Kinh Đại Niệm Xứ (Mahāsatipaṭṭhāna Sutta)

Kinh Trường Bộ (VNC PHVN, 2020)

22 KINH ĐẠI NIỆM xứ (MahãsatipaỊthãna Suttdỷ

372. Một thời, Thế Tôn ở xứ Kuru (Cau-lau), tại Kammãsadhamma (Kiềm-ma-sắt-đàm) là đô thị của xứ Kuru. Rồi Thế Tôn gọi các vị Tỷ-kheo: Này các Tỷ-kheo! Các Tỷ-kheo trả lời Thế Tôn: - Bạch Thế Tôn. Thế Tôn nói như sau: 373. - Này các Tỷ-kheo, đây là con đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu Chánh trí, chứng ngộ Niết-bàn. Đó là Bốn niệm xứ. Thế nào là bốn? Này các Tỷ-kheo, ở đây5 vị Tỷ-kheo sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán thọ trên các thọ? nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm đê chê ngự tham ưu ở đời; sông quán tâm trên tâm? nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. 374. Này các Tỷ-kheo? thế nào là Tỷ-kheo sống quán thân trên thân? Này các Tỷ-kheo9 ở đây, Tỷ-kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây hay đi đến ngôi nhà trống và ngồi kiết-già5 lưng thẳng và an trú chánh niệm trước mặt. Tỉnh giác, vị ấy thở vô; tỉnh giác, vị ấy thở ra. Thở vô dài, vị ấy tuệ tri: “T6i thở vô dài”; hay thở ra dài9 vị ấy tuệ tri: "Tôi thở ra dài.” Thở vô ngắn, vị ấy tuệ tri: "T6i thở vô ngắn"; hay thở ra ngắn, vị ấy tuệ tri: “T6i thở ra ngắn.„ "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vị ấy tập; "cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra”, vị ấy tập. "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở v6", vị ấy tập; "an tịnh thân hành, tôi sẽ thở r", vị ấy tập. Này các Tỷ-kheo, như người thợ quay hay học trò người thợ quay thiện xảo, khi quay dài, tuệ tri rằng: "Tôi quay dài", hay khi quay ngắn, tuệ tri rằng: "T6i quay ngắn”; cũng vậy, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo thở vô dài, tuệ tri: "Tôi thở vô dài"; hay thở ra dài, tuệ tri: "Tôi thở ra dài." Thở vô ngắn, tuệ tri: "T6i thở vô

1 Xem M. I. 46, 55; IIL 88, 248; s. V. 141; Netti. 72; VinAA' Vbh. 99, 193; Kvu. 155, 486^ 488. Kinh tương đương trong bộ Trung A-hàm kinh là Niệm xứ kinh (TOI. 0026.98. 0582b07). Tham chiếu: Phân biệt Thảnh đế kỉnh (T.01)26.31. 0467a28); thân kinh (r.01. 0026.81. 0554C1Ò); Phật thuyết Tứ đếkỉnh (roi. 0032. 0814b08).

390 KINH TRƯỜNG Bộ

ngắn” hay thở ra ngắn, tuệ tri: “T6i thở ra ngắn.” Ế6Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở v6”, vị ấy tập; "cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra”, vị ấy tập. a'An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vị ấy tập; "an tịnh thân hanh, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. Như vậy, vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sông quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ây sông quán tánh sanh khởi trên thân, hay sống quán tánh diệt tận trên thân, hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "C6 thân dây", vị ấy an tru chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ-kheo5 như vậy Tỷ-kheo sống quán thân trên thân. 375. Lại nữa? này các Tỷ-kheo5 Tỷ-kheo đi, tuệ tri: "T6i di"; hay đứng, tuệ tri: "Tôi dứng"; hay ngồi, tuệ tri: "Tôi ngor9; hay nằm? tuệ tri: “T6i nằm.” Thân thể được sử dụng như thế nào, vị ấy biết thân như thế ấy. Như vậy, vị ây sông

quán thân trên nội thân; hay vị ây sông quán thân trên ngoại thân; hay vị ấy sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sông quán tánh sanh khởi trên thân, hay vị ây sông quán tánh diệt tận trên thân, hay vị ấy sống quán tánh sanh diệt trên thân. “C6 thân đây9\ vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo, như vậy Ty-kheo sống quán thân trên thân. 376. Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo khi bước tới, bước lui, biết rõ việc mình đang làm; khi ngó tới, ngó lui, biêt rõ việc mình đang làm; khi co tay, khi duỗi tay, biết rõ việc mình đang làm; khi mang áo Tăng-già-lê (Sanghati), mang bát, mang y, biết rõ việc mình đang làm; khi ăn5 uống, nhai, nếm, biết rõ việc mình đang làm; khi đi đại tiện5 tiêu tiện5 biêt rõ việc mình đang làm; khi di, dứng, ngồi, ngủ5 thức, nói, im lặng5 biết rõ việc mình đang làm. Như vậy5 vị ây sông quán thân trên nội thân; hay sông quán thân trên ngoại thân; hay sông quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ây sống quán tánh sanh khởi trên thân, hay sống quán tánh diệt tận trên thân, hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "C6 thân đây,55 vị ây an tru chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo9 như vậy Tỷ-kheo sống quán thân trên thân. 377. Lại nữa, này các Tỷ-kheo5 Tỷ-kheo quán sát thân này, dưới từ bàn chân trở lên5 trên cho đến đảnh t6c, bao bọc bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt: "Trong thân này, đây là tóc5 lông, móng5 răng, da, thịt5 gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phôi, ruột, màng ruột, bao tử, phân, mật, đàm (niêm dịch), mủ, máu9 mồ hôi, mỡ5 nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu." Này các Tỷ-kheo, cũng như một bao đồ? hai đầu trống2 đựng đầy các loại

2 MutoỊĩ. Xem M.ĩ. 57 và III. 90.

hột như gạo, lúa, đậu xanh, đậu lớn, mè5 lúa đã xay rôi. Một người có măt, đô các hột ây ra và quan sát: uĐây là hột gạo5 đây là hột lúa5 đây là đậu xanh, đây là đậu lớn, đây là mè, đây là hột lúa đã xay r3i''; cũng vậy, này các Tỷ-kheo, một Tỷ-kheo quán sát thân này, dưới từ bàn chân trở lên5 trên cho đến đảnh tóc, bao bọc bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt: "Trong thân này, đây là tóc, long, móng, răng5 da, thịt, gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô? lá lách, phôi, ruột, màng ruột9 bao tử, phân, mật? đàm, mủ5 máu5 mô hôi9 mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu." Như vậy? vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sông quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ây sông quán tánh sanh khởi trên thân, hay sống quán tánh diệt tận trên thân, hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "C6 thân âẫy'\ vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo? như vậy vị Tỷ-kheo sống quán thân trên thân. 378. Lại nữa, này các Tỷ-kheo? Tỷ-kheo quán sát thân này về vị trí các giới và sự sắp đặt các giới: Trong thân này có địa đại, thủy đại5 hỏa đại và phong d@i." Này các Tỷ-kheo, như một người đồ tể thiện xảo hay đệ tử của một người đồ tể giết một con bí),

ngồi cắt chia từng thân phần tại ngã tư đường; cũnệ vậy5 này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo quán sát thân này vê vị trí các giới và vê sự săp đặt các giới: "Trong thân này có địa dại, thủy dại, hỏa đại và phong dại.” Như vậy, vị ây sông quán thân trên nội thân; hay sông quán thân trên ngoại thân; hay sông quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ây sông quán tánh sanh khởi trên thân, hay sông quán tánh diệt tận trên thân, hay sông quán tánh sanh diệt trên thân. "C6 thân dây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo, như vậy Tỷ-kheo sống quán thân trên thân. 379. Lại nữa, này các Tỷ-kheo9 Tỷ-kheo5 như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa một ngày, hai ngày, ba ngày, thi thể ấy trương phồng lên5 xanh đen lại5 nát thối ra. Tỷ-kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy5 không vượt khỏi tánh chất ấy." Như vậy9 vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sông quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ây sông quán tánh sanh khởi trên thân, hay sống quán tánh diệt tận trên thân, hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "C6 thân dây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo5 như vậy Tỷ-kheo sống quán thân trên thân. Lại nữa? này các Tỷ-kheo? Tỷ-kheo, như thây một thi thê quăng bỏ trong

nghĩa địa bị các loài quạ ăn5 hay bị các loài diều hâu ăn? hay bị các chim kên ăn? hay bị các loài chó ăn, hay bị các loài dã can ăn? hay bị các loài côn trùng ăn. Tỷ-kheo quán thân ấy như sau: Thân này tánh chất là như vậy, bản chất là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy.” Như vậy, vị ây sông quán thân trên nội thân; hay sông quán thân trên ngoại thân; hay sông quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ây sông quán tánh sanh khởi trên than, hay sống quán tánh diệt tận trên thân, hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "C6 thân dây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo, như vậy Tỷ-kheo sống quán thân trên thân. Này các Tỷ-kheo5 lại nữa, Tỷ-kheo, như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa với các xương còn liên kết với nhau, còn dính thịt và máu5 còn được các đường gân cột lại...; với các xương còn liên kết với nhau, không còn dính thịt nhưng còn dính máu, còn được các đường gân cột lại...; với các xương còn liên kết với nhau, không còn dính thịt và máu, còn được các đường gân cột lại...; chỉ còn có xương không dính lại với nhau, rải rác chỗ này chỗ kia, ở đây là xương tay, ở đây là xương chân, ở đây là xương ống? ở đây là xương bắp vế, ở đây là xương mông5 ở đây là xương sống ở đây là xương đầu... Tỷ-kheo quán thân ấy như sau: '"Thân này tánh chất là như vậy? bản tánh là như vậy, không vượt úiỏi tánh chất ấy.” Như vậy5 vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sông quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ây sống quán tánh sanh khởi trên thân? hay vị ấy sống quán tánh diệt tận trên thân, hay vị ấy sống quán tánh sanh diệt trên thân. “C6 thân âầy'\ vị ây sông an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chập trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ-kheo? như vậy Tỷ-kheo sống quán

thân trên thân. Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo5 như thây một thi thê quăng bỏ trong nghĩa địa, chỉ còn toàn xương trăng màu vỏ ôc... chỉ còn một đông xương lâu hơn một năm... chỉ còn là xương thối trở thành bột. Tỷ-kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy9 không vượt khỏi tánh chất ấy.” Như vậy? vị ây sông quán thân trên nội thân; hay sông quán thân trên ngoại thân; hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân, hay sống quán tánh diệt tận trên thân, hay sống quán tánh sanh diệt trên ứiân. "C6 thân dây", vị ấy sống an tru chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ-kheo9 như vậy Tỷ-kheo sống quán thân trên thân. 380. Này các Tỷ-kheo, như thế nào Tỷ-kheo sống quán thọ trên các thọ?

22. KINH ĐẠI NIỆM xứ 393

Này các Tỷ-kheo? ở dây, Tỷ-kheo khi cảm giác lạc thọ, biết rằng: “T6i cảm giác lạc thọy khi cảm giác kho thọ, biết rằng: "Tôi cảm ^iác khổ thẹ)"; khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ5 biết rằng: 66Tôi cảm giác bất kho bất lạc th"; hay khi cảm giác lạc thọ thuộc vật chất, biết rằng: "Toi cảm giác lạc thọ thuộc vật chất”; hay khi cảm giác lạc thọ không thuộc vật chât, biêt răng: "T6i cảm giác lạc thọ không thuộc yật chất”; hay khi cảm giác khổ thọ thuộc vạt chất, biết rằng: "T6i cảm giác khổ thọ thuộc vật chất; hay khi cảm giác khổ thọ không thuộc vật chất, biết rằng: "T6i cảm giác khổ thọ không thuộc vật chất"; hay khi cảm giác bất khổ bất lac thọ thuộc vật chất, biết rằng^ "T6i cảm giác bất khổ bất lạc tho thuộc vật chất"; hay khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ không thuộc vật chất, biết rằng: "T6i cảm giác bất khổ bất lạc thọ không thuộc vật chất.” Như vậy, vị ấy sống quán thọ trên các nội thọ; hay sống quán thọ trên các ngoại thọ; hay sông quán thọ trên cả nội thọ? ngoại thọ. Hay vị ây sông quán tánh sanh khởi trên các thọ? hay sống quán tánh diệt tận trên các thọ, hay sống quán tánh sanh diệt trên các tho. "C6 thọ dây", vị ấy sống an tni chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ-kheo? như vậy Tỷ-kheo sông quán thọ trên các thọ. 381. Này các Tỷ-kheo, như thế nào Tỷ-kheo sống quán tâm trên tâm? Này các Tỷ-kheo? ở đây, vị Tỷ-kheo: "Với tâm có tham, biết rằng tâm có tham”; hay "với tâm không tham, biết rằng tâm không tham”; hay "với tâm có sân, biết rang tâm có sân^; hay "v&i tâm không sân, biết rằng tâm Idiong sân"; hay "với tâm có si, biết rằng tâm có si"; hay "với tâm không si, biết rằng tâm không si"; hay "'với tâm thâu nhiếp, biết rằng tâm được thâu nhiếp; hay "vói tâm tán loạn, biết rằng tâm bị tán loạn"; hay "với tâm quảng dại, biết rằng tâm được quảng d@i"; hay "với tâm không quảng đại? biết rằng tâm không được quảng dại"; hay "với tâm hữu hạn5 biêt răng tâm hữu hạn”; hay "vói tâm vô thượng, biết rằng tâm vô thượng”; hay "với tâm có định5 biêt răng tâm có định?,; hay "với tâm không định? biết rằng tâm không djnh” hay "với tâm giải thoát, biết rằng tâm giải thoát"; hay uvới tâm không giải thoát, biêt răng tâm không giải thoát." Như vậy5 vị ấy sống quán tâm trên nội tâm; hay sống quán tâm trên ngoại tâm; hay sống quán tâm trên cả nội tâm, ngoại tâm. Hay vị ây sông quán tánh sanh khởi trên tâm, hay sống quán tánh diệt tận trên tâm, hay sông quán tánh sanh diệt trên tâm. "C6 tâm dây”vị ấy sống an trú chánh

niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo, như vậy vị Tỷ-kheo sống quán tâm trên tâm. 382. Này các Tỷ-kheo, thế nào là vị Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp? Này các Tỷ-kheo, ở dây, Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái. Và này các Tỷ-kheo5 thế nào là vị Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái?

Này các Tỷ-kheo? ở đây, Tỷ-kheo nội tâm có tham dục5 tuệ tri: "Nội tâm tôi có tham dg'; hay nội tâm không có tham dục? tuệ tri: "Nội tâm tôi không có tham dục.,^ Và với tham dục chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với tham dục đã sanh nay được đoạn diệt, vị ây tuệ tri như vậy. Và với tham dục đã được đoạn diet, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có sân hận, tuệ tri: CÍNội tâm tôi có sân han^; hay nội tâm không có sân hận? tuệ tri: "Nội tâm tôi không có sân han” và với sân hận chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với sân hận đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với sân hận đã được đoạn diet, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có hôn trầm thụy miên5 tuệ tri: "Nội tâm tôi có hôn trầm thụy mi©n"; hay nội tâm không có hôn trầm thụy miên5 tuệ tri: ÍCNội tâm tôi không có hôn tràm thụy miên„; và với hôn trầm thụy miên chưa sanh nay sanh khởi5 vị ấy tuệ tri như vậy; và với hôn trầm thụy miên đã saiih nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với hôn trầm thụy miên đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có trạo hối, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có trạo h6i” hay nội tâm không có trạo hối? tuệ tri r3ng: uNội tâm tôi không có trạo hối,9; và với trạo hối chưa sanh nay sanh khỏi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với trạo hối đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với trạo hối đã được đoạn diet, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Hay nội tâm có nghi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có nghi” hay nội tâm không có nghi, tuệ tri rằng: 66Nội tâm tôi không có nghi^,; và với nghi chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với nghi đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với nghi đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy. Như vậy, vị ây sông quán pháp trên các nội pháp; hay sông quán pháp trên các ngoại pháp; hay sông quán pháp trên cả nội pháp, ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên các pháp, hay sông quán tánh diệt tận trên các pháp, hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "C6 những pháp ở dây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gi trên đời. Này các Tỷ-kheo9 như vậy Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đôi với năm triền cái. 383. Lại nữa, này các Tỷ-kheo9 Tỷ-kheo sông quán pháp trên các pháp đôi với năm thủ uân. Này các Tỷ-kheo5 thế nào là Tỷ-kheo sông quán pháp trên các pháp đối với năm thủ uẩn? Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo suy tư: "Bây là sắc, đây là sắc sanh, đây là sắc diệt; đây là thọ, đây là thọ sanh, đây là thọ diệt; đây là tưởng, đây là tưởng sanh, đây là tưởng diệt; đây là hành, đây là hành sanh, đây là hành diệt; đây là thức, đây là thức sanh, đây là thức diệt/9 Như vậy5 vị ây sông quán pháp trên các nội pháp; hay sông quán pháp trên

các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên các pháp, hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp, hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "C6 những pháp ở đây,5? vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy với hy vọnệ hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không châp trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ-kheo? như vậy Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm thủ uẩn. 384. Lại nữa, này các Tỷ-kheo9 Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với sáu nội ngoại xứ. Này các Tỷ-kheo9 thê nào là Tỷ-kheo sông quán pháp trên các pháp đôi với sáu nội ngoại xứ? Này các Tỷ-kheo? ở dây, Tỷ-kheo tuệ tri con mắt và tuệ tri các sắc, do duyên hai pháp này, kiết sử sanh kh&i, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy... tuệ tri tai và tuệ tri các tiếng... tuệ tri mũi và tuệ tri các hương... tuệ tri lưỡi và tuệ tri các vị... tuệ tri thân và tuệ tri các xúc... tuệ tri ý và tuệ tri các pháp, do duyên hai pháp này5 kiết sử sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ây tuệ tri như vậy. Như vậy, vị ây s6ng quán pháp trên các nội pháp; hay sông quán pháp trên các ngoại pháp; hay sông quán pháp trên cả nội pháp, ngoại pháp. Hay vị ấy sông quán tánh sanh khởi trên các pháp, hay sông quán tánh diệt tận trên các pháp? hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở âây'\ vị ây sông an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đên chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo, như vậy Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với sáu nội ngoại xứ. 385. Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo sông quán pháp trên các pháp đôi với Bảy giác chi. Này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo sông quán pháp trên các pháp đoi với Bảy giác chi? Này các Tỷ-kheo5 ở đây5 Tỷ-kheo nội tâm có Niệm giác chi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có Niệm giác chi” hay nội tâm không có Niệm giác chi, tuệ tri rằng: "N0i tâm tôi không có Niệm giác chi"; và với Niệm giác chi chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với Niệm giác chi đã sanh nay được tu tập viên thành, vị ây tuệ tri như vậy. ... nội tâm có Trạch pháp giác chi... ... nội tâm có Tinh tân giác chi... ... nội tâm có Hỷ giác chi... ... nội tâm có Khinh an giác chi... ... nội tâm có Định giác chi...

...nội tâm có Xả giác chi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có Xả giác chi” hay nội tâm không có Xả giác chi, tuệ tri rằng: “N0i tâm tôi không có Xả giác chi"; và với Xả giác chi chưa sanh nay sanh khởi5 vị ấy tuệ tri như vậy; và với Xả giác chi đã sanh nay được tu tập viên thành, vị ấy tuệ tri như vậy. Như vậy, vị ây s6ng quán pháp trên các nội pháp; hay sông quán pháp trên các ngoại pháp; hay sông quán pháp trên cả nội pháp, ngoại pháp. Hay vị ây sống quán tánh sanh khởi trên các pháp, hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp, hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "C6 những pháp ở day,9? vị

ấy sống an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo, như vậy Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bảy giác chi. 386. Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bốn sự thật. Này các Tỷ-kheo5 thê nào là Tỷ-kheo sông quán pháp trên các pháp đối với Bốn sự thật? Này các Tỷ-kheo, ở đây, Tỷ-kheo như thật tuệ tri: "Đây là kh6"; như thật tuệ tri: “Bây là khổ tap" nhu thật tuệ tri: "Dây là khổ diet” như thật tuệ tri: C6Đây là con đường đưa đến khổ ằiệty 387. Và này các Tỷ-kheo, thế nào Khổ Thánh đế? Sanh là khổ5 già là khổ, [bệnh là khổ]9 chết la khổ5 sầu5 bi, khổ, ưu, não là khổ, sự gắn bo với những gì khônệ ưa thích là khổ, sự chia lìa với những gì yêu thích là khổ, cầu không được là kho? tóm lại năm thủ uẩn là khổ. 388. Này các Tỷ-kheo thế nào là sanh? Mỗi mỗi hạng chúng sanh, trong từng giới loại, sự xuất sản, xuất sanh, xuất thành, tái sanh, sự xuất hiện các uẩn? sự hoạch đắc các căn, này các Tỷ-kheo9 như vậy gọi là sanh. 389. Này các Tỷ-kheo, thế nào là già? Mỗi mỗi hạng chúng sanh, trong từng giới loại, sự niên lão, sự hủ hoại, trạng thái rụng răng5 trạng thái tóc bạc, da nhăn, tuổi thọ rút ngắn, các căn hủy hoại, này các Tỷ-kheo như vậy là già. 390. Này các Tỷ-kheo, thế nào là chết? Mỗi mỗi hạng chúng sanh, trong từng giới loại, sự tạ thế, sự từ trần, thân hoại, sự diệt vong, sự chết, sự tử vong, thời đã đến, các uẩn đã tận diệt, sự vất bỏ tử thi, này các Tỷ-kheo? như vậy gọi là chết. 391. Này các Tỷ-kheo5 thế nào là sầu? Này các Tỷ-kheo, với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác, với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự sâu, sự sâu lo, sự sâu muộn? nội sâu, mọi khô sầu của người ấy, này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là sầu. 392. Này các Tỷ-kheo, thế nào là bi? Này các Tỷ-kheo, với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác, với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đaur khổ khác? sựe r bi ai, sự bi thảm, sự than van, sự• than khóc, sự• bi thán, sự• bi thông của người ây, này các Tỷ-kheo? như vậy gọi là bi. 393. Này các Tỷ-kheo5 thế nào là khổ? Này các Tỷ-kheo, sự đau khổ về

thân, sự không sảng khoái về thân, sự đau khổ do thân cảm thọ, sự không sảng khoái do thân cảm thọ, này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là khổ. 394. Này các Tỷ-kheo? thế nào là tru? Này các Tỷ-kheo? sự đau khổ về tâm, sự không sảng khoái về tâm, sự đau khổ do tâm cảm thọ, sự không sảng khoái do tâm cảm thọ, này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là ưu. 395. Này các Tỷ-kheo, thế nào là não? Này các Tỷ-kheo? với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác, với những ai cảm thọ sự đau khô này hay sự đau khổ khác, sự áo não? sự bi não5 sự that vọng, sự tuyệt vọng của người ấy, này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là não. 396. Này các Tỷ-kheo5 thế nào là sự gắn bó với những gì không ưa thích là khổ [oán tắng hội khổ]? Này các Tỷ-kheo, ở dây, có bất cứ sắc, thinh, hương, vị9 xúc, pháp mà không thích, không ưa, không vừa lòng; hay người mà muôn gây bât lợi, muôn gây vô ích, muôn gây bât lạc, muôn gây bât ôn; sự đi chung, gặp gỡ5 hiệp cùng, hòa lẫn với những nhân vật ây, này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là oán tăng hội khô. 397. Nàg các Tỷ-kheo? thế nào là sự chia lìa với những gì yêu thích là khổ [ái biệt ly khổ]? Này các Tỷ-kheo? ở dây, có bất cứ sắc, thinh, hương, vị, xúc mà ưa thích, ham muốn vừa lòng; hay người mà mong đem lợi ích, mong đem may mắn, mong đem an lạc5 mong đem an

ôn; tức là mẹ hay cha, hoặc anh em, chị em, bạn bè5 thân hữu, bà con huyết thống; sự không được hội ngộ, không được trùng phùng, không được chung sông, không được hòa mình với các nhân vật ấy, này các Tỷ-kheo? như vậy gọi là ái biệt ly khổ. 398. Này các Tỵ-kheo, thế nào là cầu bất đắc khổ? Này các Tỷ-kheo5 chúng sanh bị sanh chi phối, khởi sự mong câu: "Mong răng ta khỏi bị sanh chi phối! Mong rằng ta khỏi phải đi thác sanh!" Lời cầu mong ấy không được thành tựu. Như vậy gọi là cầu bất đắc khổ. Này các Tỷ-kheo5 chúng sanh bị già chi phối... chúng sanh bị bệnh chi phối... chúng sanh bị chết chi phối... chúng sanh bị sầu, bi, khổ, ưu, não chi phối, khởi sự mong cầu: "Mong rằng ta khỏi bị sầu, bi, khổ5 ưu, não chi phối! Mong rằng ta khỏi đương chịu sầu, bi, khổ, ưu? não!,, Lời mong cầu ấy không được thành tựu. Như vậy gọi là cầu bất đắc khổ. 399. Này các Tỷ-kheo, như thế nào là tóm lại năm thủ uẩn là khổ? Như sắc thủ uân, thọ thủ uân, tưởng thủ uân, hành thủ uân, thức thủ uân, này các Tỷ- kheo, như vậy gọi là tóm lại năm thủ uẩn là khổ. 400. Này các Tỷ-kheo, thế nào là Khổ tập Thánh đế? Sự tham ái đưa đên tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm câu hỷ lạc chô này, chỗ kia như dục ái, hữu ái? vô hữu ái. Này các Tỷ-kheo? sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đâu, khi an trú thì an trú ở đâu? Ở đời, sắc gì thân ái, sắc gì khả ái, sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đây, khi an trú thì an trú ở đây. Ở đời, sắc gì thân ái, sắc gì khả ái? Ở đời, con mắt là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở dấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời5 tai... Ở đời, mũi... Ở đời? lưỡi... Ở đời, thân... Ở đời, ý là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời, các sắc... Ở đời, các tiếng... Ở đời, các hương... Ở đời, các vị... Ởđời? các cảm xúc... Ở đời, các pháp là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở dấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời5 nhãn thức... Ở đời, nhĩ thức... Ở đời5 tỵ thức... Ở đời, thiệt thức... Ở đời, thân thức... Ở đời, ý thức là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đây, khi an trú thì an trú ở đây. Ở đời, nhãn xúc... Ở đời, nhĩ xúc... Ở đời, tỷ xúc... Ở dời, thiệt xúc... Ở đời, thân xúc... Ở đời, ý xúc là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở dấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời, nhãn xúc sở sanh thọ... Ở đời, nhĩ xúc sở sanh thọ... Ở đời5 tỷ xúc sở sanh thọ... Ở đời, thiệt xúc sở thanh thọ... Ở đời, thân xúc sở sanh thọ... Ở đời5 ý xúc sở sanh thọ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở dây, khi an trú thì an trú ở đây. Ở đời, sắc tưởng... Ở đời? thanh tưởng... Ở đời, hương tưởnệ... Ở đời, vị tưởng... Ở đời9 xúc tưởng... Ở đời5 pháp tưởng là sắc thân ái, là sac khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời, sắc tư... Ở đời, thanh tư... Ở đời, hương tư... Ở đời, vị tư... Ở đời, xúc tư... Ở đời? pháp tư là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở dấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời? sắc ái... Ở đơi5 thanh ái... Ở đời5 hương ái... Ở đời? vị ái... Ở đời, xúc ái... Ở đời? pháp ái là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở dấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời, sắc tầm... Ở đời5 thanh tầm... Ở đời, hương tầm... Ở đời5 vị tầm... Ở đời? xúc tâm... ơ đời5 pháp tâm là săc thân ái, là săc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời5 sắc tứ... Ở

đời? thanh tứ... Ở đời, hương tứ... Ở đời5 vị tứ... Ở đời5 xúc tứ... Ở đời, pháp tứ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đây, khi an trú thì an trú ở đây. Này các Tỷ-kheo, như vậy gợi là Khổ tập Thánh đe. 401. Này các Tỷ-kheo? và thế nào là Khổ diệt Thánh đế? Sự diệt tận không còn luyên tiêc tham ái ây, sự xả ly, sự khí xả? sự giải thoát, sự vô nhiễm [tham ái ấy]. Này các Tỷ-kheo, sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đâu9 khi diệt trừ thì diệt trừ ở đâu? Ở đời5 các sắc gì thân ái9 các sắc gì khả ái, sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở dấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời9 sắc gì thân ái, sắc gì khả ái? Ở đời, con mắt là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở dời,

lỗ tai... Ở đời, mũi... Ở đời, lưỡi... Ở đời, thân... Ở đời, ý là sắc thân ái9 là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở dấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời? các sắc... Ở đời? các tiếng.. Ở đời9 các mùi hương... Ở đời, các vị... Ở đời, các xúc... Ở đời, các pháp là sắc thân ai, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời, nhãn thức... Ở đời, nhĩ thức... Ở đời? tỷ thức... Ở đời, thiệt thức... Ở đời, thân thức... Ở đời, ý thức là sắc thân ái? là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời5 nhãn xúc... Ở đời, nhĩ xúc... Ở đời? tỷ xúc... Ở đời? thiệt xúc... Ở đời9 thân xúc... Ở đời9 ý xúc là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở dấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời, nhãn xúc sở sanh thọ... Ở đời, nhĩ xúc sở sanh thọ... Ở đời5 tỷ xúc sở sanh thọ... Ở dời, thiệt xúc sở sanh thọ... Ở đời, thân xúc sở sanh thọ... Ở đời5 ý xúc sở sanh thọ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời, sắc tưởng... Ở đời? thanh tưởng... Ở đời? hương tưởng... Ở đời? vị tưởng... Ở đời5 xúc tưởng... Ở dời, pháp tưởng là sắc thân ái, là sac khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở dấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời, sắc tư... Ở đời, thanh tư... Ở đời, hương tư... Ở đời, vị tư... Ở đời? xúc tư... Ở đời5 pháp tư là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở dấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời, sắc ái... Ở đời, thanh ái... Ở đời, hương ái... Ở đời? vị ái... Ở đời? xúc ái... Ở đời, pháp ái là sắc thân ái5 là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời, sắc tầm... Ở đời, thanh tầm... Ở đời, hương tầm... Ở đời, vị tầm... Ở đời, xúc tàm... Ở đời, pháp tầm là sắc thân ái5 là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời? sắc tứ . Ở đời, thanh tứ... Ở đời, hương tứ... Ở đời? vị tứ... Ở đời, xúc tứ... Ở đời? pháp tứ là sắc thân ái, 14 sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Khổ diệt Thánh đế. 402. Này các Tỷ-kheo, thế nào là Khổ diệt đạo Thánh đế? Đó là Thánh đạo tám ngành, tức là Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định. Này các Tỷ-kheo5 thế nào là Chánh tri kiến? Này các Tỵ-kheo? tri kiến về Khổ? tri kiến về Khổ tập, tri kiến về ỉpiổ diệt, tri kiến về Khổ diệt đạo? này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Chánh tri kiến. Này các Tỷ-kheo, thế nào là Chánh tư duy? Tư duy vê ly dục, tư duy vê vô sân, tư duy vê bât hại, này các Tỷ-kheo5 như vậy gọi là Chánh tư duy.

Này các Tỷ-kheo5 thế nào là Chánh ngữ? Tự chế không nói láo, tự chế không nói hai lưỡi, tự chế không ác khẩu, tự chế không nói lời phù phiếm, này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Chánh ngữ. Này các Tỷ-kheo, thế nào là Chánh nghiệp? Tự chê không sát sanh, tự chê không trộm cướp, tự chê không tà dâm, này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Chánh nghiệp. Này các Tỷ-kheo, thế nào là Chánh mạng? Này các Tỷ-kheo? ở đây vị Thánh đệ tử từ bỏ tà mạng, sinh sống bằng chánh mạng, này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Chánh mạng. Này các Tỷ-kheo? và thế nào là Chánh tinh tấn? Này các Tỷ-kheo, ở đây5 Tỷ-kheo, đối với các ác? bất thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muôn không cho sanh khởi, vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các ác, bất thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn trừ diệt, vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn khiến cho sanh khởi, vị này nỗ lực5 tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn khiến cho an trú, không cho băn^ hoại, khiến cho tăng trưởng, phát triên, viên mãn, vị này nô lực, tinh tân, quyêt tâm, trì chí. Này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Chánh tinh tấn. Này các Tỷ-kheo, thế nào là Chánh niệm? Này các Tỷ-kheo? ở đâ^ vị Tỷ-kheo sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời... trên các cảm thọ... trên các tâm... quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Chánh niệm. Này các Tỷ-kheo? thế nào là Chánh định? Này các Tỷ-kheo, ở đây, Tỷ-kheo ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, với tầm với tứ. Tỷ-kheo ấy diệt tầm và tứ, chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Tỷ-kheo ấy ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú Thiền thứ ba. Tỷ-kheo ấy xả lạc xả khổ5 diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ không lạc, xả niệm thanh tịnh. Này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Chánh định. Này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là Khổ diệt đạo Thánh đế. 403. Như vậy5 vị ây sông quán pháp trên các nội pháp; hay sông quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên cả nội pháp, ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên các pháp, hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp, hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "C6 những pháp ở dây"vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ-kheo5 như vậy Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bốn Thánh đế.

22. KINH ĐẠI NIỆM xứ 401

404. Này các Tỷ-kheo, vị nào tu tập Bôn niệm xứ này như vậy trong bảy năm, vị ấy có thể chứnệ một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nêu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn. Này các Tỷ-kheo? không cân gì đên bảy năm, một vị nào tu tập Bôn niệm xứ này như vậy trong sáu năm... trong năm năm... trong bốn năm... trong ba năm... trong hai năm... trong một năm, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn. Này các Tỷ-kheo9 không cần gì đến một năm? một vị nào tu

tập Bốn niệm xứ này trong bảy tháng, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nếu còn hữu dư y, thì chứnệ quả Bất hoàn. Này các Tỷ-kheo, không cần gì bảy tháng, một vị nào tu tập Bốn niệm xứ này trong sáu tháng... trong năm tháng... trong bốn tháng... trong ba tháng... trong hai tháng... trong một tháng... trong nửa tháng, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nếu còn hữu dư y, thì chứng quả Bất hoàn. Này các Tỷ-kheo, không cần gì nửa tháng, một vị nào tu tập Bốn niệm xứ này trong bảy ngày5 vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nếu còn hữu dư y, thì chứng quả Bất hoàn. 405. Này các Tỷ-kheo5 đây là con đường độc nhất đưa đến sự thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu Chánh trí, chứng ngộ Niết-bàn. Đó là Bốn niệm xứ. Thế Tôn thuyết pháp đã xong, các Tỷ-kheo ấy hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.