

## **NAKULAPITA SUTTA**

### **Kinh v i Tu i già và s áng su t**

Hoang Phong

Nakulapita là một ng  
o i ch  
gia đình sinh sống trong vùng Bhagga, đã tr  
ng tu  
i và th  
ng hay đau y  
u. Ông r  
t kính m  
n Đ  
c Ph  
t và Đ  
c Ph  
t cũng xem ông như một ng  
o i con c  
a mình. M  
i khi Đ  
c Ph  
t đ  
n vùng Bhagga thì th  
ng hay ghé thăm ông, hoặc m  
i khi Nakulapita nghe tin Đ  
c Ph  
t s  
p đi ngang vùng mình thì đ  
u tìm đ  
c cách đ  
g  
p Ngài. Các cu  
c g  
p g  
gi  
a Đ  
c Ph  
t và Nakulapita đã l  
u l  
i cho chúng ta nhiều b  
n kinh. Sau đây là một trong s  
các kinh   
y, v  
i nh  
ng l  
i d  
y c  
a Đ  
c Ph  
t v  
i tu  
i già và s  
áng su  
t tâm th  
n.

Ph  
n chuy  
n ng  
o đ  
o c d

\*\*\*\*\*

"Tôi t  
ng đ  
o c nghe nh  
th  
này: Có một l  
n Đ  
ng Th  
Tôn ng  
o v  
i các ng  
o i dân vùng Bhagga, t  
i hang Bhesakala n  
i r  
ng L  
c Uy  
n, g  
n m  
t n  
i g  
i là Samsumaragiri.

Trong đ  
p này và vào một hôm, ng  
o i ch  
gia đình Nakulapita thân hành tìm Đ  
ng Th  
Tôn đ  
v  
ng thăm. Nakulapita ti  
n đ  
n g  
n Đ  
ng Th  
Tôn, đ  
nh l  
r  
i ng  
o i sang m  
t bên. Sau khi đã ng  
o i sang m  
t bên li  
n c  
t l  
i nh  
sau:

- "B  
ch Th  
Tôn, con qu  
là m  
t ng

Đăc Phăt bèn căt lăi nhă sau:

- *Thă t thă , năy ngă i chă gia đinh, quă đúng nhă thă . Thân xác că a con đă yă u, lăng đă còng. Khi đă mang măt thân xác nhă thă mà că muă n có măt săc khoă tăt dù chă tăm thă i thi đă y quă thă t là măt ăc văng đien ră . Vì thă , năy ngă i chă gia đinh, con phă i luyă n tăp [băng cách nhăc nhă minh] nhă thă năy: 'Dù thân xác tôi yă u đau, thă nhăng tâm thă n tôi không bănh tăt găi'. Đă y là cách mà con phă i că găng luyă n tăp" .*

Ngă i chă gia đinh hân hoan đón nhăn lăi chă dă y că a Đăng Thă Tôn, tă n Đăng Thă Tôn, sau đó kính căn đì măt vòng chung quanh năi Ngài đang ngă i răi ra đì. Sau đó Nakulapita tìm găp Vă Tôn Kính Xá Lăi Phăt (trong nguyên băn là Ayasmanta Sariputta, chă Ayasmanta có thă tăm dăch là

Vă Tôn Kính

hay

Vă Đăng Kính

, và đăc biăt chă này trong kinh sách Pa-li chă đăc dùng đă chă các vă đă tăc trăc tiăp că a Đăc Phăt). Nakulapita tiăn đăn găn răi ngă i sang măt bên. Vă Tôn Kính Xá Lăi Phăt bèn hăi Nakulapita :

- "Năy ngă i chă gia đinh, sao [tôi thă y]các giác că m că a ông hôm nay lăi có vă an bình và tinh khăt đă n thă . Dung nhan că a ông thă t sáng lă n. Có lă ông vă a măi đăc Đăng Thă Tôn găng cho giáo lý, có phă i thă không?" .

Ngă i chă gia đinh Nakulapita đăp lăi nhă sau:

- "Thă a Vă Tôn Kính, quă đúng là nhă thă . Tôi đăc Đăng Thă Tôn răi xuăng cho tôi tinh hoa că a giáo lý" .

- Năy ngă i chă gia đinh, hăy nói cho tôi băt tăi sao ông lăi đăc Đăng Thă Tôn răi xuăng cho ông tinh hoa că a giáo lý nhă thă ?

- Thă a Vă Tôn Kính, hôm nay tôi đăn văng Đăng Thă Tôn. Tôi tăn đăn găn Ngài, đă nhă răi

Văt băi Administrator

Thă tă , 16 Tháng 11 2011 00:00 - Lă n căp nhăt cuăi Thă tă , 09 Tháng 1 2013 09:04

ngăi sang măt b n. Sau khi d a ngăi sang măt b n, t i c t l i nh  sau: "B ch Th  T n, con qu  là măt ng i d k t qu  [...], l m khi th t đau đ n, [...] , và Đ ng Th  T n b o r ng: 'Th t th , n y ng i ch  gia đ nh, qu  d ung nh  th . Th n xác của con d a y  u l m

[...] V i th , n y ng i ch  gia đ nh, con ph i luy n tập nh  th  n y: 'D u th n xác t i y  u đau, th  nh ng t m th n t i kh ng b nh t t gi . D y l  cách m a con ph i luy n tập'. Ng i n i v i t i nh  th 

- N y ng i ch  gia đ nh, th  sao ông l i kh ng ngh  d n l a c n ph i h i th m Đ ng Th  T n nh  th  n y: 'B ch Th  T n, xin Ng i ch  d y th m l a b ng cách th c nh  th  n o d  t m th n kh ng b  b nh t t, trong khi th n xác ph i gánh ch  u m đau?'

- Th t th , Th a V  T n Kính, t i t  xa d n d y d  g p ng i ch nh l a d  d c nghe ng i g i ng g i i cho v  y nghĩa th t s  trong l i d y c a Đ ng Th  T n. Th t kh ng g i b ng d c ch nh ng i X  L i Ph t g i i th ch cho t i y nghĩa trong l i ch  d y m a Đ ng Th  T n d a ban cho t i .

- V y th , n y ng i ch  gia đ nh, h y c  g ng ch t m v  nghe nh . T i s  g i i th ch cho ông d u y .

V  T n Kính X  L i Ph t c t l i nh  sau:

- Tr c h t n y ng i ch  gia đ nh, [c n ph i h u] t i sao th n xác v  t m th n l i b  m i th  b  b nh t t. M t ng i th ng t nh (ti ng Pa-li l a puthujana, c ngh a l a m t ng i kh ng hi u bi t g i v  Đ o Ph p, M. Wijayaratna d ng nguy n ch  n y v  kh ng d ch) t c kh ng d c h ng s  g iao hu n n o (trong nguy n b n l a assutava puthujano, c ngh a l a nh ng ng i ch t ph c, v i vào th i b y g i  kh ng m y ng i d c h c h nh v i c i may m n d c tu tập), kh ng d  s c nh n ra nh ng g i kh c th ng n i nh ng b c cao qu , kh ng d  kh  n ng h p th  nh ng l i g iao hu n c a c c b c cao qu , kh ng d  s c nh n ra nh ng g i kh c th ng n i c c v  hi n nh n, kh ng h  b  thu h t b i s  g iao hu n c a nh ng b c hi n nh n, ng i này xem

h nh t ng v t ch t(r pa) l a c i Ng , hoặc xem c i

Ng  ch nh l 

h nh t ng v t ch t

[Đ  r i] t  ngh r ng:

'T i ch nh l a h nh t ng v t ch t'

ho c t  ngh r ng:

'H nh t ng v t ch t ch nh l a c a t i'

, và că yên trú là nhă thă. Đăn lúc cái  
hình tăng văt chăt  
ăy biăn đăi vì nguyên nhân căa băn chăt vô thăng, tăc là lúc mà  
hình tăng văt chăt  
tră thành khác đi, thì năi hăn să sinh ra să ta thán, khă nhăc, đau buăn, phiăn muăn và băc dăc.

"Vă hăn thă năa, năy ngăi chă gia đănh, con ngăi thăng tình (puthujana) ăy khăng hă đăc  
hăng să giáo huăn, hăn khăng đă săc nhăn ra nhăng gì khăc thăng năi nhăng băc cao quý,  
[...] xem giăc căm (vedanâ) là cái Ngă, hoăc là xem cái Ngă hàm chăa giăc căm, hoăc cái Ngă  
chính là

căm

giăc

hoăc cái Ngă năm bên trong

giăc căm

. [Đă răi] hăn tă nghăi răng:

'Tôi chính là giăc căm'

hoăc tă nghăi răng:

'Giăc căm chính là căa tôi'

, và că yên trú nhă thă. Đăn lúc

căc giăc căm

ăy biăn đăi vì nguyên nhân căa băn chăt vô thăng, tăc là lúc mà

căc giăc căm

tră thành khác đi, thì năi con ngăi hăn să sinh ra să ta thán, khă nhăc, đau buăn, phiăn muăn  
và băc dăc.

"Vă hăn thă năa, năy ngăi chă gia đănh, con ngăi thăng tình ăy khăng hă đăc hăng să  
giáo huăn, hăn khăng đă săc nhăn ra nhăng gì khăc thăng năi nhăng băc cao quý, [...] xems  
ă nhăn thăc

(sanna) là cái Ngă, hoăc xem cái Ngă hàm chăa

să nhăn thăc

, hoăc cái Ngă chính là

să nhăn thăc

, hoăc cái Ngă năm bên trong

să nhăn thăc

. [Đă răi] hăn tă nghăi răng:

'Tôi chính là să nhăn thăc'

, hoăc tă nghăi răng:

'Să nhăn thăc chính là căa tôi'

, và că yên trú nhă thă. Đăn lúc să nhăn thăc ăy biăn đăi vì nguyên nhân căa băn chăt vô  
thăng, tăc là lúc mà

să nhăn thăc

tră thành khác đi, thì tă năi con ngăi hăn să sinh ra să ta thán, khă nhăc, đau buăn, phiăn  
muăn và băc dăc.

"Và hăn thă năa, năy ngăi chă gia đinh, con ngăi thăng tình y khăng hă dăc hăng să giáo huăn, hăn khăng đă săc nhăn ra nhăng gă khăc thăng năi nhăng băc cao quă, [...] xem các thành phăn că u hăp duy ý (să chă tâm hay các tác ý - sankhâra - còn găi là hành uă n) là cái Ngă, hoăc xem cái Ngă hàm chă a să

các thành phăn că u hăp duy ý

, hoăc cái Ngă chính là

các thành phăn că u hăp duy ý

, hoăc cái Ngă năm bên trong

các thành phăn că u hăp duy ý

. [Đă răi] hăn tă nghăi răng:

'Tôi chính là các thành phăn că u hăp duy ý'

, hoăc tă nghăi răng:

'Các thành phăn că u hăp duy ý là că a tôi'

, và că yên trú nhă thă. Đăn lúc

các thành phăn că u hăp duy ý

biăn đăi vì nguyễn nhănh că a băn chăt vô thăng, tăc là lúc mà

các thành phăn că u hăp duy ý

tră thành khác đi, thì năi con ngăi hăn să sinh ra să ta thán, khă nhăc, đau buăn, phiăn muăn và băc dăc.

"Và hăn thă năa, năy ngăi chă gia đinh, con ngăi thăng tình y khăng hă dăc hăng să giáo huăn, hăn khăng đă săc nhăn ra nhăng gă khăc thăng năi nhăng băc cao quă, [...] xem tri thă c

(vinnâna - consciousness) là cái Ngă, hoăc xem cái Ngă hàm chă a

tri thă c

, hoăc cái Ngă chính là

tri thă c

, hoăc cái Ngă năm bên trong

tri thă c

. [Đă răi] hăn tă nghăi răng:

'Tôi chính là tri thă c'

, hoăc tă nghăi răng:

'Tri thă c chính là că a tôi'

, và că yên trú nhă thă. Đăn lúc

cái tri thă c

y biăn đăi vì nguyễn nhănh că a băn chăt vô thăng, tăc là lúc mà

cái tri thă c

y tră thành khác đi, thì năi con ngăi hăn să sinh ra să ta thán, khă nhăc, đau buăn, phiăn muăn và băc dăc.

"Này ngă i chă gia đình, chính đă y là cách mà thân xác và tâm thă n tră nên bă nh hoă n. Vă y đă n đây chúng ta thă xét xem phă i làm thă nào đă giúp cho tâm thă n tránh khă i không bă bă nh hoă n, trong khi thân xác phă i chă u mă i m đau. Măt ngă i đă tă cao quý đă c hă ng să giáo huă n (sutavâ arya-savâko) quý tră ng nhă ng bă c cao quý, noi theo giáo huă n că a nhă ng bă c cao quý, đă c giáo huă n bă i nhă ng bă c cao quý, ngă i ng mă các vă hiă n nhân, noi theo să giáo huă n că a các vă hiă n nhân, đă c giáo huă n bă i các vă hiă n nhân, hă n săkhōng xem hìnă tă ng vă t chă t /

à cái Ngă

, hoă c

không xem cái Ngă chính là hình tă ng vă t chă t

. Hă n să không tă nghĩ ră ng:

'Tôi chính là hình tă ng vă t chă t'

hay là

'hình tă ng vă t chă t là că a tôi'

, và hă n không hă bám vào cái ý nghĩ ă y. Đă n lúc cái hình tă ng vă t chă t ă y biă n đă i vì nguyên nhân că a bă n chă t vô thă ng, tă c là lúc mà cái

hình tă ng vă t chă t

ă y tră thành khác đi, thì nă i con ngă i hă n să không xă y ra să ta thán, [...], và bă c dă c.

"Này ngă i chă gia đình, ngă i đă tă cao quý ă y đă c hă ng să giáo huă n, biă t quý tră ng nhă ng bă c cao quý, [...], să khōng xem giăc că m là cái Ngă, hoă c khōng xem cái Ngă chính là giăc că m . Hă n să không tă nghĩ ră ng: 'Tôi

chính là giăc că m'

hay là

'giăc că m chính là că a tôi',

và hă n không hă bám vào cái ý nghĩ ă y. Đă n lúc

căc giăc că m

biă n đă i vì nguyên nhân că a bă n chă t vô thă ng, tă c là lúc mà

căc giăc că m

tră thành khác đi, thì nă i con ngă i hă n không hă xă y ra să ta thán, [...], và bă c dă c.

"Này ngă i chă gia đình, ngă i đă tă cao quý ă y đă c hă ng să giáo huă n, biă t quý tră ng nhă ng bă c cao quý, [...], să khōng xem să nhă n thă c là cái Ngă, hoă c khōng xem cái Ngă chính là să nhă n thă c . Hă n să không tă

nghĩ ră ng:

'Tôi chính

là să nhă n thă c'

hay là

'să nhă n thă c chính là că a tôi'

, và hă n không hă bám vào các ý nghĩ ă y. Đă n lúc

să nhă n thă c

ă y biă n đă i vì nguyên nhân că a bă n chă t vô thă ng, tă c là lúc mà

să nhă n thă c

# NAKULAPITA SUTTA Kinh vă tuă i già và să sang suă t

Văt băi Administrator

Thă tă, 16 Tháng 11 2011 00:00 - Lă n căp nhăt cuăi Thă tă, 09 Tháng 1 2013 09:04

---

ă y tră thành khác đi, thì năi con ngăi hăn không hă y ra să ta thán, [...], và băc dăc.

"Này ngăi chă gia đình, ngăi đă tă cao quý ă y đăc hăng să giáo huăn, biăt quý trăng nhăng băc cao quý, [...], să khăng xem các cău hăp duy ý là cái Ngă, hoăc khăng xem cái Ngă chănh là các cău hăp duy ý . Hăn să khăng tă nghī răng:

'Tôi chănh là các cău hăp duy ý'

hay là

'các cău hăp duy ý chănh là că a tôi'

, và hăn không hă bám vào cái ý nghī ă y. Đăn lúc các cău hăp duy ý ă y biăn đăi vì nguyên nhăan că a băn chăt vô thăng, tăc là lúc mà

các cău hăp duy ý

tră thành khác đi, thì năi con ngăi hăn không hă y ra să ta thán, [...], và băc dăc.

"Này ngăi chă gia đình, ngăi đă tă cao quý ă y đăc hăng să giáo huăn, biăt quý trăng nhăng băc cao quý, [...], să khăng xem tri thăc là cái Ngă, hoăc khăng xem cái Ngă chănh là tri thăc.

Hăn să khăng tă nghī răng:

'Tôi chănh là tri thăc'

hay là

'tri thăc

chănh là că a

tăi'

, và hăn không hă bám vào cái ý nghī ă y. Đăn lúc

cái tri thăc

ă y biăn đăi vì nguyên nhăan că a băn chăt vô thăng, tăc là lúc mà

cái tri thăc

ă y tră thành khác đi, thì năi con ngăi hăn không hă y ra să ta thán, [...], và băc dăc.

"Này ngăi chă gia đình, đă y chănh là cách giă cho tâm thăn không bănh hoăn, trong khi thăn xác phăi chău măi thă m đau".

Vă Tôn Kính Xá Lăi Phăt đă giăng nhă thă. Ngăi chă gia đình Nakulapita thăt sung săng và căm thăy hăan trăc nhăng lăi giăi thích că a Vă Tôn Kính Xá Lăi Phăt.

\*\*\*\*\*

## Văi lăi găp ý

Trên phăng diăn hình thăc thì đây là măt băn kinh trăn văn và dăy đă, tăc găm phăn mă đău và că phăn chăm dăt: phăn mă đău cho biăt vă băi cănh hình thành căa bài kinh và phăn chăm dăt là hiău quă căa bài kinh dăi văi ngăi dăc nghe. Tăng tă nhă hăt các băn kinh Tăng khác, măi câu kinh dăc lăp đăi lăp lăi nhiău lăn và chă thay dăi măt hay hai chă, có thă đăy là cách giăp đă dă nhă, dă hăc thuăc lòng và nhăt là giă cho câu kinh ít bă sai lăc. Nhă vào cách lăp đăi lăp lăi băt tăn đó mà các câu kinh dăc lău truyăn sau hàng nhiău trăm năm băng cách truyăn khău và sau đó là hàng ngàn năm băng cách ghi chép, thă mà văn giă dăc să măch lăc và chính xác măt cách thăt tuyăt văi, băi vì nău có măt câu nào nhă lăm (trong giai đăn truyăn khău) hay có măt chă viăt sai (trong giai đăn ghi chép) thì dăc có măt câu khác tăng tă dă chănh lăi.

Nakulapita là tên găi thân măt căa măt ngăi lăn tuăi. Măt să hăc giă, trong să này có Pya Tan và Môhan Wijayaratna, dă viăt chă này răi ra thành hai chă là Nakula-pită. Chă pită có nghĩa là "bă" (cha) và Nakula-pită thì có nghĩa "bă Nakula", và vă căa ngăi này mang tên là Nakulamata (Nakula-mată) có nghĩa là "mă Nakula"

. Trong các băn kinh Nakulapita, Đăc Phăt cũng dă găi các nhân văt văa kă băng các tên thân măt căa hă. Chi tiăt này chăng tă cho thăy măt vài nét thăt "chân tình", "nhân băn" và thăt găi văi con ngăi trong các kinh sách Phăt Giáo Nguyên Thăy. Trong khi đó thì Đăi Thăa Phăt Giáo phát triăn sau đó có xu hăng chă trăng Phăt Giáo là măt tôn giáo nhă nhăng tôn giáo khác vào thăi blăy giă, và nâng Đăc Phăt lên măt căp băc tăi thăng và thiêng liêng, dăng thăi khai triăn thêm măt să khía cănh trong giáo lý, nêu lên khái niăm vă ngăi bă-tát và hình dung ra vô să các vă thăn linh và các vă Phăt khác.

Ngoài ra còn măt chi tiăt khác cũng đáng dă chú ý là Đăc Phăt dă găi i đáp thăc măc căa Nakulapita băng măt câu giăng thăt trăc tiăp nhăng răt bao quát và sau đó thì Xá Lăi Phăt măi giăng giăi thêm cho ông ta măt cách chi tiăt hăn, că vă năi dung cũng nhă vă phép thăc hành. Đây cũng là măt hình thăc trình bày thăng thăy trong kinh sách, tăc là Đăc Phăt chă nêu lên chă dă và các đă tă căa Ngài dăng ra thuyăt giăng. Thí dă nhă trăng hăp căa Kinh Bát-nhă Ba-la-măt-đa, trong kinh này Đăc Phăt ngăi măt bên, lăng sâu vào thiăn đănh và dă căm lăng cho Quán thă Âm thuyăt giăng băn Tâm Kinh cho Xá Lăi Phăt.

Trên phăng diăn năi dung thì kinh Nakulapita trên đây să dăng hai khái niăm căn băn căa giáo lý là Ngă Uăn và Vô Ngă đă phân tích và chăa tră tâm thăc bănh hoăn căa nhăng ngăi lăn

Văt băi Administrator

Thă tă, 16 Tháng 11 2011 00:00 - Lă n căp nhăt cuăi Thă tă, 09 Tháng 1 2013 09:04

tuă i. Thăt vă y bănh tăt và các dă u hiă u già nua trên thân xác đôi khi có thă nhăn biăt khá dă dàng, khăng că n phăi khám nghiă m y khoa, thă nhăng khi bănh tăt và các dă u hiă u già nua xuăt hiăn trong tâm thăc thì răt khó đă nhăn biăt hăn.

Thí dă nhă nă u bă lăng tai, ta nói chuyă n oang oang mà khăng ý thăc đăc là ta nói quá lăn tiăng, hoăc ta mă máy truyă n hình quá to làm phiă n ngă i khác mà khăng hay biăt. Đăy là trăcăng hăp giăc că m bă suy thoái (bănh tăt) vì già nua, tiêu biău cho uăn thă nhăt găi là *Thă* (vă edană).

Trăi vă a nhă nhem tăi là ta đă lo cài că a, trong lòng lo să , đem đăt bên cănh giăc măt cái gă y hay măt con dao, khi nghe thăy măt tiăng đăng là tăcăng tăcăng ra có ma hay măt tên trăm lăn vào nhă... Đăy là să văn hành că a uăn thă ba găi là *Tăcăng* (sanna), tăc có nghĩa là să că m nhă n

hay

*nhă n bă t*

xuyên qua trung gian că a măt giăc quan vă măt

*xúc că m*

hay măt

*khái nă m*

nào đó hiăn hiăn ra trong đău, tăc là măt să kiăn nào đó mà ta đă có kinh nghiă m tă trăcăng (tác đăng că a nghiă p). Đăy là măt thă bănh hoăn că a ngă i già nua gây ra băi uăn thă ba.

Khi hình nhă con ma hay tên trăm hiăn ra trong đău, ta vă a run băn băt vă i cây gă y đă să n sàng tă vă , ă y là să văn hành că a uăn thă tă găi là *Hành* (sankhāra). Hành là "căc nhăn tă kăt hăp" hay "să c

*mă nh thúc đă y*"

đă tă o ra nghiă p. Tuy răng ta chă a kăp khua chiăc gă y đă đuăi ma hay đăp lăen đău tên trăm, thă nhăng nghiă p cũng đã hình thành, băi vì nghiă p là măt ý đănh, măt chă đính, măt tác ý... phát sinh trong đău. Băn kinh Nakulapita trên đây găi

"să c mă nh thúc đă y"

ă y là

"căc că u hăp duy ý"

. Nghiă p phát sinh tă các

tác ý

hay

căc că u hăp duy ý

đó să tác đăng ngay tăc khăc và tă o ra măt bău khăng khí lo âu, căng thăng, să săt và bănh hoăn nă i ngă i già nua khăng hăp biăt tu tăp (assutava puthujano).

Văt băi Administrator

Thă tă, 16 Tháng 11 2011 00:00 - Lă n căp nhăt cuăi Thă tă, 09 Tháng 1 2013 09:04

Đăi văi uăn thă năm găi là Thăc (vinnâna) tăc là tri thăc, thì xin dăa ra măt thí dă "vui vă" hăn. Ta chuăn bă đi ra ngoài, thay quăn áo,  
đăi mă lăen dău

, tìm đôi giày, ngăi vào ghă và cúi xuăng loay hoay buăc dây giày..., sau đó thì căm chăa khóa và mă căa đănh băc ra ngoài. Tuy nhiên chăa kăp băc ra ngoài thì lăi thăy trăi có gió và khá rét, ta văi quay vào đi tìm cái mă đăi đăi. Tìm mãi không thăy cái mă đâu că, ta băc băi, khó chău, tă hăi không biăt có bă quên cái mă lăi nhă ai không, hay có ai dăn dăp nhă căa đem căt nó vào xó năo mà ta tìm không thăy. May mà không có ai lăi nhă lúc lăy nău không thì ta dă măng cho măt trăn. Đăy là să văn hành căa tri thăc đă suy thoái văi tuăi tác và căa nghiăp tăo ra băi să suy thoái đó (có ý đănh măng măt trăn). Tri thăc (consciousness) hay uăn thă năm tăng trăng cho să kăt hăp tăt că các "thông tin" phát sinh tă các uăn khác (thân xác, giác căm, nhăn thăc, dăn dăt) đă phăi kiăm và tăo ra măt să hiău biăt măch lăc. Thă nhăng trong trăng hăp căa măt ngăi lăi tuăi thì să phăi kiăm lăy lăi trăi năen thiău măch lăc và chính xác (đi tìm cái mă mà không biăt là chính mình đang đăi trên đău).

Bài kinh trên đây dăy răng "lăng tai" (giác căm) không phăi là cái Ngă hay là cái căa tăi, "nhăn biăt măt tiăng đăng và ngăi đăy là con ma hay tên trăm" (

să nhăn thăc hay dăi n dăt

) không phăi là cái

Ngă

hay

cái căa tăi

, "săn sàng vung găy đăi đuăi ma hay đăi dăp lăen đău tên trăm" (

tăc ý

) không phăi là cái

Ngă

, căng không phăi là

cái căa tăi

, đăi "tìm cái mă đang đăi trên đău (

tăm thăc

xao lăng

) và phát lăi să băc dăc" không phăi là cái

Ngă,

căng không phăi là

cái căa tăi

. Đăy chă là să văn hành căa băn uăn thuăc tâm thăc làm phát sinh ra các thă xúc căm và các tác ý trong tâm thăc, chúng có thă phát hiăn thành ngôn tă hay hành đăng trên thân xác. Nău chúng ta xem chúng là cái Ngă hay nhăng biău hiăn căa cái Ngă thì đăy là cách tăo ra măi thă bănh hoăn cho tâm thăn.

Tóm lăi, răt dăi đăi nhăt thăy să suy thoái căa că thă và bănh tăt trên thân xác phát sinh khi tuăi già đăi đăi, thă nhăng lăi răt khă cho ta đăi chăn đăng quá trình lăy căa să già

nua trên thân xác. Trái lối đi với tâm thíc thì lối

rất khó

đó nhìn thấy những thứ bùn tảo tâm thíc, bùi vì vô minh hiển hiện qua bóng dáng của cái Ngã luôn tìm cách che đậy chúng để đánh lừa ta, thứ nhung nhung thứ bùn tảo tâm thíc này lối có thể chia khai điều cõng nhung lối thuộc của giác ngộ.

Thân xác và tâm thíc thường tác với nhau một cách thict chict chik, một thân xác khoẻ mạnh là một trong các điều kiện thuận lợi giúp mang lối một tâm thíc an vui, và một tâm thíc lành mạnh luôn góp phần không nhỏ để tạo ra một thân xác điều súc đồng thòng trên đôi chân của nó. Tuy thế, tâm thíc và thân xác hàm chứa một số đặc tính và khác biệt nhau. Thí dụ một lối sống sĩ phỉ luôn luôn luyen tlop mui giu đặc c các thành tích mà mình đã đạt được, sau đó vì tuổi tác hay kém luyen tlop thì các thành tích ấy không còn giu đặc nua. Thế nhưng số hiếu biết, ngoi tru nhung số hiếu biết sai lầm, số không bao giờ thret lui, tuy rằng số hiếu biết đó vẫn phai lối thuoc vào thân xác nh một c số chuyen ten tai. Khi nào c số đó bao thoái hóa nung nua hay hoàn toàn suy sáp thì khi đó số hiếu biết đã đạt được từ trước mui bao lôi kéo theo.

Bài kinh trên đây dạy cho chúng ta phai làm thế nào để duy trì đặc một thứ đồng tâm thíc lành mạnh, sáng suốt, không bùn hoang cho đến lúc thân xác hoàn toàn bao giờ hoang. Thế nhưng muốn đạt được đặc một thứ đồng tâm thíc tinh khiết và an vui thì phải luyen tlop truc khi tuổi già kéo dài, từ phai lối đà khi thân xác còn đang vung. Không nên chỉ đan lúc tuổi cao, khi mà lo số, hồn thù, hoang mang, hãi tiếc, oán hận... đã tràn ngập trong tâm thíc, thì khi đó mới nghĩ đan các phuong pháp luyen tlop trí nhớ, chú ý đan vien can uong dung deung sinh, lo tlop thic, múa tài chi, khí công..., và mới đêm uong thuoc an thíc truc khi lên giường.

Bài kinh trên đây là một lối thuoc cõc mạnh, không nhung chik dành riêng cho người cao tuổi mà cho tất cả những ai muốn tu tập, nhằm mang lối cho mình một tâm thíc an bình và trong sáng. Thời nghĩ bài kinh là một lối thuoc thict triết đik, giúp loại bỏ vô minh đik quán thế bùn chik Vô Ngã của một cá thể. Thế nhưng điều thay lối thuoc cũng thict là khó nuốt, bởi vì các khái niệm vui vô ngã và ngũ uôn không dễ dàng thêu triết và đem ra áp dụng. Dẫu sao đi nữa nếu chik loại đặc một phần nào ý nghĩ sai lầm vui số hiếu hán của cái Ngã thì biết đâu vien này cũng dễ dàng giúp cho chúng ta giữ đặc số thanh thíc trong lúc mà đau đang hành hạ thân xác, và tìm thấy một niềm an vui trong lúc tuổi già.

Bures-Sur-Yvette, 16.11.11 **Hoang Phong**