷ Kheo  
Tâm nhuần, sung ướt, thấm theo  
Toàn thân không có chỗ nào còn khô

Cũng như thế , sanh do ly dục  
Hỷ lạc cũng đắm suốt tâm đây .  
Các Tỷ Kheo ! Như vậy, lại nữa  
Vị Tỷ Kheo vào cửa định thiền  
Diệt Tầm, diệt Tứ được yên  
Thì chúng và trú vào Thiền thứ Hai  
Một trạng thái ra ngoài Tầm, Tứ  
Do Định sinh , nội tĩnh nhất tâm  
Tỷ Kheo ấy đã thấm nhuần  
Tắm ướt, sung mãn khắp thân của mình  
Do Định sinh , tràn đầy hỷ lạc  
Không chỗ nào hỷ lạc chẳng nhuần .  
Ví dụ như tại cội nguồn  
Có một hồ nước , nước tuông dâng đầy  
Cả nam, bắc, đông, tây các chỗ  
Không có lỗ thoát nước chảy ra  
Suối nước mát lạnh phun ra  
Làm cho đầm ướt, thấm qua dâng tràn  
Thỉnh thoảng mưa , hồ càng tắm ướt  
Không chỗ nào không được tràn dâng  
Tỷ Kheo ấy đã thấm nhuần  
Tắm ướt, sung mãn khắp thân của mình.  
Các Tỷ Kheo ! Hành trình tiếp nữa  
Vị Tỷ Kheo vào cửa định thiền  
Ly hỷ trú xả , tâm yên  
Chánh niệm tỉnh giác , thân liền cảm ngay  
Lạc thọ này, thánh hiền gọi đủ  
Là “ xả niệm lạc trú ” tâm chuyên  
Chúng và an trú Tam Thiền  
Tỷ Kheo đắm ướt, thấm nhuần tự thân

Sự lạc thọ , không cần có hỷ  
Lạc thọ ấy thấm kỹ toàn thân  
Không một chỗ nào trên thân  
Mà Lạc thọ đó không phần thấm vô .  
Các Tỷ Kheo ! Như hồ sen trắng  
Cả sen hồng chen lẫn sen xanh  
Những hoa sen ấy đều sanh  
Từ trong hồ nước, lớn nhanh từng ngày  
Nhưng chúng vẫn chưa ngoi khỏi nước  
Từ gốc rễ đắm ướt tới đầu  
Toàn thân gốc ngọn thấm sâu  
Tỷ Kheo vị ấy thấm vào giống y  
Với lạc thọ , không đi với hỷ  
Đã thấm kỹ , sung mãn tràn đầy,  
Trong khi vị ấy đêm ngày  
Không phóng dật, nhiệt tâm, hay tinh cần  
Các tư duy và phần các niệm  
Thuộc thể tục, tìm kiếm diệt liền.  
Xả lạc , xả khổ ; tâm yên  
Diệt hỷ, ưu ; cảm thọ - liền trước đây  
Chúng và trú vào Thiền Đệ Tứ  
Không khổ, lạc ; không giữ niệm nào  
Thanh tịnh, an lạc tiêu dao  
Như Tỷ Kheo ấy thấm sâu, ướt đầm  
Được thấm nhuần với tâm thuần tịnh  
Và trong sáng , trong chính thân này .  
Các Tỷ Kheo ! Ví như đây  
Có người ngồi, lấy vải dày trắng tinh  
Khấp cả thân, đầu mình trùm cả  
Không chỗ nào mà gã không trùm

Cũng vậy, vị ấy thấm nhuần  
Với tâm thuần tịnh gội nhuần khắp nơi.  
Các Tỷ Kheo ! Thời thời vị đó  
Sống không có phóng dật, tinh cần,  
Nhiệt tâm – các niệm và phần  
Các tư duy... thuộc thể trần dính đeo  
Bị Tỷ Kheo ấy đoạn trừ cả,  
Nhờ diệt cả các ác pháp này  
Nội tâm được an trú ngay,  
Chuyên nhất, định tĩnh, tâm đầy tịnh thanh.  
Các Tỷ Kheo ! Thực hành như vậy  
‘Thân hành niệm’ vị ấy dõng theo.

( *Sự phát triển qua Thân hành niệm* ):

Lại nữa, này các Tỷ Kheo !  
Vị nào tu tập cũng đều khiến nên  
Sung mãn trên ‘thân hành niệm’ đấy,  
Các thiện pháp vị ấy nhận qua  
Nội tâm – Ân-Tô-Ga-Ra –  
Thuộc Vít-Chá-Phá-Ghi-Da – minh phần –  
Này Chúng Tăng ! Ví như biển cả  
Của ai đã thấm nhuần bởi tâm  
Thời các con sông (hàng trăm)  
Của vị ấy, đều hướng nhằm biển đây,  
Đều thuộc về biển này vĩ đại.  
Các Tỷ Kheo ! Cũng vậy, vị nào  
Tu tập làm cho dõng dào  
Sung mãn ‘thân hành niệm’ mau như vậy,  
Thiện pháp của vị này chắc hẳn  
Đi vào thẳng nội tâm, đều là  
Thuộc về ‘minh phần’ tinh hoa.

Các Tỷ Kheo ! Với vị mà dễ duôi  
Bị giặt lùi trong sự tu tập,  
Không tu tập ‘thân hành niệm’ này,  
Không làm sung mãn, tràn đầy,  
Thời Ma Vương sẽ có ngay dịp liền  
Có cơ hội, cơ duyên xâm nhập.  
Ta đề cập ví dụ như vậy :  
Một hòn đá nặng, to dày  
Được một người nọ ném ngay mạnh vào  
Đống đất sét vừa nhào trộn, nhão,  
Các ông bảo kết quả thế nào ?  
Có phải hòn đá lún sâu  
Vào đống đất sét đang nhào, phải không ? ”.

– “ Bạch Thế Tôn ! Sự tình có thế ”.

– “ Cũng vậy, đối với kẻ mọi thì  
Thân hành niệm không hành trì,  
Không làm cho sung mãn, thì Ma Vương  
Có cơ hội, cơ duyên xâm nhập,  
Phá tu tập của Tỷ Kheo này.

Hoặc như trong ví dụ đây :  
Cây khô không nhựa bỏ ngay bên đàng  
Có người đến, cầm phần trên của  
Đò quay lửa, rồi y nói vậy :  
‘Tôi sẽ khiến lửa sanh ngay,  
Làm cho sức nóng từ đây, cháy đều’.

Các Tỷ Kheo ! Nghĩ sao điều đó ?  
Người ấy có làm lửa sanh không ?  
Có làm sức nóng hiện không ?

– “ Thưa có, bạch Đức Thế Tôn Đại Từ ! ”.



- “ Lại nữa, Ta ví như bình nước  
Không chứa nước, trống rỗng, khô rang,  
Đặt trên cái giá vững vàng,  
Một người đi đến và mang theo mình  
Rất nhiều nước. Sự tình như vậy  
Các ông nghĩ người ấy thế nào ?  
Nước đó có thể đổ vào ? ”.
- “ Thừa ! Y có thể đổ vào bình đây ”.
- “ Một ví dụ như vậy : Một kẻ  
Quăng trái banh tròn nhẹ vào ngay  
Cánh cửa làm bằng lõi cây  
Rất cứng chắc. Vậy banh đây thế nào ?  
Có nẩy khi chạm vào cửa đó ? ”
- “ Bạch Thế Tôn ! Thật có như vậy ”.
- “ Cũng vậy, các Tỷ Kheo này !  
Một vị Phích-Khú đem ngày cần công  
Thân hành niệm hết lòng tu tập,  
Làm cho thật sung mãn, tràn đầy,  
Thì đối với Phích-Khú này  
Ma Vương không thể có ngay dịp gì  
Không cơ hội hại vì Phích-Khú.  
Lại nữa, có ví dụ như vậy :  
Có một bình nước thật đầy  
Đặt trên cái giá bằng cây chắc bền  
Đến nỗi quạ đậu bên uống được,  
Có người mang thùng nước rất đầy  
Muốn đổ nước vào bình đây,  
Các ông nghĩ, làm điều này được không ? ”.
- “ Bạch Thế Tôn ! Điều này không thể ”.

- “ Cũng như thế, này các Tỷ Kheo !  
Vị nào tu tập, hành theo  
Pháp thân hành niệm này đều hành thâm  
Liên hương tâm đã được chứng ngộ  
Nhờ thắng trí, đến chỗ pháp nào  
Cần phải chứng ngộ, nhờ vào  
Thắng trí. Vị ấy đạt mau, đủ đầy  
Tinh xảo của pháp này sau trước  
Dẫu là thuộc giới xứ thế nào.  
Lại có ví dụ như sau :  
Một bình nước, đổ đầy vào nước trong  
Với thân như mình đồng da sắt  
Một lực sĩ đến lắc bình này,  
Lắc qua lắc lại mạnh tay  
Như vậy nước có tràn ngay ra ngoài ? ”.
- “ Thừa có, kính bạch Ngài Đại Giác ! ”
- “ Ví dụ khác : Hồ nước mọi bề  
Bốn phía đều có đắp đê  
Làm cho vững chắc, tràn trề nước lên  
Đến nỗi quạ đứng bên uống được.  
Một lực sĩ đến trước hồ này,  
Phá một khúc đê tại đây,  
Như vậy nước có tràn ngay ra ngoài ? ”.
- “ Thừa có, kính bạch Ngài Đại Giác ! ”.
- “ Cũng như vậy, này các Tỷ Kheo !  
Pháp ‘thân hành niệm’ vâng theo  
Tu tập, làm sung mãn, đều hành thâm  
Rồi hương tâm đã được chứng ngộ  
Nhờ thắng trí, đến chỗ pháp nào

Cần phải chứng ngộ, nhờ vào  
Thắng trí. Vị ấy trước sau tự mình  
Đổi mặt được sự tinh xảo bởi  
Pháp ấy, dẫu thuộc giới xứ nào.

Các Tỷ Kheo ! Ví như sau :  
Trên đất bằng phẳng thuộc vào ngã tư  
Một chiếc xe đậu từ trước đó  
Phía trước có bốn ngựa thắng vào  
Ngựa thuần thực, khéo dôi trau  
Lại có roi ngựa – trước sau sẵn sàng,  
Mã-thuật-sư lại đang hiện diện  
Mà người đó lại thiện xảo nghề  
Điều ngự loài ngựa mọi bề.

Mã-thuật-sư đó không hề ngại e  
Leo lên xe, cầm cương tay trái,  
Còn tay phải cầm roi ngựa ngay,  
Có thể đánh xe ngựa đây  
Đi lui đi tới, rồi quay lui liền  
Thế nào tùy ý riêng người đấy.

Cũng như vậy, này các Tỷ Kheo !  
Vị nào tu tập, hành theo  
Pháp thân hành niệm này đều hành thâm  
Liên hướng tâm đã được chứng ngộ  
Nhờ thắng trí, đến chỗ pháp nào  
Cần phải chứng ngộ, nhờ vào  
Thắng trí. Vị ấy đạt mau, đủ đầy  
Tinh xảo của pháp này sau trước  
Dẫu là thuộc giới xứ thế nào.

( Công đức của Thân hành niệm ):

Các Tỷ Kheo ! Khi vị nào

Pháp ‘thân hành niệm’ trước sau thực hành,  
Được tu tập, khiến nhanh sung mãn,  
Thành như dạng một cỗ xe to,  
Như căn cứ địa, làm cho  
Kiên trì, tích tập, khéo do tinh cần.  
Để thực hành, mười phần công đức  
Có thể được mong đợi ở đây.  
Sao là mười công đức này ?

- (1) Nhiếp phục lạc & bất lạc ngay trong lòng.  
Bất lạc không nhiếp phục vị ấy,  
Mà vị ấy luôn nhiếp phục liền  
Những bất lạc được khởi lên.
- (2) Nhiếp phục khiếp đảm, dẹp yên hãi hung.  
Khiếp đảm cùng sợ hãi không thể  
Nhiếp phục được uy thế vị này.
- (3) Vị ấy kham nhẫn hằng ngày  
Chịu đựng lạnh, nóng, khát hay đói cào,  
Sự xúc chạm ruồi bâu, muỗi cắn,  
Gió, mặt trời, rét, rắn, trùng, sâu,  
Các cách nói khó chịu nào  
Khó chấp nhận khi nghe vào trong tai.  
Và vị này có thể chịu đựng  
Những cảm thọ bất khứng về thân  
Khởi lên đau nhói muôn phần,  
Thô bạo, chết điếng toàn thân não nề.
- (4) Tùy ý muốn, không hề nhọc mệt,  
Không phí sức, dẹp hết khó khăn  
Vị ấy chứng được bốn phần  
Sơ, Nhị, Tam, Tứ Thiên chân chánh này.

- (5) Tỳ Kheo đây hướng tâm đến với  
Các Thần Thông nhiều loại nhiệm mầu  
Một thân hiện ra nhiều thân  
Nhiều thân thu lại một thân dễ dàng  
Hiện, biến hình, đi ngang qua vách  
Xuyên qua núi như cách hư không  
Độn thổ, trôi lên đất giồng  
Đi được trên nước cũng không chìm nào  
Ngồi kiết già trên cao vọi vọi  
Bay trên không như loại chim bằng  
Vói tay chạm mặt trời, trăng  
Có đại oai lực, oai thần uy linh  
Hoặc có thể tự mình bay tới  
Cõi Phạm Thiên vọi vọi ly trần.
- (6) Thiên nhĩ thanh tịnh siêu nhân  
Vị ấy có thể nghe gần nghe xa  
Hai loại tiếng : người ta và loại  
Tiếng chư Thiên các cõi nghe rành.
- (7) Vị ấy biết tâm chúng sanh :  
Tham, không tham cũng biết nhanh tức thì  
Tâm nổi Sân, biết vì sân hận  
Tâm không sân không hận cũng tường,  
Tâm Si hay không Si thường  
Chuyên chú, tán loạn biết dường tự tâm,  
Đại hành tâm, biết là như vậy  
Hoặc không phải là đại hành tâm  
Tâm vô thượng, biết rõ ràng  
Tâm chưa vô thượng lại càng biết thông  
Tâm thiên định hay không thiên định  
Tâm giải thoát hay dính buộc ràng

- Vị ấy đều biết rõ ràng  
Tâm của người khác ; cả hàng trí , ngu .
- (8) Vị Phích-Khu hướng tâm đến với  
Túc mạng thông, nhớ tới nhiều đời  
Quá khứ với một, hai đời  
Năm chục , ba bốn trăm đời đã qua  
Một ngàn đời hay là hơn nữa  
Một trăm ngàn đời thuở lâu xa  
Hoại kiếp, thành kiếp trải qua  
Vị ấy nhớ lại như là mới đây .  
Tại nơi ấy, tên này ta có  
Thuộc giai cấp, giòng họ thế này  
Uống, ăn, thọ khổ, lạc rày  
Tuổi thọ như thế, chết ngày ra sao  
Ta tái sinh, nhắm vào làng đó  
Có tên tuổi, giòng họ thế nào  
Cứ thế , nhớ lại biết bao  
Tiền kiếp, tái kiếp không sao đếm rày.
- (9) Tỳ Khuru này hướng tâm đến với  
Thiên nhãn thông, dẫn tới tuệ minh  
Xét về sinh tử chúng sinh  
Thiên nhãn thuần tịnh siêu nhân, thấy liền  
Vị ấy biết mỗi giềng Nghiệp quả  
Người hạ liệt , kẻ cả giàu sang  
Người đẹp đẽ , kẻ thô hèn  
Đều do hạnh nghiệp trắng đen họ làm  
Gieo ác hạnh về thân, khẩu, ý  
Hoặc phỉ báng các vị Thánh Hiền  
Người này thân hoại, tận duyên  
Do nghiệp tà kiến , đọa liền súc sinh

Các cõi dữ, như sinh địa ngục  
Hoặc đọa xứ, thẳng thức nạn tai .

Còn bậc hiền giả, những ai  
Làm những thiện hạnh ý và lời, thân  
Không phí báng Hiền nhân, Thánh hiền  
Tạo nghiệp lành, chánh kiến vô cùng,  
Sau khi thân hoại mạng chung  
Được sinh thiện thú, nhân trung, cõi trời  
Do thiên nhãn, biết đời sống chết  
Người hạ liệt hay kẻ giàu sang  
Người đẹp đẽ, kẻ thô hèn  
Người này bất hạnh, kẻ bèn gặp may  
Do hạnh nghiệp kẻ này hành động  
Có kết quả chẳng giống nhau này .

- (10) Đạt Lộ Tận Thông, biết ngay  
Đây là sự Khổ, nguyên nhân đưa vào  
Đây Khổ Diệt, đường nào diệt khổ  
Biết như thật lậu-hoặc loại này  
Nguyên nhân lậu-hoặc là đây  
Diệt trừ lậu-hoặc, biết ngay con đường  
Nhờ hiểu biết, tận tường nhận thức  
Tâm vị ấy rất mực sáng trong  
Dục-lậu, hữu-lậu thoát xong  
Thoát vô-minh-lậu, khỏi vòng trói trăn  
Liên hiểu rõ : Tự thân giải thoát  
Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành  
Việc cần làm, đã thực hành  
Sau đời hiện tại, Vô sanh hiển bày .  
Như vậy, các Tỷ Kheo này !  
‘Thân hành niệm’ thực hành ngay, vững bền

Được tu tập, khiến nên sung mãn  
Thành như dạng cỗ xe an toàn,  
Thành căn cứ địa vững vàng,  
Làm cho tích tập, khiến càng kiên tâm.  
Khéo tinh cần thực hành như thế  
Mười công đức có thể đạt thành ”.

Nghe giảng từ đấng Cha Lành  
Chúng Tăng tín thọ, an lành hân hoan ./-

*Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật ( 3 L )*

\*  
\* \*

( *Chấm dứt Kinh số 119 : THÂN HÀNH NIỆM –  
KÀYAGATĀSATI Sutta* )

# 120. Kinh HÀNH SANH ( Sankhàrupapatti sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời, Đức Thế Tôn Thiện Thệ  
Sa-Vát-Thí – Xá-Vệ – trú qua

Tại chùa Chê-Tá-Va-Na

( Kỳ Viên Tinh Xá cũng là nơi đây )

Tinh Xá này do vị Trưởng-giả

Là A-Ná-Tha Pín-Đi-Ka

( Hay Cấp Cô Độc cũng là )

Tín thành dâng đến Phật Đà Như Lai.

Tại đây Ngài gọi chư Phích-Khú : (1)

– “ Các Phích-Khú ! Hãy khéo nghe đây ! ”.

Chư Tỷ Kheo tại nơi này

Vâng đáp lời Phật. Rồi Ngài thuyết ngay :

– “ Chúng Tăng này ! Ta sẽ giảng giải

Cho các ông sự tái sanh này

Do hành đưa lại như vậy

Hãy nghe, suy nghiệm pháp đây kỹ càng ”.

– “ Chúng con đã sẵn sàng thính pháp ”.

Chư Tỷ Kheo vâng đáp Phật Đà.

Đức Thế Tôn liền giảng ra :

– “ Ở đây, này Chúng Tăng-Già ! Tỷ Kheo

Đầy đủ tín và đều đủ giới,

Đầy đủ văn & thí với tuệ minh.

Vị ấy suy nghĩ tự mình :

‘Mong rằng ta sẽ tái sinh tức thì

Ngay sau khi mạng chung thân hoại,

Sẽ sinh lại, cộng trú trong nhà

Dòng Sát-Đế-Ly hoàng gia’.

Định tâm như vậy, lâu dài trú tâm,

Tu tập tâm, chuyên tâm như vậy

Những hành ấy của Tỷ Kheo này

Được an trú, tu tập hoại,

Làm cho sung mãn đủ đầy, sẽ đưa

Vị ấy thọ sanh vừa với nguyện

Của vị ấy, diễn tiến trước nay.

Này các Tỷ Kheo ! Như vậy

Đây là đạo, chính là đây lộ trình

Đưa đến sự tái sinh nơi ấy.

Cũng như vậy, này các Tỷ Kheo !

Một vị Tỷ Kheo hành theo

Đầy đủ tín, giới, có đều thí, văn,

Đầy đủ phân trí tuệ thông thái

Tâm mong ước được tái sinh ra

Trong đại gia tộc thế gia

Của dòng Phạm-Chí (tức Bà-La-Môn)

Hay sinh trong Cư Sĩ gia tộc.

Không quản nhọc, vị ấy âm thầm

Chuyên định tâm, an trú tâm,

Tu tập tâm ấy. Hành thâm như vậy

Tỷ Kheo này dần được an trú

Tu tập, làm đầy đủ tối đa

Sẽ đưa vị ấy sinh ra

Tại chỗ vị ấy thiết tha mong vậy.

Các Tỷ Kheo ! Chính đây là đạo,

(1) : Bhikkhu : được âm là Tỷ-Khuru hay Tỷ-Kheo, vị đã thọ Đại Giới Cụ-Túc, được dự vào hàng Tăng Bảo.

Là lộ trình đưa thấu nơi sinh.  
Tỷ Kheo đầy đủ đức tin,  
Đủ giới, văn, thí, tuệ minh tinh tường,  
Nghe : ‘Tứ Đại Thiên Vương thọ mạng  
Thật lâu dài, tướng sáng đẹp xinh,  
Cố nhiều lạc thú’, mong mình  
Sau khi thân hoại, tái sinh cõi này.  
Hoặc vị đây được nghe, diễn tả :  
“ Chư Thiên tại Ta-Vá-Tim-Sa (1)  
(Tam thập tam Thiên cũng là)  
Chư Thiên tại cõi Dạ-Ma, (2) hay là  
Chư Thiên Tu-Si-Ta (Đâu Suất) (3)  
Chư Thiên thuộc Hóa Lạc cõi ni  
(Tức Niêm-Ma-Ná-Ra-Ti) (4) &  
Tha Hóa Tự Tại (5) các vị Chư Thiên...  
Khấp Chư Thiên các cõi Trời đó  
Đều hết thấy thọ mạng lâu dài,  
Cố nhiều lạc thọ đủ đầy,  
Và có mỹ tướng, hình hài uy nghi.  
Mong rằng ta sau khi thân hoại  
Sẽ sinh lại các cõi Trời này,  
Cộng trú Chư Thiên ở đây ”.  
Rồi vị ấy chuyên định ngay tâm này,  
An trú, tu tập ngay tâm ấy.

(1) : Cõi Trời Dao Lợi – Tavatimsa, còn được gọi là Tam Thập Tam Thiên (cõi Trời Ba mươi ba) do vị Thiên Chúa Đế Thích cai quản. (2) : Cõi Trời Yama – Dạ-Ma Thiên.  
(3) : Cõi Trời Đâu Suất hay Đâu-Suất-Đà – Tusita.  
(4) : Cõi Trời Hóa Lạc – Nimmanarati.  
(5) : Cõi Trời Tha Hóa Tự Tại – Parmimmitavasavatti.

Những hành đầy của Tỷ Kheo này  
Được an trú, tu tập vậy  
Làm cho sung mãn như vậy tối ưu  
Đưa Tỷ Khuru này sinh cõi ấy,  
Đây là đạo, chính đây lộ trình  
Đưa đến nơi muốn tái sinh.  
Lại nữa, vị có đức tin đủ đầy,  
Đầy đủ giới, đủ đầy văn, thí,  
Đầy đủ trí. Vị ấy nghe vậy :  
‘Ngàn Phạm Thiên thọ mạng dài,  
Mỹ tướng, lạc thọ nhiều thay, khôn cùng.  
Ngàn Phạm Thiên thấm nhuần sống thế,  
Biển mẫn khắp ngàn thế giới này,  
Thấm nhuần, biển mẫn đủ đầy  
Các chúng sinh được sinh ngay cõi này.  
Ví như đây một người có mắt  
Tay cầm chắc trái A-Man-Đa  
(Trái A-Ma-Lạc cũng là)  
Nhìn chăm trái ấy. Trái qua cũng vậy,  
Ngàn vị Phạm Thiên này vời vợi  
Ngàn thế giới biển mẫn, thấm nhuần  
Và sống biển mẫn, thấm nhuần  
Các chúng sinh được sinh tuần tự lên  
Thế giới trên. Vị ấy nghĩ ngợi :  
‘Mong sau khi thân hoại mạng chung  
Ta sẽ được sinh và cùng  
Cộng trú ngàn vị muôn trùng Phạm Thiên’  
Vị ấy liền tái sinh chỗ đấy.  
Cũng như vậy, vị ấy nghe rằng :  
‘Có hai, ba, bốn, năm ngàn

Mười ngàn... cho đến trăm ngàn Phạm Thiên  
Có thọ mạng triền miên được hưởng,  
Có mỹ tướng, lạc thọ thật nhiều.  
Ví như, này các Tỷ Kheo !  
Có một viên ngọc mỹ miều bảo châu  
Đẹp đẽ màu trong suốt, tám mặt  
Khéo dũa mài, được đặt lên trên  
Tám màn màu nhạt làm nền  
Bảo châu chiếu sáng các bên chói ngời.  
Cũng vậy, Trời Phạm Thiên hàng vạn  
Sống thâm nhuần, biến mãn suốt ngày  
Cả mười ngàn thế giới này  
Vị ấy nghĩ : ‘Mong ta vầy sau khi  
Thân hoại mạng chung thì sinh tới  
Cộng trú với mười ngàn Phạm Thiên’.  
Hoặc Tỷ Kheo ấy nghe liền :  
‘Phạm Thiên mười vạn mạng duyên lâu dài  
Có tướng tốt, đủ đầy lạc thọ...’  
Rồi vị đó cũng thấm nhuần nhanh  
Và biến mãn các chúng sanh  
Sanh lên các thế giới lành nơi đây.  
Ví như vầy : Một đồ trang sức  
Bằng vàng ròng, làm thực khéo tay,  
Tôi luyện trong lò đủ đầy,  
Thợ vàng thiện xảo đem ngày ra công  
Đem đặt trong tám màn màu nhạt  
Sẽ chiếu rọi, sáng thực chói chan.  
Cũng vậy, này Tỷ Kheo Tăng !  
Trăm ngàn Phạm Chúng trú an, thấm nhuần  
Và biến mãn trăm ngàn thế giới.

Vị ấy nghĩ : ‘Mong với điều rằng:  
Khi ta thân hoại mạng tàn,  
Được sinh cộng trú trăm ngàn Phạm Thiên’.  
Lại nhân duyên, này các Phích-Khú !  
Vị Tỷ Kheo đầy đủ tín, vãng,  
Đầy đủ giới, thí, trí phần,  
Được nghe : ‘Thiên Chúng các tầng trời riêng:  
Chư Quang Thiên, Thiểu Quang Thiên hưởng  
Quang Âm Thiên, Vô Lượng Quang Thiên,  
Biến Tịnh Thiên, Thiểu Tịnh Thiên,  
Tịnh Thiên, Vô Lượng Tịnh Thiên, Vô Phiền,  
Vô Nhiệt Thiên, Thiện Kiến, Quảng Quả,  
Và kể cả A-Ca-Ni-Sa...  
Có thọ mạng thật lâu xa  
Tướng tốt, lạc thọ thật là nhiều thay !  
Vị ấy nghĩ : ‘Khi ta thân hoại  
Mong rằng ta sinh lại các nơi  
Như kể trên các cõi Trời’.  
Rồi vị ấy chuyên định nơi tâm này,  
An trú, tu tập ngay tâm ấy.  
Những hành ấy của Tỷ Kheo này  
Được an trú, tu tập vầy  
Làm cho sung mãn, đủ đầy tối ưu  
Đưa Tỷ Khuru này sinh cõi ấy,  
Đây là đạo, chính đây lộ trình  
Đưa đến nơi muốn tái sinh.  
Lại nữa, vị có đức tin đủ đầy  
Đầy đủ giới, đủ đầy vãng, thí,  
Đầy đủ trí. Vị ấy nghe truyền :  
‘Chư Thiên Xứ Không Vô Biên,

Hoặc được nghe Thức Vô Biên Xứ này,  
Hoặc đạt ngay Vô Sở Hữu Xứ,  
Đạt Tưởng Xứ Phi Tưởng Phi Phi...  
Thọ mạng lâu dài, diên trì,  
Có nhiều lạc thọ, mọi thì trú an.  
Vị ấy nghĩ : ‘Khi thân tan hoại  
Mong rằng ta sinh lại các nơi  
Như kể trên các cõi Trời’.  
Rồi vị ấy chuyên định nơi tâm này,  
An trú, tu tập ngay tâm ấy.  
Những hành ấy của Tỷ Kheo này  
Được an trú, tu tập vậy  
Làm cho sung mãn, đủ đầy tối ưu  
Đưa Tỷ Khuru này sinh cõi ấy,  
Đây là đạo, chính đây lộ trình  
Đưa đến nơi muốn tái sinh.  
Lại nữa, vị có đức tin đủ đầy  
Đầy đủ giới, đủ đầy văn, thí,  
Đầy đủ trí. Vị ấy suy tư :  
‘Mong rằng với sự đoạn trừ  
Các lậu hoặc, thắng trí từ việc đây  
Ta chứng ngộ đủ đầy, chứng lấy  
Trú an lạc hiện tại chẳng lằm  
Vô lậu giải thoát tuệ & tâm’.  
Vị ấy với sự hành thâm như vậy  
Đoạn trừ ngay tất cả lậu hoặc  
Với thắng trí chân thật minh quang  
Chứng ngộ, chứng đạt, trú an  
Ngay trong hiện tại rõ ràng chẳng sai  
Tâm giải thoát sâu dày vô lậu

Tuệ giải thoát vô lậu chứng rồi.  
Này các Tỷ Kheo ! Mọi thời  
Tỷ Kheo này chẳng sinh nơi nào, và  
Không sinh ra chỗ nào nữa cả ”.  
Nghe Thế Tôn Giác Giả giảng bày  
Chư Tỷ Kheo tại nơi này  
Hoan hỷ tín thọ lời Ngài Thế Tôn ./-

*Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật ( 3 L )*

\*  
\*\*

( *Chấm dứt Kinh số 120 : HÀNH SANH –  
SANKHÀRUPAPATTI Sutta* )



