**Soaïn dòch : Tyø-kheo-ni HAÛI TRIEÀU AÂM**

**2** Töù Nieäm Xöù



CUÙI ÑAÀU CHAÉP TAY CUNG KÍNH

* **Ñaûnh leã caùc baäc Toân sö ñaõ daïy chuùng con tu hoïc.**
* **Taï ôn caùc Thieän tri thöùc ñaõ giuùp chuùng con tu hoïc.**
* **Thænh caùc baäc cao minh chæ daïy nhöõng thieáu soùt.**
* **Xin caùc ñaáng Töø bi cho chuùng con saùm hoái nhöõng loãi laàm.**
* **Nguyeän caàu möôøi phöông chuùng sanh ñoàng ñaït trí tueä giaûi thoaùt.**



**Lôøi Khai Thò**

*(Cuûa Tyø-kheo Sidhimuni, toát nghieäp quoác gia*

*cao ñaúng Pali Thaùi Lan)*

**Taïi Ku Ru, Phaät thaâm dieäu giaûng Töù Nieäm Xöù. Ngoân töø teá nhò nhö nhöõng ngoïc chaâu ñöôïc toân trí treân hoäp vaøng chaïm troå thieän xaûo.**

**Xöù Ku Ru khí haäu toát, thöïc vaät nhieàu sinh khí. Nhaân daân traùng kieän, coù khaû naêng suy nieäm saâu xa. Hoï ham Töù Nieäm Xöù ñeán noãi giai caáp noâ leä giaët aùo beân soâng hay ngoài beân khung cöûi, chæ baøn luaän vôùi nhau veà Töù Nieäm Xöù. Ai khoâng haønh Töù Nieäm Xöù, lieàn bò caû laøng khieån traùch laø moät töû thi laøm baån maët ñaát. Ai thöïc haønh Töù Nieäm Xöù, lieàn ñöôïc khen : “Laønh thay ! Söï soáng coù phaåm chaát ngöôøi”.**

**Töù Nieäm Xöù laø giaùo phaùp voâ song cho ta ñöôïc neám höông vò Nieát-baøn. Giaùc coù 2 : giaùc ngoä vaø giaùc saùt.**

**Giaùc ngoä laø nhaän ñöôïc caùi mình voán coù. Giaùc saùt dieät voïng töôûng voâ minh vaø nhöõng gì laøm chöôùng söï giaùc ngoä. Töù Nieäm Xöù khai tueä minh saùt, caàn thaám vaøo boán oai nghi, hieän hình trong ba nghieäp thaân mieäng yù. Taâm chuùng ta phaûi laø taám göông luoân luoân giaùc chieáu. Nhôø trí minh saùt chuùng ta töï chuû ñöôïc moãi moãi taâm nieäm, moãi moãi haønh vi, moãi moãi hôi thôû. Coù vaäy môùi thanh loïc ñöôïc nhöõng chuûng töû voâ minh, taäp khí töø lòch kieáp, keû thuø khoâng ñoäi trôøi chung cuûa khaùch xuaát theá.**

**Tröôùc heát phaûi xa lìa tuyeät ñoái nhöõng tö töôûng aùi luyeán quaù khöù, xaây döïng vò lai. Tin chaéc kieáp soáng nhaân sinh hoaøn toaøn do nghieäp löïc an baøi, neân chæ caàn tieâu nghieäp laø seõ höôûng an vui. Khoân khoâng aên, daïi khoâng thieät, chæ chaùnh kieán môùi giaûi thoaùt. Loaïi tröø heát so ño tính toaùn cuûa yù thöùc, chæ nhaém thaúng vaøo hieän taïi. Ñi ñöùng thì chuù troïng vaøo oai nghi, ngoài naèm thì ñeå taâm vaøo hôi thôû. Laâu daàn thoâ töôûng tieâu moøn, ngoaïi traàn heát vöông, thaáy roõ voâ thöôøng voâ ngaõ, ñôøi soáng chæ xaây döïng treân hai hôi thôû ra vaøo mong manh.**

**Kinh daïy : “Thôû ra bieát thôû ra, thôû vaøo bieát thôû vaøo”. Gaàn ñaây ôû Mieán Ñieän, thieàn sö Mahasi daïy : “Buïng phoàng bieát buïng phoàng, buïng xeïp bieát buïng xeïp”. Ñaây laø coù yù khuyeân thôû baèng buïng, traùnh ñoäng**

**thaàn kinh giao caûm ôû tim, khieán taâm thaàn deã an hoøa. Loái thôû naøy ngaên ngöøa nhöõng caûm kích maïnh phaùt sanh. Ñöùng veà maët sinh lyù thì ñaây laø chìa khoùa ñoùng chaët cöûa, khoâng cho oâ nhieãm xaâm nhaäp vaøo taâm.**

**Trong haøng öùc trieäu sinh linh, chuùng ta coù may maén ñöôïc thaân ngöôøi, laïi ñöôïc nghe Phaät phaùp. Phaûi coá gaéng chuyeân caàn caàu Giôùi Ñònh Tueä ñeå hy voïng ñaït ñaïo quaû ngay kieáp soáng naøy. Neáu lôõ dòp thì chuùng ta vaãn y nhieân ôû trong voøng quay troøn cuûa trieàn mieân sanh töû. Chuùng ta thieát tha caàn ñoåi caùi xaùc giaø beänh cheát naøy laáy giôùi thaân tueä maïng.**

**Nhaát ñònh nhö vaäy ! Con ñöôøng danh lôïi cuûa traàn gian, khoâng theå ñöa ñeán chaùnh kieán. Ñeä töû Phaät quyeát taâm caàu hoïc y ly ñeå tieán tôùi Nieát-baøn.**



 

Ta nghe nhö vaày : Moät thôøi Theá Toân ôû xöù Ku Ru daïy raèng : Naøy caùc Tyø-kheo ! Ñaây laø con ñöôøng ñoäc nhaát ñöa ñeán thanh tònh, vöôït khoûi saàu naõo, dieät tröø khoå öu, thaønh töïu chaùnh trí, chöùng ngoä Nieát-baøn. Ñoù laø boán nieäm xöù. Nhöõng gì laø 4 ?

Soáng quaùn thaân treân thaân, tinh caàn, tænh giaùc, chaùnh nieäm, cheá ngöï tham öu.

Soáng quaùn thoï treân thoï, tinh caàn, tænh giaùc, chaùnh nieäm, cheá ngöï tham öu.

Soáng quaùn taâm treân taâm, tinh caàn, tænh giaùc, chaùnh nieäm, cheá ngöï tham öu.

Soáng quaùn phaùp treân phaùp, tinh caàn, tænh giaùc, chaùnh nieäm, cheá ngöï tham öu.



I/- QUAÙN THAÂN TREÂN THAÂN

1. **Tyø-kheo ñi ñeán khu röøng, goác caây hay ngoâi nhaø troáng, kieát giaø, löng thaúng, chaùnh nieäm.**

Tænh giaùc vò aáy thôû vaøo. Tænh giaùc vò aáy thôû ra.

Thôû voâ daøi, vò aáy bieát ta thôû voâ daøi. Thôû ra daøi, vò aáy bieát ta thôû ra daøi.

Thôû voâ ngaén, vò aáy bieát ta thôû

voâ ngaén.

Thôû ra ngaén, vò aáy bieát ta thôû

ra ngaén. Caûm giaùc toaøn thaân ta thôû voâ, vò aáy taäp. Caûm giaùc toaøn thaân ta thôû ra, vò aáy taäp.

An ñònh toaøn thaân ta thôû voâ, vò aáy taäp. An ñònh toaøn thaân ta thôû ra, vò aáy taäp.

Nhö thôï quay thieän xaûo, khi quay daøi, bieát “toâi quay daøi”. Khi quay ngaén, bieát “toâi quay ngaén”.

Nhö vaäy Tyø-kheo soáng quaùn thaân treân noäi thaân, soáng quaùn thaân treân ngoaïi thaân, soáng quaùn thaân treân noäi ngoaïi thaân. Soáng quaùn taùnh sanh khôûi treân thaân, soáng quaùn taùnh dieät taän treân thaân, soáng quaùn taùnh sanh dieät treân thaân. Treân thaân, vò aáy an truï chaùnh tri vôùi hy voïng höôùng ñeán chaùnh trí, chaùnh nieäm. Tyø-kheo soáng khoâng nöông töïa, khoâng chaáp tröôùc moät vaät gì ôû ñôøi.

1. a) **Tyø-kheo ñi bieát “toâi ñi”, ñöùng bieát “toâi ñöùng”, ngoài bieát “toâi ngoài”, naèm bieát “toâi naèm”. Thaân theå ñöôïc söû duïng theá naøo ñeàu bieát roõ.**
	1. **Tyø-kheo böôùc tôùi böôùc lui, bieát roõ vieäc mình ñang laøm. Tyø-kheo ngoù tôùi ngoù lui, bieát roõ vieäc mình ñang laøm. Ñaép**

y Taêng-giaø-leâ, mang baùt, maëc aùo, bieát roõ vieäc mình ñang laøm. Ñaïi tieän, tieåu tieän, bieát roõ vieäc mình ñang laøm.

Nhö vaäy Tyø-kheo soáng quaùn thaân treân noäi thaân, soáng quaùn thaân treân ngoaïi thaân, soáng quaùn thaân treân noäi ngoaïi thaân. Soáng quaùn taùnh sanh khôûi treân thaân, soáng quaùn taùnh dieät taän treân thaân, soáng quaùn taùnh sanh dieät treân thaân. Treân thaân, vò aáy an truï chaùnh tri vôùi hy voïng höôùng ñeán chaùnh trí, chaùnh nieäm. Tyø-kheo soáng khoâng nöông töïa, khoâng chaáp tröôùc moät vaät gì ôû ñôøi.

1. **Tyø-kheo quan saùt thaân naøy, töø chaân ñeán ñaûnh toùc, chöùa ñaày nhöõng vaät baát tònh : toùc, loâng, moùng, raêng, da, thòt, gaân, xöông, tuûy, thaän, tim, gan, baày nhaày, bao töû, phoåi, laù laùch, ruoät giaø, ruoät non, phaân, oùc, maät, ñôøm, muû, maùu, moà hoâi, môõ ñaëc, môõ loûng, nöôùc maét, nöôùc muõi, nöôùc mieáng, nöôùc nhôùp, nöôùc tieåu.**

Cuõng nhö moät bao ñöïng ñaày hoät, moät ngöôøi tinh maét ñoå bao ra vaø quan saùt : “Ñaây laø haït gaïo, ñaây laø haït luùa, ñaây laø ñaäu xanh, ñaây laø ñaäu ñen, ñaây laø haït meø...”.

Nhö vaäy Tyø-kheo soáng quaùn thaân treân noäi thaân, soáng quaùn thaân treân ngoaïi thaân, soáng quaùn thaân treân noäi ngoaïi thaân. Soáng quaùn taùnh sanh khôûi treân thaân, soáng quaùn taùnh dieät taän treân thaân, soáng quaùn taùnh sanh dieät treân thaân. Treân thaân, vò aáy an truï chaùnh tri vôùi hy voïng höôùng ñeán chaùnh trí, chaùnh nieäm. Tyø-kheo soáng khoâng nöông töïa, khoâng chaáp tröôùc moät vaät gì ôû ñôøi.

1. **Tyø-kheo quan saùt : “Trong thaân naøy coù ñaát nöôùc gioù löûa”. Nhö ngöôøi ñoà teå thieän xaûo gieát boø roài caét chia töøng phaàn.**

Nhö vaäy Tyø-kheo soáng quaùn thaân treân noäi thaân, soáng quaùn thaân treân ngoaïi thaân, soáng quaùn thaân treân noäi

ngoaïi thaân. Soáng quaùn taùnh sanh khôûi treân thaân, soáng quaùn taùnh dieät taän treân thaân, soáng quaùn taùnh sanh dieät treân thaân. Treân thaân, vò aáy an truï chaùnh tri vôùi hy voïng höôùng ñeán chaùnh trí, chaùnh nieäm. Tyø-kheo soáng khoâng nöông töïa, khoâng chaáp tröôùc moät vaät gì ôû ñôøi.

1. a) **Tyø-kheo thaáy thaây cheát quaêng boû trong nghóa ñòa moät ngaøy, hai ngaøy, ba ngaøy, tröông phoàng, xanh ñen, naùt thoái. Tyø-kheo quaùn : “Thaân ta taùnh chaát cuõng nhö vaäy, baûn taùnh laø nhö vaäy. Mai ñaây khoâng theå khaùc caûnh ngoä naøy”.**
	1. **Tyø-kheo thaáy thaây cheát quaêng boû trong nghóa ñòa, bò caùc loaøi quaï, dieàu haâu, keân keân, choù, daõ can, coân truøng ræa aên. Tyø-kheo quaùn : “Thaân ta taùnh chaát cuõng nhö vaäy, baûn taùnh laø nhö vaäy. Mai ñaây khoâng theå khaùc caûnh ngoä naøy”.**
	2. **Tyø-kheo thaáy trong nghóa ñòa boä xöông coøn dính thòt vaø maùu, coøn caùc**

ñöôøng gaân coät laïi. Coù boä xöông khoâng coøn thòt nhöng coøn maùu. Coù xöông khoâng coøn lieân keát, raûi raùc choã naøy choã kia. Ñaây laø xöông tay, ñaây laø xöông chaân, xöông oáng, xöông baép veá, xöông moâng, xöông soáng, xöông ñaàu... Tyø-kheo quaùn : “Thaân ta taùnh chaát cuõng nhö vaäy, baûn taùnh laø nhö vaäy. Mai ñaây khoâng theå khaùc caûnh ngoä naøy”.

* 1. **Tyø-kheo thaáy thaây cheát quaêng boû trong nghóa ñòa chæ coøn toaøn xöông traéng maøu voû oác, hoaëc chæ coøn moät ñoáng xöông laâu naêm, hoaëc ñang muûn thaønh boät. Tyø-kheo quaùn : “Thaân ta taùnh chaát cuõng nhö vaäy, baûn taùnh laø nhö vaäy. Mai ñaây khoâng theå khaùc caûnh ngoä naøy”.**

Nhö vaäy Tyø-kheo soáng quaùn thaân treân noäi thaân, soáng quaùn thaân treân ngoaïi thaân, soáng quaùn thaân treân noäi ngoaïi thaân. Soáng quaùn taùnh sanh khôûi treân thaân, soáng quaùn taùnh dieät taän treân thaân, soáng quaùn taùnh sanh dieät treân

thaân. Treân thaân, vò aáy an truï chaùnh tri vôùi hy voïng höôùng ñeán chaùnh trí, chaùnh nieäm. Tyø-kheo soáng khoâng nöông töïa, khoâng chaáp tröôùc moät vaät gì ôû ñôøi.



Tyø-kheo lìa duïc sanh hyû laïc, chöùng sô thieàn. Khaép thaân vui nhuaän sung maõn nhö xaø boâng hoøa vaøo nöôùc, khoâng gioït nöôùc naøo chaúng coù xaø boâng.

Tyø-kheo do ñònh sanh hyû laïc, chöùng nhò thieàn. Toaøn thaân vui nhuaän sung maõn nhö nöôùc suoái töø ñænh nuùi chaûy xuoáng traøn treà.

Tyø-kheo khoâng hyû coøn laïc, nhaäp tam thieàn. Toaøn thaân vui nhuaän nhö caây sen sanh tröôûng trong nöôùc. Ngoù coïng hoa laù ñeàu ñöôïm söùc maùt cuûa nöôùc trong.

Tyø-kheo duøng taâm thanh tònh nhaäp töù thieàn. Nhö ngöôøi truøm vaûi traéng töø ñaàu ñeán chaân, choã naøo cuõng traéng toaùt.

Tyø-kheo kheùo thoï trì, kheùo töôûng nhôù. Nhö tröôùc sau cuõng vaäy, nhö sau tröôùc cuõng vaäy. Nhö ñeâm ngaøy cuõng vaäy, nhö ngaøy ñeâm cuõng vaäy. Nhö treân döôùi cuõng vaäy, nhö döôùi treân cuõng vaäy. Nhö theá taâm khoâng ñaûo loän, khoâng raøng buoäc, khoâng môø toái, tu taâm quang minh.



II/- QUAÙN THOÏ TREÂN THOÏ

Tyø-kheo caûm giaùc vui, bieát thoï vui.

Tyø-kheo caûm giaùc khoå, bieát thoï khoå.

Tyø-kheo caûm giaùc khoâng khoå khoâng vui, bieát khoâng khoå khoâng vui.

Khi caûm giaùc vui thuoäc vaät chaát, bieát raèng : “Toâi caûm giaùc vui thuoäc vaät chaát”. Khi caûm giaùc vui thuoäc tinh thaàn, bieát raèng : “Toâi caûm giaùc vui thuoäc tinh thaàn”. Khi caûm giaùc khoå thuoäc vaät chaát, bieát raèng : “Toâi caûm giaùc khoå thuoäc vaät

chaát”. Khi caûm giaùc khoå thuoäc tinh thaàn, bieát raèng : “Toâi caûm giaùc khoå thuoäc tinh thaàn”. Khi caûm giaùc khoâng khoå khoâng vui thuoäc vaät chaát, bieát raèng : “Toâi caûm giaùc khoâng khoå khoâng vui thuoäc vaät chaát”. Khi caûm giaùc khoâng khoå khoâng vui thuoäc tinh thaàn, bieát raèng : “Toâi caûm giaùc khoâng khoå khoâng vui thuoäc tinh thaàn”.

Nhö vaäy Tyø-kheo soáng quaùn thoï treân noäi thoï, soáng quaùn thoï treân ngoaïi thoï, soáng quaùn thoï treân noäi ngoaïi thoï. Soáng quaùn taùnh sanh khôûi treân caùc thoï, soáng quaùn taùnh dieät taän treân caùc thoï, soáng quaùn taùnh sanh dieät treân caùc thoï. Y cöù hieän tieàn thoï, Tyø-kheo soáng an truï chaùnh tri vôùi hy voïng höôùng ñeán chaùnh trí, chaùnh nieäm. Tyø-kheo soáng khoâng nöông töïa, khoâng chaáp tröôùc moät vaät gì ôû ñôøi.

III/- QUAÙN TAÂM TREÂN TAÂM

Tyø-kheo taâm coù tham, bieát raèng taâm coù tham.

Tyø-kheo taâm khoâng tham, bieát raèng taâm khoâng tham.

Tyø-kheo taâm coù saân, bieát raèng taâm coù saân.

Tyø-kheo taâm khoâng saân, bieát raèng taâm khoâng saân.

Tyø-kheo taâm coù si, bieát raèng taâm coù si.

Tyø-kheo taâm khoâng si, bieát raèng taâm khoâng si.

Tyø-kheo taâm thaâu nhieáp, bieát raèng taâm thaâu nhieáp.

Tyø-kheo taâm taùn loaïn, bieát raèng taâm taùn loaïn.

Tyø-kheo taâm quaûng ñaïi, bieát raèng taâm quaûng ñaïi.

Tyø-kheo taâm höõu haïn, bieát raèng taâm höõu haïn.

Tyø-kheo taâm voâ thöôïng, bieát raèng taâm voâ thöôïng.

Tyø-kheo taâm coù ñònh, bieát raèng taâm coù ñònh.

Tyø-kheo taâm khoâng ñònh, bieát raèng taâm khoâng ñònh.

Tyø-kheo taâm giaûi thoaùt, bieát raèng taâm giaûi thoaùt.

Tyø-kheo taâm khoâng giaûi thoaùt, bieát raèng taâm khoâng giaûi thoaùt.

Nhö vaäy Tyø-kheo soáng quaùn taâm treân noäi taâm, soáng quaùn taâm treân ngoaïi taâm, soáng quaùn taâm treân noäi ngoaïi taâm. Soáng quaùn taùnh sanh khôûi treân taâm, soáng quaùn taùnh dieät taän treân taâm, soáng quaùn taùnh sanh dieät treân taâm. Y cöù hieän tieàn taâm, Tyø-kheo soáng an truï chaùnh tri vôùi hy voïng höôùng ñeán chaùnh trí, chaùnh nieäm. Tyø-kheo soáng khoâng nöông töïa, khoâng chaáp tröôùc moät vaät gì ôû ñôøi.



IV/- QUAÙN PHAÙP TREÂN PHAÙP

1. ***1- Naêm trieàn caùi :***
2. **Tyø-kheo noäi taâm coù *aùi duïc*, bieát noäi taâm coù aùi duïc. Noäi taâm khoâng aùi duïc, bieát noäi taâm khoâng aùi duïc. AÙi duïc chöa sanh nay sanh khôûi, aùi duïc ñaõ sanh nay ñoaïn dieät. AÙi duïc ñaõ ñoaïn dieät, töông lai khoâng sanh nöõa, moãi moãi bieát roõ.**
3. **Noäi taâm coù *saân haän*, bieát noäi taâm coù saân haän. Noäi taâm khoâng saân haän, bieát noäi taâm khoâng saân haän. Saân haän chöa sanh nay sanh khôûi, saân haän ñaõ sanh nay ñoaïn dieät. Saân haän ñaõ ñoaïn dieät, töông lai khoâng sanh nöõa, moãi moãi bieát roõ.**
4. **Noäi taâm coù *thuøy mieân*, bieát noäi taâm coù thuøy mieân. Noäi taâm khoâng thuøy mieân, bieát noäi taâm khoâng thuøy mieân. Thuøy mieân chöa sanh nay sanh khôûi,**

thuøy mieân ñaõ sanh nay ñoaïn dieät. Thuøy mieân ñaõ ñoaïn dieät, töông lai khoâng sanh nöõa, moãi moãi bieát roõ.

1. **Noäi taâm coù *traïo hoái*, bieát noäi taâm coù traïo hoái. Noäi taâm khoâng traïo hoái, bieát noäi taâm khoâng traïo hoái. Traïo hoái chöa sanh nay sanh khôûi, traïo hoái ñaõ sanh nay ñoaïn dieät. Traïo hoái ñaõ ñoaïn dieät, töông lai khoâng sanh nöõa, moãi moãi bieát roõ.**

ñ) Noäi taâm coù *nghi*, bieát noäi taâm coù nghi. Noäi taâm khoâng nghi, bieát noäi taâm khoâng nghi. Nghi chöa sanh nay sanh khôûi, nghi ñaõ sanh nay ñoaïn dieät. Nghi ñaõ ñoaïn dieät, töông lai khoâng sanh nöõa, moãi moãi bieát roõ.

1. ***Naêm thuû uaån :***

Tyø-kheo suy tö ñaây laø *saéc*, ñaây laø saéc sanh, ñaây laø saéc dieät.

Tyø-kheo suy tö ñaây laø *thoï*, ñaây laø thoï sanh, ñaây laø thoï dieät.

Tyø-kheo suy tö ñaây laø *töôûng*, ñaây laø töôûng sanh, ñaây laø töôûng dieät.

Tyø-kheo suy tö ñaây laø *haønh*, ñaây laø haønh sanh, ñaây laø haønh dieät.

Tyø-kheo suy tö ñaây laø *thöùc*, ñaây laø thöùc sanh, ñaây laø thöùc dieät.

1. ***Saùu noäi ngoaïi xöù :***

Tyø-kheo bieát : maét duyeân saéc, tai duyeân thanh, muõi duyeân höông, löôõi duyeân vò, thaân duyeân xuùc, yù duyeân phaùp. Do ñaây keát söû phaùt khôûi. Tyø-kheo bieát keát söû nay ñoaïn dieät, keát söû ñaõ ñoaïn dieät, töông lai khoâng sanh nöõa.

1. ***1- Baûy giaùc chi :***

Tyø-kheo bieát roõ :

1. **Noäi taâm coù *nieäm* giaùc chi, noäi taâm khoâng nieäm giaùc chi. Nieäm giaùc chi chöa sanh nay sanh khôûi, nieäm giaùc chi ñaõ sanh nay ñöôïc tu taäp vieân thaønh.**
2. **Noäi taâm coù *traïch phaùp* giaùc chi, noäi taâm khoâng traïch phaùp giaùc chi. Traïch phaùp giaùc chi chöa sanh nay sanh khôûi, traïch phaùp giaùc chi ñaõ sanh nay ñöôïc tu taäp vieân thaønh.**
3. **Noäi taâm coù *tinh taán* giaùc chi, noäi taâm khoâng tinh taán giaùc chi. Tinh taán giaùc chi chöa sanh nay sanh khôûi, tinh taán giaùc chi ñaõ sanh nay ñöôïc tu taäp vieân thaønh.**
4. **Noäi taâm coù *hyû* giaùc chi, noäi taâm khoâng hyû giaùc chi. Hyû giaùc chi chöa sanh nay sanh khôûi, hyû giaùc chi ñaõ sanh nay ñöôïc tu taäp vieân thaønh.**
5. **Noäi taâm coù *khinh an* giaùc chi, noäi taâm khoâng khinh an giaùc chi. Khinh an giaùc chi chöa sanh nay sanh khôûi, khinh an giaùc chi ñaõ sanh nay ñöôïc tu taäp vieân thaønh.**
6. **Noäi taâm coù *ñònh* giaùc chi, noäi taâm khoâng ñònh giaùc chi. Ñònh giaùc chi chöa**

sanh nay sanh khôûi, ñònh giaùc chi ñaõ sanh nay ñöôïc tu taäp vieân thaønh.

1. **Noäi taâm coù *xaû* giaùc chi, noäi taâm khoâng xaû giaùc chi. Xaû giaùc chi chöa sanh nay sanh khôûi, xaû giaùc chi ñaõ sanh nay ñöôïc tu taäp vieân thaønh.**

***2- Töù Thaùnh Ñeá :***

Tyø-kheo nhö thaät bieát ñaây laø khoå, ñaây laø khoå taäp, ñaây laø khoå dieät, ñaây laø khoå dieät ñaïo.

1. ***Theá naøo laø khoå :***

Sanh, giaø, beänh, cheát, aân aùi bieät ly, oaùn thuø gaëp gôõ, mong caàu khoâng ñöôïc, naêm aám xí thònh (laãy löøng).

1. ***Theá naøo laø khoå taäp :***

Tham aùi ñöa ñeán taùi sanh. Cuøng ñi vôùi hyû, tham tìm caàu choã naøy choã kia. Thí duï : duïc aùi, höõu aùi vaø voâ höõu aùi.

Naøy caùc Tyø-kheo ! Tham aùi sanh khôûi ôû ñaâu ? An truï ôû ñaâu ?

* + **Saéc gì thaân aùi, saéc gì khaû aùi, tham aùi sanh khôûi ôû ñaáy, an truï ôû ñaáy.**
	+ **Maét, tai, muõi, löôõi, thaân, yù ; saéc, thanh, höông, vò, xuùc, phaùp. Laø saéc thaân aùi, laø saéc khaû aùi. Tham aùi sanh khôûi ôû ñaáy, an truï ôû ñaáy.**
	+ **Nhaõn thöùc, nhó thöùc, tî thöùc, thieät thöùc, thaân thöùc, yù thöùc ; nhaõn xuùc, nhó xuùc, tî xuùc, thieät xuùc, thaân xuùc, yù xuùc ; nhaõn thoï, nhó thoï, tî thoï, thieät thoï, thaân thoï, yù thoï. Laø saéc thaân aùi, laø saéc khaû aùi. Tham aùi sanh khôûi ôû ñaáy, an truï ôû ñaáy.**
	+ **Saéc töôûng, thanh töôûng, höông töôûng, vò töôûng, xuùc töôûng, phaùp töôûng ; saéc tö, thanh tö, höông tö, vò tö, xuùc tö, phaùp tö ; saéc aùi, thanh aùi, höông aùi, vò aùi, xuùc aùi, phaùp aùi ; saéc taàm, thanh taàm, höông taàm, vò taàm, xuùc taàm, phaùp taàm ; saéc töù, thanh töù, höông töù, vò töù, xuùc töù, phaùp töù. Laø saéc thaân aùi, laø saéc khaû aùi. Tham aùi sanh khôûi ôû ñaáy, an truï ôû ñaáy.**
1. ***Theá naøo laø khoå dieät :***

Dieät taän tham aùi, khoâng luyeán tieác, seõ hoaøn toaøn giaûi thoaùt. Xaû ly tham aùi ôû ñaâu ? Dieät tröø ôû ñaâu ?

* + **ÔÛ ñôøi saéc gì thaân aùi, saéc gì khaû aùi, tham aùi xaû ly ôû ñaáy, dieät tröø ôû ñaáy.**
1. ***Theá naøo laø khoå dieät ñaïo :***
	* **Baùt chi chaùnh ñaïo :**
* *Chaùnh tri kieán :* **Thaáy bieát veà khoå, taäp, dieät, ñaïo.**
* *Chaùnh tö duy :* **Suy nghó veà lìa duïc, khoâng saân, chaúng haïi.**
* *Chaùnh ngöõ :* **Khoâng noùi doái, khoâng hai löôõi, khoâng aùc khaåu, khoâng theâu deät.**
* *Chaùnh nghieäp :* **Khoâng saùt sanh, khoâng troäm caép, khoâng taø daâm.**
* *Chaùnh maïng :* **Khoâng töï nuoâi soáng baèng nhöõng phöông tieän tröôûng döôõng ba ñoäc tham saân si.**
* *Chaùnh tinh taán :* **Noã löïc, khoâng cho phaùp aùc sanh. Neáu aùc ñaõ sanh quyeát tröø dieät. Thieän chöa sanh khieán sanh khôûi. Thieän ñaõ sanh khieán taêng tröôûng.**
* *Chaùnh nieäm :* **Tinh caàn, tænh giaùc boán nieäm xöù.**
* *Chaùnh ñònh :*
	+ **Sô thieàn : Hyû laïc do ly duïc sanh nhôø taàm vaø töù.**
	+ **Nhò thieàn : Dieät taàm vaø töù, hyû laïc do ñònh sanh, noäi tænh nhaát taâm.**
	+ **Tam thieàn : Ly hyû, chaùnh nieäm töï giaùc, thaân caûm laïc thoï.**
	+ **Töù thieàn : Xaû laïc, xaû khoå, xaû nieäm, moät beà thanh tònh.**

Nhö vaäy Tyø-kheo soáng quaùn phaùp treân noäi phaùp, soáng quaùn phaùp treân ngoaïi phaùp, soáng quaùn phaùp treân noäi ngoaïi phaùp. Soáng quaùn taùnh sanh khôûi treân caùc phaùp, soáng quaùn taùnh dieät taän

treân caùc phaùp, soáng quaùn taùnh sanh dieät treân caùc phaùp. Y cöù nhöõng phaùp hieän tieàn, Tyø-kheo soáng an truï chaùnh tri vôùi hy voïng höôùng ñeán chaùnh trí, chaùnh nieäm. Tyø-kheo soáng khoâng nöông töïa, khoâng chaáp tröôùc moät vaät gì ôû ñôøi.



Naøy caùc Tyø-kheo ! Tu taäp boán nieäm xöù muoän thì baûy naêm, trung bình töø moät ñeán saùu naêm, sôùm thì baûy thaùng, seõ chöùng chaùnh trí ngay trong hieän taïi.

Ñaây laø con ñöôøng thanh tònh ñoäc nhaát, dieät khoå öu, thaønh chaùnh trí, chöùng Nieát-baøn.

Caùc Tyø-kheo nghe phaùp xong hoan hyû tín thoï phuïng haønh.

