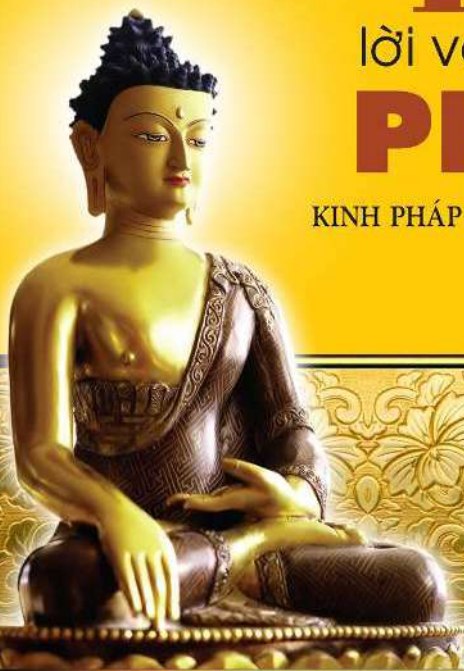


# 423

lời vàng của

# PHẬT

KINH PHÁP CÚ (DHAMMAPADA)



TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

**K21**

Sa-môn THÍCH NHẬT TỪ  
dịch



NXB HỒNG ĐỨC

**423 LỜI VÀNG CỦA PHẬT**  
(KINH PHÁP CÚ, *DHAMMAPADA*)

## TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

*Chủ nhiệm & biên tập:*

TT. Thích Nhật Từ

(ĐT: 0908.153.160; email: thichnhattu@gmail.com)

*Tủ Sách Đạo Phật Ngày Nay* do Thầy Nhật Từ chủ biên bao gồm các Nghi thức tụng niệm thuần Việt và trên 200 đầu sách nghiên cứu và ứng dụng về Phật học, thuộc loại sách gối đầu giường cần thiết cho mọi đối tượng độc giả.

*Quý tác giả, dịch giả muốn xuất bản sách nghiên cứu và ứng dụng Phật học, quý Phật tử muốn ấn tống kinh sách Phật giáo, các đại lý cần nhận sách phát hành, xin vui lòng liên hệ:*

### NHÀ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

Chùa Giác Ngộ

92 Nguyễn Chí Thanh, P.3, Q.10, TP. HCM

ĐT: (028) 3839-4121

[www.daophatngaynay.com](http://www.daophatngaynay.com) | [www.chuagiacngo.com](http://www.chuagiacngo.com)

TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

Sa-môn THÍCH NHẬT TỪ

- dịch -

**423 LỜI VÀNG CỦA PHẬT**  
**(KINH PHÁP CÚ, *DHAMMAPADA*)**

(Tái bản lần 4)

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

<https://thuviensach.vn>



# MỤC LỤC

Lời giới thiệu ..... vii

## PHẦN DẪN NHẬP

1. Nguyên hương ..... 3

2. Đánh lễ Tam bảo ..... 4

3. Tán hương ..... 6

4. Tán dương giáo pháp ..... 7

## PHẦN CHÁNH KINH

I. Phẩm Song Đối ..... 11

II. Không Phóng Dật ..... 17

III. Phẩm Tâm ..... 21

IV. Phẩm Hoa ..... 25

V. Phẩm Ngu ..... 31

VI. Phẩm Hiền Trí ..... 37

VII. Phẩm A La Hán ..... 42

VIII. Phẩm Ngàn ..... 46

IX. Phẩm Ác ..... 51

X. Phẩm Hình Phật ..... 56

XI. Phẩm Già ..... 61

XII. Phẩm Tự Ngã ..... 65

XIII. Phẩm Thế Gian ..... 69

XIV. Phẩm Phật Đà .....	73
XV. Phẩm An Lạc .....	79
XVI. Phẩm Hỷ Ái .....	83
XVII. Phẩm Sân Hận.....	87
XVIII. Phẩm Cấu Uế.....	92
XIX. Phẩm Pháp Trụ.....	98
XX. Phẩm Đạo .....	104
XXI. Phẩm Tạp Lục.....	110
XXII. Phẩm Địa Ngục.....	117
XXIII. Phẩm Voi.....	122
XXIV. Phẩm Tham Ái .....	127
XXV. Phẩm Tỳ-kheo .....	136
XXVI. Phẩm Bà-la-môn .....	144

### PHẦN SÁM NGUYỆN

1. Bát-nhã tâm kinh .....	159
2. Niệm Phật.....	162
3. Năm điều quán tưởng .....	163
4. Quán chiếu thực tại .....	164
5. Sám quy nguyện .....	165
6. Hồi hướng công đức .....	168
7. Lời nguyện cuối.....	169
8. Đánh lễ Ba ngôi báu.....	171



## LỜI GIỚI THIỆU

Là một trong 15 quyển thuộc *Tiểu Bộ Kinh* (*Khuddaka Nikaya*), *Kinh Pháp Cú* (*Dhammapada/ Dharmapada*) là quyển kinh Phật được dịch ra nhiều ngôn ngữ nhất trên thế giới và là Kinh phổ biến nhất trong cộng đồng Phật giáo, đặc biệt tại các nước Phật giáo Nam tông bao gồm Tích-lan, Miến-điện, Thái-lan, Lào và Campuchia.

*Kinh Pháp Cú* được xem là quyển kinh Phật bổ tủy, kinh gối đầu giường của người học Phật, tu Phật và trải nghiệm chân lý Phật. Dù không phải là bài kinh theo dạng pháp hội được thuyết giảng từ đầu chí cuối như phần lớn các bài Kinh khác, *Kinh Pháp*



*Cú* là một tuyển tập 423<sup>(1)</sup> bài thơ thiền của đức Phật, vốn có xuất xứ và được trích lại từ trong bốn bộ Kinh như *Trường Bộ Kinh*, *Trung Bộ Kinh*, *Tương Ưng Bộ Kinh* và *Tăng Chi Bộ Kinh*. Do vì có xuất xứ từ bốn bộ Kinh quan trọng nhất của Kinh tạng Pāli, *Kinh Pháp Cú* được xem là Kinh giới thiệu bao quát về triết lý cao siêu của đức Phật bằng ngôn ngữ thi ca giàu chất văn chương.

Có thể nói, toàn bộ các lời dạy cao quý về chân lý (*dhamma*) và đạo đức (*vinaya*) được đức Phật khám phá và truyền bá trong 45 năm đều được chọn lọc cô đọng trong 423 câu lời vàng này, được phân thành 26 chủ đề (phẩm/ chương) khác nhau. Mỗi chủ

---

1. Bản dịch này dựa vào ấn bản Pāli Dhammapada, ấn bản thông dụng nhất với 26 chương và 423 câu. Ấn bản Patna Dharmapada chỉ có 22 chương với 414 câu. Ấn bản Gāndhāri Dharmapada có 26 chương và 540 câu. Ấn bản Udānavarga có 33 chương và 1.050 câu, được xem là ấn bản có số câu nhiều nhất.

đề gồm nhiều bài thơ có cùng tư tưởng và nội dung, đề cập đến các khía cạnh chân lý và các giá trị cao quý, mà người đọc có thể học và ứng dụng trong cuộc sống, mang lại hạnh phúc và bình an cho bản thân, gia đình, xã hội, bây giờ và tại đây.

Về từ nguyên, “Pháp cú” (*Dhammapada*) là tổ hợp gồm 2 từ “pháp” (*dhamma*) và “cú” (*pada*), vốn đều là các từ đa nghĩa trong các ngữ cảnh khác nhau. Khái niệm “pháp” trong *Kinh Pháp Cú* có nghĩa là “chánh pháp” (*Buddhadhamma*), “học thuyết của Phật” (*Buddha’s doctrine*) hay “chân lý” (*truth*), trong khi, “cú” (*pada*) có nghĩa là “chân” (*foot*), “con đường” (*path*), “thi kệ” (*verse*) hay danh ngôn. “Pháp cú” có thể được dịch bằng nhiều cụm từ khác nhau như: “Con đường chân lý” (*path of truth*), “con đường chánh pháp” (*Path of Buddha’s Teaching*), “danh ngôn chánh pháp”, “lời Phật

dạy” (*Buddha’s Teachings*) hay “lời vàng của Phật” (*Buddha’s Golden Sayings*).

Về phương diện văn học, *Kinh Pháp Cú* là tập hợp hơn 400 bài thơ của đức Phật, rất chuẩn về niêm luật Pāli cổ, sử dụng loại ngôn ngữ quần chúng, giản dị, gần gũi với đời thường, với nhiều hình ảnh, ẩn dụ sâu sắc, chứa đựng nhiều giá trị nhân văn và đạo đức. Nhật lấy các hình ảnh và sự kiện từ cuộc sống thật trong thời đại của ngài, đức Phật đã làm cho từng “bài thơ danh ngôn” của Ngài trở nên sinh động, sâu huyền, người đọc cảm nhận các giá trị nội tâm, mà mỗi lần đọc và chiêm nghiệm, người đọc sẽ cảm nhận được sự bình an đích thực.

Về nội dung, *Kinh Pháp Cú* đề cập đến thế giới quan, nhân sinh quan, xã hội quan, đạo đức quan và giải thoát quan của đức Phật. Về thế giới quan, đức Phật chủ trương không có nguyên nhân khởi thủy của sự sống

và mọi sự vật hiện tượng, dù đó là duy thân, duy vật hay duy tâm. Thế giới là một tương quan đa chiều, tương tác và tương thuộc. Về nhân sinh quan, đức Phật cho rằng con người là trung tâm của vũ trụ, con người là gốc của các hoạt động nhân văn, đạo đức và xã hội. Con người quan trọng hơn Thượng đế và thần linh. Về xã hội quan, đức Phật chủ trương công bằng xã hội, dân chủ, nhân quyền, bình đẳng giới, nhằm góp phần thiết lập một xã hội hòa bình, thịnh vượng và phát triển. Đạo đức quan Phật giáo gồm ba phương diện: Không làm điều phi pháp, làm tất cả việc thiện, giữ tâm trong sáng và cao thượng. Về giải thoát quan, đức Phật chủ trương giải phóng tất cả nỗi khổ niềm đau của kiếp người bằng cách thừa nhận bể tắc, truy tìm nguyên nhân (tham ái, sân hận, si mê, chấp thủ), trải nghiệm hạnh phúc niết-bàn và thực hiện chánh đạo (chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định).

Mỗi một bài thơ thiền trong *Kinh Pháp Cú* là một triết lý sống vị nhân sinh, bây giờ và tại đây. Mỗi ngày, dành 10-15 phút đọc các bài thơ thiền của đức Phật trong *Kinh Pháp Cú*, đọc thật chậm rãi, suy nghĩ nghĩa lý, chiêm nghiệm những điều minh triết của Phật, ta sẽ học được nhiều bài học cao quý, trong việc làm chủ cảm xúc và hành vi, nhờ đó, làm chủ được vận mệnh.

Mỗi khi có nỗi buồn, lo lắng, căng thẳng, sầu bi, bất hạnh, thất bại khổ đau, thử thách và trở ngại, hãy đọc *Kinh Pháp Cú*, người đọc như được truyền thêm nghị lực để vượt qua, sống lạc quan, tích cực và thăng hoa các giá trị cao quý. Những lúc gặp thuận duyên, thành công, hạnh phúc, đọc *Kinh Pháp Cú* sẽ nuôi lớn các đức tính cao quý như từ bi, hoan hỷ, buông xả, vô ngã, vị tha, nhờ đó, ta có thêm lý do để tinh tấn vươn đến nhiều thành công to lớn hơn, góp phần làm cho cuộc sống có ý nghĩa hơn.

Vì những giá trị thực tiễn vừa nêu, vào năm 2011, tôi phát tâm dịch *Kinh Pháp Cú* ra tiếng Việt, bằng thể thơ song thất lục bát, đăng trên nguyệt san Đạo Phật Ngày Nay, do tôi làm Chủ biên, nhằm giới thiệu những lời dạy nguyên chất của đức Phật, đượm nhuần chất liệu an lạc và giải thoát. Mong sao, mỗi nhà Phật tử đều có *Kinh Pháp Cú* trên bàn thờ Phật, mỗi Phật tử đều có *Kinh Pháp Cú* trên bàn làm việc của mình. Hãy cùng phát tâm truyền bá *Kinh Pháp Cú* đến tất cả mọi người, để ngọn đèn chánh pháp có thể soi sáng tất cả chúng ta.

*Rằm Phật đản 2637 (PL.2557, DL.2013)*

**Sa-môn Thích Nhật Từ**

Tổng biên tập Tủ sách Đạo Phật Ngày Nay



# PHÂN DẪN NHẬP







## 1. NGUYỆN HƯƠNG

(Chủ lễ qui ngay thẳng, xương bài  
Nguyễn hương. Gia chủ đồng mặc niệm và  
quán tưởng theo lời Nguyễn)

Nam-mô Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni Phật O

Trên sen báu, hào quang rạng rỡ

Đức Năng Nhơn tướng hảo

huy hoàng,

Hóa thân cứu độ mười phương,

Cúi đầu đánh lễ, đạo tràng quy y.

Đèn chánh pháp rạng ngời khắp chốn,

Đạo từ bi phổ biến muôn nơi.

Tăng Ni đạo lực sáng ngời,

Tại gia tu học, thanh thoi, an nhàn.

Cầu thế giới hòa bình, phát triển

Mong nước nhà hưng hiển, tự do,

Mọi người hạnh phúc, ấm no,

Khắp nơi yên ổn, không lo lắng gì.

Chúng con nguyện, đời đời kiếp kiếp,

Được thân người, học Phật tu nhân,  
Xa lìa biển khổ trầm luân,  
Tấn tu đạo nghiệp, viên thành  
quả cao.

Nam-mô Hương Cúng Đường Bồ-tát  
(3 lần) O

## 2. ĐẢNH LỄ TAM BẢO

**Phật** là đấng giác ngộ mình,  
Độ người thoát khỏi tử sinh bao đời,  
Từ bi, trí tuệ rạng ngời,  
Là thầy ba cõi trời người xưa nay.  
**Chí tâm đảnh lễ** tất cả Đức Phật ba  
đời thường trú trong mười phương.  
(1 lạy) O

**Pháp** là phương thuốc diệu thay,  
Chữa lành bệnh khổ bao loài  
chúng sanh,

Như vầng trăng sáng lung linh,  
Soi đường ra khỏi u minh mê mờ.  
**Chí tâm đánh lễ** tất cả Tôn Pháp ba  
đời thường trú trong mười phương.  
(1 lay) O

**Tăng** là những bậc chân tu,  
Biết đời huyễn mộng, già từ ra đi,  
Thấm nhuần trí tuệ, từ bi,  
Độ đời thoát khỏi tham ... si khổ sầu.  
**Chí tâm đánh lễ** tất cả Hiền Thánh  
Tăng ba đời thường trú trong mười  
phương. (1 lay) OOO

\*\*\*

### 3. TÁN HƯƠNG

(Đại chúng đứng thẳng và chắp tay trước ngực. Duy-na và Duyệt Chúng khai chuông mõ. Từ đây trở đi, chủ lễ xướng và gia chủ cùng tụng theo).

Lò hương vừa bén chiêm đàn  
Tỏa xông pháp giới đạo tràng  
mười phương  
Hiện thành mây báu cát tường  
Xin Phật chứng giám tâm hương  
chí thành  
Pháp thân các Phật tịnh thanh  
Chứng minh hương nguyện, phước  
lành rưới ban.  
Nam mô Hương Vân Cái Bồ-tát.  
(3 lần) OOO





# PHẦN CHÁNH KINH







## I. PHẨM SONG ĐỐI (*Yamaka-vagga*)

**1-2.** Ý làm chủ hành vi tạo tác  
Ý dẫn đầu, thiện ác tạo ra  
Nếu dùng tâm ý ác tà  
Nói năng, hành động khổ sa vào mình.  
Như xe chở lăn nhanh theo bánh;  
Bánh đi đâu, xe đến liền theo  
Mỗi khi tâm thiện đã gieo  
Quả lành trở, giống bóng đeo  
theo hình.

**3.** Ai ôm hận bị người hãm hại  
“Nó đánh tôi và chửi mắng tôi”  
“Thắng tôi, cướp đoạt của tôi”  
Nhớ hoài bất hạnh, khó nguôi  
hận thù.

4. Ai bỏ được hận thù bị hại:  
“Nó đánh tôi và chửi mắng tôi”  
“Thắng tôi, cướp đoạt của tôi”  
Hận thù tan biến, nguôi ngoai  
cõi lòng.

5. Trả thù hận bằng tâm oán giận  
Muôn kiếp dài khó đặng thành công  
Tù bi chuyên hóa thù chung  
Đây là định luật công bằng xưa nay.

6. Trong kiếp sống ai ngờ cái chết  
Rình rập ta chẳng sót mảy may  
Người nào giác ngộ điều này  
Hơn thua, tranh chấp... dứt ngay  
tức thì.

7. Ai đắm nhiễm năm điều dục lạc  
Chẳng giữ tâm, làm chủ giác quan

Uống ăn thái quá hại thân  
Tánh hay lười biếng, nhọc nhằn  
qua loa.

Người như thế bị ma đánh bại  
Cũng giống như gió thổi ngã cây.  
Khổ đau, bất lực nào hay  
Đều do buông thả, đắm say sắc trần.

**8.** Không nhiễm đắm, quán thân  
như uế

Giữ gìn tâm, làm chủ giác quan  
Uống ăn tiết độ, siêng năng  
Vững vàng như núi trước ngàn  
bão giông.

**9.** Dù khoát áo cà-sa đỉnh đạc  
Mà tâm còn uế trọc tham, sân  
Sống không chân thật, buông lung  
Làm sao xứng hạnh sa-môn sáng ngời?

**10.** Ai giải phóng tham, sân, trước uest  
Sống thanh cao, giữ giới

nghiêm minh

Chánh chân, làm chủ được mình  
Người tu như thế thật tình đáng khen.

**11.** “Không chân thật lại cho chân thật  
Chân thật thì làm tướng dối gian”

Tà tư, tà hạnh làm nhân

Do vậy khó đạt chánh chân trong đời.

**12.** “Cái chân thật thì cho chân thật  
Không chân thì khẳng định

không chân”

Chánh tư, chánh hạnh làm nhân

Nhờ vậy đạt được chánh chân

trong đời.

**13.** Nhà vụng lợp có nhiều lỗ dột

Một trận mưa làm ướt tả toại.

Người không tu tập, mãi chơi  
Dục tham xâm nhập, cả đời khổ đau.

**14.** Nhà lợp khéo, chỗ nào cũng kín  
Nhiều mưa to chẳng ảnh hưởng chi.  
Với người tinh tấn tu trì  
Dục tham dứt sạch, có gì phải lo?

**15.** Kiếp này khổ, kiếp sau càng khổ  
Kẻ ác gian chịu khổ hai đời  
Quả sầu đeo bám khôn nguôi,  
Nhớ ác, day dứt khó rời khỏi ta.

**16.** Kiếp này sướng, kiếp sau  
càng sướng  
Người đức cao được hưởng  
phước vui  
Thiện nhân trở quả còn hoà  
Nhớ thiện, an lạc tràn đầy trong tâm.

**17.** Kiếp này khổ, kiếp sau than khổ  
Gieo ác nhân phải khổ hai đời  
Lương tâm dần vất tơi bời  
Roi vào cõi dữ, than hoài chẳng xong.

**18.** Kiếp này sướng, kiếp sau  
càng sướng  
Làm phúc thì sung sướng hai đời  
Phúc do làm thiện tuyệt vời  
Sanh về cõi thiện, thanh thoi lâu dài.

**19.** Làu thông cả kho kinh sâu sắc  
Không thực hành, phóng dật ích chi?  
Khác gì như kẻ làm thuê  
Chăn bò cho chủ, có gì của ta?

**20.** Người nói ít nhưng hành miên mật  
Bỏ tham, sân; tỉnh giác, thông dong  
Hai đời dính mắc không còn  
Người này xứng hạnh sa-môn sáng ngời.

## II. KHÔNG PHÓNG DẬT (*Appamāda-vagga*)

- 21.** Không phóng dật là con  
đường sống  
Kẻ buông lung làm hỏng cuộc đời.  
Không còn phóng dật, sáng ngời  
Buông lung như kẻ chết rồi, ích chi.
- 22.** Sống bắt tử với đường tỉnh thức  
Thói buông lung là vực tử sanh.  
Định thiền, giới hạnh, tinh cần  
Ung dung đạo giác, an nhàn  
thân tâm.
- 23.** Người có trí siêng tu thiền định  
Luôn tinh cần thức tỉnh ngày đêm



Niết-bàn vô thượng xứng tên  
Khổ đau, trói buộc không còn  
đeo mang.

24. Luôn tinh tấn, tự điều, chính niệm  
Nương pháp màu, đức hạnh  
sáng trong,  
Giữ mình, dứt bỏ buông lung  
Tiếng lành, phước tốt gia tăng  
mỗi ngày.

25. Luôn nỗ lực vượt qua phóng dật  
Tự điều thân, làm chủ giác quan  
Trí nhân như đảo vững vàng  
Bão giông không thể ngập tràn  
được đâu.

26. Kẻ thiếu trí đam mê phóng dật  
Bám nghiệp duyên, rồi gặt quả sầu  
Trí nhân tinh tấn trước sau  
Như gìn của báu làm giàu bản thân.

**27.** Cảnh hưởng thụ không thềm  
màng tới  
Dục lạc đời chẳng luyến ái tham.  
Siêng tu thiên định, chánh tâm,  
Niềm vui sâu lắng đạt thành khó chi.

**28.** Người có trí dẹp tan phóng dật  
Trên lầu cao tuệ giác nhìn trông  
Không sầu khổ, hết buồn vương  
Thương người ngu dưới kiếp hồng  
trần kia.

**29.** Sống tinh tấn giữa người  
phóng dãng  
Tỉnh thức luôn bên cạnh kẻ say  
Trí nhân như ngựa khéo nài  
Bỏ xa ngựa yếu cả bày sau lưng.

**30.** Như Đế Thích do tu tinh tấn  
Khi tái sinh làm chủ cõi thiên

Không còn phóng dật được khen.  
Đòi hay chỉ trích kẻ ghiền buông lung.

**31.** Tâm luôn thích niềm vui tinh tấn  
Sợ buông lung phá hạnh thanh cao  
Tu theo pháp Phật nhiệm màu  
Đốt tiêu trôi buộc, sâu đau bao đời.

**32.** Tâm luôn thích niềm vui tinh tấn  
Sợ buông lung phá hạnh thanh cao  
Tu theo pháp Phật nhiệm màu  
Niết-bàn sẽ chứng, khổ sâu lánh xa.



### III. PHẨM TÂM (*Citta-vagga*)

33. Tâm dao động, sầu lo, sợ hãi  
Khó giữ gìn, vũng vầy theo duyên.  
Trí nhân làm thẳng tâm này  
Như người thợ khéo uốn tên  
thẳng hàng.

34. Như tôm cá vất ngoài thủy giới  
Luôn vầy vùng hướng tới nước nguồn  
Tâm tu vầy mạnh thoát trần  
Quyết lòng dẹp sạch ma quân  
nã phiền.

35. Tâm phạm tục chuyền cãnh  
như khí  
Theo thú vui thành thị, xóm làng.

Lành thay, làm chủ được tâm  
Giữ tâm định tĩnh, bình an lâu dài.

**36.** Tâm vi tế, khó nhìn, khó thấy  
Theo dục tham, thoải mái quay cuồng  
Trí nhân làm chủ được tâm  
Niềm vui nội tại phủ trùm khắp nơi.

**37.** Đâu cần phải chạy xa, sống ẩn  
Vào hang sâu, hóa hiện không thân.  
Chi bằng điều phục được tâm  
Vượt qua trói buộc của ngàn  
ma quân.

**38.** Đối với kẻ tâm không an trụ  
Pháp nhiệm mầu khó tỏ nguồn khơi  
Niềm tin rúng động ,chơi vơi  
Còn nguồn trí tuệ rạng ngời  
khó thông.

**39.** Khi tâm thoát dục tham,  
vướng mắc  
Buông hận thù, ganh ghét, hờn ghen  
Vượt trên thiện ác nhị nguyên  
Xứng hàng tỉnh thức, không còn  
sầu lo.

**40.** Thân năm uẩn như sành dễ bể  
Giữ gìn tâm như thể thành trì  
Vung gươm trí tuệ diệt si  
Thắng ma quân xấu, chớ vì  
vinh quang.

**41.** Thân vô thường, chẳng bao  
lâu nữa  
Nằm vô tri trong cỗ quan tài  
Khi tâm thoát khỏi thân này  
Thân như khúc gỗ chẳng xài  
vào đâu.



## IV. PHẨM HOA (*Puppha-vagga*)

**44.** Ai chinh phục địa cầu, thiên giới  
Vượt lên trên cả cõi Diêm-ma<sup>(1)</sup>?  
Sao bằng ngộ pháp Phật-đà<sup>(2)</sup>  
Như người khéo kết tràng hoa  
đẹp màu.

**45.** Bậc hữu học<sup>(3)</sup> vượt qua trời đất<sup>(4)</sup>  
Vượt lên trên cả cõi Diêm-ma

---

1. Cõi chết.

2. Đức Phật, bậc giác ngộ tuyệt đối.

3. Hữu học (*Sekha*): Người hiểu thông Phật pháp, đang trên đường tu tập giải thoát khỏi phiền não chướng và sở tri chướng, để nhập vào dòng thánh, đạt được tâm giải thoát và tuệ giải thoát.

4. Âm chỉ cõi người và cõi trời, tức con người ngoài hành tinh.



Lại thông chánh pháp Phật-đà  
Như người khéo kết tràng hoa  
đẹp màu.

**46.** Khi tỏ ngộ thân như bọt nước  
Ảo ảnh như điện chớp trên không  
Bẻ tan tên của ma quân  
Vượt tầm thần chết hàng ngàn  
dặm xa.

**47.** Kẻ say nhật các hoa dục lạc  
Bị tử thần vây bắt, kéo lôi  
Như cơn lũ dữ cuốn trôi  
Cả làng trong lúc ngủ vùi đêm sâu.

**48.** Kẻ say nhật các hoa dục lạc  
Nhiễm đấm rồi dính chặt khó buông  
Ham vui chưa thỏa nguồn cơn  
Tử thần đến bắt khó thương lượng gì.



**52.** Như hoa đẹp to tròn, hấp dẫn  
Dạng hình thù, lại đượm mùi hương  
Lời hay, ý tưởng lạ lùng  
Có làm ắt được quả tròn mười mười.

**53.** Như một đồng hoa tươi các loại  
Nhiều tràng hoa được kết xâu nên  
Cũng vậy trong chốn hồng trần  
Thân làm bao việc quý lành  
đáng khen.

**54.** Hương mật-ly<sup>(5)</sup>, chiêm-đàn<sup>(6)</sup>  
thơm phức  
Cả nước hoa chẳng ngược gió bay.  
Hương người đạo đức thẳng ngay,  
Bay xa ngược gió, tháng ngày  
còn thơm.

---

5. Hoa *Mallika*, giống như hoa lái của Việt Nam.

6. Gỗ *Gandha*, tức loại gỗ trầm hương Ấn Độ.

**55.** Hoa vũ quý<sup>(7)</sup>, chiêm-đàn  
thơm ngát  
Hương già-la<sup>(8)</sup>, sen sắc hồng tươi  
Giới hương số một trên đời  
Hương hoa... chỉ sánh một mười  
mà thôi.

**56.** Hương hoa đẹp không nhiều  
giá trị  
Cả chiêm-đàn gỗ quý vậy thôi.  
Hương người đức hạnh sáng ngời  
Hòa cùng mây gió khắp trời  
ngát hương.

**57.** Người giới hạnh thanh cao  
đúng mực  
Gìn thân tâm, chẳng chút buông lung

---

7. Hoa *Vassiki* có mùi thơm phức.

8. Gỗ *Tagara*, một loại gỗ thơm Ấn Độ.

Đạt chơn giải thoát, trí thần  
Quân ma không thể thấy đường  
tới lui.

**58.** Giữa bãi rác bên đường dơ bẩn  
Có hoa sen thoang thoảng mùi hương.  
Giữa đời phàm tục nhiễu nhương,  
Có người trí tuệ, tình thương  
sáng ngời.

**59.** Giữa phàm tục, bao người  
đau khổ  
Bởi nhiễm tham, không tỏ lý chân  
Có người Phật tử thực hành  
Sáng ngời trí tuệ, tỏ nguồn tâm linh.



V. PHẨM NGU  
(*Bāla-vagga*)

60. Người trần trọc, đêm buồn  
thăm thẳm  
Kẻ mỗi chân ngao ngán đường dài  
Người ngu, chánh pháp ngoài tai  
Luân hồi mất hút, biết ngày nào ra?

61. Trong cuộc sống, tìm mà  
chưa gặp  
Bạn đồng hành tâm đắc, hơn mình,  
Chớ nên gần kẻ vô minh  
Khổ đau, lặn độn, bám rình  
khó buông.

62. Bệnh chấp ngã vào con, tài sản  
Nào con ta, tài sản của ta...

Khô sầu đeo bám chẳng tha  
Người ngu nên hiểu: Tôi là chẳng-tôi.

**63.** Ai ngu dốt biết mình ngu dốt  
Nhờ vậy mà chậm lụt hết dần  
Kẻ “đần” lại tưởng mình “khôn”  
“Chí ngu” như vậy không còn  
người hơn!

**64.** Người ngu tôi có gần người trí  
Không học theo chánh pháp  
chánh chân  
Khác gì muông với vị canh  
Trộn đời cũng chẳng thấm nhuần  
vị hương!

**65.** Người ngu dốt khéo gần  
người trí  
Học Phật ngôn, đạo lý hiểu rành

Cũng như lưởi nếm vị canh  
Vị hương ngon ngọt thấm nhuần  
trong thân.

**66.** Người thiếu trí không màng  
thực tập

Bản ngã thành kẻ ác hại thân  
Bỏ rơi việc thiện, đức nhân  
Đắng cay quả xấu đeo mang trọn đời.

**67.** Không hối hận việc làm bất chánh  
Không vượt qua quán tính thói quen  
Có ngày đắm lệt, sâu than  
Một khi quả xấu chín vàng mới hay.

**68.** Với việc thiện làm rồi không tiếc  
Dù cho người chẳng biết đền ơn  
Hân hoan, vui vẻ, đẹp lòng  
Phước lành trở quả đón mừng  
thiện nhân.



**69.** Hành vi ác khi chưa trở quả  
Nhiều người ngu nghĩ nó ngọt ngon  
Đến khi quả xấu chín hồng  
Khổ đau, bất hạnh, khóc ròng  
ngày đêm.

**70.** Tu khổ hạnh năm này tháng nọ  
Đứng một chân, ít ngủ, ít ăn  
Một phần mười sáu chẳng bằng  
Phước người thấu hiểu rõ ràng  
duyên sinh.

**71.** Nghiệp ác dữ chưa liền trở quả  
Nhu sữa tươi đâu đã đông ngay  
Thầm theo đốt cháy người sai  
Nhu than hồng núp dưới hơi tro tàn.

**72.** Kẻ ngu muội tham danh hư ảo  
Thường sống trong khổ não  
đêm ngày

Vận may tôn hại lâu dài  
Nhức đầu, căng thẳng nhớ hoài  
nỗi đau.

**73.** Ham danh ảo chút nào  
tương xứng  
Ngồi trước trên các hạng Tỳ-kheo  
Lấn quyền ngay cả trụ trì  
Muốn người nể sợ quyền uy  
của mình.

**74.** Gây ngộ nhận cả Tăng lẫn Tục<sup>(9)</sup>  
Chứng minh rằng ta tác tạo nên  
Việc làm lớn nhỏ chuyên quyền...  
Cống cao, tham vọng bám chuyên  
người ngu.

---

9. Người tại gia.

75. Đường tục lụy dẫn về phàm tục  
Đường niết-bàn nẻo giác hướng về  
Hiểu thông hai ngõ hết mê  
Chẳng màng danh lợi, hành trì  
viễn ly.



## VI. PHẨM HIỀN TRÍ (*Paṇḍita-vagga*)

76. Gặp người trí chỉ điều non kém  
Lòng biết ơn, cố gắng sửa sai  
Kết thân người trí thật hay  
Dẫn đường kho báu tại ngay đời này.

77. Bậc hiền trí giúp người sửa lỗi  
Bỏ đường tà, dẫn lối đường ngay  
Người lành quý trọng, chấp tay  
Còn phường xấu ác ghét cay vô cùng.

78. Chớ kết bạn với phường xấu ác  
Kẻ dối gian, cay độc, tiểu nhân.  
Hãy thân với bạn hiền lành  
Học theo gương hạnh chánh chân,  
sửa mình.

**79.** Người có trí thẩm nhuần  
Phật pháp  
Tâm say niềm hạnh phúc cao sâu  
Cõi tâm thanh tịnh, tỏ lâu  
Ngày đêm an lạc pháp mầu  
thánh nhân.

**80.** Người làm ruộng làm nương  
dẫn nước  
Thợ cung tên trau chuốt mũi tên  
Thợ cây uốn ván thẳng liền  
Người khôn làm chủ cái tâm  
của mình.

**81.** Như tảng đá vững vàng trước bão  
Người trí hiền làm chủ cái tâm  
Điềm nhiên trước cảnh phũ phàng  
Khen chê chẳng động, không màng  
thị phi.





**88.** Hãy vui hưởng niết-bàn tịnh lạc  
Không sở hữu, bỏ dục, ái, tham  
Trí nhân rửa sạch nội tâm  
Không còn cấu uế, đầy tràn niềm an.

**89.** Không chấp thủ với tâm  
chân chánh  
Bỏ ái tham, tu bảy giác chi  
Không còn lậu hoặc, vướng gì  
Sống trong an tịnh, sáng ngời  
nhân gian.





VII. PHẨM A LA HÁN  
(*Arahanta-vagga*)

90. Người đã thoát đường vào  
sống chết  
Chặt gông cùm, xiềng xích đập tan  
Ưu phiền đã thoát khỏi tâm  
Không còn phiền não, an nhàn  
đến đi.

91. Người chính niệm, tinh cần,  
tinh giác  
Lìa não phiền, ái dục chẳng màng  
Đó đây, vui sống độc thân  
Bỏ ao, con ngỗng ngút ngàn  
trời cao.

92. Không màng đến tiền tài,  
danh vọng

Làm chủ tâm, ăn uống vừa chùng  
Lòng không, vô tướng, thông dong  
Xả buông chấp mắc, thoát vòng  
trần gian  
Trời cao, chim giữa mây ngàn  
Không gian mát hút, dấu chân  
khó tìm.

**93.** Ai lậu hoặc, ái tham dứt sạch  
Nhiễm đấm không, tự tại luôn luôn  
“Lòng không, vô tướng, thông dong”  
Như chim giữa chốn hư không  
khó tìm.

**94.** Người điều phục sáu căn,  
cảm giác  
Như ngựa thuần tuân phục chủ nhân  
Dứt trừ lậu hoặc, mạn, tham  
Xứng A-la-hán giữa hàng nhân thiên.

**95.** Rộng như đất, tâm không oán hận  
Như cột kia trước cảnh thịnh suy  
Hồ tâm lắng sạch tham, si  
Bậc A-la-hán sáng ngời nhân gian.

**96.** Người đạt được tâm an, ý tốt  
Lời lẽ lành, hạnh nghiệp đáng khen  
Thong dong, trí tuệ, chánh chân  
Sống trong tịnh lạc, ngập tràn an vui.

**97.** Không mê tín, cắt buồng hệ lụy<sup>(10)</sup>  
Rèn thức tâm, tỏ ngộ vô vi<sup>(11)</sup>  
Thực hành vô chấp, xả ly...  
Là người tối thượng sánh vì núi cao.

**98.** Dù sống tại thôn quê, làng nhỏ  
Hay rừng sâu, núi cả, đồi cao

---

10. Cơ hội tái sinh trong luân hồi.

11. Niết-bàn tại trần gian.

A-la-hán sống chỗ nào  
Thời dân nơi đó thâm sâu đạo vàng.

**99.** Thật thú vị, núi rừng xanh thẳm  
Chỗ người phạm chẳng dám bén chân  
Những người bỏ đục, lìa tham  
Chọn nơi trú ngụ, chẳng màng  
lợi danh.



## VIII. PHẨM NGÀN (*Sahassa-vagga*)

**100.** Dầu có nói ngàn lời vô ích  
Chẳng dính gì hạnh phúc cho đời  
Chi bằng chỉ thốt ít lời  
Thấm nhuần đạo lý, giúp người  
bình an.

**101.** Dầu có đọc trăm ngàn câu kệ  
Chẳng có gì liên hệ niết-bàn  
Chi bằng nói pháp ngàn vàng  
Nghe xong lợi lạc, bình an cõi lòng.

**102.** Dầu có giảng rất nhiều bài pháp  
Không giúp người bỏ chấp, hết sầu  
Sao bằng lời pháp nhiệm mầu  
Nghe xong hạnh phúc thật lâu  
trong người.

**103.** Người thắng trận trước ngàn  
quân giặc  
Đem khải hoàn, hạnh phúc  
nước nhà  
Chẳng bằng người thắng được “ta”  
Chiến công oanh liệt, sâu xa  
tuyệt vời.

**104.** Tự chiến thắng vượt trên tất cả  
Hơn kẻ thù, giặc giã biên cương  
Lành thay, điều phục bản thân  
Sống trong hạnh phúc, không còn  
sâu đau.

**105.** Dù quyền lực như trời, thần, quỷ  
Hay ma vương, kẻ dữ ngang tàng  
Không người có thể sánh bằng  
Một người tự thắng, không còn  
vọng tâm.

106. Dù cúng tế hàng ngàn vàng thê  
Cho thần linh, Thượng đế trăm năm  
Sao bằng ủng hộ thánh nhân  
Xóa mê, khai ngộ, dẫn đàng an vui.

107. Dù thờ lửa trăm năm rùng rỏ  
Cũng không bằng cúng hạng  
  chân nhân  
Cúng dường người trí tốt hơn  
Trăm năm tế tự mơ màng  
  phước duyên.

108. Dù hiến tế trăm năm  
  Thượng đế  
Cầu phước lành, tuổi thọ dài lâu  
Chẳng bằng được một phần tư  
Lễ người chánh trực, tâm từ  
  thường gieo.

**109.** Ai cung kính chân tu đạo lực  
Thực hành theo; phước đức sanh sôi:  
Dồi dào sức khỏe, đẹp tươi,  
Sống lâu, hạnh phúc, thanh thoi  
tháng ngày.

**110-11.** Nếu phải sống trăm năm  
phóng đãng  
Sao bằng ngày thiền quán tinh chuyên.  
Trăm năm mê muội triền miên,  
Một ngày tuệ giác, hành thiền:  
Bình an.

**112.** Dù có sống trăm năm lười biếng  
Sao bằng ngày tinh tấn hết lòng  
Vượt qua gian khó, đục trong,  
Quyết tâm đạt được thành công  
mới dừng.



**113.** Trăm năm sống mê thân ngũ uẩn  
Vướng luân hồi lẩn quẩn vẫn xoay  
Chi bằng ngày một ngộ ngay:  
Vô thường, sinh diệt tại đây, bây giờ.

**114-15.** Trăm năm sống không rành  
bất diệt  
Sao bằng ngày ngộ biết vô sanh.  
Trăm năm mù pháp thượng nhân  
Không bằng ngày ngộ pháp môn  
cao vời.



**IX. PHẨM ÁC**  
**(*Pāpa-vagga*)**

**116.** Người có trí gấp làm việc thiện  
Tránh ác gian như tránh vực sâu.  
Việc lành, lần lữa, không mau,  
Tâm tà giành chỗ, khổ đau tới liền.

**117.** Ai đã lỡ gieo trồng nghiệp ác  
Đừng làm liều, tiếp tục gây thêm.  
Chớ mà biện hộ, tìm quên,  
Quả sầu phải gặt, xích xiềng  
bủa giăng.

**118.** Có cơ hội gieo trồng giống tốt  
Nhớ siêng năng chăm sóc, làm hoài  
Cần lành tăng trưởng mỗi ngày  
Những ai tích phước, nay mai  
an lành.

**119.** Kẻ làm ác quả sâu chưa trở  
Chẳng phải do nhân quả không thiêng  
Đến khi quả xấu kề bên  
“Ác thời gặp ác”, khổ phiền  
ngày đêm.

**120.** Người gieo thiện, quả lành chưa có  
Chính là do giờ trở còn xa  
Đủ duyên, cây thiện trở hoa  
“Ở hiền gặp phúc” hẳn là lý chân.

**121.** Đừng xem nhẹ những điều  
ác nhỏ  
Vì cho rằng chẳng có hại chi  
Hãy xem nước nhỏ vào ly  
Mỗi giây một giọt, li ti đầy tràn.  
Người ngu tối tham, gian, ác đạo  
Ngày qua ngày, gây tạo nghiệp duyên  
Tâm tà, nhân xấu tăng thêm  
Đến khi quả trở, triền miên muộn sầu.



**125.** Kẻ xấu ác hại người đạo đức  
Như bụi mù đang ngược gió bay  
Khổ đau “xử” kẻ ác ngay  
Quả sâu hành hạ, khó tài trốn đâu.

**126.** Người thiện vừa sinh từ  
bụng mẹ  
Kẻ ác gian sa đọa cõi sâu  
Thiện sinh thiên giới rất mau  
Cực thiện chứng đạo thâm sâu,  
niết-bàn.

**127.** Dầu bay lượn trên trời cao vút  
Hay lặn bơi mất hút biển sâu  
Chui vào hang đá, đi đâu...  
Cũng không trốn được quả sâu  
đã gieo.

**128.** Dầu bay lượn trên trời cao vút  
Hay lặn bơi mát hút biển sâu  
Chui vào hang đá, đi đâu...  
Tử thần đeo bám, không sao xa lìa.



## X. PHẨM HÌNH PHẠT (*Danda-vagga*)

**129.** Như quy luật, mọi người sợ chết  
Sợ chiến tranh, bạo lực, tổn thương...  
Đặt mình vào cảnh vô thường  
Không sai người giết, cũng không  
tự làm.

**130.** Như quy luật, mọi người sợ chết  
Mong bình an, hạnh phúc, sống còn  
Đặt mình vào cảnh tồn vong  
Không gây sát nghiệp, tổn thương  
mạng người.

**131.** Như quy luật, ai người cầu phước  
Dùng gậy dao giết chết sinh linh  
Không sao hạnh phúc an bình  
Đời này, đời tới tự mình khổ đau.

**132.** Như quy luật, những người  
cầu phúc  
Không dùng dao hại giết một ai  
Giữ tâm thương quý mọi loài  
Đời này, đời tới an vui trong lòng.

**133.** Người thô lỗ buông lời ác độc  
Người trả đòn, hằn học chua cay  
Khổ đau đến với cả hai  
Lời qua tiếng lại, chẳng ai được gì.

**134.** Gìn chính niệm, vô tình,  
tĩnh lặng  
Như chuông hư, tiếng chẳng  
ngân vang.  
Với người hướng đến niết-bàn  
Nội tâm thư thái, không mang  
hận thù.



**135.** Mực đồng khéo dặt bò ăn cỏ  
Chiều dẫn về nhà chủ nghỉ ngơi.  
Cũng vậy, già chết xưa nay  
Lùa vào sinh tử bao đời chẳng tha.

**136.** Người ngu tối tạo ra lầm lỗi  
Do chẳng rành gốc tội đã gây  
Khổ đau nghiền nát đời này  
Giày vò, phiền muộn, sánh tày  
lửa thiêu.

**137-40.** Dùng vũ khí, gậy dao  
đánh đập  
Hành hạ người, trù dập toi bời  
Quả sầu mười loại sau đây:  
Một là đau nhức đêm ngày rên la;  
Hai, tai biến; ba là thương tật;  
Bốn, độn căn, ngu ngốc, hay quên;  
Năm thường lặn độn luật quan;

Sáu vương trọng tội bị oan, hiểu lầm.  
Bảy, thân quyền, họ hàng ly tán  
Tám, chẳng may tài sản tiêu tan  
Chín là hỏa hoạn, nghèo nàn  
Mười sau khi chết đọa làm súc sinh.

**141.** Dù lỏa thể, ngồi lì, tuyệt thực;  
Không gội đầu, bện tóc rối tung...  
Đừng hòng chuyển hóa tâm hồn  
Nếu tâm nghi hoặc vẫn còn y nguyên.

**142.** Sống trang sức bằng nguồn  
an tịnh  
Điều phục tâm, giới hạnh, kiên trì  
Thương người, mến vật, từ bi  
Sa-môn, phạm chí sánh vì trời cao.

**143.** Trong trời đất hiếm người  
chính niệm,  
Biết giữ mình, hồ thẹn, lương tâm

Tránh lời chỉ trích, chửi thề  
Cũng như ngựa giỏi chẳng cần  
phật roi.

**144.** Như ngựa quý chẳng cần  
roi chạm  
Sống nhiệt tâm, dũng cảm,  
chuyên cần  
Vững tin, giới đức, thiền hành  
Chọn tìm giáo pháp, thấm nhuần  
lý chân.

Gìn chính niệm, cùng Minh Hạnh tức  
Nêu quyết tâm tam độc loại trừ,  
Khổ đau kết thúc, thảo thư  
Người này xứng bậc chân tu trên đời.

**145.** Như thủy lợi làm kênh dẫn nước  
Kẻ làm tên nắn vuốt cung tên  
Thợ cây bào ván hai bên  
Người khôn làm chủ bản thân đêm ngày.

**XI. PHẨM GIÀ**  
*(Jarā-vagga)*

- 146.** Cười sao được, sướng vui  
sao nổi  
Khi lửa tham cháy rụi thế gian  
Tôi tắm giăng phủ trời đêm  
Sao không nỗ lực tìm đèn sáng soi?
- 147.** Thân bề ngoài, đẹp đầy  
nhựa sống  
Ở bên trong, một đống vết thương  
Gây sâu, sao lại vẫn vương?  
Thân là giả tạm, vô thường,  
mong manh.
- 148.** Thân mấy chốc đã già, tàn tạ  
Nơi chứa đầy bệnh khổ, hôi tanh

Vô thường tổ hợp mong manh  
Chết là kết thúc, tái sinh hồng trần.

**149.** Thân thể này màu bô câu trắng  
Như trái bầu, thu đến vứt đi.  
Chết rồi thi thể gớm ghê  
Có gì vui thích, mãi mê thân này?

**150.** Ôi, thân thể như thành trì cỏ  
Dựng bằng xương, máu đỏ, thịt, gân  
Chứa già, chết, bệnh từng phần  
Cống cao, lừa dối; đáng duyên  
nỗi gì!

**151.** Xe vua đẹp có ngày cũng cũ  
Thân thể rồi ử rữ, tàn phai  
Pháp lành trẻ mãi, còn hoài  
Hãy nên khắc cốt những lời  
thánh nhân.

**152.** Trẻ ít học, già không hiểu biết  
Chẳng khác gì bò đực lớn đầu  
Thân to, cơ bắp, khỏe, mau  
Nhưng không trí tuệ, khác nào  
bóng đêm?

**153-4.** Lang thang suốt luân hồi  
bao kiếp  
Quyết đi tìm “ông xếp” xây nhà  
Tìm hoài, tìm mãi, không ra  
Tái sanh, khổ lụy, đọa sa ba đường.  
-Nay ta cấm người không xây nữa  
Phá cột kèo, ván cửa, rui mè...  
Nay ta đã chứng niết-bàn  
Ái tham, chấp thủ tiêu tan hết rồi.

**155.** Lúc còn trẻ chẳng màng đạo đức  
Không học nghề, tự lập lo thân  
Đến già gặp phải khó khăn  
Như cò ủ rữ, không còn cá tôm.

**156.** Có người trẻ chẳng rèn đức hạnh  
Không luyện nghề, không lãnh  
tiền lương  
Khi già, buồn tủi, sầu vương  
Nhớ về dĩ vãng, thở than vắng dài.



## XII. PHẨM TỰ NGÃ (*Atta-vagga*)

**157.** Người đánh giá bản thân là quý  
Phải chính tâm bảo vệ lấy mình  
Ngày đêm người trí giữ gìn  
Luôn trong tỉnh thức, tịnh minh  
cõi lòng.

**158.** Người trí tuệ bản thân vững chải  
Tự chủ mình, hoàn thiện, chánh chân  
Xong rồi, giáo hóa tha nhân  
Sống trong gương mẫu, thế gian  
nể vì.

**159.** Người gương mẫu thực hành  
hoàn tất  
Mới đem ra giáo dục thế nhân



Tự mình làm chủ thân tâm  
Soi gương nhân cách, hạnh lành  
truyền trao.

**160.** Người sáng suốt tự nương  
mình vững  
Không tìm cầu, dựa dẫm vào ai  
Lành thay, điều phục tâm này  
Biết tự điều phục, không hai trên đời.

**161.** Các điều ác do mình tạo tác  
Ác do tâm, ai khác ngoài ta  
Ác nhân nghiền nát người tà  
Như kim cương cứng nghiền qua  
đá thường.

**162.** Như tâm gửi bám cây Phật pháp  
Người buông lung giới đức chẳng gìn  
Hạnh tà chuốc họa vào thân,  
Kẻ thù sung sướng thấy mình tiêu tan.

**163.** Làm điều ác không cần trình độ  
Hãm hại ta đau khổ dễ hơn  
Khó thay, làm thiện chánh chơn  
Mình người lợi lạc, bình an cõi đời.

**164.** Kẻ ác kiến ngu si, phỉ báng  
Giáo pháp hàng La-hán nhiệm màu  
Hại mình như ngọn trúc lau  
Ngay khi trở quả nhuộm màu  
diệt vong.

**165.** Các điều ác do mình tự tạo  
Rồi vướng vào khổ não, họa tai.  
Điều lành ta tạo hôm nay  
Quả an vui đến sớm mai là thường.  
Nên hiểu rõ sạch trong, như uế  
Hành động do gốc rễ từ tâm  
Cậy nhờ tha lực khó thành  
Đổ lỗi “tại, bởi” sao đành, không nên.

**166.** Dù phụng sự, vị tha thiết thực  
Xin chớ quên thực tập lợi mình  
Chuyên tâm học pháp cao minh  
Hướng về giải thoát, đạt thành  
mới thôi.



### XIII. PHẨM THẾ GIAN (*Loka-vagga*)

**167.** Người sáng suốt chớ ôm tà kiến  
Sống buông lung, ti tiện qua ngày.  
Nghiệp tà vạy, chớ kéo dài  
Được vậy, sinh tử luân hồi sớm ra.

**168-9.** Luôn tinh tấn không mê  
lạc thú  
Hạnh thanh cao, tu sĩ thường ghi  
Trang nghiêm giới đức, hành trì  
Hai đời hưởng phúc chỉ vì tu tâm.

**170.** Hãy quán tưởng trong đời  
trần tục  
Mọi thứ như bọt nước, huyễn vọng.

Đến khi ngộ lẽ vô thường  
Tử thân không thể lẩn đường  
chân nhân.

**171.** Cõi hồng trần đẹp tuồng  
ảo mộng  
Như xe vua hoành tráng gấm thêu  
Kẻ ngu tham đắm, chắt chiêu  
Người khôn tỉnh thức, chẳng yêu  
nhiệm đời.

**172.** Dù quá khứ buông lung, dục lạc  
Nhưng về sau tỉnh thức, chuyển tâm  
Làm lành, tỏa sáng trần gian  
Như trăng rằm chiếu, không còn  
mây che.

**173.** Dù ngày trước gây bao tội lỗi  
Nhưng hôm nay sám hối, hồi tâm

Làm lành, tỏa sáng trần gian  
Như trăng rằm chiếu, không còn  
mây che.

**174.** Kẻ mù tối, thế gian đầy dẫy  
Người sáng trong có mấy trên đời!  
Như chim khôn chẳng vướng môi  
Người tu đạo đức an vui cõi trời.

**175.** Như trời thăm, thiên nga  
uốn lượn  
Có thần thông ẩn hiện không gian  
Trí nhân thoát chốn hồng trần  
Vượt qua ma chướng, vũng vàng  
đường tu.

**176.** Với những kẻ chẳng tôn  
trọng Pháp  
Dùng vọng ngôn lừa lọc, rêu rao

Ghét thiện, bác bỏ đời sau...  
Lún sâu đường ác, ngày nào vượt ra!

177. Kẻ keo kiệt không sanh  
  thiên giới  
Người đại ngu chẳng đỏi  
  tình thương  
Người hiền thích sống thiện lương  
Đời sau hưởng phúc khác thường  
  thế nhân.

178. Chứng sơ quả thánh nhân  
  rạng rỡ  
Hơn cõi trời Thiên chủ uy quyền  
Hơn Trời trong chốn càn khôn  
Khó tìm trong cõi bụi hồng  
  người hơn.

\*\*\*

**XIV. PHẨM PHẬT ĐÀ**  
*(Buddha-vagga)*

**179.** Phật chiến thắng hoàn toàn  
cõi trước

Tham ái trừ, tuệ giác sâu ngàn  
Không lưu dấu vết trần gian  
Đố ai vẽ được bước chân vượt đời.

**180.** Bậc giải thoát lưới tham, ái dục  
Hết tái sanh, tuệ giác sâu ngàn  
Không lưu dấu vết trần gian  
Đố ai vẽ được bước chân vượt đời.

**181.** Người có trí thiên hành, tinh tấn  
Tìm niềm vui trong hạnh viển ly  
Đêm ngày tỉnh thức luôn khi  
Trời người kính trọng, sánh vì  
trăng sao.



**182.** Thật hạnh phúc, làm người  
nhân đức  
Quả khó thay, sống thật tịnh thanh  
Khó thay, nghe pháp, thực hành  
Khó thay, gặp Phật chứng thành  
quả cao.

**183.** Mọi hoàn cảnh không làm  
bất thiện  
Dù khó khăn, phát triển nhân lành  
Luyện tâm, rèn ý tịnh thanh  
Là lời Phật dạy đảnh rành xưa nay.

**184.** Tu nhẫn nhục: Khổ hành  
đáng quý  
Đạt niết-bàn: Quả vị tối cao  
Chúng sinh: Chẳng hại tư hào  
Hạnh sa-môn ấy cao sâu khó bàn.

**185.** Không phỉ báng, không làm  
thương tổn  
Làm chủ mình, giới bốn vẹn toàn  
Điều hòa ăn uống, định thiền  
Sống đời an tịnh, không phiền một ai.

**186-7.** Dù mưa rải bạc vàng  
chưa thỏa  
Lòng dục tham không đáy xưa nay  
Trí nhân hiểu rõ điều này  
Khổ nhiều, vui ít, không sai bao giờ.  
- Ngộ lẽ ấy, người tu học Phật  
Chẳng đắm mê dục lạc người, trời  
Quyết lòng chuyển hóa, thanh thoi  
Không còn tham ái, rạn ngời  
nhân gian.

**188-9.** Trong nguy khổ, người tìm  
nương tựa  
Hoặc thần linh, rừng rú, non cao,

Miêu, đình, cây, vật, hang sâu,  
Vái van, hiến tế, mong sao an lành.  
- Nương tựa ấy hoàn toàn vô bổ  
Tìm loanh quanh, nhiều chỗ bất an  
Khổ đau còn đó, chưa tan  
Chỉ do mê tín, chẳng thành tựu chi.

**190.** Người có phước, tìm về  
Tam bảo  
Phật, Pháp, Tăng quý báu hơn  
Khó khăn, bất hạnh tựa nương  
Dùng Bốn chân lý làm phương  
thoát nạn.

**191.** Thấy đau khổ, nguyên nhân  
gây khổ  
Thấy Niết-bàn, thánh lộ tám ngành  
Đưa người đến chốn bình an  
Không còn bất hạnh, trần gian  
muộn phiền.

**192.** Nương tựa ấy tạo nên quả phước  
Nguồn tâm linh, thể đạt an vui  
Người khôn nương tựa đời đời  
Vẫy chào đau khổ, thanh thoi  
cuộc đời.

**193.** Bậc trí tuệ vun bồi giới đức  
Tìm khắp nơi hiếm được một người  
Chỗ nào có bậc trí tài  
Xóm làng hạnh phúc, cuộc đời  
bình an.

**194.** Ôi hạnh phúc, Như Lai thị hiện  
Pháp cao siêu lẫn chuyển khắp nơi  
Tăng đoàn hòa hợp đạo đời  
Bốn hàng đệ tử cùng vui tu hành.

**195.** Biết lễ kính những người  
đáng kính  
Phật, thánh hiền đức hạnh thanh cao

Những người chướng ngại sạch lâu  
Não phiền dứt sạch, khổ đau giã từ.

**196.** Nhờ cung kính chân tu  
quảng đại  
Bậc tịnh an, tự tại thấy nghe,  
Không còn sợ hãi, sầu, mê,  
Phước lành mỹ mãn đề huề bên ta.



**XV. PHẨM AN LẠC**  
*(Sukha-vagga)*

**197.** Phúc thay sống giữa người  
thù hận  
Lòng thanh thoi, chẳng giận hờn ai  
Lành thay, sống giữa chua cay  
Không hề oán hận, nguôi ngoai cõi lòng.

**198.** Phúc thay sống giữa người  
đau bệnh  
Chẳng hề chi, khỏe mạnh tấm thân,  
Lành thay, sống giữa nguy nan  
Bình an, vô sự, an toàn trước sau.

**199.** Phúc thay sống giữa người  
khát đục  
Lòng dửng dưng, gạn đục khơi trong.

Lành thay, sống giữa vô thường  
Lòng không ham muốn, không vương  
khổ sầu.

**200.** Phúc thay sống giữa người  
chấp hữu  
Gìn vô tham, vô ngã, không sầu.  
Cõi lòng an lạc vô cầu  
Vui như thiên giới đứng đầu Quan Âm.

**201.** Người chiến thắng thường gây  
thù oán  
Kẻ bại thua uất hận khổ đau.  
Vui thay, hòa hợp trước sau,  
Bỏ qua thắng bại, dâng trào  
niềm vui.

**202.** Trong các lửa, dục tham số một  
Còn tâm sân vượt trội quân ma,

Khổ nào sánh kịp chấp “ta”  
Niết-bàn tôi thượng thật là lạc an.

**203.** Con đói khát chính là bệnh dữ  
Chấp cái ta, bệnh khổ nhiều hơn.  
Vượt qua bỉ thử, ngã nhưn  
Niết-bàn chứng đắc, cát tường  
an vui.

**204.** Có sức khỏe còn hơn tặng phẩm  
Biết đủ là tài sản tôi cao  
Chân tình là bạn tâm giao  
Niết-bàn số một, phúc nào sánh hơn!

**205.** Người nếm vị thanh cao ẩn dật  
Vui niết-bàn, an lạc khó hơn.  
Nhiễm ô, sợ hãi đâu còn  
Thấm nhuần pháp hỷ, tâm không  
vướng gì.



**206.** Thật may mắn, thánh nhân  
gặp mặt  
Được gần bên hạnh phúc nào hơn!  
Phúc thay, chẳng gặp ngu nhân  
Càng xa khỏi họ, càng an lành nhiều.

**207.** Cùng chung sống với người  
ngu tối  
Khô khác gì sống với kẻ thù.  
Sống chung người trí vô ưu  
Như cùng thân quyến chẳng lo sợ gì.

**208.** Với những bậc tinh thông,  
sáng suốt  
Người giữ gìn, giới đức, thánh nhân  
Quyết lòng gần gũi, kết thân  
Như trăng soi sáng con đường  
đang đi.

\*\*\*

**XVI. PHẨM HỖ ÁI**  
*(Piya-vagga)*

**209.** Cố đeo đuổi điều nên xa lánh  
Việc đáng theo lại tránh không làm.  
Bỏ mục tiêu, vương ái tham  
Nỡ nào ganh ghét người ham  
tu hành?!

**210.** Chớ gần gũi người thương  
quá đổi  
Đừng gần người bực bội, ghét mình  
Thương không gặp, khổ muôn phần  
Tiếp duyên kẻ ghét ngút ngàn  
khổ đau.

**211.** Hiểu được thế, chớ yêu chớ nhớ  
Yêu xa nhau, đau khổ biệt ly

Vẫy chào yêu ghét, sâu bi  
Cắt dây trói buộc, còn gì sướng hơn!

**212.** Gốc tham ái sanh ra đau khổ  
Tạo sâu bi, lo sợ ngã nhân  
Ai trừ tham ái khỏi tâm  
Xa lìa sợ hãi, không còn sâu bi.

**213.** Gốc luyến ái sanh ra đau khổ  
Tạo sâu bi, lo sợ ngã nhân  
Ai trừ luyến ái khỏi tâm  
Xa lìa sợ hãi, không còn sâu bi.

**214.** Gốc hỷ ái sanh ra đau khổ  
Tạo sâu bi, lo sợ ngã nhân  
Ai trừ hỷ ái khỏi tâm  
Xa lìa sợ hãi, không còn sâu bi.

**215.** Gốc dục ái sanh ra đau khổ  
Tạo sâu bi, lo sợ ngã nhân

Ai trừ dục ái khỏi tâm  
Xa lìa sợ hãi, không còn sầu bi.

**216.** Gốc khát ái sanh ra đau khổ  
Tạo sầu bi, lo sợ ngã nhân  
Ai trừ khát ái khỏi tâm  
Xa lìa sợ hãi, không còn sầu bi.

**217.** Người giới đức, tuệ tri đầy đủ  
Nương pháp lành, chứng ngộ  
lý chân  
Làm xong những việc phải làm  
Mọi người kính nể mười phân  
vẹn mười.

**218.** Niết-bàn chứng ly ngôn tông chỉ  
Quả tam hiền, tuệ trí viên thông  
Lìa dục lạc, tịnh cõi lòng  
Bậc chân nhân đó ngược dòng  
thế gian.

**219.** Như lữ khách biệt tăm, xa vắng  
Nay trở về lành lặn, bình an  
Bạn bè, thân quyến hân hoan  
Chúc mừng sum họp, xóm làng  
chia vui.

**220.** Cũng như thế, với người  
làm thiện  
Bao đời qua cho đến đời nay,  
Quả lành chào đón hai tay  
Chúc mừng hạnh phúc, khó ai  
được bằng!



**XVII. PHẨM SÂN HẬN**  
*(Kodha-vagga)*

**221.** Tu chuyên hóa không còn  
giận tức  
Đã lìa xa danh sắc, mạn, tham  
Không còn kiết sử buộc ràng  
Người “vô sản” ấy xua tan khổ sầu.

**222.** Dừng phần nộ khi tâm tức giận  
Như đạp phanh, xe thắng lại ngay.  
Xứng danh người lái xe tài.  
Còn những người khác là nài  
cầm cương.

**223.** Dừng “không hận” vượt qua  
con giận  
Bổ thí nhiều chiến thắng san tham

Nhân từ chinh phục ác gian  
Dùng tâm chân thật thắng ngàn  
ngụ trang.

**224.** Dù nghèo khó, thực hành  
ban tặng  
Chuyển hóa tâm, sân hận không còn  
Nói lời ái ngữ, thực lòng:  
Đây là điều kiện sanh lên cõi trời.

**225.** Người gieo rắc tình thương,  
bất hại  
Khắp mọi nơi, tự tại thân, tâm  
Lìa phiền não, hướng niết-bàn  
Khổ đau kết thúc, bình an giữa đời.

**226.** Người tỉnh thức ngày đêm tinh tấn,  
Học và tu cố gắng song hành  
Một lòng hướng đến niết-bàn  
Vượt qua lậu hoặc, dễ dàng  
thành công.





**231.** Thân làm chủ thì đừng  
cáu giận  
Phòng hộ thân sẽ đặng an lành  
Các điều xấu ác chớ làm  
Những điều đạo đức tinh cần  
không quên.

**232.** Làm chủ miệng thì đừng  
cáu giận  
Phòng hộ lời sẽ đặng an lành  
Không lời thô ác, cộc cằn  
Những lời từ ái tinh cần không quên.

**233.** Làm chủ ý thì không cau giận  
Phòng hộ tâm sẽ đặng an lành  
Tâm không tà kiến, dữ dằn  
Tư duy chân chánh tinh cần  
không quên.

**234.** Bạc hiền trí điều thân,  
miệng, ý  
Gìn cả ba tử mĩ không quên  
Thân lành, lời đẹp, ý chơn  
Hoàn thành điều phục, không còn  
bợn nhơ.



**XVIII. PHẨM CẤU UẾ**  
*(Mala-vagga)*

**235.** Thân thể sẽ tàn như lá úa  
Thần chết luôn châu chực kề bên  
Ở đời, mạng sống vô thường  
“Hành trang” chưa đủ, đường trường  
mệt hơi.

**236.** Hãy xây dựng cho mình hòn đảo  
Gấp tinh cần, vì đạo tu hành  
Dứt phiền não, ý tịnh thanh  
Lên miền đất thánh, tái sanh trời lành.

**237.** Nay thân thể tàn suy, sắp hết  
Gặp Diêm Vương, thần chết kề bên  
Giữa đường không thể nghỉ chân  
“Hành trang” chưa đủ, dặm đàng  
mệt hơi.

**238.** Hãy xây dựng cho mình hòn đảo  
Gấp tinh cần, vì đạo tu hành  
Dứt phiền não, ý tịnh thanh  
Không còn già, chết, tử sanh đèo bồng.

**239.** Bạc hiện trí tự mình nỗ lực  
Chuyên uế tâm, gạn đục khơi trong  
Cũng như thợ giỏi luyện vàng  
Không còn tạp chất, tinh ròng  
hoàng kim.

**240.** Chất rỉ sét sanh ra từ sắt  
Lại ăn mòn thanh sắt dần dần  
Ác nhân gieo nghiệp chẳng lành  
Tạo thành quả ác, tự mình  
vương mang.

**241.** Không tụng niệm làm nhớ  
kinh điển  
Không quét lau làm bẩn cửa nhà

Biếng lười nhan sắc mau già  
Kẻ buông lung mãi lơ là phòng canh.

**242.** Thiếu tiết hạnh tan tành phụ nữ  
Keo kiệt thường thích giữ, không cho  
Ác tà là một vết nhơ  
Đời này, đời tới lờ mờ, khổ đau.

**243.** Trong tất cả bản nhơ vừa kể  
Vô minh là cái uế đứng đầu  
Người tu siêng học pháp mầu  
Xứng hàng vô nhiễm, vượt cầu  
tử sinh.

**244.** Không hổ thẹn thói này dễ quá  
Lỡ mãng như chim quạ cắn lưng  
Chê bai, ngã mạn, ngông cuồng  
Nhiễm ô, liêu lĩnh, trăm đường  
trái ngang.

**245.** Đẹp biết mấy, người thường  
hổ thẹn

Sống vô tư, khiêm tốn, hài hòa  
Buộc ràng nhất quyết lìa xa  
Giữ tâm sáng suốt, thật thà, tịnh thanh.

**246-8.** Có những kẻ sát sanh, hại vật  
Của không cho cướp đoạt về mình  
Dối gian, nghiện ngập, ngoại tình  
Tự đào mộ huyết, tự chôn cuộc đời.  
Chính vì thế người khôn nên biết  
Chế ngự tâm thì ác diệt vong  
Tham lam tội lỗi cùng đường  
Khổ đau, lận đận, đoạn trường  
khó ngưng.

**249.** Do tâm đạo hoặc lòng hoan hỷ  
Mà có người bố thí, cúng dường.  
Ai người bất mãn, ganh, hờn  
Ngày đêm khó được định tâm an lành.

**250.** Ai bỏ được hờn căm, ganh ghét  
Biết vui theo hạnh phúc của người  
Ngày đêm tùy hỷ, tươi cười  
Định tâm đạt được giữa đời  
trái ngang.

**251.** Lửa dữ nhất là tham ái nặng  
Chấp nào hơn thù hận tái tê  
Lưới nào hơn lưới si mê  
Sông tình bề dục kéo lê bao người.

**252.** Bơi móc lỗi của người quá dễ  
Như quạt quay, thổi trâu ra ngoài  
Lỗi mình che giấu đêm ngày  
Khác gì gian lận chơi bài quen tay.

**253.** Kẻ nhếch mắt truy tìm lầm lỗi  
Thường công cao, chỉ trích, chê bai  
Não phiền theo đó tăng hoài  
Cõi lòng an tịnh biết ngày nào đây?

**254.** Hư không vốn không lưu  
dấu vết  
Ngoài Phật môn khó kiếm sa-môn  
Đời ham tranh luận vui mồm  
Như Lai an tịnh, không còn hơn thua.

**255.** Hư không vốn không lưu  
dấu vết  
Ngoài Phật môn khó kiếm sa-môn  
Hữu vi biến đổi, vô thường  
Như Lai an tịnh, không còn  
động tâm.







**258.** Bậc hiền trí chẳng do hiểu rộng  
Hay nói nhiều những chuyện  
trên đời  
Không thù, không oán sợ người  
An hòa, đức độ, rạng ngời  
chánh chân.

**259.** Người trì pháp chẳng do  
lắm miệng  
Biết noi theo chuẩn mực pháp mầu  
Thực hành chẳng chút lãng xao  
Không còn phóng túng, thâm sâu  
đạo vàng.

**260.** Gọi trưởng lão chẳng vì tóc bạc  
Hoặc sống lâu, tuổi tác đã cao  
Những ai đức, trí không sâu  
Già đầu mê muội khác nào  
“lão ngu.”

**261.** Người thông đạt bốn điều  
chân lý<sup>(13)</sup>

Chủ giác quan, tuệ trí, chánh chân  
Không còn lậu hoặc, tịnh thanh  
Trưởng lão như vậy xứng danh  
đạo đời.

**262.** Đâu phải đẹp, hoặc tài  
hùng biện  
Mà trở thành người thiện chánh chân.  
Ai không ích kỷ, hờn ganh  
Không còn cao ngạo xứng danh  
bậc hiền.

**263.** Bậc hiền thiện là người dứt được  
Tham, sân, si – nguồn gốc khổ đau

---

13. Tứ diệu đế: a) Thừa nhận khổ đau, b) Xác định nguyên nhân, c) Đạt được hạnh phúc niết-bàn, d) Thực tập bát chánh đạo.

Tỏ thông trí tuệ lầu lầu  
Đức tài ngài sáng, đạo màu tràn dâng.

**264.** Là tu sĩ đâu do đâu trọc.  
Phải thực hành, dứt sạch dục tham  
Không còn phóng túng, dối gian  
Hạng sa-môn ấy chánh chân trọn đời.

**265.** Ai chuyển hóa ác nhân lớn nhỏ  
Dứt tham, sân, sáng tỏ nguồn tâm  
Không còn ác pháp, tịnh thanh  
Hạng sa-môn ấy xứng danh trên đời.

**266.** Người tu sĩ phải đâu hành khát  
Chỉ biết ôm bình bát xin ăn  
Người tu chánh pháp hiểu rành  
Giới hạnh đầy đủ, trí nhân sáng ngài.

**267.** Người tu sĩ vượt qua thiện, ác  
Sống giữ gìn giới đức thanh cao

Dùng nguồn trí tuệ cao sâu  
Xét soi vạn pháp, đạo mâu trần dăng.

**268.** Chỉ im lặng mà tâm vô trí  
Đâu gọi là ẩn sĩ đạo cao?  
Trí nhân chọn thiện rất mau  
Cán cân hạnh phúc đi đầu mọi duyên.

**269.** Bạc ẩn sĩ trong ngoài thấu hiểu  
Đời bây giờ và kiếp tương lai  
Dứt trừ ác pháp hôm nay  
Xứng danh Thích tử mâu-ni  
nhiệm mâu.

**270.** Bạc hiền thánh không gieo  
nghiệp sát  
Hại con người, động vật, sinh linh.  
Tâm từ thương khắp chúng sinh  
Loài vô tình lẫn hữu tình như nhau.

**271-2.** Chẳng vì cố giữ gìn giới luật  
Hay dựa vào học đủ hiểu nhiều  
Chẳng vì thiên định cao siêu  
Sống nơi thanh vắng sớm chiều  
độc cư...

Mà có thể tự cho chứng đắc  
Tự mãn lòng được phước viên ly  
Chớ nên xao lãng hành trì  
Đến khi lậu hoặc hết thì mới xong.



**XX. PHẨM ĐẠO**  
*(Magga-vagga)*

**273.** Bát chánh đạo là đường  
độc lộ  
Chân lý thì Tứ đế cao sâu  
Lìa tham ái – quả nhiệm mầu  
Chúng nên pháp nhãn dẫn đầu  
hai chân.<sup>(14)</sup>

**274.** Bát chánh đạo không đường  
nào khác  
Tuệ cao siêu, giải thoát, tịnh thanh  
Noi theo đường ấy thực hành  
Nã phiền dứt sạch, ma quân  
quy hàng.

---

14. Loài hai chân chỉ cho loài người.

**275.** Theo chánh đạo khổ đau  
chấm dứt  
Các chướng duyên kết thúc dễ dàng  
Như Lai chỉ rõ con đường  
Trí tuệ tăng trưởng, không còn  
tái sinh.

**276.** Hãy thực tập nhiệt tình,  
miên mật  
Đức Như Lai là bậc chỉ đường  
Siêng tu thiền định chuyên ròng  
Vượt qua lưới ái ma vương nhiều đời.

**277.** Bằng tuệ quán chiếu soi thế giới  
Các hành<sup>(15)</sup> kia dính với vô thường  
Không còn đau khổ sâu vương  
Thênh thang cất bước con đường an vui.

---

15. Mọi sự vật mang tính điều kiện và hình thành bởi nhiều yếu tố.



**278.** Bằng tuệ quán chiếu soi thể giới  
Các hành kia dính với khổ đau  
Không còn bất hạnh, muộn sầu  
Con đường thanh tịnh, đạo mầu  
an vui.

**279.** Bằng tuệ quán chiếu soi tất cả  
Các hành kia vô ngã xưa nay  
Không còn đau khổ ngay đây  
Đạo vàng an lạc phút giây hiện tiền.

**280.** Khi cần thiết thì không nỗ lực  
Lúc trẻ trung biếng nhác, buông lung  
Cầu an, nhu nhược, thủ thường  
Làm sao tìm được con đường  
cao siêu?

**281.** Gìn tâm thức, thân không  
làm ác  
Giữ ngữ ngôn rất mực chánh chân

Hộ phòng ba nghiệp, thân tâm  
Chúng nên đạo giác thánh nhân  
chỉ bày.

**282.** Tu thiền định tăng nhanh trí tuệ  
Hiểu con đường hai ngã diệt sanh<sup>(16)</sup>  
Tự mình nỗ lực thực hành  
Trau dồi tuệ giác, đạt thành quả cao.

**283.** Trong rừng núi, đục là số một  
Rừng đục làm sợ hãi, sâu vương  
Đốn rừng ái đục sạch trơn  
Người tu tịch tịnh con đường  
thanh cao.

**284.** Dây tình ái gái trai chưa bỏ  
Thì khó mong làm chủ được tâm

---

16. Con đường đưa đến tái sanh và đường chấm dứt sinh tử.

Rơi vào tình trạng buộc ràng  
“Bò con vú mẹ” dậm đàng  
chẳng buông.

**285.** Tự vút bỏ sợi dây ái dục  
Như dùng tay bẻ đứt sen thu  
Đạo tịch tịnh, hãy tiến tu  
Niết-bàn an lạc từ từ chứng nên.

**286.** Mùa đông, hạ, nơi đây ta ở  
Rồi mùa mưa cũng trụ chỗ này  
Người ngu ỷ lại như vậy  
Đâu ngờ hiểm “chết” bủa vây,  
ngóng chờ.

**287.** Người vương kẹt chấp nê  
sở hữu  
Con cái tôi, tài sản của tôi  
Tử thân theo bắt, kéo lôi  
Như cơn lũ lớn cuốn trôi cả làng.

**288.** Khi thân chết kê bên kiếp số  
Cha mẹ nào bảo hộ được đâu  
Người thân, con cái sầu đau  
Nghệp ai nấy chịu, làm sao cứu nàn?

**289.** Vô thường đến không ai  
giúp được  
Hiểu được rồi, giới luật trang nghiêm  
Mau tu chuyên hóa tinh chuyên  
Niết-bàn chứng đắc trọn nên  
đạo vàng.



**XXI. PHẨM TẠP LỤC**  
*(Pakīṇṇaka-vagga)*

**290.** Nhờ từ bỏ niềm vui nhỏ nhất  
Mà đạt thành hạnh phúc lớn hơn  
Thú vui ngũ dục chẳng màng  
Trí nhân hưởng đạt niết-bàn an vui.

**291.** Gieo đau khổ cho người bị hại  
Lại cầu mong gặt hái bình an  
Những ai thù hận buộc ràng  
Không sao thoát khỏi trái ngang  
trong đời.

**292.** Việc xứng đáng lại không  
làm tốt  
Việc chẳng gì lại trút vào thân.

Người ngu ngạo mạn, buông lung  
Não phiền, lậu hoặc gia tăng  
đêm ngày.

**293.** Quán thân thể do duyên,  
bất tịnh  
Siêng năng làm những việc đáng làm  
Giữ gìn chánh niệm thân tâm  
Não phiền, lậu hoặc tiêu tan hết liền.

**294.** Giết mẹ ái, cha già ngã mạn  
Trừ hai vua tà kiến: đoạn, thường.<sup>(17)</sup>

---

17. Đoạn kiến là quan niệm cho rằng chết là hết, không có kiếp sau, không có nhân quả, luân hồi. Thường kiến là quan niệm cho rằng có một linh hồn thường hằng chịu định mệnh lâu dài trong những kiếp sống.

Đẹp mười hai xứ,<sup>(18)</sup> ái tham<sup>(19)</sup>  
Vị Phạm chí<sup>(20)</sup> ấy xứng hàng vô ưu.

**294.** Giết mẹ ái, cha già ngã mạn  
Trừ hai vua tà kiến: đoạn, thường.  
Diệt luân hồ tướng nghi nan<sup>(21)</sup>  
Vị Phạm chí ấy xứng hàng vô ưu.

**296.** Đệ tử Phật đêm ngày tỉnh thức  
Niệm Như Lai mười đức<sup>(22)</sup> vẹn toàn

---

18. Sáu giác quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) tiếp xúc với sáu đối tượng trần cảnh (hình thái, âm thanh, mùi, vị, vật xúc chạm, đối tượng hình dung).

19. Tổng đài của sinh tử và luân hồi.

20. Vị tu sĩ theo đạo Bà-la-môn. Phật mượn từ này chỉ cho người tu có đời sống thánh hạnh thanh cao.

21. Hoài nghi (Phật, pháp, Tăng, đạo đức, chân lý, nhân quả, đời sau) là hồ tướng thứ năm (bốn hồ tướng trước là: Tham, sân, si, mạn) có tác hại lớn đối với đạo đức.

22. Mười đức của các Phật là Như Lai, ứng cúng, chánh biến tri, minh hạnh túc, thiện thế, thế

Công phu, làm chủ thân tâm  
Oai nghi, chính niệm chuyên cần  
thường xuyên.

**297.** Đệ tử Phật đêm ngày tỉnh thức  
Niệm Pháp mẫu năm đức<sup>(23)</sup> vẹn toàn  
Công phu, làm chủ thân tâm  
Oai nghi, chính niệm chuyên cần  
thường xuyên.

**298.** Đệ tử Phật đêm ngày tỉnh thức  
Niệm Tăng đoàn giới đức vẹn toàn  
Công phu, làm chủ thân tâm  
Oai nghi, chính niệm chuyên cần  
thường xuyên.

---

gian giải, điều ngự trượng phu, thiên nhân sư, Phật, Thế Tôn.

23. Năm đức của chánh pháp là: Đến để mà thấy, thiết thực hiện tại, siêu việt thời gian, được người trí khen, đạt mục đích thánh.



**299.** Đệ tử Phật đêm ngày tỉnh thức  
Quán thân này cấu uế, do duyên  
Công phu, làm chủ thân tâm  
Oai nghi, chính niệm chuyên cần  
thường xuyên.

**300.** Đệ tử Phật đêm ngày tỉnh thức  
Hành từ bi, không giết chúng sinh  
Công phu, làm chủ thân tâm  
Vui niềm bất hại, chuyên cần  
thường xuyên.

**301.** Đệ tử Phật đêm ngày tỉnh thức  
Thực hành thiền, chuyên hóa  
tham, sân  
Công phu, làm chủ thân tâm  
Oai nghi, chính niệm chuyên cần  
thường xuyên.

**302.** Thật đáng quý xuất gia  
chân chính  
Đời tại gia lắm chuyện khổ đau  
Buồn thay, bạn chẳng hiểu nhau  
Luân hồi chìm đắm muôn sâu,  
chớ theo.

**303.** Có chính tín, vẹn toàn đức hạnh  
Danh dự tăng, thánh sản<sup>(24)</sup> cũng tăng  
Nơi nào vị ấy đến thăm  
Mọi người kính nể, xa gần tôn vinh.

**304.** Bậc hiền thiện ở xa vẫn sáng  
Như núi cao tuyết trắng chói ngời  
Ác nhân gần, chẳng đoái hoài  
Như tên mắt hút đêm dài, vô minh.

---

24. Tài sản thánh gồm có bảy loại: Chánh tín, tinh tấn, hổ thẹn, lương tâm, học rộng, tặng biếu và buông xả.



**XXII. PHẨM ĐỊA NGỤC**  
*(Niraya-vagga)*

**306.** Kẻ vọng ngữ nói sai sự thật  
Có nói không, thêu dệt, ba hoa  
Kẻ ác chối “chẳng phải ta”  
Sống làm người xấu, chết sa  
ngục hình.

**307.** Kẻ khoác áo cà-sa giả dạng  
Sống buông lung, giới hạnh  
chẳng gìn  
Ác do nghiệp ác hoành hành  
Chết sa cõi dữ, ngục hình  
phải vương.

**308.** Thà nuốt sắt đỏ hừng nóng bức  
Hơn buông lung, giới đức chẳng gìn

Ăn đồ tín thí cúng dâng  
Làm sao tiêu nổi nghiệp nhân  
nhận về.

**309.** Bốn tai nạn chờ người  
dâm dăng  
Thích ngoại tình, sống chẳng  
thủy chung:  
Ngủ không ngon giấc, tai ương  
Bị đời chế giễu, làm đường ngục sa.

**310.** Không chung thủy họa tai  
chờ đón  
Sống lo âu, thấp thỏm, ít vui,  
Vướng vòng luật pháp tiêu đời  
Một chồng một vợ, rạn ngời  
phước duyên.

**311.** Cỏ lau nắm mà sai tư thế  
Khó bình an khỏi họa sụt tay.

Sa-môn giới hạnh chẳng ngay  
Đọa sa tù ngục biết ngày nào ra.

**312.** Sống phóng dăng, sáu căn  
chẳng giữ  
Giới đức thì ô ướ, đáng ngờ  
Không theo hạnh thánh, bỏ tà  
Quả cao khó chứng, quả là không sai.

**313.** Điều chân chánh cần làm  
dứt khoát  
Làm say mê, trút hết khả năng  
Xuất gia phóng dăng: phá Tăng  
Làm người tôn tín, hoang mang  
bụi mù.

**314.** Điều xấu ác không nên dính tới  
Làm xong rồi, tù tội khổ đau.  
Nhân lành nỗ lực trồng sâu  
Tâm không tiếc nuôi, chẳng bao  
giờ phiền.



**319.** Người có lỗi thì cho có lỗi  
Không tội thì phải nói là không  
Nói theo chánh kiến, thông dong  
Chết sanh thiên giới, con đường  
an vui.





**XXIII. PHẨM VOI**  
*(Nāga-vagga)*

**320.** Như voi chiến xông pha  
giữa trận  
Hứng tên rơi, đạn bắn, tấn công  
Chịu lời phỉ báng không buồn  
Người tu tập biết xả buông nhẹ nhàng.

**321.** Voi, ngựa quý được đưa dự hội  
Được vua quan chọn cưỡi trên lưng  
Người hiền số một hồng trần  
Chịu bao phỉ báng của phường  
ác gian.

**322.** Như “ngựa” giống và “lạ”  
thuần chủng  
Hay voi to, ngà trắng, đẹp ngàn

Những ai điều phục bản thân  
Trang nghiêm giới hạnh, xứng hàng  
tối cao.

**323.** Chẳng do cỡi ngựa voi quý đắt  
Mà giúp người chúng đạt niết-bàn  
Những người chiến thắng bản thân  
Mục tiêu cứu cánh đắc thành dễ thôi.

**324.** Voi Tài Hộ hung hăng, khó phục  
Tiết mồ hôi, phát dục mỗi khi  
Nhốt giam, chẳng uống ăn gì  
Ngày đêm canh cánh hướng về  
rừng voi.

**325.** Người biếng nhác thường ham  
hưởng thụ  
Ăn uống nhiều, nằm ngủ cả ngày  
Khác gì như lợn mập thây  
Kẻ ngu sinh tử, khó ngày thoát ra.

**326.** Bao ngày trước, tâm thường  
lêu lỏng  
Theo thú vui, dục vọng quay cuồng.  
Hôm nay, chế ngự được lòng  
Như người quản tượng cương thường  
điều voi.

**327.** Hãy vui thích với không  
phóng dật  
Giữ gìn tâm, tỉnh thức, lạc an  
Vượt ngoài kiết sử buộc ràng  
Như voi nỗ lực thoát vòng lầy sa.

**328.** Khi gặp được những người  
hiền trí  
Nên sống chung, thỏa chí đồng hành  
Vượt qua tất cả hiểm nàn  
Sống trong chánh niệm, an lành  
niềm vui.

**329.** Nếu không gặp bạn hiền  
tuệ đức  
Đáng sống chung, hạnh phúc  
đồng hành  
Thà vua bỏ lại nước, thành  
N như voi cất bước quần quanh  
rừng già.

**330.** Thà đơn độc, sống trong  
hạnh phúc  
Giới trang nghiêm, không bạn kẻ ngu  
Không còn buồn khổ, vô tư  
N như voi trong chốn rừng sâu  
một mình.

**331.** Thật hạnh phúc, bạn khi cần thiết  
Biết đủ là hạnh phúc nào hơn.  
Vui thay, chết để đức nhân  
Khô đau chấm dứt, trần gian niết-bàn.

**332.** Thật hạnh phúc, dưỡng nuôi  
cha mẹ  
Phúc nào hơn kính lễ sa-môn  
Vui thay, kính bậc thánh hiền  
Phúc thay, chánh niệm hiện tiền  
ngay đây.

**333.** Thật hạnh phúc tuổi già có đức  
Phúc nào hơn tuệ giác cao siêu  
Vui thay, chánh tín, hiểu nhiều  
Phúc thay, từ bỏ bao nhiêu ác tà.



**XXIV. PHẨM THAM ÁI**  
*(Tañhā-vagga)*

**334.** Người dễ dãi sống đời  
phóng dật  
Như dây leo, ái dục tăng nhanh  
Đời này kiếp khác chuyển cảnh  
Như vượn luyện thoăn tham ăn  
quả rừng.

**335.** Người nào sống trong vòng  
ba cõi<sup>(25)</sup>  
Bị lòng tham khát ái buộc ràng  
Khổ sầu, bất hạnh gia tăng  
Như trời mưa, cỏ tràn lan  
ruộng vườn.

---

25. Dục giới, sắc giới và vô sắc giới.

**336.** Người nào sống trong vòng  
ba cõi  
Chuyển hóa xong tham ái buộc ràng  
Khổ đau, sầu não tiêu tan  
Cũng như giọt nước lá sen, lo gì.

**337.** Này đệ tử, Như Lai chỉ dạy  
Nhỏ cội căn tham ái buộc ràng  
Phá tan uy lực ma quân  
Như dòng nước lũ ngập tràn bụi lau.

**338.** Như cây đốn, gốc còn lại sống  
Sẽ đâm chồi mọc vững như xưa  
Ái tùy miên<sup>(26)</sup> khó giã từ  
Khổ đau già chết dây dưa nhiều đời.

---

26. Năng lực ái dục ẩn tàng trong vô thức, đồng hiện hữu với chúng sanh như một bản năng, có sức thôi thúc và bám cảnh dục lạc khi có điều kiện.

**339.** Ba sáu ái<sup>(27)</sup> như dòng thác chảy  
Cuốn người theo khả ái, vẫn vương  
Các nguồn tư tưởng ái thương  
Cuốn người tà kiến vào đường  
trầm luân.

**340.** Dòng ái dục chảy quanh  
khắp chốn  
Như dây leo đeo bám thân cây  
Dùng gươm trí tuệ diệt ngay  
Dây leo tham ái tại đây, bây giờ.

**341.** Bị ám ảnh niềm vui ái dục  
Mong bình an chẳng được vào đâu

---

27. 36 thứ ham muốn, phát sanh từ sáu dòng giác quan (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý) tiếp xúc với sáu dòng đối tượng (sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp). Mười sáu dòng căn trần này khởi lên trong ba thời quá khứ, hiện tại và vị lai tạo thành 36 dòng ái dục.



Không còn tham ái đuôi đầu  
Sanh già kết thúc, khổ đau  
không còn.

**342.** Người bị vướng niềm vui ái dục  
Sống vầy vùng, hoảng hốt, buộc ràng  
Cũng như thỏ bị lưới giăng  
Chúng sanh đau khổ trầm luân  
lâu dài.

**342.** Người bị vướng niềm vui  
tham ái  
Như thỏ sa lưới bầy vầy vùng.  
Người tu rũ bỏ sào vương  
Vượt qua tham ái, thoát đường  
tử sanh.

**344.** Lìa rừng dục, vướng vào  
rừng ái  
Thoát được rừng lại chạy theo rừng



**348.** Buông quá khứ, tương lai,  
hiện tại  
Trí cao siêu, chẳng ngại, thông dong  
Đến bờ kia, sống ngược dòng  
Không còn vướng kẹt trong vòng  
tử sanh.

**349.** Người bị ý tà sai kích thích  
Ái tham tăng, mê tít dục trần  
Trói mình trong chốn trầm luân  
Vẫy vùng khó thoát khỏi vòng  
khổ đau.

**350.** Thường tỉnh giác, quán thân  
bất tịnh  
Dẹp ý tà, an định thân tâm  
Diệt tan ma ái buộc ràng  
Sống trong tự tại, tinh thần lạc an.

**351.** Đích cứu cánh đạt rồi hết sợ

Lìa ái tham, ô uế, não phiền  
Nhỏ tên sanh tử hiểm nạn  
Đây là thân chót, trầm luân  
không còn.

**352.** Lìa ái, thủ, đây là thân chót  
Khéo biện tài, từ, nghĩa, trước, sau  
Giảng rành chánh pháp nhiệm mầu  
Xứng danh bậc trí rộng sâu trên đời.

**353.** Ta điều phục, làu thông các pháp  
Không nhiễm ô, ái diệt, xả buông  
Lậu hoặc tan, trí tỏ tường  
Không thầy, ta ngộ con đường  
cao siêu!

**354.** Tặng Phật pháp vượt xa bố thí  
Lý chánh chân hơn vị ngọt ngon.  
Niềm vui pháp hỷ tuyệt trần  
Dứt tham ái, khổ trầm luân tạ từ.

**355.** Vật sở hữu hại người vô trí  
Không tìm về hương vị bờ kia<sup>(28)</sup>  
Kẻ ngu đắm của vì si  
Minh, người bị hại, khó lìa khổ đau.

**356.** Cỏ phủ kín làm vườn hư hại  
Tánh tham lam phá hoại tâm thân  
Cúng dường cho bậc vô tham  
Thiện nhân sẽ trở quả lành lớn hơn.

**357.** Cỏ phủ kín làm vườn hư hại  
Tâm hận sân phá hoại tâm thân  
Cúng dường cho bậc vô sân  
Thiện nhân sẽ trở quả lành lớn hơn.

**358.** Cỏ phủ kín làm vườn hư hại  
Tâm si mê phá hoại tâm thân

---

28. Bờ bên kia tượng trưng cho sự giác ngộ và giải thoát.

Cúng dường cho bậc tuệ quang  
Thiện nhân sẽ trở quả lành lớn hơn.

**359.** Cỏ phủ kín làm vườn hư hại  
Tâm dục tham phá hoại tất thân  
Cúng dường cho bậc lìa tham  
Thiện nhân sẽ trở quả lành lớn hơn.



**XXV. PHẨM TỖ-KHEO**  
*(Bhikkhu-vagga)*

**360.** Thật hạnh phúc, giữ gìn  
hai mắt  
Thật lành thay, giữ tốt hai tai  
Giữ gìn lỗ mũi, lưỡi này  
Sống trong điều phục ngay đây  
an lành.

**361.** Thật hạnh phúc, giữ gìn thân thể  
Thật lành thay, phòng hộ ngữ ngôn  
Lành thay, phòng ý ngoài, trong  
Người tu phòng hộ, không còn  
khổ đau.

**362.** Người làm chủ tay, chân, bộ óc  
Làm chủ lời, vui thích định thiền

Độc thân, biết đủ, hạnh nghiêm  
Xứng danh tu sĩ, trọn nên quả lành.

**363.** Người tu sĩ giữ gìn cửa miệng  
Không cống cao, giảng thiện cho đời  
Trình bày pháp nghĩa vừa lời  
Ngữ ngôn dịu ngọt, giúp người  
bình an.

**364.** Là hành giả mến yêu Phật pháp  
Tư duy sâu câu pháp vừa nghe  
Đề tâm theo pháp, lìa mê  
Thực hành chánh pháp dẫn về an vui.

**365.** Điều mình được không chê  
lớn nhỏ  
Không hờn ganh với kẻ được hơn  
Tâm không tùy hỷ: Sâu vương  
Vọng tâm trôi dạt khó mong  
định thiền.





**369.** Bạc hành giả tát thuyền  
cạn nước  
Thuyền rỗng không, nhẹ lướt  
thật nhanh  
Diệt trừ si, hận và tham  
Ắt rằng chứng đắc niết-bàn  
thong dong.

**370.** Năm độn sử<sup>(30)</sup> quyết tâm  
cắt đứt  
Năm buộc ràng<sup>(31)</sup> trừ diệt hoàn toàn

---

30. Năm trói buộc thấp: (1) chấp thân, (2) hoài nghi, (3) giới cấm thủ, chấp khổ hạnh là con đường giải thoát (4) tham, (5) sân.

31. Tức ngũ lợi sử tức năm trói buộc cao: (1) sắc ái, (2) vô sắc ái, (3) kiêu mạn, (4) trạo cử, giao động, (5) vô minh.

Bỏ năm phược,<sup>(32)</sup> học năm năng<sup>(33)</sup>  
Xứng danh là bậc vượt dòng<sup>(34)</sup>  
xưa nay.

**371.** Làm hành giả hãy tu thiền quán  
Không buông lung, say đắm dục trần.  
Buông lung như ngọn lửa hồng  
Đốt thiêu, gây khổ, khó mong an lành.

**372.** Thiếu trí tuệ khó mong  
thiền quán  
Không định thiền khó đặng trí mầu  
Ai người định, tuệ thâm sâu  
Niết-bàn chứng đắc trước sau rõ ràng.

---

32. Tức tham, sân, si, mạn và tà kiến.

33. Năm sức mạnh tinh-thần: (1) niềm tin vững; (2) tinh tấn, (3) chánh niệm, (4) thiền định, (5) trí huệ.

34. Bậc vượt dòng là người đã hết sạch mười kết sử nêu trên, đạt được giác ngộ và giải thoát.



**376.** Khi ứng xử chánh chân,  
thân thiện  
Hạnh đoan trang thể hiện trong ngoài  
Thấm nhuần hỷ lạc hiện đời  
Khổ đau kết thúc, thanh thoi niết-bàn.

**377.** Như cây lái bỏ cành tàn úa  
Mau hồi sinh cho lá thêm xanh  
Cũng vậy, tu sĩ chánh chân  
Thực hành tinh tấn, tham sân dứt trừ.

**378.** Bạc tịch tịnh chuyên tâm tu tập  
Thân tịnh thanh, lời nói an lành  
Thực hành thiền định chuyên cần  
Bỏ thế sự, hướng niết-bàn an vui.

**379.** Người tu học tự mình dò xét  
Đánh giá mình nhân cách đực trong  
Giữ gìn chánh niệm, tự phòng  
Trụ an lạc, để tâm không muộn phiền.



**XXVI. PHẨM BÀ-LA-MÔN**  
*(Brāhmaṇa-vagga)*

**383.** Hãy tinh tấn dứt dòng ái dục  
Bỏ thú vui vật chất bao đời  
Các hành đoạn diệt, thanh thoi  
Bà-la-môn ấy rạng ngời vô vi.

**384.** Nhờ an trụ pháp tu chỉ, quán  
Mà tiến về bỉ ngạn an vui  
Bà-la-môn trí sáng ngời  
Diệt trừ kiết sử, thanh thoi đạo vàng.

**385.** Người không chấp bờ này,  
bờ nọ  
Tâm chẳng màng chấp có, chấp không  
Khô đau dứt, trói buộc buông  
Người tu ấy Bà-la-môn tuyệt vời.





**389.** Đùng hãm hại Sa-môn, Phạm chí  
Gặp nghịch duyên xin chớ trả thù.  
Khổ thay, hại bậc chân tu  
Chớ nên trả đũa oán cừu mà chi.

**390.** Bậc Phạm chí tâm không  
tham ái  
Không trả thù, sân, hại một ai  
Khổ đau dứt sạch trong ngoài  
Niềm vui to lớn, nạn tai không còn.

**391.** Người không tạo nghiệp nhân  
ác độc  
Miệng, ý, thân trau chuốt, giữ gìn  
Hành vi, lối sống tịnh thanh  
Xứng danh Phạm chí hiền minh,  
đức từ.

**392.** Biết đền đáp ân sâu của bậc  
Hướng dẫn ta hiểu Phật, Pháp, Tăng

Thành tâm lễ tạ, cúng dàng  
Như người Phạm chí thờ thần  
lửa kia.

**393.** Gọi Phạm chí đầu vì bện tóc  
Giai cấp hay chủng tộc bầy đời  
Chân thành, chánh niệm,  
thảnh thơi  
Bà-la-môn ấy sáng ngời đức tu.

**394.** Phạm chí “ngổ” chỉ lo bện tóc  
Lợi ích gì áo mặc da dê  
Tâm còn phiền não, u mê  
Tu toàn hình thức, đường về còn xa.

**395.** Phạm chí “ngổ” mặc y vá nhóm  
Da lộ gân, thân hốc hác gầy.  
Người tu thiên định đêm ngày  
Bà-la-môn ấy sánh tày núi cao.



**399.** Lấy đức nhẫn làm quân  
xông trận  
Không ác tâm, phỉ báng, phạt hình  
Từ bi, từ bỏ hận, sân  
Bà-la-môn ấy sáng danh đạo đời.

**400.** Không tức giận, làm tròn  
bổn phận,  
Giới thanh cao, ái, hận không còn  
Giác quan làm chủ luôn luôn  
Thân này cuối, Bà-la-môn sáng ngời.

**401.** Người đã dứt dục tâm hoen ô  
Có khác gì “nước đổ lá sen”  
Cũng như “hạt cải đầu kim”  
Bà-la-môn ấy xứng hàng chân tu.

**402.** Phạm chí học trên đời hiểu rõ  
Nào khổ đau, gốc khổ, niết-bàn

Nương theo chánh đạo tu hành  
Ái sạch, giải thoát, rạng danh  
trên đời.

**403.** Người có trí thực hành hiểu rõ  
Nguồn gốc từ hai nẻo chánh tà.  
Chứng đạo giải thoát sâu xa  
Bà-la-môn ấy thật là xứng danh.

**404.** Không thân thiết cả Tăng  
lẫn Tục  
Hạnh độc cư, thiếu dục, hài lòng  
Như mây đây đó thông dong  
An vui, tự tại, không còn sầu đau.

**405.** Ngừng nghiệp sát, tổn thương  
sinh mạng  
Yếu hơn ta hay mạnh khỏe hơn  
Không ưa sai bảo, tán đồng  
Đây là Phạm chí xứng hàng chân tu.



Cho dù lớn, nhỏ, quý, thường.  
Bà-la-môn ấy tấm gương sáng ngời.

**410.** Không tham vọng đời này,  
đời tới  
Không dính gì ba cõi trầm luân  
Buông tất cả, giải thoát tâm  
Bà-la-môn ấy rạng danh đạo đời.

**411.** Người tu tập không vương ái dục  
Trí tuệ nhiều, nghi hoặc không còn  
Chứng vào cảnh giới niết-bàn  
Bà-la-môn ấy xứng hàng chân tu.

**412.** Ai không vương chuyện đời  
thiện ác,  
Tu xả ly, giải thoát buộc ràng  
Không sầu, thanh tịnh, lạc an  
Bà-la-môn ấy xứng hàng chân tu.





**416.** Vì lý tưởng xuất gia, học đạo  
Lìa gia đình, *khát ái* chẳng màng  
Dứt trừ hiện hữu, ái tham  
Bà-la-môn ấy xứng hàng chân tu.

**417.** Tu thoát khỏi buộc ràng hai cõi  
Thế giới người, cảnh giới chư thiên  
Buộc ràng, giải thoát không còn  
Bà-la-môn ấy vào dòng thánh nhân.

**418.** Không vương bận những  
điều ưa ghét  
Hết sanh y<sup>(36)</sup>, năm uẩn<sup>(37)</sup> vượt qua  
Anh hùng chiến thắng nhiễm ô  
Bà-la-môn ấy thật là chân tu.

---

36. Cơ sở và điều kiện tái sinh gồm tham ái và chấp thủ.

37. Gồm thân thể, cảm giác, tri giác, tâm tư và nhận thức.

**419.** Ai hiểu rõ đường đi sống chết  
Không nhiễm ô, sáng suốt vượt lên  
Học Tứ đế,<sup>(38)</sup> ngộ lý chân  
Bà-la-môn ấy xứng danh tu hành.

**420.** Với hành giả mà trời, thần, quỷ  
Không một ai biết chỗ tái sanh  
Lậu hoặc hết, chứng thánh nhân  
Bà-la-môn ấy xứng hàng chân tu.

**421.** Người không dính vị lai, quá khứ  
Hiện tại thì chẳng sở hữu gì  
Xả buông, chẳng kẹt thứ chi  
Bà-la-môn ấy sánh vì trăng sao.

---

38. Khổ, nguyên nhân khổ, hạnh phúc – niết bàn và con đường thoát khổ.

**422.** Như trâu chúa sức thần uy dững  
Bậc anh hùng, chiến thắng  
nhiễm tham  
Trí mâu giác ngộ, tịnh thanh  
Bà-la-môn ấy xứng danh tu hành.

**423.** Rõ quá khứ, vị lai, hiện tại  
Cõi trời, người, cảnh giới tái sinh  
Mâu ni,<sup>(39)</sup> thắng trí, viên thành  
Tử sanh kết thúc, sáng danh đạo đời.

\*\*\*

---

39. Người tu tập đã chuyển hóa được tham, sân, si và thanh tịnh thân, khẩu, ý.

# PHẦN SÁM NGUYỆN





## 1. BÁT-NHÃ TÂM KINH

Quán Tự Tại thực hành trí tuệ,  
Bát-nhã ba-la-mật sáng ngời,  
Bấy giờ Bồ-tát quán soi,  
Thấy rằng năm uẩn ba đời đều không. O  
Vượt tất cả các vòng khổ ách,  
Hãy nghe này, Xá-lợi-phất ông!  
Sắc nào có khác gì không,  
Không nào khác sắc, sắc không  
vốn đồng. O  
Cả thọ, tưởng, thức, hành cũng thế,  
Tánh chân không các pháp viên thành  
Thấy đều chẳng diệt, chẳng sanh,  
Chẳng như, chẳng sạch, chẳng tăng  
giảm gì. O  
Trong chân không chẳng hề có sắc,  
Chẳng thọ, tưởng, hành, thức  
trong không.

Mắt, tai, mũi, lưỡi, ý, thân,  
Sắc, thanh, vị, xúc, pháp, hương  
không còn. O

Không nhãn thức đến không ý thức,  
Không vô minh hoặc hết-vô-minh,  
Không điều già chết chúng sanh,  
Hết già, hết chết thực tình cũng không.  
Không trí huệ cũng không chứng đắc,  
Bởi có gì là chỗ đắc đâu.

Bấy lâu Bồ-tát dựa vào,  
Trí ba-la-mật, thăm sâu thực hành,  
Mọi chướng ngại quanh mình tan biến,  
Mọi việc đều chẳng khiến hoảng kinh,  
Xa lìa mộng tưởng đảo điên,  
Niết-bàn rốt ráo an nhiên thanh nhàn. O

Bát-nhã ấy rõ ràng trí tuệ,  
Mà ba đời chư Phật nương vào,  
Chứng thành quả giác tối cao,  
Nên xem Bát-nhã thâm sâu đó là: O

Lời thần chú sâu xa bậc nhất,  
Lời chú thần rất mực quang minh,  
Chú thần cao cả anh linh,  
Là lời thần chú thật tình cao siêu,  
Trừ dứt được mọi điều đau khổ,  
Đúng như vậy muôn thuở không sai.  
Ngài liền tuyên nói chú này,  
Để người trì niệm sáng bày chơn tâm: O  
Ga-tê Ga-tê Pa-ra-ga-tê Pa-ra-san-  
ga-tê Bô-dhi Sva-ha. (3 lần) OOO





## 2. NIỆM PHẬT

Nam-mô Ta-bà giáo chủ, tam giới  
Đạo sư, tứ sinh Từ phụ, nhân thiên  
Giáo chủ, thiên bá ức hóa thân, Bổn  
sư Thích-ca Mâu-ni Phật.

Nam-mô Thích-ca Mâu-ni Phật (18 lần) O

Nam-mô Đại trí Văn-thù-sư-lợi Bồ-tát O

Nam-mô Đại hạnh Phổ-hiền Bồ-tát O

Nam-mô Hộ pháp chư Tôn Bồ-tát O

Nam-mô Đạo tràng Hội thượng Phật

Bồ-tát (3 lần) OOO



### 3. NĂM ĐIỀU QUÁN TƯỚNG

(Hoặc đọc bài Quán Chiếu Thực tại)

Thế Tôn lời dạy tỏ tường

Năm điều quán tướng phải thường

xét ra:

Chúng sanh phải có sự già,

Không ai tránh khỏi lúc qua canh tàn. O

Chúng sanh bệnh tật phải mang,

Không ai sống mãi bình an, mạnh lành.

Chúng sanh sự chết sẵn dành,

Không ai tránh khỏi tử sanh đến kỳ.

Chúng sanh phải chịu chia ly,

Giã từ tất cả ra đi một mình.

Mang theo gánh nghiệp ba sinh,

Theo ta như bóng theo hình

không buông,

Nay con nương đấng pháp vương,

Niết bàn chúng đắc cát tường an vui. O

#### 4. QUÁN CHIẾU THỰC TẠI

Không truy tìm quá khứ,  
Không ước vọng tương lai.  
Quá khứ đã qua rồi,  
Tương lai lại chưa đến.  
Chỉ có pháp hiện tại,  
Tuệ quán chính là đây.  
Không động, không lung lay.  
Hãy thực hành như thế!           O

Không một ai biết trước  
Cái chết đến lúc nào;  
Tử thần có đợi đâu,  
Làm sao điều đình được.  
Vì thế nên nỗ lực,  
Tỉnh tấn suốt đêm ngày,  
Tỉnh thức từng phút giây,  
An trụ bằng chánh niệm.

Như vậy mới xứng đáng  
Người biết sống một mình,  
Người ấy đã tôn vinh  
Đạo nhiệm màu vô thượng.      O

### 5. SÁM QUY NGUYỆN

Trầm hương xông ngát điện,  
Sen nở Phật hiện thân,  
Pháp giới thành thanh tịnh,  
Chúng sanh lắng nghiệp trần.  
Đệ tử tâm thành  
Hướng về Tam Bảo:      O

Phật là thầy chỉ đạo,  
Bậc tỉnh thức vẹn toàn,  
Tướng tốt đoan trang,  
Trí và bi viên mãn.  
Pháp là con đường sáng,



Tập từ bi, hành hỷ xả,  
 Sáng cho người thêm niềm vui,  
 Chiều giúp người bớt khổ.      O

Đệ tử nguyện sống đời thiếu dục,  
 Nếp sống lành mạnh an hòa,  
 Cho thân thể kiện khương.  
 Nguyện rũ bỏ âu lo,  
 Học tha thứ bao dung,  
 Cho tâm tư nhẹ nhõm.  
 Đệ tử xin nguyện ơn sâu đền báo: O

Ơn cha mẹ, ơn thầy,  
 Ơn bè bạn, chúng sanh,  
 Nguyện tu học tinh chuyên  
 Cho cây bi trí nở hoa.  
 Mong một ngày kia,  
 Có khả năng cứu độ mọi loài,  
 Vượt ra ngoài cõi khổ,



Nguyện đem công đức tạo thành,  
Hương về tất cả chúng sanh mọi loài,  
Rải ban hạnh phúc muôn nơi,  
Giúp người giác ngộ, an vui đạo mầu.  
(3 xá) OOO

## 7. LỜI NGUYỆN CUỐI

(Chủ lễ quỳ chấp tay, tha thiết nguyện;  
đại chúng mặc niệm)

Nam-mô Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni Phật O  
Trời giác ngộ muôn nơi sáng tỏ,  
Bánh xe pháp vận chuyển  
không dừng.

Tăng ni, đạo lực thậm thâm,  
Phật tử, tín tâm kiên cố.  
Nguyện nhà nhà hạnh phúc, an Khang,  
Cầu thế giới hòa bình, hưng thịnh.  
Đời đời làm bà con Phật pháp,  
Kiếp kiếp làm quyến thuộc từ bi.



Mọi người biết tu học điều lành,  
Bốn biển được mưa hòa, gió thuận. O  
Chúng con phát nguyện:  
Tạo thêm công đức, dứt hết lỗi lầm,  
Phủ sạch não phiền, trau dồi tuệ giác.  
Học theo Trung đạo, tu hạnh  
nhất thừa,  
Tinh tấn sớm trưa, cầu thành  
Phật đạo. O  
Nam-mô Thường Trụ Tam Bảo.  
(3xá) OOO



## 8. ĐÁNH LỄ BA NGÔI BÁU

Con xin nương tựa Phật,  
Bậc Phước Trí Viên Thành,  
Cầu tất cả chúng sanh  
Giác ngộ, phát tâm lành. (1 lay) O

Con xin nương tựa Pháp,  
Nguồn tuệ giác, từ bi,  
Cầu tất cả chúng sanh  
Hiểu đạo, tỏ nguồn tâm. (1 lay) O

Con xin nương tựa Tăng,  
Đoàn thể sống an vui,  
Cầu tất cả chúng sanh  
Hòa hợp, thương mến nhau.  
(1 lay) O

\*\*\*

**423 LỜI VÀNG CỦA PHẬT**  
**(KINH PHÁP CÚ, DHAMMAPADA)**

**Sa-môn Thích Nhật Từ**  
dịch

---

HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM  
**NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC**  
65 Tràng Thi, Quận Hoàn Kiếm, Hà Nội  
Tel: 04.39260024 - Fax: 04.39260031  
Email: nhaxuatbanhongduc@yahoo.com

*Chịu trách nhiệm xuất bản:* **GD. BÙI VIỆT BẮC**  
*Chịu trách nhiệm nội dung:* **TBT. Lý Bá Toàn**  
*Biên tập:* **Nguyễn Khắc Oánh**  
*Sửa bản in:* **Quảng Tâm**  
*Trình bày:* **Ngọc Ánh**

Đối tác liên kết:  
**CHÙA GIÁC NGỘ**  
92 Nguyễn Chí Thanh, P.3, Q.10, Tp.HCM

---

In lần thứ tư 1.000 cuốn, khổ 10.5x14.5 cm tại Công ty CP In Người Lao Động, 195 Lê Quang Sung, P.6, Q.6, TP.HCM. Số ĐKKHXB: 246-2016/CXBIPH/137-03/HĐ. Số QĐXB của NXB: 161/QĐ-NXBHĐ cấp ngày 13-01-2016. In xong và nộp lưu chiểu năm 2016.