

ĐẠI KINH THIẾT LẬP NIỆM (DN 22) MAHĀSATIPATTHĀNA SUTTA

Tỳ-khưu INDACANDA dịch Việt

1. Tôi đã nghe như vậy: Một thời, đức Thế Tôn ngụ ở xứ sở của những người Kuru; có một thị trấn của những người Kuru tên là Kammāsadamma. Tại nơi ấy, đức Thế Tôn đã bảo các vị tỳ khưu rằng: “Này các tỳ khưu.” “Thưa đức Ngài,” các vị tỳ khưu ấy đã đáp lại đức Thế Tôn như thế. Đức Thế Tôn đã nói điều này:

2. “Này các tỳ khưu, đây là con đường độc đạo [1] đưa đến sự thanh tịnh cho các chúng sinh, đưa đến sự vượt qua hẳn sâu và bi, đưa đến sự biến mất của khổ và ưu, [2] đưa đến việc đạt được phương pháp, [3] đưa đến việc chứng ngộ Niết Bàn, tức là bốn sự thiết lập niệm. Bốn (sự thiết lập niệm) là những gì? Này các tỳ khưu, ở đây vị tỳ khưu—

- sống [4] có sự quan sát thân ở thân, [5] có nhiệt tâm, có sự nhận biết rõ, có niệm, sau khi đã loại trừ [6] tham đắm và ưu phiền ở thế gian.[7]

- sống có sự quan sát thọ ở các thọ, có nhiệt tâm, có sự nhận biết rõ, có niệm, sau khi đã loại trừ tham đắm và ưu phiền ở thế gian.

- sống có sự quan sát tâm ở tâm, có nhiệt tâm, có sự nhận biết rõ, có niệm, sau khi đã loại trừ tham đắm và ưu phiền ở thế gian.

- sống có sự quan sát pháp ở các pháp, có nhiệt tâm, có sự

nhận biết rõ, có niệm, sau khi đã loại trừ tham đắm và ưu phiền ở thế gian.

Phần Nhập Đề được kết thúc.

*

I. VIỆC QUAN SÁT THÂN

3. Và này các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân là thế nào? Ở đây, này các tỳ khuru, vị tỳ khuru đi đến khu rừng, hoặc đi đến gốc cây, hoặc đi đến ngôi nhà trống, ngôi xuống, xếp chân thế kiết già, giữ thân thẳng và thiết lập niệm luôn hiện diện. Trú niệm, vị ấy thở vào; trú niệm, vị ấy thở ra.[8] Trong khi thở vào dài, vị ấy biết rõ: *“Tôi thở vào dài,”* hoặc [9] trong khi thở ra dài, vị ấy biết rõ: *“Tôi thở ra dài,”* hoặc trong khi thở vào ngắn, vị ấy biết rõ: *“Tôi thở vào ngắn,”* hoặc trong khi thở ra ngắn, vị ấy biết rõ: *“Tôi thở ra ngắn.”* *“Cảm giác toàn thân, [10] tôi sẽ thở vào”* vị ấy thực tập, *“Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra”* vị ấy thực tập. *“Làm cho an tịnh sự tạo tác của thân, tôi sẽ thở vào”* vị ấy thực tập, *“Làm cho an tịnh sự tạo tác của thân, tôi sẽ thở ra”* vị ấy thực tập.

4. Này các tỳ khuru, cũng giống như người thợ tiện hoặc học trò của người thợ tiện lành nghề, trong khi kéo (dây quay) dài, vị ấy biết rõ: *“Tôi kéo (dây quay) dài,”* hoặc trong khi kéo (dây quay) ngắn, vị ấy biết rõ: *“Tôi kéo (dây quay) ngắn,”* tương tự y như vậy, vị tỳ khuru trong khi thở vào dài, vị ấy biết rõ: *“Tôi thở vào dài,”* hoặc trong khi thở ra dài, vị ấy biết rõ: *“Tôi thở ra dài,”* hoặc trong khi thở vào ngắn, vị ấy biết rõ: *“Tôi thở vào ngắn,”* hoặc trong khi thở ra ngắn, vị ấy biết rõ: *“Tôi thở ra ngắn.”* *“Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vào”* vị ấy thực tập, *“Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra”* vị ấy

thực tập. “*Làm cho an tịnh sự tạo tác của thân, tôi sẽ thở vào*” vị ấy thực tập, “*Làm cho an tịnh sự tạo tác của thân, tôi sẽ thở ra*” vị ấy thực tập.

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần,[11] hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.[12]

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

Phần Hơi Thở Vào - Hơi Thở Ra được kết thúc.

5. Này các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, vị tỳ khưu trong khi đi biết rõ: “*Tôi đi;*” hoặc khi đứng, biết rõ: “*Tôi đứng;*” hoặc khi ngồi xuống, biết rõ: “*Tôi ngồi xuống;*” hoặc trong khi nằm, biết rõ: “*Tôi đang nằm;*” hoặc thân của vị này được vận hành như thế nào thì biết rõ nó như thế ấy.

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan

sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

Phần Oai Nghi được kết thúc.

6. Này các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, vị tỳ khưu có sự thực hành việc nhận biết rõ trong khi đi tới đi lui; có sự thực hành việc nhận biết rõ khi nhìn qua nhìn lại; có sự thực hành việc nhận biết rõ khi co khi duỗi (tay chân); có sự thực hành việc nhận biết rõ trong việc mang y hai lớp, bình bát, và y phục; có sự thực hành việc nhận biết rõ khi ăn, khi uống, khi nhai, khi nếm; có sự thực hành việc nhận biết rõ ở hành động đại tiện và tiểu tiện; có sự thực hành việc nhận biết rõ khi đi, khi đứng, khi ngồi, khi ngủ, khi thức, khi nói, khi im lặng.

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào

bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

Phần Nhận Biết Rõ được kết thúc.

7. Này các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, vị tỳ khưu xem xét chính thân này từ lòng bàn chân trở lên, từ đỉnh ngọn tóc trở xuống, được bao bọc bởi da, chứa đầy các thành phần bất tịnh khác nhau:

“Ở thân này có tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tủy xương, thận, tim, gan, cơ hoành, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, thực phẩm chưa tiêu, phân, mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, nước mỡ (huyết tương), nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu.”

Này các tỳ khưu, cũng giống như cái bao có miệng ở cả hai đầu chứa đầy các loại hạt khác nhau, như là: gạo *sālī*, lúa mì, đậu xanh, đậu *māsa*, hạt mè, gạo trắng. Một người có mắt mở túi ấy ra và xem xét rằng: “Các hạt này là gạo *sālī*, các hạt này là lúa mì, các hạt này là đậu xanh, các hạt này là đậu *māsa*, các hạt này là hạt mè, các hạt này là gạo trắng,” tương tự y như vậy, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu xem xét chính thân này từ lòng bàn chân trở lên, từ đỉnh ngọn tóc trở xuống, được bao bọc bởi da, chứa đầy các thành phần bất tịnh khác nhau: “Ở thân này có tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tủy xương, thận, tim, gan, cơ hoành, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, thực phẩm chưa tiêu, phân, mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, nước mỡ (huyết tương), nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội

phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

Phân Tác Ý Vật Ghê Tởm được kết thúc.

8. Này các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, vị tỳ khưu xem xét chính thân này theo cách được bố trí, theo cách được vận hành về khía cạnh nguyên tố [13]: “Ở thân này có nguyên tố đất, nguyên tố nước, nguyên tố lửa, nguyên tố gió.”

Này các tỳ khưu, cũng giống như người đồ tể hoặc học trò của người đồ tể lành nghề sau khi giết chết con bò cái rồi ngồi ở ngã tư đường lớn phân chia thành từng phần, tương tự y như vậy, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu xem xét chính thân này theo cách được bố trí, theo cách được vận hành về khía cạnh nguyên tố: “Ở thân này có nguyên tố đất, nguyên tố nước, nguyên tố lửa, nguyên tố gió.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần

và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

Phần Tác Ý Nguyên Tố được kết thúc.

9. Này các tỳ khuru, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khuru nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma là đã chết một ngày, hoặc đã chết hai ngày, hoặc đã chết ba ngày, tứ thi đã bị trương sinh, đã đổi màu xanh, đã có trạng thái chảy nước vàng. Vị ấy so sánh chính thân này (với tứ thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào

bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ nhất)

10. Này các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khưu nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma đang bị các chim quạ ăn, hoặc đang bị các chim diều hâu ăn, hoặc đang bị các chim kên kên ăn, hoặc đang bị các con chó ăn, hoặc đang bị các chó rừng ăn, hoặc đang bị nhiều loại côn trùng ăn. Vị ấy so sánh chính thân này (với tử thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ nhì)

11. Này các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khưu nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma là bộ

xương với thịt và máu, được kết lại với nhau bằng những sợi gân. Vị ấy so sánh chính thân này (với tử thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ ba)

12. Này các tỳ khuru, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khuru nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma là bộ xương không còn thịt, bị lấm lem bởi máu, được kết lại với nhau bằng những sợi gân. Vị ấy so sánh chính thân này (với tử thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ tư)

13. Này các tỳ khuru, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khuru nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma là bộ xương, thịt và máu đã không còn, được kết lại với nhau bằng những sợi gân. Vị ấy so sánh chính thân này (với tử thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân

là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ năm)

14. Đây các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khưu nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma là các mẩu xương không còn các sự gắn kết, bị vương vãi khắp các hướng, nơi này xương bàn tay, nơi nọ xương bàn chân, nơi kia xương cổ chân, nơi này xương ống chân, nơi nọ xương đùi, nơi kia xương sống, nơi này xương chậu, nơi nọ xương vai, nơi kia xương cổ, nơi này xương răng, nơi nọ xương đầu. Vị ấy so sánh chính thân này (với tứ thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ sáu)

15. Đây các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khưu nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma là

các mẫu xương màu trắng tương tự màu vỏ sò. Vị ấy so sánh chính thân này (với tử thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ bảy)

16. Này các tỳ khuru, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khuru nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma là các mẫu xương được chất thành đống đã hơn một năm. Vị ấy so sánh chính thân này (với tử thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ tám)

17. Này các tỳ khuru, còn có điều khác nữa, cũng giống như vị tỳ khuru nhìn thấy thân xác bị quăng bỏ ở bãi tha ma là các mẩu xương hôi thối, trở thành bột. Vị ấy so sánh chính thân này (với tử thi ấy): “Thân này cũng có tính chất như vậy, có bản chất như vậy, không vượt qua điều ấy.”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thân ở thân thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở thân, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở thân.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thân” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân là như vậy.

(Bãi Tha Ma - thứ chín)

Mười bốn Việc Quan Sát Thân được kết thúc.

*

II. VIỆC QUAN SÁT THỌ

18. Và này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thọ ở các thọ là thế nào? Ở đây, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu trong khi cảm giác [14] thọ lạc, biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ lạc.”* Hoặc trong khi cảm giác thọ khổ, biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ khổ.”* Hoặc trong khi cảm giác thọ không khổ không lạc, biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ không khổ không lạc.”*

Hoặc trong khi cảm giác thọ lạc có hệ lụy vật chất,[15] biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ lạc có hệ lụy vật chất.”* Hoặc trong khi cảm giác thọ lạc không hệ lụy vật chất, biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ lạc không hệ lụy vật chất.”* Hoặc trong khi cảm giác thọ khổ có hệ lụy vật chất, biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ khổ có hệ lụy vật chất.”* Hoặc trong khi cảm giác thọ khổ không hệ lụy vật chất, biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ khổ không hệ lụy vật chất.”* Hoặc trong khi cảm giác thọ không khổ không lạc có hệ lụy vật chất, biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ không khổ không lạc có hệ lụy vật chất.”* Hoặc trong khi cảm giác thọ không khổ không lạc không hệ lụy vật chất, biết rõ (rằng): *“Tôi cảm giác thọ không khổ không lạc không hệ lụy vật chất.”*

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát thọ ở các thọ thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát thọ ở các thọ thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát thọ ở các thọ thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở các thọ, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở các thọ, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở các thọ.

Hoặc hơn nữa, niệm “có thọ” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.[16]

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát thọ ở các thọ là như vậy.

Việc Quan Sát Thọ được kết thúc.

*

III. VIỆC QUAN SÁT TÂM

19. Và này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát tâm ở tâm là thế nào? Ở đây, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu biết rõ tâm có luyến ái là: “*Tâm có luyến ái,*” hoặc biết rõ tâm đã xa lìa luyến ái là: “*Tâm đã xa lìa luyến ái,*” hoặc biết rõ tâm có sân hận là: “*Tâm có sân hận,*” hoặc biết rõ tâm đã xa lìa sân hận là: “*Tâm đã xa lìa sân hận,*” hoặc biết rõ tâm có si mê là: “*Tâm có si mê,*” hoặc biết rõ tâm đã xa lìa si mê là: “*Tâm đã xa lìa si mê,*” hoặc biết rõ tâm bị thu hẹp [17] là: “*Tâm bị thu hẹp,*” hoặc biết rõ tâm bị tán loạn là: “*Tâm bị tán loạn,*” hoặc biết rõ tâm đại hành [18] là: “*Tâm đại hành,*” hoặc biết rõ tâm không đại hành là: “*Tâm không đại hành,*” hoặc biết rõ tâm hữu thượng [19] là: “*Tâm hữu thượng,*” hoặc biết rõ tâm vô thượng là: “*Tâm vô thượng,*” hoặc biết rõ tâm định tĩnh là: “*Tâm định tĩnh,*” hoặc biết rõ tâm không định tĩnh là: “*Tâm không định tĩnh,*” hoặc biết rõ tâm được giải thoát là: “*Tâm được giải thoát,*” hoặc biết rõ tâm không được giải thoát là: “*Tâm không được giải thoát.*”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát tâm ở tâm thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát tâm ở tâm thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát tâm ở tâm thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở tâm, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở tâm, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở tâm.

Hoặc hơn nữa, niệm “có tâm” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát tâm ở tâm là như vậy.

Việc Quan Sát Tâm được kết thúc.

*

IV. VIỆC QUAN SÁT PHÁP

20. Và này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp là thế nào?

Ở đây, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về năm pháp che lấp. Và này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về năm pháp che lấp là thế nào?

Ở đây, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu, trong khi sự mong muốn về dục thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Có sự mong muốn về dục thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi sự mong muốn về dục thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có sự mong muốn về dục thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh ra của sự mong muốn về dục chưa được

sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với sự mong muốn về dục đã được sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh ra của sự mong muốn về dục đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi thù oán thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (ràng): *“Có thù oán thuộc nội phần của tôi;”* hoặc trong khi thù oán thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (ràng): *“Không có thù oán thuộc nội phần của tôi.”* Việc sanh ra của thù oán chưa được sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với thù oán đã được sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh ra của thù oán đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi đã dục và buồn ngủ thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (ràng): *“Có đã dục và buồn ngủ thuộc nội phần của tôi;”* hoặc trong khi đã dục và buồn ngủ thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (ràng): *“Không có đã dục và buồn ngủ thuộc nội phần của tôi.”* Việc sanh ra của đã dục và buồn ngủ chưa được sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với đã dục và buồn ngủ đã được sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh ra của đã dục và buồn ngủ đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi phóng dật và hối hận thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (ràng): *“Có phóng dật và hối hận thuộc nội phần của tôi;”* hoặc trong khi phóng dật và hối hận thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (ràng): *“Không có phóng dật và hối hận thuộc nội phần của tôi.”* Việc sanh ra của phóng dật và hối hận chưa được sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với phóng dật và hối hận đã được

sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh ra của phóng dật và hối hận đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi hoài nghi thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Có hoài nghi thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi hoài nghi thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có hoài nghi thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh ra của hoài nghi chưa được sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với hoài nghi đã được sanh ra là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh ra của hoài nghi đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở các pháp.

Hoặc hơn nữa, niệm “có pháp” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về năm pháp che lấp là như vậy.

(Phần Pháp Che Lấp được kết thúc)

21. Này các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về năm thủ uẩn.[20] Và này

các tỳ khứu, vị tỳ khứu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về năm thủ uẩn là thế nào?

Ở đây, này các tỳ khứu, vị tỳ khứu (biết rõ [21]): “*Thế này là sắc, thế này là sự sanh khởi của sắc, thế này là sự biến mất của sắc. Thế này là thọ, thế này là sự sanh khởi của thọ, thế này là sự biến mất của thọ. Thế này là tưởng, thế này là sự sanh khởi của tưởng, thế này là sự biến mất của tưởng. Thế này là các hành, thế này là sự sanh khởi của các hành, thế này là sự biến mất của các hành. Thế này là thức, thế này là sự sanh khởi của thức, thế này là sự biến mất của thức.*”

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở các pháp.

Hoặc hơn nữa, niệm “có pháp” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khứu, vị tỳ khứu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về năm thủ uẩn là như vậy.

(Phần Uẩn được kết thúc)

22. Này các tỳ khứu, còn có điều khác nữa, vị tỳ khứu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về sáu nội và ngoại xứ. Và này các tỳ khứu, vị tỳ khứu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về sáu nội và ngoại xứ là thế nào?

Ở đây, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu biết rõ mắt, biết rõ các sắc, và sự ràng buộc sanh lên tùy thuộc vào cả hai nơi ấy (mắt và các sắc), vị ấy biết rõ điều ấy. Việc sanh lên của sự ràng buộc chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với sự ràng buộc đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh lên trong tương lai của sự ràng buộc đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Vị ấy biết rõ tai, biết rõ các thanh, và sự ràng buộc nào sanh lên tùy thuộc vào cả hai nơi ấy (tai và các thanh), vị ấy biết rõ điều ấy. Việc sanh lên của sự ràng buộc chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với sự ràng buộc đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh lên trong tương lai của sự ràng buộc đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Vị ấy biết rõ mũi, biết rõ các hương, và sự ràng buộc nào sanh lên tùy thuộc vào cả hai nơi ấy (mũi và các hương), vị ấy biết rõ điều ấy. Việc sanh lên của sự ràng buộc chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với sự ràng buộc đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh lên trong tương lai của sự ràng buộc đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Vị ấy biết rõ lưỡi, biết rõ các vị, và sự ràng buộc nào sanh lên tùy thuộc vào cả hai nơi ấy (lưỡi và các vị), vị ấy biết rõ điều ấy. Việc sanh lên của sự ràng buộc chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với sự ràng buộc đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh lên trong tương lai của sự ràng buộc đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Vị ấy biết rõ thân, biết rõ các xúc, và sự ràng buộc nào sanh lên tùy thuộc vào cả hai nơi ấy (thân và các xúc), vị ấy biết rõ điều ấy. Việc sanh lên của sự ràng buộc chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với sự ràng buộc đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh lên trong tương lai của sự ràng buộc đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Vị ấy biết rõ ý, biết rõ các pháp, và sự ràng buộc nào sanh lên tùy thuộc vào cả hai nơi ấy (ý và các pháp), vị ấy biết rõ điều ấy. Việc sanh lên của sự ràng buộc chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; việc dứt bỏ đối với sự ràng buộc đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc không sanh lên trong tương lai của sự ràng buộc đã được dứt bỏ là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở các pháp.

Hoặc hơn nữa, niệm “có pháp” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về sáu nội và ngoại xứ là như vậy.

(Phần Xứ được kết thúc)

23. Nay các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về bảy yếu tố đưa đến giác ngộ. Và nay các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về bảy yếu tố đưa đến giác ngộ là thế nào?

Ở đây, nay các tỳ khưu, vị tỳ khưu, trong khi niệm giác chi [22] thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Có niệm giác chi thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi niệm giác chi thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có niệm giác chi thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh lên của niệm giác chi chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc làm cho đầy đủ đối với việc tu tập niệm giác chi đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi trạch pháp giác chi thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Có trạch pháp giác chi thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi trạch pháp giác chi thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có trạch pháp giác chi thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh lên của trạch pháp giác chi chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc làm cho đầy đủ đối với việc tu tập trạch pháp giác chi đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi tinh tấn giác chi thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Có tinh tấn giác chi thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi tinh tấn giác chi thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có tinh tấn giác chi thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh lên của tinh tấn giác chi chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc làm cho đầy đủ đối với việc tu tập tinh tấn giác chi đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi hỷ giác chi thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ

(rằng): “*Có hỷ giác chi thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi hỷ giác chi thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có hỷ giác chi thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh lên của hỷ giác chi chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc làm cho đầy đủ đối với việc tu tập hỷ giác chi đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi tịnh giác chi thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Có tịnh giác chi thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi tịnh giác chi thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có tịnh giác chi thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh lên của tịnh giác chi chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc làm cho đầy đủ đối với việc tu tập tịnh giác chi đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi định giác chi thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Có định giác chi thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi định giác chi thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có định giác chi thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh lên của định giác chi chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc làm cho đầy đủ đối với việc tu tập định giác chi đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy.

Trong khi xả giác chi thuộc nội phần đang hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Có xả giác chi thuộc nội phần của tôi;*” hoặc trong khi xả giác chi thuộc nội phần không hiện hữu, biết rõ (rằng): “*Không có xả giác chi thuộc nội phần của tôi.*” Việc sanh lên của xả giác chi chưa được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều ấy; và việc làm cho đầy đủ đối với việc tu tập xả giác chi đã được sanh lên là như thế nào, vị ấy biết rõ điều

ấy.

Như thế, vị ấy sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở các pháp.

Hoặc hơn nữa, niệm “có pháp” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về bảy yếu tố đưa đến giác ngộ là như vậy.

(Phần Yếu Tố Đưa Đến Giác Ngộ được kết thúc)

Tụng phẩm thứ nhất được kết thúc.

24. Này các tỳ khưu, còn có điều khác nữa, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về bốn chân lý cao thượng. Và này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về bốn chân lý cao thượng là thế nào?

Ở đây, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu biết rõ: “*Đây là Khổ*” đúng theo thực thể, biết rõ: “*Đây là nhân sanh Khổ*” đúng theo thực thể, biết rõ: “*Đây là sự diệt tận Khổ*” đúng theo thực thể, biết rõ: “*Đây là lối thực hành đưa đến sự diệt tận Khổ*” đúng theo thực thể.

25. Và này các tỳ khưu, chân lý cao thượng về Khổ là gì? Sanh là khổ, già cũng là khổ,[23] chết cũng là khổ, sầu-bi-khổ-ưu-não cũng là khổ, sự liên hệ với những gì không yêu

thích là khổ, sự xa lìa với những gì yêu thích là khổ, ước muốn mà không đạt được cũng là khổ, tóm tắt lại năm thủ uẩn cũng là khổ.

Và này các tỳ khưu, sanh là gì? Là sự sanh ra, sự sanh khởi, sự hạ sanh, sự tái sanh, sự hiện khởi các uẩn, sự thành tựu các xứ của các hạng chúng sanh khác nhau ở từng tập thể chúng sanh khác nhau, này các tỳ khưu, sự việc này được gọi là sanh.

Và này các tỳ khưu, già là gì? Là sự già nua, hiện tượng lão hóa, sự rụng răng, tình trạng bạc tóc, da nhăn, sự rút ngắn tuổi thọ, sự suy nhược các căn của các hạng chúng sanh khác nhau ở từng tập thể chúng sanh khác nhau, này các tỳ khưu, sự việc này được gọi là già.

Và này các tỳ khưu, chết là gì? Là sự từ trần, sự tiêu hoại, sự phân rã, sự biến mất, sự tử vong, sự chết chóc, sự hết thời kỳ, sự tan rã các uẩn, sự bỏ lại xác thân, sự gián đoạn các quyền của các hạng chúng sanh khác nhau ở từng tập thể chúng sanh khác nhau, này các tỳ khưu, sự việc này được gọi là chết.

Và này các tỳ khưu, sầu là gì? Đây các tỳ khưu, là sự sầu muộn, sự buồn rầu, trạng thái buồn phiền, sự sầu muộn ở nội tâm, sự buồn thảm ở nội tâm của người bị gặp phải sự rủi ro này nọ, của người bị tác động bởi sự khổ đau này nọ, này các tỳ khưu, đây được gọi là sầu.

Và này các tỳ khưu, bi là gì? Đây các tỳ khưu, là sự phàn nàn, sự than vãn, sự kể lể, sự kêu gào, trạng thái kể lể, trạng thái than vãn của người bị gặp phải sự rủi ro này nọ, của người bị tác động bởi sự khổ đau này nọ, này các tỳ khưu, đây được gọi là bi.

Và này các tỳ khứu, khổ là gì? Này các tỳ khứu, là khổ thuộc thân, sự không dễ chịu thuộc thân, khổ sanh lên do sự xúc chạm của thân được nhận biết là không dễ chịu, này các tỳ khứu, đây được gọi là khổ.

Và này các tỳ khứu, ưu là gì? Này các tỳ khứu, là khổ thuộc tâm, sự không dễ chịu thuộc tâm, khổ sanh lên do sự xúc chạm của ý được nhận biết là không dễ chịu, này các tỳ khứu, đây được gọi là ưu.

Và này các tỳ khứu, não là gì? Này các tỳ khứu, là sự lo âu, sự thất vọng, trạng thái lo âu, trạng thái thất vọng của người bị gặp phải sự rủi ro này nọ, của người bị tác động bởi sự khổ đau này nọ, này các tỳ khứu, đây được gọi là não.

Và này các tỳ khứu, sự liên hệ với những gì không yêu thích là khổ (có ý nghĩa) là gì? Trong trường hợp này, là sự giao tiếp, sự kết hợp, sự liên kết, tình trạng sống chung của một người với các sắc, các thanh, các hương, các vị, các xúc, các pháp không thích, không yêu, không hợp ý, hoặc là với những người có sự mong muốn điều không hữu ích, có sự mong muốn điều không có lợi, có sự mong muốn sự không an lạc, có sự mong muốn sự không yên ổn khỏi các vương bận cho người ấy, này các tỳ khứu, đây được gọi là: sự liên hệ với những gì không yêu thích là khổ.

Và này các tỳ khứu, sự xa lìa với những gì yêu thích là khổ (có ý nghĩa) là gì? Trong trường hợp này, là sự không giao tiếp, sự không kết hợp, sự không liên kết, tình trạng không sống chung của một người với các sắc, các thanh, các hương, các vị, các xúc, các pháp được thích, được yêu, hợp ý, hoặc là với những người có sự mong muốn điều hữu ích, có sự mong muốn điều có lợi, có sự mong muốn sự thoải mái, có

sự mong muốn sự yên ổn khỏi các vương bận, hoặc là với mẹ, với cha, với anh em trai, với chị em gái, với bạn bè, với thân hữu, hay là với thân quyến cùng huyết thống, này các tỳ khưu, đây được gọi là: sự xa lìa với những gì yêu thích là khổ.

Và này các tỳ khưu, ước muốn mà không đạt được cũng là khổ (có ý nghĩa) là gì? Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của sanh (rằng): *"Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của sanh! Và ước sao sanh không thể tác động đến chúng ta!"* Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.

Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của già (rằng): *"Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của già! Và ước sao già không thể tác động đến chúng ta!"* Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.

Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của bệnh [24] (rằng): *"Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của bệnh! Và ước sao bệnh không thể tác động đến chúng ta!"* Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.

Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của chết (rằng): *"Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của chết! Và ước sao chết không thể tác động đến chúng ta!"* Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.

[25] Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của sầu (rằng): “Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của sầu! Và ước sao sầu không thể tác động đến chúng ta!” Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.

Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của bi (rằng): “Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của bi! Và ước sao bi không thể tác động đến chúng ta!” Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.

Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của khổ (rằng): “Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của khổ! Và ước sao khổ không thể tác động đến chúng ta!” Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.

Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của ưu (rằng): “Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của ưu! Và ước sao ưu không thể tác động đến chúng ta!” Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.

Này các tỳ khưu, ước muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của não (rằng): “Ôi, ước sao chúng ta sẽ không là đối tượng của não! Và ước sao não không thể tác động đến chúng ta!” Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do ước muốn; đây chính là: ước muốn mà không đạt được cũng là khổ.[25]

Và này các tỳ khứu, tóm tắt lại năm thủ uẩn [26] cũng là khổ (có ý nghĩa) là gì? Tức là: sắc thủ uẩn, thọ thủ uẩn, tưởng thủ uẩn, hành thủ uẩn, thức thủ uẩn. Này các tỳ khứu, đây được gọi là: tóm tắt lại năm thủ uẩn cũng là khổ. Này các tỳ khứu, đây được gọi là: chân lý cao thượng về Khổ.

26. Và này các tỳ khứu, chân lý cao thượng về nhân sanh Khổ là gì? Điều này là tham ái liên quan đến tái sanh, đồng hành với sự vui thích và luyến ái, có sự thích thú nơi này nơi nọ, tức là: dục ái, hữu ái, phi hữu ái.[27]

Hơn nữa, này các tỳ khứu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở đâu, trong khi trụ lại thì trụ lại ở đâu? Ở đời vật nào có bản chất đáng yêu,[28] có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này. Và ở đời, cái gì là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu? Ở đời, mắt là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này. Ở đời, tai —nt— Ở đời, mũi —nt— Ở đời, lưỡi —nt— Ở đời, thân —nt— Ở đời, ý là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, các sắc —nt— Ở đời, các thanh —nt— Ở đời, các hương —nt— Ở đời, các vị —nt— Ở đời, các xúc —nt— Ở đời, các pháp là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, nhãn thức —nt— Ở đời, nhĩ thức —nt— Ở đời, tỷ thức —nt— Ở đời, thiệt thức —nt— Ở đời, thân thức —nt— Ở đời, ý thức là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ

chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, nhãn xúc —nt— Ở đời, nhĩ xúc —nt— Ở đời, tỷ xúc —nt— Ở đời, thiệt xúc —nt— Ở đời, thân xúc —nt— Ở đời, ý xúc là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, cảm thọ sanh lên do nhãn xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do nhĩ xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do tỷ xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do thiệt xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do thân xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do ý xúc là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, sắc tướng —nt— Ở đời, thanh tướng —nt— Ở đời, hương tướng —nt— Ở đời, vị tướng —nt— Ở đời, xúc tướng —nt— Ở đời, pháp tướng là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, sắc tư —nt— Ở đời, thanh tư —nt— Ở đời, hương tư —nt— Ở đời, vị tư —nt— Ở đời, xúc tư —nt— Ở đời, pháp tư là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, sắc ái —nt— Ở đời, thanh ái —nt— Ở đời, hương ái —nt— Ở đời, vị ái —nt— Ở đời, xúc ái —nt— Ở đời, pháp ái là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, sắc tâm —nt— Ở đời, thanh tâm —nt— Ở đời, hương tâm —nt— Ở đời, vị tâm —nt— Ở đời, xúc tâm —nt— Ở đời, pháp tâm là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Ở đời, sắc tứ —nt— Ở đời, thanh tứ —nt— Ở đời, hương tứ —nt— Ở đời, vị tứ —nt— Ở đời, xúc tứ —nt— Ở đời, pháp tứ là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi sanh lên thì sanh lên ở nơi này, trong khi trụ lại thì trụ lại ở nơi này.

Này các tỳ khưu, đây được gọi là: chân lý cao thượng về nhân sanh Khổ.

27. Và này các tỳ khưu, chân lý cao thượng về sự diệt tận Khổ là gì? Là sự xa lìa luyến ái và sự diệt tận hoàn toàn, sự xả bỏ, sự buông bỏ, sự thoát khỏi, sự không dính líu đối với chính tham ái ấy. Hơn nữa, này các tỳ khưu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở đâu, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở đâu? Ở đời, vật nào có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Và ở đời, cái gì là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu? Ở đời, mắt là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này. Ở đời, tai —nt— Ở đời, mũi —nt— Ở đời, lưỡi —nt— Ở đời, thân —nt— Ở đời, ý là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, các sắc —nt— Ở đời, các thanh —nt— Ở đời, các hương —nt— Ở đời, các vị —nt— Ở đời, các xúc —nt— Ở đời, các pháp là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, nhân thức —nt— Ở đời, nhĩ thức —nt— Ở đời, tỷ thức —nt— Ở đời, thiệt thức —nt— Ở đời, thân thức —nt— Ở đời, ý thức là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, nhân xúc —nt— Ở đời, nhĩ xúc —nt— Ở đời, tỷ xúc —nt— Ở đời, thiệt xúc —nt— Ở đời, thân xúc —nt— Ở đời, ý xúc là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, cảm thọ sanh lên do nhân xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do nhĩ xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do tỷ xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do thiệt xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do thân xúc —nt— Ở đời, cảm thọ sanh lên do ý xúc là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, sắc tưởng —nt— Ở đời, thanh tưởng —nt— Ở đời, hương tưởng —nt— Ở đời, vị tưởng —nt— Ở đời, xúc tưởng —nt— Ở đời, pháp tưởng là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, sắc tư —nt— Ở đời, thanh tư —nt— Ở đời, hương tư

—nt— Ở đời, vị tư —nt— Ở đời, xúc tư —nt— Ở đời, pháp tư là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, sắc ái —nt— Ở đời, tinh ái —nt— Ở đời, hương ái —nt— Ở đời, vị ái —nt— Ở đời, xúc ái —nt— Ở đời, pháp ái là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, sắc tâm —nt— Ở đời, tinh tâm —nt— Ở đời, hương tâm —nt— Ở đời, vị tâm —nt— Ở đời, xúc tâm —nt— Ở đời, pháp tâm là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Ở đời, sắc tứ —nt— Ở đời, tinh tứ —nt— Ở đời, hương tứ —nt— Ở đời, vị tứ —nt— Ở đời, xúc tứ —nt— Ở đời, pháp tứ là vật có bản chất đáng yêu, có bản chất dễ chịu, tham ái ấy trong khi được dứt bỏ thì được dứt bỏ ở nơi này, trong khi được diệt tận thì được diệt tận ở nơi này.

Này các tỳ khưu, đây được gọi là: chân lý cao thượng về sự diệt tận Khổ.

28. Và này các tỳ khưu, chân lý cao thượng về lối thực hành đưa đến sự diệt tận Khổ là gì? Đây chính là Thánh Đạo tám chi phần, tức là: chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh cần, chánh niệm, chánh định.

Và này các tỳ khưu, chánh kiến là gì? Này các tỳ khưu, là sự biết về Khổ, sự biết về nhân sanh Khổ, sự biết về sự diệt tận Khổ, sự biết về lối thực hành đưa đến sự diệt tận Khổ. Này

các tỳ khứu, đây được gọi là chánh kiến.

Và này các tỳ khứu, chánh tư duy là gì? Là tư duy về xuất ly, tư duy về không thù oán, tư duy về không hãm hại. Này các tỳ khứu, đây được gọi là chánh tư duy.

Và này các tỳ khứu, chánh ngữ là gì? Là tránh xa việc nói dối, tránh xa việc nói đâm thọc, tránh xa việc nói thô lỗ, tránh xa việc nói nhảm nhí. Này các tỳ khứu, đây được gọi là chánh ngữ.

Và này các tỳ khứu, chánh nghiệp là gì? Là tránh xa việc giết hại sinh mạng, tránh xa việc lấy vật không được cho, tránh xa tà hạnh ở các dục. Này các tỳ khứu, đây được gọi là chánh nghiệp.

Và này các tỳ khứu, chánh mạng là gì? Ở đây, này các tỳ khứu, vị đệ tử của các bậc Thánh dứt bỏ sự nuôi mạng sai trái và duy trì mạng sống bằng sự nuôi mạng chân chánh. Này các tỳ khứu, đây được gọi là chánh mạng.

Và này các tỳ khứu, chánh cần là gì? Ở đây, này các tỳ khứu, vị tỳ khứu làm sanh khởi sự mong muốn, rồi gắng sức, khởi sự tinh tấn, nắm chặt và xác định tâm về việc không sanh khởi của các ác bất thiện pháp chưa được sanh khởi; vị ấy làm sanh khởi sự mong muốn, rồi gắng sức, khởi sự tinh tấn, nắm chặt và xác định tâm về việc dứt bỏ các ác bất thiện pháp đã được sanh khởi; vị ấy làm sanh khởi sự mong muốn, rồi gắng sức, khởi sự tinh tấn, nắm chặt và xác định tâm về việc duy trì, về việc không hủy hoại, về việc gia tăng, về việc lớn mạnh, về việc tu tập, về việc làm cho đầy đủ các thiện pháp đã

được sanh khởi. Nay các tỳ khuru, đây được gọi là chánh căn.

Và nay các tỳ khuru, chánh niệm là gì? Ở đây, nay các tỳ khuru, vị tỳ khuru sống có sự quan sát thân ở thân, có nhiệt tâm, có sự nhận biết rõ, có niệm, sau khi đã loại trừ tham đắm và ưu phiền ở thế gian; sống có sự quan sát thọ ở các thọ, có nhiệt tâm, có sự nhận biết rõ, có niệm, sau khi đã loại trừ tham đắm và ưu phiền ở thế gian; sống có sự quan sát tâm ở tâm, có nhiệt tâm, có sự nhận biết rõ, có niệm, sau khi đã loại trừ tham đắm và ưu phiền ở thế gian; sống có sự quan sát pháp ở các pháp, có nhiệt tâm, có sự nhận biết rõ, có niệm, sau khi đã loại trừ tham đắm và ưu phiền ở thế gian. Nay các tỳ khuru, đây được gọi là chánh niệm.

Và nay các tỳ khuru, chánh định là gì? Ở đây, nay các tỳ khuru, vị tỳ khuru ngay sau khi tách ly khỏi các dục, tách ly khỏi các bất thiện pháp, đạt đến và trú thiền thứ nhất, có tầm, có tứ, có hỷ lạc sanh lên do sự tách ly. Do sự vắng lặng của tầm và tứ, vị ấy đạt đến và trú thiền thứ nhì, có sự tỉnh lặng thuộc nội phần, có trạng thái chuyên nhất của tâm, không tầm không tứ, có hỷ lạc sanh lên do định. Do sự không còn luyến ái ở hỷ, vị ấy sống có sự hành xả, trú niệm, có sự nhận biết rõ, và cảm nghiệm sự an lạc bằng thân, đó là điều các bậc Thánh gọi là: “Có sự hành xả, có niệm, có sự trú vào lạc,” đạt đến và trú thiền thứ ba. Do sự dứt bỏ lạc, do sự dứt bỏ khổ (ở thân), do sự biến mất của hỷ và ưu (đã có) ngay trước đó, vị ấy đạt đến và trú thiền thứ tư, không khổ không lạc, có sự hoàn toàn thanh tịnh của xả và niệm. Nay các tỳ khuru, đây được gọi là chánh định.

Nay các tỳ khuru, đây được gọi là: chân lý cao thượng về lối thực hành đưa đến sự diệt tận Khổ.

29. Như thế, vị ấy sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc ngoại phần, hoặc sống có sự quan sát pháp ở các pháp thuộc nội phần và ngoại phần.

Hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp hoại diệt ở các pháp, hoặc sống có sự quan sát pháp sanh khởi và hoại diệt ở các pháp.

Hoặc hơn nữa, niệm “có pháp” được hình thành cho vị này chỉ để đưa đến việc đạt được trí, đưa đến việc đạt được niệm. Vị ấy sống không nương tựa và không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian.

Này các tỳ khưu, vị tỳ khưu sống có sự quan sát pháp ở các pháp về bốn chân lý cao thượng là như vậy.

*

(KẾT LUẬN)

30. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào [29] tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong bảy năm, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát [30] ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua bảy năm. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong sáu năm, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua sáu năm. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong năm năm, một quả báo nào đó trong hai quả báo là

điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua năm năm. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong bốn năm, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua bốn năm. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong ba năm, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua ba năm. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong hai năm, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua hai năm. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong một năm, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

31. Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua một năm. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong bảy tháng, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua bảy tháng. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy

trong sáu tháng, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua sáu tháng. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong năm tháng, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua năm tháng. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong bốn tháng, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua bốn tháng. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong ba tháng, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua ba tháng. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong hai tháng, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua hai tháng. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong một tháng, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua một tháng. Này các tỳ khưu,

bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong nửa tháng, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

Này các tỳ khưu, hãy bỏ qua nửa tháng. Này các tỳ khưu, bất cứ người nào tu tập bốn sự thiết lập niệm này như vậy trong bảy ngày, một quả báo nào đó trong hai quả báo là điều chờ đợi dành cho vị ấy: trí giải thoát ngay trong đời hiện tại, hoặc nếu còn dư sót thì phẩm vị Bất Lai.

32. “Này các tỳ khưu, đây là con đường độc đạo đưa đến sự thanh tịnh cho các chúng sinh, đưa đến sự vượt qua hắc sâu và bi, đưa đến sự biến mất của khổ và ưu, đưa đến việc đạt được phương pháp, đưa đến việc chứng ngộ Niết Bàn, tức là ‘bốn sự thiết lập niệm,’ điều được nói là như thế, và điều này được nói liên quan đến điều ấy.”

Đức Thế Tôn đã nói điều này. Được hoan hỷ, các vị tỳ khưu ấy đã tán thành lời dạy của đức Thế Tôn. [31]

Đại Kinh Thiết Lập Niệm được chấm dứt

CHỮ VIẾT TẮT:

DA: Chú giải Trường bộ

ND: Người dịch

nt: như trên

Sđđ: sách đã dẫn

VinA: Chú giải tạng Luật

GHI CHÚ:

[1] con đường độc đạo (*ekāyanamaggo*): *eka* (một) + *ayana* (lối đi, con đường) + *magga* (con đường): con đường chỉ có một lối đi, một đích đến, không rẽ làm hai nhánh (DA. iii, 743).

[2] khổ và ưu: khổ thuộc thân và ưu thuộc tâm (Sdd. 747).

[3] phương pháp: ở đây, phương pháp (*ñāya*) nói đến Thánh Đạo tám chi phần (Sdd. 750).

[4] sống (*viharati*): sinh hoạt (Sdd. 758), nói đến bốn oai nghi: đi đứng nằm ngồi.

[5] ở thân (*kāye*): Chú Giải ghi nghĩa là “*rūpakāye/tập thể các sắc/tập thể các phần của thân thể*” (DA. iii, 756).

[6] sau khi đã loại trừ (*vineyya*): Chú Giải ghi như sau: “Tattha *vineyyā* ti tad-aṅga-vinayena vā vikkhambhana-vinayena vā vinayitvā” (Sdd. 758).

[7] ở thế gian: Chú Giải ghi: “*Loke ti tasmim yeva kāye*” = ở chính thân ấy (Sdd. 758).

[8] Có sự không thống nhất về ý nghĩa của cặp động từ đối xứng *assasati* - *passasati*: “thở vào - thở ra” hay “thở ra - thở vào”? Chú Giải và Sớ Giải của bài Kinh không đề cập đến vấn đề này. Chúng tôi ghi nghĩa Việt của *assasati*: thở vào, *passasati*: thở ra theo định nghĩa: “*Ānanti assāso, no passāso. Apānanti passāso, no assāso*” (*Paṭisambhidāmaggapāḷi* - *Phân Tích Đạo* tập 1, TTPV 37, trang 324), nghĩa là sẽ trình bày theo trình tự “thở vào - thở ra” (ND).

[9] Hoặc (*vā*): Trong bốn mệnh đề đầu, động từ được sử dụng là *pajānāti* (biết rõ) và được kết nối với nhau bởi liên từ “*vā*” (hay là, hoặc là), tức là trong một khoảnh khắc chỉ có một trong bốn hiện tượng này xuất hiện tùy theo duyên

tác động. Từ mệnh đề thứ năm trở đi, động từ là *sikkhati* (thực tập, thực hành, học tập) và không được kết nối với nhau bởi liên từ “*vā*,” nghĩa là sự thực tập của vị ấy được tiến hành và trải nghiệm theo tuần tự (ND).

[10] Chú Giải của bài Kinh này không giải thích “*sabbakāya*,” nên được dịch sát từ là “*toàn thân*,” tuy nhiên ở đoạn kế tiếp nói về “*ajjhataṃ*/thuộc nội phần,” Chú Giải có gián tiếp giải thích “*thân*” là “*hơi thở vào - ra*” (DA. iii, 765). Còn ở Chú Giải của Tạng Luật, ngài Buddhaghosa giải thích *sabbakāya* nên được hiểu là phần đầu, phần giữa, và phần cuối của toàn bộ hơi thở ra mỗi khi thở ra, hoặc toàn bộ hơi thở vào mỗi khi thở vào (VinA. ii, 411).

[11] thuộc nội phần (*ajjhataṃ*): của bản thân; thuộc ngoại phần (*bahiddhā*): của người khác (DA. iii, 765).

[12] không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian (*na ca kiñci loke upādiyati*): không chấp giữ bất cứ sắc nào, ..., hoặc thức nào ở thế gian (rằng): ‘Cái này là tự ngã của ta hoặc thuộc về tự ngã của ta’ (Sđd. 766). Cần lưu ý rằng: “ở thế gian (*loke*)” là “ở chính thân ấy” (xem ghi chú [7]).

[13] nguyên tố (*dhātu*): ở ngũ cảnh bốn yếu tố chính, tứ đại, tứ đại hiển (ND).

[14] trong khi cảm giác: được dịch theo văn bản của Miến Điện, Thái Lan, và Cam Bốt, “*vedayamāno*” (thể chủ động), còn văn bản của Sri Lanka và PTS ghi là: “*vediyamāno*” (thể thụ động), nghĩa Việt tương ứng sẽ là: “trong khi được cảm giác” (ND).

[15] có hệ lụy vật chất (*sāmisam*): liên hệ đời sống tại gia; không hệ lụy vật chất (*nirāmisam*) liên hệ cuộc sống xuất ly (DA. iii, 775).

[16] không chấp thủ vào bất cứ điều gì ở thế gian (*na ca kiñci loke upādiyati*): xem ghi chú [12] ở trang 441. Các phần sau cũng tương tự như vậy (ND).

[17] Bị thu hẹp: bị rơi vào trạng thái đã dưới và buồn ngủ. Trường hợp này còn được gọi là tâm bị co rút (DA. iii, 776).

[18] Đại hành: thuộc Sắc giới và Vô sắc giới. Không đại hành: thuộc Dục giới (Sđd.). [19] Hữu thượng (*sa-uttaraṃ*): có cái khác ở trên): thuộc Dục giới. Vô thượng: thuộc Sắc giới và Vô sắc giới (Sđd.).

[20] về năm thủ uẩn (*upādānakkhandhesu*): Chú Giải giải thích như sau: “*upādānakkhandhā* là các uẩn đưa đến thủ; nghĩa là “năm khối pháp, năm đồng pháp có tính chất là duyên đưa đến chấp thủ” (DA. iii, 783).

[21] biết rõ: được đặt trong ngoặc đơn () vì ở văn bản *Pāli* không ghi động từ cho đoạn trích dẫn này. Và các dịch giả đã có sự chọn lựa khác nhau, như là: suy tư, *thinks*, *discerns*, *contemplates*, *knows*, ... chúng tôi sử dụng nghĩa “biết rõ” dựa theo các đoạn văn tương tự ở phía trước (ND).

[22] giác chi: thay vì “yếu tố đưa đến giác ngộ” để thuận tiện cho việc hành văn (ND).

[23] Không thấy đề cập đến “*byādhi pi dukkhā* = bệnh cũng là khổ” (ND).

[24] Ở đây “bệnh” được đề cập, trong khi định nghĩa “chân lý cao thượng về Khổ” ở Đoạn 25 không thấy có (ND).

[25] Các văn bản của Miến Điện, Thái Lan, Khmer, và PTS viết gộp chung lại như sau: “Này các tỳ khưu, mong muốn như vậy khởi lên cho các chúng sanh là đối tượng của sầu-bi-khổ-ưu-não (rằng): ‘Ồi, ước sao chúng ta sẽ không là đối

tượng của sầu-bi-khổ-ưu-não! Và ước sao sầu-bi- khổ-ưu-não không thể tác động đến chúng ta! Tuy nhiên, điều ấy không thể đạt được do mong muốn; đây chính là mong muốn mà không đạt được cũng là khổ.”

[26] Xem ghi chú [20].

[27] Dục ái (*kāmatanḥā*): tham ái về dục, sự ham thích về năm loại dục. Hữu ái (*bhavatanḥā*): tham ái về hữu của người có sự khao khát về thiên và có sự luyến ái về cõi sắc và cõi vô sắc đồng hành với thường kiến được sanh lên do tác động của nguyện vọng về hữu. Và Phi Hữu ái (*vibhavatanḥā*): tham ái về phi hữu của người có sự luyến ái đồng hành với đoạn kiến (DA. iii, 800).

[28] có bản chất đáng yêu (*piyarūpaṃ*): Chú Giải giải thích *piyarūpaṃ* là *piyasabhāvaṃ* (Sđd.).

[29] bất cứ người nào (*yo hi koci*): bất cứ vị tỳ khuru, hoặc vị tỳ khuru ni, hoặc nam cư sĩ, hoặc nữ cư sĩ nào (DA. iii, 805).

[30] trí giải thoát (*aññā*): phẩm vị A-la-hán (Sđd.).

[31] Chú Giải ghi rằng: “Thêm nữa, vào lúc chấm dứt bài Kinh, ba mươi ngàn vị tỳ khuru đã chứng đạt phẩm vị A-la-hán” (DA. iii, 806).

* Ghi thêm (*Bình Anson*): So sánh với kinh Lập Niệm (*Satipaṭṭhāna Sutta*, MN 10), bài kinh này dài hơn vì có thêm phần chi tiết về Tứ thánh đế và Bát chi Thánh đạo (Đoạn 25 - 28).
