Nibbānagāminipaṭipadā · Mini · Cuốn 3 / Volume 3

Phần đề mục sắc (Rūpakammaṭṭhāna) / Meditation on Materiality

Pa-Auk Tawya Sayadaw

Việt–Anh

Mục lục / Contents

Đề mục tứ đại / Four-elements meditation

Cách thực hành đề mục tứ đại tóm lược / The brief method of four-elements meditation

Bốn sắc đại chủng / The four great elements

Bắt đầu từ chữ tròn o / Begin with the round letter o

Điểm cần ghi nhớ (a) — Quán cho cân bằng các đại / Points to remember (a) — Discern the elements in balance

(b) Kéo các đại từ chỗ này sang chỗ khác / (b) Drawing the elements from one place to another

(c) Cứng, nhám, nặng — mềm, trơn, nhẹ / (c) Hardness, roughness, heaviness — softness, smoothness, lightness

(d) Quán theo quy ước về oai nghi / (d) Discernment according to the convention of bodily postures

(e) Khi chưa phải là hành giả thuần thục thiền chỉ / (e) When one is not yet proficient in tranquillity meditation

Các nguyên tắc cần tuân theo / Guidelines to follow

1. Anupubbato — quán theo thứ tự / 1. Anupubbato — discern in sequence

2. Nātisīghato — đừng quá nhanh / 2. Nātisīghato — do not go too quickly

3. Nātisaṇikato — đừng quá chậm / 3. Nātisaṇikato — do not go too slowly

4. Vikkhepapaṭibāhanato — ngăn tâm tán loạn sang cảnh ngoài / 4. Vikkhepapaṭibāhanato — prevent distraction towards external objects

5. Paññattisamatikkamato — vượt qua tên gọi chế định / 5. Paññattisamatikkamato — go beyond conventional names

6. Anupubbamuñcanato — lần lượt buông những đại chưa hiện rõ / 6. Anupubbamuñcanato — successively set aside elements that are unclear

7. Lakkhaṇato — ưu tiên quán đặc tính riêng / 7. Lakkhaṇato — give priority to individual characteristics

8. Kinh Adhicitta, tức kinh Nimitta (Aṅ 1,258) / 8. Adhicitta Sutta, also called Nimitta Sutta (Aṅ 1,258)

9. Kinh Anuttarasītibhāva (Aṅ 2,379) / 9. Anuttarasītibhāva Sutta (Aṅ 2,379)

10. Kinh Bojjhaṅga (Saṃ 3,71–73) / 10. Bojjhaṅga Sutta (Saṃ 3,71–73)

Cách quân bình năm căn / How to balance the five faculties

Cách quân bình bảy giác chi / How to balance the seven awakening factors

Ánh sáng và phạm vi của cận định / Light and the scope of access concentration

Giải thích thêm / Further explanations

Các khó khăn / Difficulties

Sáu loại trong suốt / Six kinds of transparency

Phân tích các đại trong nhóm sắc / Analysing the elements in material clusters

Doṇamatta — khoảng một đấu [CHƯA XÁC MINH cách diễn đạt đơn vị Miến] / Doṇamatta — about one doṇa

Ý niệm chúng sinh và ý niệm tự ngã đã tan / The perceptions of a being and of a self have dissolved

Ba loại khối sắc (rūpaghana) / Three kinds of compactness of materiality (rūpaghana)

Trong các pháp sắc không có khối về cảnh (ārammaṇaghana) / There is no compactness of object (ārammaṇaghana) in material phenomena

Quán xét theo các đại (dhātuso paccavekkhati) / Discerning by way of the elements (dhātuso paccavekkhati)

Cách phân biệt các sắc y sinh / How to discern derived materiality

Vaṇṇa — màu sắc / Vaṇṇa — colour

Gandha — mùi / Gandha — odour

Rasa — vị / Rasa — taste

Ojā — dưỡng chất / Ojā — nutritive essence

Jīvita — mạng quyền của sắc / Jīvita — material life faculty

Sắc tính — sắc biểu hiện nam tính và nữ tính / Sex materiality — materiality that accounts for maleness and femaleness

Các bảng trong phần đề mục sắc / Tables for Meditation on Materiality

Thế nào là ý môn / What is the mind-door?

Cách phân tích nhóm sắc ở sáu môn — cách phân biệt sắc / Analysing material clusters at the six doors — discerning materiality

Sắc trong suốt của mắt / Transparent materiality of the eye

Sắc trong suốt của thân / Transparent materiality of the body

Nhãn tịnh sắc / Eye-sensitivity

Thân tịnh sắc / Body-sensitivity

Nhĩ tịnh sắc / Ear-sensitivity

Tỷ tịnh sắc / Nose-sensitivity

Thiệt tịnh sắc / Tongue-sensitivity

Nơi nương của thân — thân môn / The body's basis — the body-door

Ý môn — sắc ý vật / Mind-door and heart-base

Sự trong sáng của ý môn hữu phần và thân tịnh sắc / The clarity of the bhavaṅga mind-door and body-sensitivity

Ghi chú / Note

Hai mươi tám sắc / The twenty-eight kinds of materiality

(1) Bốn sắc đại chủng / (1) The four great elements

(2) Năm sắc tịnh (pasādarūpa), tức các sắc trong suốt / (2) The five kinds of sensitive or transparent materiality (pasādarūpa)

(3) Bảy sắc cảnh (gocararūpa) / (3) The seven kinds of objective materiality (gocararūpa)

(4) Hai sắc tính / (4) The two kinds of sex materiality

(5) Một sắc ý vật / (5) The heart-base

(6) Một sắc mạng quyền / (6) The material life faculty

(7) Một sắc vật thực / (7) Nutritive materiality

(8) Một sắc giới hạn / (8) Delimiting materiality

(9) Hai sắc biểu tri / (9) The two kinds of intimation

(10) Sắc biến hóa, năm loại hoặc ba loại / (10) Alterable materiality, five or three kinds

(11) Bốn sắc đặc tướng / (11) The four characteristics of materiality

Cách quán sắc do tâm sinh / How to discern consciousness-produced materiality

Cách quán sắc do thời tiết sinh / How to discern temperature-produced materiality
Cách quán sắc do vật thực sinh / How to discern nutriment-produced materiality
Một mẫu quán ở mắt / An example of discernment at the eye
Điểm cốt yếu cần ghi nhớ / Essential points to remember
Điều cần chú ý / A point to note
Cách quán đề mục tứ đại chi tiết / The detailed method of four-elements meditation
Bốn thân phần có hỏa đại trội / Four parts in which the fire element predominates
Sáu thân phần có phong đại trội / Six parts in which the wind element predominates
Chín nhóm sắc do nghiệp sinh / Nine kamma-produced material clusters
Tám nhóm sắc do tâm sinh / Eight consciousness-produced material clusters
Bốn nhóm sắc do thời tiết sinh / Four temperature-produced material clusters
Ba âm thanh / Three kinds of sound
Hai nhóm sắc do vật thực sinh / Two nutriment-produced material clusters
Cách quán bốn sắc đặc tướng / How to discern the four characteristics of materiality
Cách quán sắc sinh và diệt / How materiality arises and ceases
Khi nào cần quán “sắc, sắc” / When to contemplate “materiality, materiality”
Tính chất biến đổi / The characteristic of alteration
Điều cần ghi nhớ khi quán sắc / Points to remember when discerning materiality
Hãy thúc đẩy sự tinh cần / Arouse diligence
Phần hiểu biết rõ về oai nghi / Section on clear comprehension of bodily postures
Cách quán với sự hiểu biết rõ về oai nghi / How to contemplate bodily postures with clear comprehension
Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti / Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti
Một cách giải của vị soạn phụ chú giải / An interpretation by the subcommentator
Khi đưa ra ví dụ thế gian / When giving an everyday simile
Các cách quán tương tự / Similar methods of contemplation
Bốn loại tỉnh giác (sampajañña) / Four kinds of clear comprehension (sampajañña)
Tóm lược điều cốt yếu cần nhớ khi quán / A summary of the essential points to remember in contemplation
Bìa trước và bìa sau / Front and back cover
Trang nhan đề / Title page
Pháp thí và lời nguyện / The gift of Dhamma and aspiration
Mục lục — ო / Contents — ო
Mục lục — ခ / Contents — ခ
Mục lục — ဂ / Contents — ဂ
Mục lục — ဃ / Contents — ဃ
Mục lục — င / Contents — င
Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 189 / Index in Burmese alphabetical order — 189
Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 190 / Index in Burmese alphabetical order — 190
Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 191 / Index in Burmese alphabetical order — 191
Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 192 / Index in Burmese alphabetical order — 192
Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 193 / Index in Burmese alphabetical order — 193
Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 194 / Index in Burmese alphabetical order — 194

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 195 / Index in Burmese alphabetical order — 195
Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 196 / Index in Burmese alphabetical order — 196
Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 197 / Index in Burmese alphabetical order — 197

Bìa trước và bìa sau / Front and back cover

Bìa / Cover

VI

Nibbānagāminipaṭipadā — Đường đến Niết-bàn (bản lược), Cuốn 3. Phần đề mục sắc (Rūpakammaṭṭhāna). Pa-Auk Tawya Sayadaw.

EN

Nibbānagāminipaṭipadā — The Practice Leading to Nibbāna (Abridged). Volume 3. Meditation on Materiality (Rūpakammaṭṭhāna). Pa-Auk Tawya Sayadaw.

VI

Kathañca, bhikkhave, bhikkhu na rūpaññū hoti? Idha, bhikkhave, bhikkhu “yaṃ kiñci rūpaṃ sabbaṃ rūpaṃ cattāri mahābhūtāni catunnañca mahābhūtānaṃ upādāyarūpan”ti yathābhūtaṃ nappajānāti. Evaṃ kho, bhikkhave, bhikkhu na rūpaññū hoti.

EN

Kathañca, bhikkhave, bhikkhu na rūpaññū hoti? Idha, bhikkhave, bhikkhu “yaṃ kiñci rūpaṃ sabbaṃ rūpaṃ cattāri mahābhūtāni catunnañca mahābhūtānaṃ upādāyarūpan”ti yathābhūtaṃ nappajānāti. Evaṃ kho, bhikkhave, bhikkhu na rūpaññū hoti.

VI

Này các tỳ-khưu, thế nào là một vị tỳ-khưu không biết rõ sắc? Ở đây, vị tỳ-khưu không biết đúng như thật rằng mọi sắc đều là bốn sắc đại chủng và hai mươi bốn sắc y sinh nương vào bốn sắc đại chủng. Này các tỳ-khưu, như vậy là vị tỳ-khưu không biết rõ sắc. (Ma 1,282.)

EN

Bhikkhus, how does a bhikkhu fail to know materiality? Here, a bhikkhu does not distinguish and know as it really is that all materiality consists of the four great elements and the twenty-four kinds of derived materiality dependent on them. This is how a bhikkhu fails to know materiality. (Ma 1,282.)

VI

So gaṇanato (samuṭṭhānato) rūpaṃ ajānanto rūpaṃ pariggahetvā arūpaṃ vavatthapetvā rūpārūpaṃ pariggahetvā paccayaṃ sallakkhetvā lakkhaṇaṃ āropetvā kammaṭṭhānaṃ matthakaṃ pāpetuṃ na sakkoti. [CHƯA XÁC MINH cách đọc chữ ghép trong câu Pāli.]

EN

So gaṇanato (samuṭṭhānato) rūpaṃ ajānanto rūpaṃ pariggahetvā arūpaṃ vavatthapetvā rūpārūpaṃ pariggahetvā paccayaṃ sallakkhetvā lakkhaṇaṃ āropetvā kammaṭṭhānaṃ matthakaṃ pāpetuṃ na sakkoti.

VI

Nếu vị tỳ-khưu hành thiền không biết các pháp sắc theo số lượng là hai mươi tám sắc, cũng như theo nguyên nhân sinh khởi là nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực, thì không thể phân biệt sắc bằng tuệ, xác định danh, phân biệt danh sắc cùng nhau, nhận rõ các duyên của danh sắc, đặt chúng dưới ba đặc tính và đưa đề mục minh sát đến chỗ tột cùng là tuệ đạo và tuệ quả. (Ma-ṭṭha 2,63.)

EN

If a meditating bhikkhu does not know materiality by its number, the twenty-eight kinds, and by its origins, kamma, consciousness, temperature and nutriment, he cannot discern materiality with wisdom, define mentality, discern mentality and materiality together, distinguish their conditions clearly, apply the three characteristics, and bring insight practice to its culmination in path and fruition knowledge. (Ma-ṭṭha 2,63.)

Trang nhan đề / Title page

Đầu sách / Front matter - 1

VI

Nibbānagāminipaṭipadā

EN

Nibbānagāminipaṭipadā

VI

Đường đến Niết-bàn (bản lược) — Cuốn 3

EN

The Practice Leading to Nibbāna (Abridged) — Volume 3

VI

Phần đề mục sắc (Rūpakammaṭṭhāna)

EN

Meditation on Materiality (Rūpakammaṭṭhāna)

VI

Pa-Auk Tawya Sayadaw

EN

Pa-Auk Tawya Sayadaw

Pháp thí và lời nguyện / The gift of Dhamma and aspiration

Đầu sách / Front matter - 2

VI

Sabbadānaṃ dhammadānaṃ jināti.
Sabbarasaṃ dhammaraso jināti.
Sabbaratiṃ dhammarati jināti.
Taṇhakkhayo sabbadukkhaṃ jināti.

EN

Sabbadānaṃ dhammadānaṃ jināti.
Sabbarasaṃ dhammaraso jināti.
Sabbaratiṃ dhammarati jināti.
Taṇhakkhayo sabbadukkhaṃ jināti.

VI

Pháp thí thắng mọi sự bố thí.
Vị của Pháp thắng mọi hương vị.
Niềm vui trong Pháp thắng mọi niềm vui.
Sự diệt tận ái thắng mọi khổ đau.

EN

The gift of Dhamma surpasses every gift.
The taste of Dhamma surpasses every taste.
Delight in Dhamma surpasses every delight.
The destruction of craving overcomes all suffering.

VI

Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo, dhamme hontu sagāravā.

EN

Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo, dhamme hontu sagāravā.

VI

Mong Chánh pháp của Đức Phật tồn tại lâu dài.
Mong mọi người tôn kính ba loại Chánh pháp.

EN

May the Buddha's dispensation endure for a long time.
May all honour the three kinds of true Dhamma.

Mục lục — ෆ / Contents — ෆ

Đầu sách / Front matter - 3

VI

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa.
Kính lễ Đức Thế Tôn, bậc A-la-hán, bậc Chánh Đẳng Giác.

EN

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa.
Homage to the Blessed One, the Arahant, the Perfectly Enlightened One.

VI

Phần đề mục sắc — Mục lục

EN

Meditation on Materiality — Contents

VI

Đề mục tứ đại — 1

EN

Four-elements meditation — 1

VI

Cách thực hành đề mục tứ đại tóm lược — 1

EN

The brief method of four-elements meditation — 1

VI

Bốn sắc đại chủng — 3

EN

The four great elements — 3

VI

Bắt đầu từ chữ tròn o — 5

EN

Begin with the round letter o — 5

VI

Điểm cần ghi nhớ (a) — Quán cho cân bằng các đại — 14

EN

Points to remember (a) — Discern the elements in balance — 14

VI

(b) Kéo các đại từ chỗ này sang chỗ khác — 15

EN

(b) Drawing the elements from one place to another — 15

VI

(c) Cứng, nhám, nặng — mềm, trơn, nhẹ — 16

EN

(c) Hardness, roughness, heaviness — softness, smoothness, lightness — 16

VI

(d) Quán theo quy ước về oai nghi — 22

EN

(d) Discernment according to the convention of bodily postures — 22

VI

(e) Khi chưa phải là hành giả thuần thục thiền chỉ — 22

EN

(e) When one is not yet proficient in tranquillity meditation — 22

VI

Các nguyên tắc cần tuân theo — 23

EN

Guidelines to follow — 23

VI

1. Anupubbato — quán theo thứ tự — 24

EN

1. Anupubbato — discern in sequence — 24

VI

2. Nātisīghato — đừng quá nhanh — 24

EN

2. Nātisīghato — do not go too quickly — 24

VI

3. Nātisaṇikato — đừng quá chậm — 24

EN

3. Nātisaṇikato — do not go too slowly — 24

VI

4. Vikkhepapaṭibāhanato — ngăn tâm tán loạn sang cảnh ngoài — 25

EN

4. Vikkhepapaṭibāhanato — prevent distraction towards external objects — 25

VI

5. Paññattisamatikkamato — vượt qua tên gọi chế định — 27

EN

5. Paññattisamatikkamato — go beyond conventional names — 27

VI

6. Anupubbamuñcanato — lần lượt buông những đại chưa hiện rõ — 27

EN

6. Anupubbamuñcanato — successively set aside elements that are unclear — 27

Mục lục — ə / Contents — ə

Đầu sách / Front matter - 4

VI

7. Lakkhaṇato — ưu tiên quán đặc tính riêng — 28

EN

7. Lakkhaṇato — give priority to individual characteristics — 28

VI

8. Kinh Adhicitta, tức kinh Nimitta (Aṅ 1,258) — 31

EN

8. Adhicitta Sutta, also called Nimitta Sutta (Aṅ 1,258) — 31

VI

9. Kinh Anuttarasītibhāva (Aṅ 2,379) — 31

EN

9. Anuttarasītibhāva Sutta (Aṅ 2,379) — 31

VI

10. Kinh Bojjhaṅga (Saṃ 3,71–73) — 31

EN

10. Bojjhaṅga Sutta (Saṃ 3,71–73) — 31

VI

Cách quân bình năm căn — 31

EN

How to balance the five faculties — 31

VI

Cách quân bình bảy giác chi — 36

EN

How to balance the seven awakening factors — 36

VI

Ánh sáng và phạm vi của cận định — 38

EN

Light and the scope of access concentration — 38

VI

Giải thích thêm — 42

EN

Further explanations — 42

VI

Các khó khăn — 48

EN

Difficulties — 48

VI

Sáu loại trong suốt — 52

EN

Six kinds of transparency — 52

VI

Phân tích các đại trong nhóm sắc — 54

EN

Analysing the elements in material clusters — 54

VI

Doṇamatta — khoảng một đấu [CHƯA XÁC MINH cách diễn đạt đơn vị Miến] — 59

EN

Doṇamatta — about one doṇa — 59

VI

Ý niệm chúng sinh và ý niệm tự ngã đã tan — 61

EN

The perceptions of a being and of a self have dissolved — 61

VI

Ba loại khối sắc (rūpaghana) — 64

EN

Three kinds of compactness of materiality (rūpaghana) — 64

VI

Trong các pháp sắc không có khối về cảnh (ārammaṇaghana) — 67

EN

There is no compactness of object (ārammaṇaghana) in material phenomena — 67

VI

Quán xét theo các đại (dhātuso paccavekkhati) — 69

EN

Discerning by way of the elements (dhātuso paccavekkhati) — 69

VI

Cách phân biệt các sắc y sinh — 72

EN

How to discern derived materiality — 72

VI

Vaṇṇa — màu sắc — 78

EN

Vaṇṇa — colour — 78

VI

Gandha — mùi — 78

EN

Gandha — odour — 78

VI

Rasa — vị — 79

EN

Rasa — taste — 79

VI

Ojā — dưỡng chất — 80

EN

Ojā — nutritive essence — 80

VI

Jīvita — mạng quyền của sắc — 81

EN

Jīvita — material life faculty — 81

VI

Sắc tính — sắc biểu hiện nam tính và nữ tính — 82

EN

Sex materiality — materiality that accounts for maleness and femaleness — 82

VI

Các bảng trong phần đề mục sắc — 84

EN

Tables for Meditation on Materiality — 84

Mục lục — ∩ / Contents — ∩

Đầu sách / Front matter - 5

VI

Thế nào là ý môn — 90

EN

What is the mind-door? — 90

VI

Cách phân tích nhóm sắc ở sáu môn — cách phân biệt sắc — 91

EN

Analysing material clusters at the six doors — discerning materiality — 91

VI

Sắc trong suốt của mắt — 92

EN

Transparent materiality of the eye — 92

VI

Sắc trong suốt của thân — 92

EN

Transparent materiality of the body — 92

VI

Nhãn tịnh sắc — 93

EN

Eye-sensitivity — 93

VI

Thân tịnh sắc — 94

EN

Body-sensitivity — 94

VI

Nhĩ tịnh sắc — 95

EN

Ear-sensitivity — 95

VI

Tỷ tịnh sắc — 96

EN

Nose-sensitivity — 96

VI

Thiệt tịnh sắc — 97

EN

Tongue-sensitivity — 97

VI

Nơi nương của thân — thân môn — 98

EN

The body's basis — the body-door — 98

VI

Ý môn — sắc ý vật — 99

EN

Mind-door and heart-base — 99

VI

Sự trong sáng của ý môn hữu phần và thân tịnh sắc — 100

EN

The clarity of the bhavaṅga mind-door and body-sensitivity — 100

VI

Ghi chú — 101

EN

Note — 101

VI

Hai mươi tám sắc — 103

EN

The twenty-eight kinds of materiality — 103

VI

(1) Bốn sắc đại chủng — 103

EN

(1) The four great elements — 103

VI

(2) Năm sắc tịnh (pasādarūpa), tức các sắc trong suốt — 103

EN

(2) The five kinds of sensitive or transparent materiality (pasādarūpa) — 103

VI

(3) Bảy sắc cảnh (gocararūpa) — 104

EN

(3) The seven kinds of objective materiality (gocararūpa) — 104

VI

(4) Hai sắc tính — 104

EN

(4) The two kinds of sex materiality — 104

VI

(5) Một sắc ý vật — 104

EN

(5) The heart-base — 104

VI

(6) Một sắc mạng quyền — 105

EN

(6) The material life faculty — 105

VI

(7) Một sắc vật thực — 105

EN

(7) Nutritive materiality — 105

VI

(8) Một sắc giới hạn — 106

EN

(8) Delimiting materiality — 106

VI

(9) Hai sắc biểu tri — 106

EN

(9) The two kinds of intimation — 106

VI

(10) Sắc biến hóa, năm loại hoặc ba loại — 106

EN

(10) Alterable materiality, five or three kinds — 106

VI

(11) Bốn sắc đặc tướng — 107

EN

(11) The four characteristics of materiality — 107

Mục lục — ๐ / Contents — ๐

Đầu sách / Front matter - 6

VI

Cách quán sắc do tâm sinh — 109

EN

How to discern consciousness-produced materiality — 109

VI

Cách quán sắc do thời tiết sinh — 110

EN

How to discern temperature-produced materiality — 110

VI

Cách quán sắc do vật thực sinh — 115

EN

How to discern nutriment-produced materiality — 115

VI

Một mẫu quán ở mắt — 128

EN

An example of discernment at the eye — 128

VI

Điểm cốt yếu cần ghi nhớ — 133

EN

Essential points to remember — 133

VI

Điều cần chú ý — 134

EN

A point to note — 134

VI

Cách quán đề mục tứ đại chi tiết — 138

EN

The detailed method of four-elements meditation — 138

VI

Bốn thân phần có hỏa đại trội — 139

EN

Four parts in which the fire element predominates — 139

VI

Sáu thân phần có phong đại trội — 140

EN

Six parts in which the wind element predominates — 140

VI

Chín nhóm sắc do nghiệp sinh — 142

EN

Nine kamma-produced material clusters — 142

VI

Tám nhóm sắc do tâm sinh — 143

EN

Eight consciousness-produced material clusters — 143

VI

Bốn nhóm sắc do thời tiết sinh — 147

EN

Four temperature-produced material clusters — 147

VI

Ba âm thanh — 148

EN

Three kinds of sound — 148

VI

Hai nhóm sắc do vật thực sinh — 149

EN

Two nutriment-produced material clusters — 149

VI

Cách quán bốn sắc đặc tướng — 150

EN

How to discern the four characteristics of materiality — 150

VI

Cách quán sắc sinh và diệt — 151

EN

How materiality arises and ceases — 151

VI

Khi nào cần quán “sắc, sắc” — 156

EN

When to contemplate “materiality, materiality” — 156

VI

Tính chất biến đổi — 157

EN

The characteristic of alteration — 157

VI

Điều cần ghi nhớ khi quán sắc — 158

EN

Points to remember when discerning materiality — 158

VI

Hãy thúc đẩy sự tinh cần — 158

EN

Arouse diligence — 158

VI

Phần hiểu biết rõ về oai nghi — 163

EN

Section on clear comprehension of bodily postures — 163

VI

Cách quán với sự hiểu biết rõ về oai nghi — 163

EN

How to contemplate bodily postures with clear comprehension — 163

VI

Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti — 177

EN

Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti — 177

VI

Một cách giải của vị soạn phụ chú giải — 179

EN

An interpretation by the subcommentator — 179

Mục lục — c / Contents — c

Đầu sách / Front matter - 7

VI

Khi đưa ra ví dụ thế gian — 181

EN

When giving an everyday simile — 181

VI

Các cách quán tương tự — 182

EN

Similar methods of contemplation — 182

VI

Bốn loại tỉnh giác (sampajañña) — 183

EN

Four kinds of clear comprehension (sampajañña) — 183

VI

Tóm lược điều cốt yếu cần nhớ khi quán — 187

EN

A summary of the essential points to remember in contemplation — 187

Phần đề mục sắc — Đề mục tứ đại / Meditation on Materiality — Four-elements meditation

Miến / Burmese 1

VI

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa.
Kính lễ Đức Thế Tôn, bậc A-la-hán, bậc Chánh Đẳng Giác.

EN

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa.
Homage to the Blessed One, the Arahant, the Perfectly Enlightened One.

VI

Để phân biệt và biết rõ sắc, danh cùng nhân và quả của chúng, tức các pháp hành trong hai dòng tương tục bên trong và bên ngoài suốt ba thời, bằng ba loại tuệ liễu tri (pariññā), trước hết phải phát triển một trong hai loại định: cận định và an chỉ định. Trong hai cuốn trước của Nibbānagāminipaṭipadā (bản lược), phần đề mục thiền chỉ đã trình bày về định và tâm thanh tịnh. Nay sẽ trình bày tiếp phần đề mục sắc, tức cách nhận diện và phân biệt bằng tuệ các pháp sắc thuộc kiến thanh tịnh.

EN

To distinguish and know materiality, mentality, their causes and effects, that is, the conditioned phenomena in the internal and external continuities across the three periods of time, by the three kinds of full understanding (pariññā), one must first develop one of two kinds of concentration, access concentration or absorption concentration. In the preceding volumes of the Nibbānagāminipaṭipadā (Abridged), the section on tranquillity meditation covered concentration and purification of mind. We now continue with the section on meditation on materiality, explaining how to discern and distinguish with wisdom the material phenomena that come under purification of view.

VI

Cách thực hành đề mục tứ đại tóm lược

EN

The brief method of four-elements meditation

VI

Duvidhañhi kammaṭṭhānaṃ — rūpakammaṭṭhānaṃ arūpakammaṭṭhānañca. Rūpapariggaho arūpapariggahotipi etadeva vuccati. Tattha bhagavā rūpakammaṭṭhānaṃ kathento saṅkhepamanasikāravasena vā vitthāramanasikāravasena vā catudhātuvavatthānaṃ katheti. (Abhi-ṭṭha 2,252; Ma-ṭṭha 1,280; Dī-ṭṭha 2,314.)

EN

Duvidhañhi kammaṭṭhānaṃ — rūpakammaṭṭhānaṃ arūpakammaṭṭhānañca. Rūpapariggaho arūpapariggahotipi etadeva vuccati. Tattha bhagavā rūpakammaṭṭhānaṃ kathento saṅkhepamanasikāravasena vā vitthāramanasikāravasena vā catudhātuvavatthānaṃ katheti. (Abhi-ṭṭha 2,252; Ma-ṭṭha 1,280; Dī-ṭṭha 2,314.)

References printed on this page: Abhi-ṭṭha, vol. 2, p. 252; Ma-ṭṭha, vol. 1, p. 280; Dī-ṭṭha, vol. 2, p. 314.

Dẫn thư in trên trang này: Abhi-ṭṭha, tập 2, tr. 252; Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 280; Dī-ṭṭha, tập 2, tr. 314.

Hai cách tác ý về tứ đại / Two ways of attending to the four elements

Miến / Burmese 2

VI

Phần thiền chỉ có bốn mươi đề mục thiền chỉ, tức phần định. Phần minh sát có hai loại là đề mục sắc và đề mục danh. Cũng gọi là phân biệt sắc (rūpapariggaha), tức nhận diện và phân biệt sắc bằng tuệ, và phân biệt danh (arūpapariggaha), tức nhận diện và phân biệt danh bằng tuệ. Khi dạy đề mục sắc, Đức Phật dạy cách xác định bốn đại (catudhātuvavatthāna), tức dùng tuệ phân biệt đặc tính riêng của mỗi đại, theo một trong hai cách:
1. Tác ý tóm lược.
2. Tác ý chi tiết.

EN

The tranquillity section has forty meditation subjects and deals with concentration. The insight section has two kinds of meditation, meditation on materiality and meditation on mentality. These are also called discernment of materiality (rūpapariggaha), distinguishing materiality with wisdom, and discernment of mentality (arūpapariggaha), distinguishing mentality with wisdom. In teaching meditation on materiality, the Buddha teaches the defining of the four elements (catudhātuvavatthāna), distinguishing the individual characteristic of each element with wisdom, either by (1) attention in brief or (2) attention in detail. (Abhi-ṭṭha 2,252; Ma-ṭṭha 1,280; Dī-ṭṭha 2,314.)

VI

Trong sách này, trước hết trình bày cách tu tập đề mục tứ đại tóm lược, sau đó trình bày cách tu tập chi tiết.

EN

This book presents the brief practice of four-elements meditation first and then explains the detailed practice.

VI

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu imameva kāyaṃ yathāṭhitaṃ yathāpaṇihitaṃ dhātuso paccavekkhati: “Atthi imasmiṃ kāye pathavīdhātu āpodhātu tejodhātu vāyodhātū”ti. (Ma 1,73.)

EN

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu imameva kāyaṃ yathāṭhitaṃ yathāpaṇihitaṃ dhātuso paccavekkhati: “Atthi imasmiṃ kāye pathavīdhātu āpodhātu tejodhātu vāyodhātū”ti. (Ma 1,73.)

VI

Lại nữa, này các tỳ-khưu, vị tỳ-khưu quán xét chính thân này, dù đang ở tư thế nào, được đặt như thế nào, theo các đại: “Trong thân này có địa đại, có thủy đại, có hỏa đại, có phong đại.” Vị ấy quán xét từng đại một theo cách ấy. (Ma 1,73.)

EN

Bhikkhus, further, a meditating bhikkhu discerns this very body, however it is placed or positioned, by way of the elements: “In this body there is the earth element, the water element, the fire element and the wind element.” He discerns each element in this way. (Ma 1,73.)

VI

Lời dạy trên là cách tu tập đề mục tứ đại trong phần tác ý các đại của kinh Mahāsatipaṭṭhāna. Hành giả hãy đưa bàn tay là tuệ vào giữa xương, gân…

EN

The passage above teaches four-elements meditation in the section on attention to the elements in the Mahāsatipaṭṭhāna Sutta. The meditator should insert the hand of wisdom between the bones and sinews …

References printed on this page: Abhi-ṭṭha, vol. 2, p. 252; Ma-ṭṭha, vol. 1, p. 280; Dī-ṭṭha, vol. 2, p. 314; Ma, vol. 1, p. 73.

Dẫn thư in trên trang này: Abhi-ṭṭha, tập 2, tr. 252; Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 280; Dī-ṭṭha, tập 2, tr. 314; Ma, tập 1, tr. 73.

Bốn sắc đại chủng và mười hai tính chất / The four great elements

Miến / Burmese 3

VI

…thịt và da của thân này. Hãy dùng tuệ soi xét để biết và thấy đặc tính riêng của từng đại: địa, thủy, hỏa và phong. Nếu chưa thể thấy dễ dàng ngay như vậy, hãy đưa bàn tay là tuệ vào giữa xương, gân, thịt và da, rồi lần lượt quán từ đầu đến bàn chân, từ bàn chân lên đầu, theo cách dưới đây.

EN

… between the flesh and skin of this body. Direct wisdom there to see and know the individual characteristics of earth, water, fire and wind. If these are difficult to see immediately, insert the hand of wisdom between the bones, sinews, flesh and skin, and examine from the head down to the feet and from the feet up to the head as follows.

VI

1. Địa đại (pathavīdhātu)
Ba tính chất của địa đại thô: cứng, nhám, nặng.
Ba tính chất của địa đại nhẹ: mềm, trơn, nhẹ.

EN

1. Earth element (pathavīdhātu)
Three coarse qualities: hardness, roughness and heaviness.
Three light qualities: softness, smoothness and lightness.

VI

2. Thủy đại (āpodhātu)
Chảy và kết dính.

EN

2. Water element (āpodhātu)
Flowing and cohesion.

VI

3. Hỏa đại (tejodhātu)
Nóng và lạnh.

EN

3. Fire element (tejodhātu)
Heat and cold.

VI

4. Phong đại (vāyodhātu)
Nâng đỡ và đẩy.

EN

4. Wind element (vāyodhātu)
Supporting and pushing.

VI

Cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ là đặc tính của địa đại…

EN

Hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness are characteristics of the earth element …

Quán từng tính chất khắp thân / Discerning each quality throughout the body

Miến / Burmese 4

VI

…Chảy và kết dính là đặc tính của thủy đại. Nóng và lạnh là đặc tính của hỏa đại. Nâng đỡ là đặc tính của phong đại, còn đẩy là phận sự của phong đại.

EN

… flowing and cohesion are characteristics of the water element, and heat and cold are characteristics of the fire element. Supporting is the characteristic of the wind element, and pushing is its function.

VI

Trước hết hãy an lập lại tứ thiền niệm hơi thở đã đạt. Nếu muốn, có thể an lập định đến tứ thiền kasiṇa trắng. Mỗi lần ngồi thiền hãy nhớ an lập định. Sau đó:

EN

First re-establish the fourth jhāna of mindfulness of breathing that you have already attained. If you wish, establish concentration up to the fourth jhāna of the white kasiṇa. Remember to establish concentration each time you sit. Then proceed as follows.

VI

1. Bắt đầu nơi tính cứng hiện rõ, quán để thấy tính cứng khắp thân, từ đầu đến bàn chân. Cũng theo cách ấy:
2. Bắt đầu nơi tính nhám hiện rõ, quán tính nhám. Pe.
3. Bắt đầu nơi tính nặng hiện rõ, quán tính nặng. Pe.
4. Bắt đầu nơi tính mềm hiện rõ, quán tính mềm. Pe.
5. Bắt đầu nơi tính trơn hiện rõ, quán tính trơn. Pe.
6. Bắt đầu nơi tính nhẹ hiện rõ, quán tính nhẹ. Pe.
7. Bắt đầu nơi tính chảy hiện rõ, quán tính chảy. Pe.
8. Bắt đầu nơi tính kết dính hiện rõ, quán tính kết dính. Pe.
9. Bắt đầu nơi tính nóng hiện rõ, quán tính nóng. Pe.
10. Bắt đầu nơi tính lạnh hiện rõ, quán tính lạnh. Pe.
11. Bắt đầu nơi tính nâng đỡ hiện rõ, quán tính nâng đỡ. Pe.
12. Bắt đầu nơi tính đẩy hiện rõ, quán để thấy tính đẩy khắp thân, từ đầu đến bàn chân.

EN

1. Starting where hardness is distinct, discern hardness throughout the body from the head down to the feet. In the same way:
2. Starting where roughness is distinct, discern roughness. Pe.
3. Starting where heaviness is distinct, discern heaviness. Pe.
4. Starting where softness is distinct, discern softness. Pe.
5. Starting where smoothness is distinct, discern smoothness. Pe.
6. Starting where lightness is distinct, discern lightness. Pe.
7. Starting where flowing is distinct, discern flowing. Pe.
8. Starting where cohesion is distinct, discern cohesion. Pe.
9. Starting where heat is distinct, discern heat. Pe.
10. Starting where cold is distinct, discern cold. Pe.
11. Starting where supporting is distinct, discern supporting. Pe.
12. Starting where pushing is distinct, discern pushing throughout the body from the head down to the feet.

Bắt đầu bằng tính đẩy / Begin with pushing

Miến / Burmese 5

VI

Trong mười hai tính chất của các đại này, dù quán tính chất nào, hãy thấy tính chất ấy lan khắp thân, có mặt khắp thân. Trước hết hãy thử quán tính cứng để thấy nó khắp thân. Nếu thành công, tiếp tục quán các tính chất còn lại. Nếu chưa thành công, hãy bắt đầu quán tính đẩy. Tính đẩy hỗ trợ rất nhiều để thấy các tính chất còn lại bằng tuệ.

EN

Whichever of these twelve elemental qualities you examine, discern it throughout the whole body. See it everywhere in the body. First try to discern hardness throughout the body. If you succeed, continue with the other elements. If you do not succeed, begin with pushing. Pushing is a great help in discerning the other elemental qualities with wisdom.

VI

Bắt đầu từ chữ tròn “ဝ”

EN

Begin with the round letter “ဝ”

VI

Trong ba mươi ba chữ cái, tuy có thứ tự bắt đầu bằng ka và kha, khi dạy trẻ nhỏ người ta bắt đầu với chữ tròn “ဝ” vì chữ ấy dễ học. Cũng vậy, tính đẩy của phong đại giống như chữ “ဝ”. Nhiều hành giả thấy tính ấy dễ quán. Vì thế nếu cách trên chưa thành công, hãy bắt đầu từ tính dễ như chữ “ဝ”.

EN

Although the thirty-three consonants begin with ka and kha, a young child is first taught the round letter “ဝ” because it is easy. The pushing quality of the wind element is like the letter “ဝ”. Many meditators find it easy to discern. Therefore, if the method above has not worked, begin with the equivalent of the round letter “ဝ”.

VI

Vị thiện nhân hãy đặt tâm tu tập ở khoảng giữa đỉnh đầu. Mỗi khi hơi thở vào hay ra, hãy soi bằng tuệ ngay nơi ấy để thấy tính đẩy. Trong khi thở vào và thở ra, hãy liên tục soi bằng tuệ tính đẩy. Đừng nhìn hơi. Nó giống như sức đẩy phía trong má khi thổi ống. Khi thấy tính đẩy, chỉ đặt tâm tu tập yên tĩnh trên tính đẩy ấy.

EN

Place your meditation mind roughly at the centre of your head. Each time you breathe in and each time you breathe out, direct wisdom to that very spot and look for the quality of pushing. With each inhalation and exhalation, keep directing wisdom to the pushing. Do not observe the breath. The pushing resembles the pressure inside your cheeks when you blow into a flute. When you find it, let your meditation mind settle quietly on pushing alone.

VI

Nếu vẫn chưa thành công, hãy an lập lại tứ thiền niệm hơi thở đã đạt hoặc, nếu muốn, tứ thiền kasiṇa trắng…

EN

If you still do not succeed by this method, take up the concentration of the fourth jhāna of mindfulness of breathing that you have already attained or, if you wish, that of the fourth jhāna of the white kasiṇa …

Nhận ra tính đẩy trong toàn thân / Recognizing pushing throughout the body

Miến / Burmese 6

VI

…Hãy an lập lại định. Khi sức định đã mạnh, hãy quán tính đẩy một lần nữa theo cách trên.

EN

… and develop that concentration again. Once the power of concentration is full, discern pushing again as described above.

VI

Tứ thiền niệm hơi thở hoặc tứ thiền kasiṇa trắng, như đã trình bày trước trong sách này, là nền tảng và là nhân trợ giúp cho minh sát của vị thiện nhân. Hãy phát triển định ấy cho đến khi có đủ sức mạnh và ánh sáng mạnh. Đây là một nguyên tắc cần theo mỗi lần ngồi thiền, nhất là khi gặp khó khăn.

EN

As explained earlier in this work, the fourth jhāna of mindfulness of breathing or the fourth jhāna of the white kasiṇa serves as a foundation and supporting condition for your insight. Develop this concentration until it has sufficient power and the light is strong. Follow this instruction every time you sit, especially when you encounter difficulties.

VI

Khi thấy rõ tính đẩy bên trong đầu, hãy giữ tâm tu tập yên tĩnh trên chính tính đẩy ấy. Khi tâm an trú yên tĩnh trên đó, tính đẩy sẽ hiện càng rõ. Khi nó hiện rõ, hãy từng bước quán bằng tuệ cho đến khi thấy rõ tính đẩy từ bên trong đầu đến bên ngoài đầu. Hãy đưa bàn tay là tuệ vào giữa xương, gân, thịt và da mà quán. Khi thấy rõ tính đẩy khắp đầu, hãy hướng tuệ xuống cổ, ngực, bụng và toàn thân. Đưa bàn tay là tuệ vào giữa xương, gân, thịt và da để quán. Khi thấy rõ tính đẩy khắp thân từ đầu đến chân, vị thiện nhân đã thành công trong việc quán một tính chất của đại. Như vậy đã viết được một chữ “o” trọn vẹn. Nếu khi hơi thở vào ra…

EN

When pushing becomes distinct inside the head, let the meditation mind rest quietly on that very quality. As the mind settles on it, pushing becomes clearer. Once it is clear, gradually examine with wisdom until you see pushing from the inside of the head to the outside. Insert the hand of wisdom between the bones, sinews, flesh and skin. Once pushing is distinct throughout the head, extend wisdom down through the neck, chest, abdomen and whole body. Insert the hand of wisdom between the bones, sinews, flesh and skin as you examine. When you see pushing clearly throughout the body, from the head to the feet, you have successfully discerned one elemental quality. You have now written one complete letter “o”. If, as you breathe in and out …

Từ tính đẩy đến tính cứng và tính nhám / From pushing to hardness and roughness

Miến / Burmese 7

VI

…tính đẩy chưa hiện rõ ở nơi đang đặt tâm, hoặc nếu tâm muốn bắt đầu quán ở bụng hơn, cũng có thể bắt đầu từ chỗ tính đẩy hiện rõ ở bụng. Từ đó tiếp tục quán để thấy tính đẩy khắp toàn thân.

EN

… pushing is hard to distinguish where you are attending, or you are more inclined to start in the abdomen, begin where pushing is distinct in the abdomen. From there proceed in the same way until you see it throughout the whole body.

VI

Khi thấy rõ một tính chất đẩy khắp toàn thân, theo cách ấy hãy bắt đầu ở nơi tính cứng hiện rõ, nhất là chỗ hai hàm răng chạm nhau. Quán cho đến khi thấy tính cứng khắp thân. Khi đã rõ, hãy quán đi quán lại hai tính chất đẩy và cứng. Hãy tập làm chủ hai tính ấy trong mọi oai nghi, như đi, đứng và ngồi.

EN

Once pushing is distinct throughout the body, proceed in the same way with hardness. Begin at a spot where hardness is distinct, such as where the teeth of the two jaws meet. Discern hardness throughout the body. When it becomes distinct, observe pushing and hardness over and over. Try to discern them in every posture, whether walking, standing or sitting.

VI

Khi quán đi quán lại đẩy và cứng, có thể thấy bằng tuệ tính nhám, tức thô ráp. Có thể thấy tính nhám như khi lấy tay vuốt thân thể. Nếu chưa thấy, bắt đầu ở nơi tính nhám hiện rõ. Lật bàn tay lên, dùng lòng bàn tay chà vào y. Lấy lưỡi chà lên đầu răng trên. Có thể thấy rõ tính nhám. Khi nó hiện rõ, bắt đầu ở nơi ấy và tiếp tục quán để thấy tính nhám khắp thân. Nếu chưa thành công, ở nơi tính nhám hiện rõ, hãy quán chung với đẩy và cứng. Nương vào tính đã hiện rõ để tìm ra tính chưa hiện, như dùng voi đã thuần để dụ bắt voi rừng. Nếu thành công thì tốt. Nếu chưa thành công, hãy an lập lại…

EN

By repeatedly discerning pushing and hardness, you may see roughness with wisdom, a quality like the roughness felt when rubbing the body with the hand. If you do not see it, begin at a spot where roughness is distinct. Turn the hand over and rub its palm against the robe. Rub the tongue against the tips of the upper teeth. You may then see roughness distinctly. Starting there, discern it throughout the body. If you do not succeed, take roughness where it is distinct and discern it together with pushing and hardness. Use a quality already clear to find one that is unclear, as a tame elephant is used to lure and catch a wild one. If this succeeds, well and good. If it does not, re-establish …

Tính nặng và tính nâng đỡ / Heaviness and supporting

Miến / Burmese 8

VI

…các định thiền đã đạt.

EN

… the jhāna concentrations you have already attained.

VI

Samāhito yathābhūtaṃ jānāti passati. (Aṅ 3,259.)
Người có định biết và thấy đúng như thật, không sai lệch. Vì Đức Phật đã dạy như vậy, hãy an lập lại cho định được đầy đủ sức mạnh. Khi định đã mạnh, hãy quán lại các tính đẩy, cứng và nhám.

EN

Samāhito yathābhūtaṃ jānāti passati. (Aṅ 3,259.)
One who is concentrated knows and sees things as they really are, without distortion. As the Buddha taught this, develop concentration again until its power is full. When concentration is strong, return to discerning pushing, hardness and roughness.

VI

Khi đã thành công, bắt đầu ở nơi tính nặng hiện rõ và quán để thấy tính nặng khắp thân. Nếu chưa rõ, hãy dùng mông ấn nhẹ xuống chỗ ngồi, hoặc ấn nhẹ bàn tay đặt trên đùi. Khi thành công, hãy ghi nhận. Hãy quán đi quán lại các tính đẩy, cứng, nhám và nặng. Dù chỉ quán một tính chất, nếu các tính chất khác cùng hiện rõ trong tuệ thì càng tốt.

EN

When you succeed, begin at a spot where heaviness is distinct and discern it throughout the body. If it is unclear, press your buttocks slightly against the seat, or press down gently on the hand resting on the thigh. When you succeed, take note of it. Repeatedly discern pushing, hardness, roughness and heaviness. If the other qualities also become clear to wisdom while you discern just one quality, so much the better.

VI

Sau đó tiếp tục quán tính nâng đỡ. Ví như một căn nhà sắp đổ được chống bằng một cây gỗ, nhờ thế đứng vững không sụp, trong thân này cũng có tính chất nâng đỡ và duy trì tư thế. Khi đi, nó nâng đỡ để thân đi không ngã. Khi đứng, nó nâng đỡ để thân đứng không ngã. Khi ngồi, nó nâng đỡ để thân ngồi không ngã. Khi nằm, nó nâng đỡ và duy trì tư thế nằm…

EN

Next discern supporting. Just as a house that is about to collapse stands firm when propped up with a piece of timber, this body has a quality that supports it and maintains its posture. When you walk, it supports the body in walking so that it does not fall. When you stand, it supports the body in standing so that it does not fall. When you sit, it supports the body in sitting so that it does not fall. When you lie down, it supports and maintains the lying posture …

References printed on this page: Aṅ, vol. 3, p. 259.

Dẫn thư in trên trang này: Aṅ, tập 3, tr. 259.

Nhận ra tính nâng đỡ và tính mềm / Recognizing supporting and softness

Miến / Burmese 9

VI

…Đó là tính nâng đỡ. Nếu quán tính nâng đỡ cùng với tính cứng, có thể hiểu dễ hơn. Nếu nó chưa rõ, hãy hơi nghiêng người, rồi dùng tuệ thấy cái nâng đỡ, giữ cho thân đứng vững, không ngã. Có thể thành công. Khi thành công, tiếp tục thấy tính nâng đỡ khắp thân. Quán cùng tính cứng, như thấy sự nâng đỡ giữ thân trong mỗi tư thế không ngã, giống một căn nhà được chống bằng cột. Do dễ nhận ra theo cách ấy, ở đây dạy quán phong đại nâng đỡ sau khi đã quán cứng, nhám và nặng của địa đại thô. Đó là cách tiến từ dễ đến khó.

EN

… This is supporting. It may be easier to discern supporting together with hardness. If supporting is unclear, lean the body slightly and discern with wisdom the support that keeps it from falling. When you succeed, continue until you see supporting throughout the body. Discern it with hardness, seeing the support that keeps the body from falling in each posture, like a house held up by a prop. Because this makes it easier to see, supporting, a quality of the wind element, is taught here after the three coarse qualities of earth, hardness, roughness and heaviness. This proceeds from the easier to the more difficult.

VI

Khi thành công, hãy nhiều lần quán đi quán lại năm tính chất đẩy, cứng, nhám, nặng và nâng đỡ. Đó là mài lưỡi dao tuệ cho sắc trên hòn đá quý là định. Khi đã thành thạo, quán tiếp tính mềm. Hãy dùng lưỡi chạm nhẹ vào phía trong môi dưới, lấy tính mềm làm cảnh. Có thể nhận ra tính mềm dịu. Hãy giữ tâm tu tập yên tĩnh trên tính mềm ấy.

EN

Once you succeed, discern pushing, hardness, roughness, heaviness and supporting over and over. This sharpens the blade of wisdom on the whetstone of concentration. Once you have mastered this, proceed to softness. Touch the inside of the lower lip gently with the tongue and take softness as your object. You may discern the gentle softness there. Let the meditation mind rest quietly on that softness.

VI

Khi nó hiện rõ, tiếp tục quán để thấy tính mềm từ bàn chân đến đỉnh đầu, khắp toàn thân. Hãy cố gắng thấy tính mềm khắp thân như một khối bông đã được đánh tơi.

EN

Once it is clear, continue from the soles of the feet to the top of the head until you see softness throughout the body. Try to see the whole body as soft as a mass of fluffed cotton.

VI

Khi đã thấy tính mềm một cách thuần thục…

EN

When you can discern softness well …

Tính trơn, nhẹ và nóng / Smoothness, lightness and heat

Miến / Burmese 10

VI

…hãy quán tiếp tính trơn. Dùng lưỡi chạm vào bên trong môi, nơi đã thấy tính mềm, cho ướt bằng nước bọt rồi vuốt nhẹ. Có thể thấy tính trơn. Hãy giữ tâm tu tập yên tĩnh trên tính trơn ấy. Khi nó hiện rõ, tiếp tục quán để thấy nó khắp thân, như thấy một thân được thoa dầu, trơn nhẵn khi vuốt.

EN

… go on to discern smoothness. Moisten the soft inner surface of the lip with saliva and gently stroke it with the tongue. You may then see smoothness. Let the meditation mind rest quietly on that smoothness. Once it is clear, discern it throughout the whole body, as if stroking a body made smooth by oil.

VI

Khi thấy như vậy, quán tiếp tính nhẹ. Nếu quán đi quán lại tính mềm và trơn, tính nhẹ có thể tự nhiên hiện rõ trong tuệ của vị thiện nhân. Nếu chưa rõ, hãy nhẹ nhàng nhấc một ngón tay hay một bàn tay đang đặt trên đùi. Tính nhẹ có thể hiện rõ. Nếu chưa rõ, quán lại tính nặng. Khi thấy rõ tính nặng khắp thân, hãy chậm rãi nhấc một ngón tay đang đặt trên đùi như trên. Hãy chú tâm xem tính nhẹ. Có thể thấy rõ tính nhẹ, như một miếng bông bay trong gió.

EN

Then discern lightness. Repeatedly discerning softness and smoothness may make lightness apparent to wisdom. If it is unclear, gently lift a finger or a hand resting on the thigh. Lightness may then become clear. If it is still unclear, return to discerning heaviness. Once heaviness is distinct throughout the body, slowly lift a finger from the thigh as before and attend carefully to lightness. You may see lightness distinctly, like a piece of cotton floating in the wind.

VI

Cứng, nhám, nặng, mềm, trơn và nhẹ thuộc địa đại. Nâng đỡ và đẩy thuộc phong đại. Hãy nhận diện tám tính chất của các đại này rồi quán nhiều lần. Khi đã thành thạo, quán tiếp tính nóng của hỏa đại. Khi đặt bàn tay phải lên bàn tay trái, có thể thấy tính nóng trong bàn tay phải. Lấy tính nóng ấy làm cảnh mà quán. Cũng có thể quán ở bất cứ chỗ nào trên thân mà tính nóng hiện rõ. Khi soi xét tính nóng như vậy…

EN

Hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness belong to the earth element. Supporting and pushing belong to the wind element. Discern these eight qualities repeatedly. Once proficient, go on to discern the heat of the fire element. When you put the right hand on the left, you may discern the heat in the right hand. Take that heat as your object. You may also discern heat wherever it is distinct in the body. As you examine heat in this way …

Tính lạnh, kết dính và chảy / Cold, cohesion and flowing

Miến / Burmese 11

VI

…và tính nóng hiện rõ trong tuệ, hãy đưa bàn tay là tuệ vào giữa xương, gân, thịt và da, quán để thấy rõ tính nóng khắp thân.

EN

… and heat becomes distinct to wisdom, insert the hand of wisdom between the bones, sinews, flesh and skin so that you discern heat distinctly throughout the body.

VI

Khi thành công, tiếp tục quán tính lạnh. Có thể quán ở bất cứ nơi nào tính lạnh hiện rõ. Nếu khó tìm, hãy quán để thấy tính lạnh ở đầu mũi khi hơi vào. Chỉ lấy tính lạnh làm cảnh. Khi nó dần hiện rõ, tiếp tục quán tính lạnh khắp thân.

EN

When you succeed, go on to discern cold. Begin wherever cold is distinct. If you cannot readily find such a spot, look for cold at the tip of the nose as you breathe in. Take cold alone as the object. When it gradually becomes distinct, discern cold throughout the body.

VI

Khi thấy tính lạnh từ bàn chân đến đỉnh đầu, việc quán hỏa đại đã thành công. Như vậy đã nhận ra mười tính chất: cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ, nóng, lạnh, nâng đỡ và đẩy. Nếu nhiều lần quán đi quán lại mười tính ấy, đặc tính kết dính của thủy đại có thể hiện rõ trong tuệ. Nếu đã cố gắng mà tính kết dính chưa rõ, hãy chỉ quán đi quán lại hai tính đẩy và cứng. Tính kết dính sẽ hiện rõ. Đó là tính chất giữ thân gắn kết, như lấy dây buộc chặt toàn thân.

EN

When you discern cold from the feet to the top of the head, you have succeeded in discerning the fire element. You have now found ten qualities: hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness, lightness, heat, cold, supporting and pushing. If you alternate among these ten qualities repeatedly, the characteristic of cohesion belonging to the water element may become clear to wisdom. If cohesion remains unclear despite your efforts, repeatedly discern just pushing and hardness. Cohesion will then become clear. It is the quality that holds the entire body together, as though it were bound tightly with a cord.

VI

Khi thấy rõ tính kết dính bằng tuệ, bắt đầu ở một nơi tính chảy hiện rõ và quán để thấy tính chảy. Nếu chưa nhận ra, hãy bắt đầu từ gốc răng, nơi nước bọt chảy ra, rồi quán cho đến khi thấy tính chảy khắp thân…

EN

When you discern cohesion distinctly with wisdom, discern flowing at a spot where it is distinct. If you cannot find it, start at the roots of the teeth where saliva seeps out and discern flowing until you see it throughout the body …

Quán đủ mười hai tính chất theo thứ tự / Discerning all twelve qualities in sequence

Miến / Burmese 12

VI

…Vị thiện nhân đã thuần thục quán ba mươi hai thân phần cũng đã biết cách quán mười hai thân phần có thủy đại trội. Khi đặt tâm quán một thân phần có tính chảy trội, như máu, việc này càng dễ. Nếu thấy được tính chảy khắp thân, như dòng nước chảy lên xuống, thì đã thành công trong việc quán hai tính của thủy đại. Lúc ấy hãy quán đi quán lại mười hai tính theo thứ tự: đẩy, cứng, nhám, nặng, nâng đỡ, mềm, trơn, nhẹ, nóng, lạnh, kết dính và chảy. Mỗi lần quán một tính, hãy cố thấy rõ khắp thân từ bàn chân đến đỉnh đầu, từ đầu đến chân. Sau đó tập thấy nhanh. Mỗi lượt đủ mười hai tính là một vòng. Hãy tập được hai hoặc ba vòng trong một phút.

EN

… A practitioner proficient in discerning the thirty-two parts of the body already knows how to discern the twelve parts in which the water element predominates. It may be easier to attend to a part in which flowing predominates, such as blood. If you can discern flowing throughout the body, like a stream of water flowing up and down, you have succeeded in discerning both qualities of the water element. Repeatedly discern the twelve qualities in this order: pushing, hardness, roughness, heaviness, supporting, softness, smoothness, lightness, heat, cold, cohesion and flowing. Each time you discern a quality, try to see it distinctly throughout the body, from the feet up to the head and from the head down to the feet. Then train to see it quickly. Going through the twelve qualities once is one round. Practise until you can discern two or three rounds in a minute.

VI

Khi đã thành công theo cách luyện tập trên, đã học được chữ “o”. Bấy giờ hãy đổi sang quán theo thứ tự Đức Phật dạy: cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ, chảy, kết dính, nóng, lạnh, nâng đỡ, đẩy. Cũng như khi đã viết thạo chữ “o” thì học lại theo thứ tự ka, kha v.v. Khi đã quán nhanh theo thứ tự lời dạy:

EN

When you succeed by training in this way, you have learned the round letter “o”. Now change to the sequence taught by the Buddha: hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness, lightness, flowing, cohesion, heat, cold, supporting and pushing. It is like returning to the order ka, kha and so on once you have learned to write the round letter. When you can discern quickly in the order of the teaching:

VI

Taṃ taṃ anusārinā ñāṇahatthena vinibbhujitvā vinibbhujitvā … (Visuddhi 1,347.)

EN

Taṃ taṃ anusārinā ñāṇahatthena vinibbhujitvā vinibbhujitvā … (Visuddhi 1,347.)

VI

Hãy đưa bàn tay là tuệ vào giữa xương, gân, thịt và da, dùng tuệ phân biệt riêng từng đặc tính của bốn đại…

EN

Insert the hand of wisdom between the bones, sinews, flesh and skin. With wisdom, distinguish separately the individual characteristics of each of the four elements …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 347.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 347.

Quán toàn thân và nhận diện từng đại / Surveying the entire body and identifying each element

Miến / Burmese 13

VI

…Cách quán ấy đã thành công, nhưng con đường chưa đến cuối. Có hành giả quán các tính chất của đại như vậy mà đã thấy các nhóm sắc. Cũng có hành giả chưa thấy. Người chưa thấy các nhóm sắc hãy thực hành theo lời:

EN

… In this way the task of discerning has succeeded, but the path has not yet come to its end. Some meditators see material clusters while discerning the qualities in this way. Others do not yet see them. Those who do not see material clusters should practise in accordance with this instruction:

VI

Sakalampi attano rūpakāyaṃ āvajjetvā. (Visuddhi 1,346.)

EN

Sakalampi attano rūpakāyaṃ āvajjetvā. (Visuddhi 1,346.)

VI

Hướng tuệ đến toàn bộ sắc thân của chính mình. Theo chỉ dẫn của Visuddhimagga, hãy nhìn bao quát thân mình từ phía trên và quán mười hai tính: cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ, chảy, kết dính, nóng, lạnh, nâng đỡ và đẩy. Hãy tập nhìn bao quát toàn thân. Khi nhìn bao quát từ phía đầu, nhiều hành giả có thể thấy đầu trở nên nặng cứng, không chịu nổi sau một thời gian. Vì vậy hãy bắt đầu khoảng cổ trở xuống, nhìn bao quát và quán mười hai tính. Nếu có thể quán như vậy, chỉ lấy các tính chất của đại làm cảnh, đừng lấy thân làm cảnh. Khi thấy nhanh và rõ cả mười hai tính bằng tuệ, đến mức chúng như hiện đồng thời, hãy nhận diện cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ là địa đại, chảy và kết dính là thủy đại, nóng và lạnh là hỏa đại, nâng đỡ và đẩy là phong đại.

EN

Direct wisdom to the whole of your own material body. As instructed in the Visuddhimagga, survey your whole body from above and discern the twelve qualities: hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness, lightness, flowing, cohesion, heat, cold, supporting and pushing. Train to survey the entire body. After surveying it from the head for some time, many meditators find that their head becomes unbearably heavy and hard. Therefore, survey from about the neck down and discern the twelve qualities. If you can discern them in this way, take only the elemental qualities as your object. Do not take the body as the object. Once you discern all twelve qualities so quickly and clearly with wisdom that they seem to appear together, identify hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness as earth element, flowing and cohesion as water element, heat and cold as fire element, and supporting and pushing as wind element.

VI

Chưa thấy cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ thì chưa nên quán gọi là địa đại. Chưa thấy chảy, kết dính thì chưa nên quán gọi là thủy đại. Chưa thấy nóng, lạnh thì chưa nên quán gọi là hỏa đại. Chưa thấy nâng đỡ, đẩy thì chưa nên quán gọi là phong đại…

EN

Do not discern them under the name “earth element” before you see hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness. Do not discern them under the name “water element” before you see flowing and cohesion. Do not discern them under the name “fire element” before you see heat and cold. Do not discern them under the name “wind element” before you see supporting and pushing …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 346.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 346.

Điểm cần ghi nhớ — Quán cho cân bằng các đại / Points to remember — Balancing the elements

Miến / Burmese 14

VI

…Hãy nhớ giữ cho đề mục không chỉ là lời nói. Nếu chưa thấy những tính chất ấy, trước hết hãy luyện để thấy. Chỉ khi từng tính chất đã được biết rõ, phân biệt rành rẽ bằng tuệ, hiện rõ như viên hồng ngọc trong lòng bàn tay, mới quán trong một thời gian dài là địa, thủy, hỏa, phong. Hãy giữ tâm tu tập yên tĩnh trên cảnh bốn đại và an lập định.

EN

… Take care that the meditation does not become a matter of mere words. If you do not yet see those qualities, first train to see them. Only when each quality is distinctly known and distinguished with wisdom, as plainly as a ruby in the palm of the hand, should you spend a period discerning earth, water, fire and wind. Let the meditation mind rest quietly on the four great elements as its object and develop concentration.

VI

(a) Quán cho cân bằng các đại

EN

(a) Discern the elements in balance

VI

Dù ở giai đoạn quán cho hiện rõ từng tính chất trong mười hai tính cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ, chảy, kết dính, nóng, lạnh, nâng đỡ và đẩy, hay ở giai đoạn quán địa, thủy, hỏa, phong, đừng chỉ chú ý một tính chất, một đại duy nhất quá lâu. Làm như vậy đại ấy có thể trở nên quá trội. Khi đó, nhất là khi cứng, đẩy hay nóng quá trội, hành giả có thể không chịu nổi. Cũng vậy, khi mềm, nhẹ hay kết dính quá trội thì cũng có thể không chịu nổi. Đại nào quá trội có thể làm trở ngại việc tu tập đến mức không đạt định. Vì thế đừng chỉ chú tâm quá lâu vào một đại. Hãy giữ cho bốn đại cân bằng khi quán.

EN

Whether you are discerning each of the twelve qualities, hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness, lightness, flowing, cohesion, heat, cold, supporting and pushing, or discerning earth, water, fire and wind, do not stay too long with just one quality or element. It may become excessive. This can be unbearable, especially when hardness, pushing or heat becomes excessive. Likewise, excessive softness, lightness or cohesion can also be unbearable. The excessive element can obstruct the practice at each sitting, so that concentration is not attained. Therefore, do not focus on one element for too long. Keep all four elements balanced as you discern them.

Các đại được nhận ra lần lượt ở những vị trí khác nhau / Drawing the elements from one place to another

Miến / Burmese 15

VI

Ruppanañcettha sītādivirodhipaccayasannipāte visadisuppatti. [CHƯA XÁC MINH dạng chuyển tự của câu Pāli.] (Mahāṭīkā 2,86.)

EN

Ruppanañcettha sītādivirodhipaccayasannipāte visadisuppatti. (Mahāṭīkā 2,86.)

VI

Sắc có đặc tính bị biến đổi (ruppana). Sự biến đổi ấy nghĩa là do các duyên đối nghịch như lạnh và nóng, dòng sắc sinh sau khác với dòng sắc đã sinh trước. (Mahāṭīkā 2,86.)

EN

Material phenomena have the characteristic of alteration (ruppana). This alteration means that under opposing conditions such as cold and heat, the later succession of material phenomena arises unlike the earlier succession. (Mahāṭīkā 2,86.)

VI

Pháp chân đế diệt ngay tại nơi nó sinh. Nó không chuyển từ chỗ này sang chỗ khác. Vì vậy khi bắt đầu quán tính đẩy từ trong đầu, đừng kéo tính đẩy sinh trong đầu xuống dần cho đến bàn chân. Tính đẩy hiện hữu khắp thân. Hãy dùng tuệ tìm và thấy tính đẩy ngay ở từng nơi nó hiện rõ, khắp thân. Đối với những tính chất khác, cũng hiểu như vậy. Bốn đại hiện hữu khắp thân, dù ở vị trí nào hay bộ phận nào. Chừng nào sức trợ giúp của các duyên còn tồn tại, các sắc là quả vẫn sinh khởi liên tục. Dòng sắc sinh trước và dòng sắc sinh sau khác nhau, nhưng sự sinh diệt nối tiếp diễn ra theo cùng một cách. Vì thế sắc không chuyển từ nơi này sang nơi khác. Do sức của các duyên, ở các vị trí khác nhau lại có những sắc mới…

EN

Ultimate phenomena cease in the very place where they arise. They do not move from one place to another. Thus, when you begin discerning pushing inside the head, do not suppose that the pushing arising inside the head is gradually drawn down to the feet. Pushing is distinct throughout the body. Search with wisdom for the pushing that is distinct at each place throughout the body. Understand the other qualities in the same way. All four great elements are present in each part of the body. As long as the supporting power of the conditions persists, the resultant material phenomena keep arising. The earlier and later successions of materiality differ, but their uninterrupted arising and ceasing follows the same pattern. Therefore material phenomena do not move from place to place. By the power of the conditions, new material phenomena arise at different locations …

References printed on this page: Mahāṭīkā, vol. 2, p. 86.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 2, tr. 86.

Sáu tính chất của địa đại / The six qualities of the earth element

Miến / Burmese 16

VI

Các sắc mới liên tục sinh lên. Vì vậy, đừng đem tính chất đã nhận biết ở chỗ này gán sang chỗ khác.

EN

… over and over. Accordingly, remember that a quality of an element cannot be drawn from one place to another.

VI

(c) Cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ. Trong Kinh, khi giảng địa đại, Đức Phật nêu hai tính chất kakkaḷa, tức cứng, và kharigata, tức nhám. Trong Thanh tịnh đạo cũng giảng theo cách ấy. Nhưng khi phân tích xúc xứ trong Dhammasaṅgaṇī, Ngài dạy: “Kakkaḷaṃ mudukaṃ saṇhaṃ pharusaṃ (sukhasamphassaṃ dukkhasamphassaṃ) garukaṃ lahukaṃ.” Đó là cứng, mềm, trơn, nhám, xúc dễ chịu, xúc khó chịu, nặng và nhẹ.

EN

(c) Hardness, roughness and heaviness — softness, smoothness and lightness. In the Sutta Piṭaka, the Buddha teaches the earth element in two ways: kakkaḷa, hardness, and kharigata, roughness (Ma 2,84). In its explanation of the brief method, the Visuddhimagga likewise explains only hardness and roughness: thaddhākāro vā pharusākāro vā (Visuddhi 1,346). This work follows the Abhidhamma Piṭaka in presenting six qualities of the earth element for discernment. The Abhidhamma Piṭaka says:
Kakkaḷaṃ mudukaṃ saṇhaṃ pharusaṃ (sukhasamphassaṃ dukkhasamphassaṃ) garukaṃ lahukaṃ. (Abhi 1,170.)

VI

Aṭṭhasālinī giải thích: cứng là rắn chắc, mềm là không rắn chắc, trơn là nhẵn, nhám là thô ráp, xúc dễ chịu là xúc làm duyên cho thọ lạc, xúc khó chịu là xúc làm duyên cho thọ khổ, nặng là có sức nặng, nhẹ là không nặng. Sáu tính cứng, mềm, trơn, nhám, nặng và nhẹ thuộc địa đại. Xúc làm duyên cho thọ lạc và thọ khổ có thể thuộc địa đại, hỏa đại hoặc phong đại.

EN

The commentary explains that hardness is stiffness, softness is the absence of stiffness, smoothness is a smooth texture and roughness is a coarse texture. Pleasant contact is what serves as a condition for pleasant feeling, and painful contact is what serves as a condition for painful feeling. Heaviness is weightiness, and lightness is the opposite. The six qualities of earth are (1) kakkaḷa, hardness, (2) pharusa, roughness, (3) garuka, heaviness, (4) muduka, softness, (5) saṇha, smoothness, and (6) lahuka, lightness. The earth, fire and wind elements that condition pleasant feeling are called pleasant contact. The earth, fire and …

References printed on this page: Ma, vol. 2, p. 84; Visuddhimagga, vol. 1, p. 346; Abhi, vol. 1, p. 170; Abhi-ṭṭha, vol. 1, p. 368.

Dẫn thư in trên trang này: Ma, tập 2, tr. 84; Visuddhimagga, tập 1, tr. 346; Abhi, tập 1, tr. 170; Abhi-ṭṭha, tập 1, tr. 368.

Quân bình những tính chất đối nhau / Balancing opposite qualities

Miến / Burmese 17

VI

Thọ khổ ở đây là thọ khổ do xúc. Vì vậy xúc dễ chịu và xúc khó chịu không phải là những đặc tính riêng của ba đại ấy. Trong Dhammasaṅgaṇī, khi phân tích xúc đại, Đức Phật dạy sáu tính cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ. Aṭṭhasālinī đã giải thích rõ rằng sáu tính chất ấy được dạy riêng về địa đại.

EN

… wind elements that condition painful feeling are called painful contact. Pleasant and painful contact are therefore not individual characteristics of those three elements. Although the Abhidhamma Piṭaka enumerates hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness in its exposition of the tangible object, the Aṭṭhasālinī makes clear that these qualities are taught specifically in relation to the earth element.

VI

Trong các bài Kinh, ở chỗ dạy cách nhận biết địa đại, Đức Phật chỉ nêu cứng và nhám. Cách trình bày sáu tính chất ở đây dựa theo Dhammasaṅgaṇī và có lý do thực hành. Khi hành giả tu tập mười hai tính chất hoặc đề mục tứ đại, có lúc một số đại trở nên quá mạnh. Do vậy, có hành giả bị mất định và không nhận biết được các đại. Nhất là khi cứng, nặng và kết dính trở nên quá mạnh, cả đầu có thể nặng cứng, đến mức khó chịu đựng. Khi ấy, hãy ưu tiên nhận biết tính chất đối lại để quân bình các đại.

EN

Although the suttas teach only hardness and roughness when explaining how to discern the earth element, there is a practical reason for presenting six qualities here in accordance with the Abhidhamma Piṭaka. When a meditator works hard on the twelve elemental qualities, or on four-elements meditation, some elements may become excessive. Because of this excess some meditators lose concentration and fail to discern the elements. Especially when hardness, heaviness and cohesion become excessive, the whole head can become so hard and heavy that it is difficult to bear. At such a time, give priority to the opposite quality to bring the elements into balance.

VI

1. Cứng quá thì ưu tiên nhận biết mềm, mềm quá thì ưu tiên nhận biết cứng, để quân bình các đại.
2. Nhám quá thì nhận biết trơn, trơn quá thì nhận biết nhám. Pe.
3. Nặng quá thì nhận biết nhẹ, nhẹ quá thì nhận biết nặng. Pe.

EN

1. If hardness becomes excessive, give priority to softness. If softness becomes excessive, give priority to hardness. In this way balance the elements. Likewise:
2. If roughness becomes excessive, discern smoothness. If smoothness becomes excessive, discern roughness. Pe.
3. If heaviness becomes excessive, discern lightness. If lightness becomes excessive, discern heaviness. Pe.

Điều chỉnh khi một đại trở nên quá mạnh / Correcting excess in an element

Miến / Burmese 18

VI

4. Chảy quá thì nhận biết kết dính, kết dính quá thì nhận biết chảy. Pe.
5. Nóng quá thì nhận biết lạnh, lạnh quá thì nhận biết nóng. Pe.
6. Nâng đỡ quá thì nhận biết đẩy, đẩy quá thì ưu tiên nhận biết nâng đỡ, để quân bình các đại.

EN

4. If flowing becomes excessive, discern cohesion. If cohesion becomes excessive, discern flowing. Pe.
5. If heat becomes excessive, discern cold. If cold becomes excessive, discern heat. Pe.
6. If supporting becomes excessive, discern pushing. If pushing becomes excessive, give priority to supporting, and thus balance the elements.

VI

Sáu tính chất của địa đại được trình bày ở đây để hành giả có thể xử lý những khó khăn như vậy. Có lúc cứng, nhám và nặng nổi lên rất rõ, đến mức không chịu nổi. Khi ấy, hãy tạm ưu tiên nhận biết mềm, trơn và nhẹ, cố gắng cho đến khi các đại quân bình. Nếu mềm, trơn và nhẹ trở nên quá mạnh, có lúc thân như đang trôi nổi trên không. Khi ấy, hãy ưu tiên nhận biết cứng, nhám và nặng để lập lại quân bình.

EN

All six qualities of the earth element are presented here so that difficulties of this kind can be dealt with. Sometimes hardness, roughness and heaviness stand out excessively and become unbearable. Temporarily give priority to softness, smoothness and lightness, and persevere until the elements are balanced. Sometimes softness, smoothness and lightness become strong, and the body moves as if floating in the air. Then give priority to hardness, roughness and heaviness to restore balance.

VI

Có lúc tính chảy mạnh đến mức như nước sông đang chảy, khiến định suy giảm. Hãy ưu tiên nhận biết tính kết dính. Nếu kết dính lại nổi rõ đến mức như nghẹt thở, khó chịu đựng, hãy ưu tiên nhận biết tính chảy để lập lại quân bình. Có lúc nóng quá mạnh, như bị lửa đốt, toàn thân nóng lên, mồ hôi túa ra. Khi ấy, hãy tạm chuyển sang nhận biết lạnh để quân bình các đại.

EN

Sometimes flowing becomes as strong as a river rushing along, and concentration breaks down. Give priority to cohesion to restore balance. Sometimes cohesion becomes so pronounced that you can scarcely breathe and it is difficult to bear. Give priority to flowing to restore balance. Sometimes heat becomes intensely strong, as though you were being scorched by fire. The body grows hot and sweat pours out. Temporarily turn to cold to bring the elements into balance. Sometimes, if cold …

Quân bình phong đại và phát triển định / Balancing wind and developing concentration

Miến / Burmese 19

VI

Nếu lạnh trở nên quá mạnh thì dùng nóng để quân bình. Khi nâng đỡ quá mạnh, hãy hướng tâm đến đẩy. Khi đẩy mạnh lên, hãy tạm chú tâm vào nâng đỡ để lập lại quân bình. Nếu đã ưu tiên nâng đỡ mà sự chuyển động và lay động của thân vẫn mạnh, hãy ưu tiên nhận biết cứng, nhám và nặng thuộc địa đại. Hãy hiểu như trường hợp một vật nhẹ rung lên trong gió, rồi được chặn bằng một vật nặng và đứng yên.

EN

… becomes excessive, counter it with heat. When supporting becomes excessive, take pushing as the object and restore balance. When pushing becomes strong, temporarily direct attention to supporting to restore balance. If the body continues to sway strongly even after you have given priority to supporting, give priority to hardness, roughness and heaviness, the coarse qualities of earth. Think of a sheet of paper fluttering in the wind on a table. It becomes still when weighed down with a heavy object.

VI

Mười hai tính chất được trình bày ở đây để hành giả điều chỉnh các đại quá yếu hay quá mạnh và phát triển định. Những chênh lệch ấy thường xảy ra với hành giả thuần minh sát và ít xảy ra hơn với hành giả lấy thiền chỉ làm cỗ xe. Người tu thuần minh sát chưa có thiền chứng làm nền, đi thẳng vào minh sát. Khi nhận biết tứ đại, họ có thể phải dành nhiều thời gian để các tính chất trở nên rõ trong tuệ. Trong khi thực tập lâu như vậy, khi định có sức mạnh, một số tính chất đôi khi trở nên quá mức. Khi ấy hãy nhận biết đại đối lại để lập lại quân bình.

EN

The twelve elemental qualities are presented here so that the meditator can correct deficiency and excess and develop concentration. Such imbalances occur more often in those whose vehicle is pure insight and less often in those whose vehicle is tranquillity. A practitioner of pure insight goes directly to insight without first establishing jhāna as a foundation. When beginning with the four great elements, such a practitioner may have to spend a long time discerning until the qualities, initially unclear or only faintly discernible, become distinct to knowledge. During this extended training, when the practice gains strength, some elements may occasionally become excessive. At such a time, take the opposite element as the object to restore balance.

VI

Như vậy, trong các bài Kinh và Chú giải Thanh tịnh đạo, vì lý do gì mà địa đại chỉ được trình bày qua hai tính chất kakkaḷa và kharigata, tức cứng và nhám?

EN

Why, then, do the suttas and the Visuddhimagga present only the two qualities kakkaḷa and kharigata, hardness and roughness, for the earth element …

Vì sao trong Kinh nêu cứng và nhám / Why the suttas teach hardness and roughness

Miến / Burmese 20

VI

Câu trả lời như sau.

EN

… and explain only those two? This question can be asked, and there is a reason.

VI

Dù một vật mềm đến đâu, khi quan sát kỹ bằng tuệ, tính cứng vẫn hiện rõ ở mức tương ứng với vật đó. Khi cứng nhiều thì gọi là cứng, khi cứng ít thì gọi là mềm. Cũng vậy, dù một vật trơn đến đâu, khi quan sát kỹ bằng tuệ, tính nhám vẫn hiện rõ ở mức tương ứng. Khi nhám nhiều thì gọi là nhám, khi nhám ít thì gọi là trơn. Hơn nữa, nặng thường đi kèm cứng và nhám. Khi mềm và trơn hiện rõ thì nhẹ thường đi kèm. Bởi vậy, khi nhận biết hai tính cứng và nhám, các tính cứng, mềm, nhám, trơn, nặng và nhẹ cũng sẽ hiện rõ. Đó là lý do trong các bài Kinh, địa đại được giảng bằng hai tính kakkaḷa và kharigata.

EN

However soft an object may be, if it is examined closely with wisdom, hardness is evident to a degree corresponding to that object. What has much hardness is called hard, and what has little hardness is called soft. In the same way, however smooth an object may be, if it is examined closely with wisdom, roughness is evident to a corresponding degree. What has much roughness is called rough, and what has little roughness is called smooth. Heaviness also generally accompanies hardness and roughness. When softness and smoothness are evident, lightness generally accompanies them. Thus, on discerning hardness and roughness, hardness, softness, roughness, smoothness, heaviness and lightness all become evident. That is why in the suttas the earth element is taught by way of just kakkaḷa and kharigata.

VI

Cũng vậy, khi tính chảy nhiều và trội thì chính nó hiện rõ. Khi tính chảy suy yếu, tính kết dính có thể hiện rõ. Trong hai mươi phần thân thuộc địa giới, địa đại có sức mạnh trội, còn tính chảy yếu đi. Vì vậy, ở các phần thân thuộc địa giới, tính chảy suy giảm và tính kết dính hiện rõ hơn.

EN

Similarly, when flowing is strong and predominant, flowing is what becomes evident. When flowing is weak or diminished, cohesion can become evident. In the twenty parts classed under earth, the power of the earth element predominates, so the flowing quality of the water element is diminished and weak. Thus, in the parts classed under earth, flowing diminishes and cohesion tends to become more …

Tính chất của thủy đại, hỏa đại và phong đại / Qualities of water, fire and wind

Miến / Burmese 21

VI

Trong các phần thân thuộc hỏa giới và phong giới, các tính chảy và kết dính vẫn có mặt nhưng yếu. Hãy lấy xi măng làm ví dụ. Trộn với lượng nước vừa phải thì sức kết dính mạnh, xi măng đóng thành khối. Trộn với quá nhiều nước thì tính chảy mạnh lên và sức kết dính giảm, không đóng thành khối được. Hãy hiểu theo ví dụ ấy. Do đó, Chú giải Thanh tịnh đạo chỉ dạy nhận biết cả hai tính của thủy đại: paggharaṇa, tức chảy, và ābandhana, tức kết dính.

EN

… evident. In the parts classed under fire and wind, flowing and cohesion are also present, though weak. Consider cement. If it is mixed with a suitable small amount of water, cohesion is strong and it sets into a solid lump. If a little cement is mixed with a great deal of water, flowing is strong and cohesion weakens, so it cannot set into a solid lump. Understand the matter by this simile. Accordingly, the Visuddhimagga instructs the meditator to discern both qualities of the water element: dravatā, flowing, and ābandhanabhāva, cohesion.

VI

Trong bốn phần thuộc hỏa giới, năng lực riêng của hỏa đại trội. Trong các phần thuộc địa giới, thủy giới và phong giới, hỏa đại cũng có mặt nhưng ít hơn. Hỏa đại có sức mạnh trội gọi là nóng. Khi sức mạnh suy giảm, hỏa đại yếu gọi là lạnh. Vì vậy, sách này trình bày cách nhận biết cả hai. Thanh tịnh đạo cũng dạy nhận biết paripācana, tức làm chín. Theo cách chỉ dẫn này, nếu nóng và lạnh chưa hiện rõ, có thể nhận biết qua phận sự làm chín.

EN

In the four parts classed under fire, the distinctive power of the fire element predominates. In the parts classed under earth, water and wind, its power is less, though still present. The fire element with predominant power is called hot. The fire element with diminished or weak power is called cold. This is why both are presented here for discernment. The Visuddhimagga also instructs the meditator to discern paripācanabhāva, the function of maturing. In accordance with this instruction, when the characteristics of heat and cold are unclear, one can also discern the function of maturing.

VI

Đối với phong đại, Chú giải dạy nhận biết hai tính: vitthambhana, tức nâng đỡ, và samudīraṇa, tức đẩy. Giống như chống một vật bằng một thanh gỗ để vật ấy đứng vững, phong đại nâng đỡ các sắc để thân giữ được tư thế đã đặt.

EN

For the wind element the instruction is to discern both vitthambhanabhāva, supporting, and samudīraṇabhāva, pushing. Just as one props up something that is about to fall with a wooden brace so that it stands firmly, there is a quality that keeps the body firmly in whatever posture it has been placed …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 347.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 347.

Nhận biết các đại trong mọi tư thế / Discerning the elements in every posture

Miến / Burmese 22

VI

Nâng đỡ là giữ cho các sắc đứng vững theo tư thế đã đặt. Sức giữ cho vững được gọi là nâng đỡ. Sức làm chuyển động được gọi là đẩy.

EN

… and that quality is supporting. Supporting is the quality that pushes back against co-arisen material phenomena to keep them firm in whatever posture has been assumed. The power that pushes so as to keep things firm is called supporting. The power that pushes so as to cause movement is called pushing.

VI

Nâng đỡ là đặc tính, đẩy là phận sự. Cả hai liên hệ chặt chẽ và đi sát với nhau. Do đó Chú giải Thanh tịnh đạo dạy nhận biết cả nâng đỡ lẫn đẩy.

EN

Since supporting is the individual characteristic and pushing is the function, the two are very closely connected. The Visuddhimagga therefore instructs the meditator to discern both supporting and pushing.

VI

(d) Nhận biết trong các tư thế và với sự tỉnh giác. Nếu trong khi ngồi hành giả chỉ nhận biết được một đại, hãy nhận biết đại ấy trong cả bốn tư thế đi, đứng, ngồi, nằm, và trong mọi động tác thuộc phạm vi tỉnh giác như co tay, duỗi tay. Nếu lúc ngồi nhận biết được hai đại thì Pe. Nếu nhận biết được cả bốn đại thì hãy tiếp tục nhận biết cả bốn trong mọi tư thế và mọi động tác. Hãy thực tập sao cho việc nhận biết nối tiếp từ tư thế này sang tư thế kế tiếp.

EN

(d) Discernment in bodily postures and with clear comprehension. If you discern only one element while sitting, discern that element in all four postures, walking, standing, sitting and lying down. Discern it also during bodily actions and movements such as bending and stretching, within the scope of clear comprehension. If you can discern two elements while sitting, pe. If you can discern all four, discern all four in every posture and during every bodily action and movement. Discern so that the successive postures are connected.

VI

(e) Khi chưa tu tập theo lối lấy thiền chỉ làm cỗ xe. Nếu hành giả chưa từng tu tập các đề mục thiền chỉ như niệm hơi thở hay biến xứ trắng, …

EN

(e) When tranquillity is not yet your vehicle. If you have never practised any of the tranquillity meditation subjects, such as mindfulness of breathing or the white kasiṇa …

Đề mục tứ đại và các quy tắc thực hành / Four-elements meditation and the guidelines for practice

Miến / Burmese 23

VI

Đề mục tứ đại này là một trong bốn mươi đề mục thiền chỉ, gọi là phân định bốn đại (catudhātuvavatthāna). Nó có thể đưa đến cận định nhờ sức mạnh của tuệ và cũng là đề mục sắc để tiến tới kiến thanh tịnh. Khi tu tập đề mục sắc đến cận định, hành giả có thể dùng ánh sáng phát sinh do định và tuệ để chuyển sang ba mươi hai thể phần. Nếu từ ba mươi hai thể phần chuyển sang các biến xứ màu như biến xứ trắng, hành giả có thể đạt thiền chứng và đi theo lối lấy thiền chỉ làm cỗ xe.

EN

… this meditation on the elements is itself one of the forty tranquillity meditation subjects, the defining of the four elements (catudhātuvavatthāna). Through the power of wisdom it can bring about the concentration called access concentration. It is also meditation on materiality, practised for purification of view. When this meditation has been developed to access concentration, the light arising from the wisdom associated with concentration can help you turn to the thirty-two parts of the body. If you pass from those parts to the colour kasiṇas, such as the white kasiṇa, you can attain the fourth jhāna. You can then become one whose vehicle is tranquillity.

VI

Các quy tắc cần tuân theo. Như đã trình bày, hãy nhận biết trên toàn thân: cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ là địa đại, chảy và kết dính là thủy đại, nóng và lạnh là hỏa đại, nâng đỡ và đẩy là phong đại. Hãy nhận biết theo thứ tự địa, thủy, hỏa, phong trong một thời gian dài và giữ tâm tu tập chuyên nhất trên bốn đại. Khi cố gắng như vậy, hãy thực hành theo các quy tắc sau đây.

EN

Guidelines to follow. As explained above, survey the entire body. Discern hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness as earth element, flowing and cohesion as water element, heat and cold as fire element, and supporting and pushing as wind element. Continue for a long time in the order earth, water, fire and wind. Let the meditation mind settle quietly on the four elements. In practising in this way, follow the guidelines below.

Quy tắc 1–3 về thứ tự và tốc độ / Guidelines 1–3: sequence and pace

Miến / Burmese 24

VI

Hãy thiện xảo trong tác ý theo bảy cách: theo thứ tự, không quá nhanh, không quá chậm, ngăn tâm tán ra ngoài, vượt qua chế định, tạm bỏ qua những gì chưa hiện rõ, và theo đặc tính. Đoạn Pāli bắt đầu ở cuối trang trước và tiếp sang đầu trang này. [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ đoạn Pāli.]

EN

Evaṃ manasi karontena hi anupubbato, nātisīghato, nātisaṇikato, vikkhepapaṭibāhanato, paññattisamatikkamato, anupubbamuñcanato, lakkhaṇato, tayo ca suttantāti imehi dasahākārehi manasikārakosallaṃ anuvattitabbaṃ. (Mahāṭīkā 1,434.)
In attending in this way, cultivate skill in attention in ten ways: in sequence, neither too fast nor too slowly, warding off distraction, going beyond concepts, setting aside in sequence, by characteristic, and in accordance with three discourses. [The Pāli begins on the preceding page.]

VI

1. Anupubbato, theo thứ tự. Khi tác ý đến đề mục tứ đại, hãy nhận biết theo thứ tự đã được Đức Phật dạy và đã học từ thầy: địa đại, thủy đại, hỏa đại, phong đại. Đừng đảo thứ tự hay nhảy từ đại này sang đại kia.

EN

1. Anupubbato — discern in sequence. When attending to four-elements meditation, discern in the sequence taught by the Buddha and learned from your teacher: earth element, water element, fire element and wind element. Do not reverse the order or skip about among the elements.

VI

2. Nātisīghato, đừng quá nhanh. Khi tác ý đến tứ đại theo lời Phật dạy, đừng làm quá vội. Tuy sự tác ý của người làm quá nhanh có thể nối tiếp không gián đoạn, các tính chất của bốn đại là cảnh của đề mục lại không hiện rõ. Khi cảnh đề mục không rõ, tâm tu tập không thể đưa đến những pháp thù thắng như cận định. Vì vậy, đừng tác ý quá nhanh.

EN

2. Nātisīghato — do not go too fast. When attending to the four great elements in the sequence taught by the Buddha, do not attend in undue haste. For one who attends too quickly, attention to the meditation subject may indeed continue without interruption, but the qualities of the four great elements, the object of the meditation, may remain unclear. When the object is unclear, the meditation mind cannot bring about a superior state such as access concentration. Therefore do not attend too quickly.

VI

3. Nātisaṇikato, đừng quá chậm. Cũng đừng tác ý một cách chậm chạp, trì trệ. Vì đối với người tác ý như thế, đề mục tứ đại không đi đến chỗ hoàn tất.

EN

3. Nātisaṇikato — do not go too slowly. Do not attend with excessive slowness and hesitation either. For one who attends to the four great elements in such a slow and hesitant way, meditation on the elements does not reach completion …

References printed on this page: Mahāṭīkā, vol. 1, p. 434.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 1, tr. 434.

Quy tắc 4. Ngăn tâm tán ra ngoài / Guideline 4: preventing outward distraction

Miến / Burmese 25

VI

Khi đề mục chưa được tu tập đến chỗ hoàn tất, nó không thể làm nhân cho các pháp thù thắng như tuệ đạo và tuệ quả trong minh sát.

EN

… and cannot serve as a condition for attaining higher knowledge such as insight knowledge, path knowledge and fruition knowledge.

VI

4. Vikkhepapaṭibāhanato, ngăn tâm tán ra cảnh bên ngoài. Hãy ngăn tâm rời đề mục tứ đại và tán ra các cảnh chân đế hoặc chế định khác. Nếu tâm tán ra một cảnh khác ngoài tứ đại, hành giả sẽ thối giảm hoặc rơi khỏi đề mục.

EN

4. Vikkhepapaṭibāhanato — prevent the mind from scattering towards external objects. Prevent the mind from leaving its meditation object, the four great elements, and scattering towards other ultimate or conceptual objects. When the mind strays towards ultimate or conceptual objects other than the four great elements, the practitioner declines and falls away from the meditation subject.

VI

“Bahiddhā vikkhepe hi sati kammaṭṭhānā parihāyati paribhaṃsati.” [CHƯA XÁC MINH: phiên âm câu Pāli.] Khi tâm tán ra ngoài, hành giả thối giảm và rơi khỏi đề mục thiền.

EN

Bahiddhā vikkhepe hi sati kammaṭṭhānā parihāyati paribhaṃsati. (Mahāṭīkā 1,434.)
When there is outward distraction, the practitioner declines and falls away from the meditation subject.

VI

Đây là quy tắc phải tuân theo nghiêm túc. Khi phát triển định bằng cách lấy các đặc tính riêng của tứ đại làm cảnh, nếu chạy theo các cảnh chân đế và chế định khác ngoài bốn đại, thì đó không còn là đề mục phân định tứ đại, tức dùng tuệ phân biệt đặc tính riêng của từng đại. Chỉ khi nhận biết cả bốn đại mới có thể gọi là đề mục phân định tứ đại. Đặc biệt, trong khi đang phát triển định, việc chạy theo các cảnh khác không thể gọi là đề mục tứ đại. Hành giả thuần minh sát càng cần ghi nhớ điều này, vì thông thường vị ấy bắt đầu bằng đề mục sắc để tiến tới kiến thanh tịnh.

EN

Follow this rule strictly. While developing concentration with the individual characteristics of the four great elements as the object, if you pursue other ultimate or conceptual objects, the practice is no longer the defining of the four elements, which distinguishes each element's individual characteristic with wisdom. Only when you discern the four great elements can it be called four-elements meditation. This applies especially when developing concentration: following external objects other than the four elements cannot be called four-elements meditation. If you are a practitioner whose vehicle is pure insight, pay particular attention to this point. Practitioners of pure insight usually begin with meditation on materiality and proceed towards purification of view …

References printed on this page: Mahāṭīkā, vol. 1, p. 434.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 1, tr. 434.

Giữ tâm trên đề mục tứ đại / Keeping the mind on the four elements

Miến / Burmese 26

VI

Để đi đến kiến thanh tịnh, hãy bắt đầu bằng một trong hai cách, tóm lược hoặc chi tiết, và tu tập chính bốn đại. Nếu vừa nhận biết các đại lại vừa chạy theo những cảnh khác, việc ấy không đem lại lợi ích và cũng không nên làm. Hãy tự xét: do lúc nhận biết tứ đại, lúc lại chạy theo cảnh khác tùy ý, có phải hành giả chưa thấy được những hạt nhỏ gọi là nhóm sắc? Nếu đã thấy, có dùng tuệ nhận biết và phân biệt được tứ đại trong từng nhóm sắc không?

EN

… by beginning with either the brief or the detailed method and developing meditation on the four great elements themselves. Examine the elements. Following other objects outside the four elements is unprofitable and unsuitable. Examine your own practice: if you alternate at will between discerning the elements and pursuing other objects, have you been able to see the minute particles called material clusters? If you have seen them, can you discern and distinguish with wisdom the four great elements in each cluster?

VI

Nếu câu trả lời là chưa thấy các nhóm sắc, hoặc thấy nhưng chưa nhận biết và phân biệt được tứ đại trong từng nhóm, thì hãy tuân theo quy tắc ngăn tâm chạy theo cảnh khác khi đang phát triển định với đề mục tứ đại. Chỉ khi nhận biết được tứ đại trong từng nhóm sắc mới bắt đầu đi vào cách nhận biết theo chân đế.

EN

If you cannot see the material clusters, or see them but cannot discern and distinguish the four great elements in each cluster, follow the rule against pursuing other objects while developing concentration through four-elements meditation. Only when you can discern the four elements in each cluster do you begin to reach the domain of ultimate reality.

VI

“Ekapadikamaggamhi puriso setu niddiṭṭho.” [CHƯA XÁC MINH: phiên âm câu Pāli.] Ví dụ, để vượt qua một con lạch, con sông hoặc khe núi, người ta bắc một cây cầu chỉ rộng bằng một tấm ván, vừa đủ cho một bàn chân. Một người đi trên lối hẹp ấy …

EN

Ekapadikamagge puriso setu nidassito. (Mahāṭīkā 1,434.) To cross a stream, a river or a ravine, people lay a single plank as a bridge, so narrow that there is room for only one foot at a time. Suppose a man is walking along that narrow bridge …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 222; Mahāṭīkā, vol. 1, p. 434.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 222; Mahāṭīkā, tập 1, tr. 434.

Quy tắc 5–6. Vượt qua tên gọi và tạm bỏ qua tính chưa rõ / Guidelines 5–6: going beyond names and setting aside unclear qualities

Miến / Burmese 27

VI

… nếu vừa đi vừa mải nhìn những cảnh chung quanh thì không sang được bờ bên kia. Người ấy chỉ có thể rơi xuống lạch, sông hoặc khe núi. Hãy áp dụng ví dụ ấy vào chỗ này.

EN

… and looks around at various sights as he walks. He will not reach the other side and may fall into the stream, river or ravine. Apply this simile here.

VI

5. Paṇṇattisamatikkamanato, vượt qua chế định. Đừng đặt tâm tu tập trên tên gọi “địa đại”, mà hãy đặt trên các tính cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ của địa đại. Đừng đặt tâm trên tên gọi “thủy đại”, mà hãy đặt trên tính chảy và kết dính. Đừng đặt tâm trên tên gọi “hỏa đại”, mà hãy đặt trên tính nóng và lạnh. Đừng đặt tâm trên tên gọi “phong đại”, mà hãy đặt trên tính nâng đỡ và đẩy. Đừng để tâm dừng ở các tên gọi, hãy gắn tâm tu tập với cảnh chân đế của bốn đại.

EN

5. Paññattisamatikkamanato — go beyond concepts. Do not rest the meditation mind on the name “earth element”. Rest it on the earth element’s hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness. Do not rest it on the name “water element”. Rest it on flowing and cohesion. Do not rest it on the name “fire element”. Rest it on heat and cold. Do not rest it on the name “wind element”. Rest it on supporting and pushing. Do not let the mind stop at the names. Keep it on the four great elements as ultimate objects.

VI

6. Anupaṭṭhānamuñcanato, tạm bỏ qua một vài tính chưa hiện rõ. Lúc này đang ưu tiên tu tập để đạt tâm thanh tịnh, tức định. Vì thế, nếu một số tính chất chưa hiện rõ trong tuệ, có thể tạm bỏ qua chúng.

EN

6. Anupaṭṭhānamuñcanato — set aside some qualities that are unclear. At this stage the priority is to attain purification of mind, that is, concentration. If certain qualities are not yet distinct to wisdom, they may temporarily be set aside.

References printed on this page: Mahāṭīkā, vol. 1, p. 434.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 1, tr. 434.

Quy tắc 7. Ưu tiên nhận biết đặc tính / Guideline 7: attending to characteristics

Miến / Burmese 28

VI

Hành giả có thể tạm bỏ qua và không nhận biết những tính ấy. Có lúc một đại trở nên quá mạnh, làm thân thọ khổ dữ dội. Nếu thọ khổ đến mức làm mất sự thoải mái và cản trở định, có thể tạm bỏ qua một số tính đang hiện rõ. Khi một đại quá mạnh và thân thọ khổ lấn át, nếu không giữ tâm được trên đề mục tứ đại, tâm sẽ chạy qua chạy lại giữa đề mục và thọ khổ. Nếu tình trạng ấy cản trở tâm thanh tịnh và định, hãy tu tập bằng cách tác ý trở lại để quân bình các đại. Tuy vậy, lúc đầu ít nhất phải có một đặc tính của địa đại, một của thủy đại, một của hỏa đại và một của phong đại hiện rõ. Nếu cả mười hai tính chất đều hiện rõ thì càng tốt.

EN

They may be set aside without being discerned for the time being. If an element becomes so excessive that bodily pain grows intense, and if the pain becomes unbearable and obstructs concentration, some qualities that are distinct may also temporarily be set aside. When pain predominates and you cannot keep the meditation mind firmly on the four elements, the mind goes back and forth between the meditation object and the painful bodily feeling. If this obstructs purification of mind and concentration, attend again in such a way as to balance the elements. At least one characteristic each of earth, water, fire and wind must nevertheless be distinct. If all twelve are distinct, so much the better.

VI

7. Lakkhaṇato, ưu tiên nhận biết đặc tính. Hãy ưu tiên nhận biết đặc tính riêng của từng đại. Lúc mới bắt đầu, khi các đặc tính riêng chưa hiện rõ trong tuệ, có thể nhận biết theo biểu hiện hoặc phận sự. Khi định trên đề mục mạnh lên, tâm tu tập có thể đứng vững trên cảnh tứ đại trong một hay hai giờ, v.v. Nhờ tâm đứng vững như vậy, tuệ tu tập cũng mạnh lên, và nhờ sức định, những đại trước đây chưa rõ cũng trở nên rõ. Khi ấy hãy nhận biết như sau.

EN

7. Lakkhaṇato — give priority to the individual characteristic of each of the four great elements. At the beginning, when the individual characteristics are not apparent to wisdom, it may be necessary to discern by way of function or manifestation. As concentration on the four elements grows strong, the meditation mind can remain firmly on them for an hour, two hours or more. As it remains steady, the strength of meditation and discernment grows. Through concentration, elements that were previously unclear become distinct. Then discern as follows.

Chuyên chú vào đặc tính riêng của từng đại / Focusing on the individual characteristics

Miến / Burmese 29

VI

1. Địa đại: cứng, nhám.
2. Thủy đại: chảy, kết dính.
3. Hỏa đại: nóng, lạnh.
4. Phong đại: nâng đỡ.

EN

1. Earth element: hardness and roughness.
2. Water element: flowing and cohesion.
3. Fire element: heat and cold.
4. Wind element: supporting.

VI

Đừng để tâm tu tập rời các đặc tính riêng ấy. Hãy chuyên chú nhận biết chúng để định do tác ý đến các đại càng trở nên sắc bén. Nếu sức định còn yếu thì chỉ nên ưu tiên nhận biết cứng, chảy, nóng và nâng đỡ để phát triển định.

EN

Direct the meditation mind intently to the individual characteristics of the four great elements so that concentration from attention to the elements becomes sharper. If the power of concentration is still weak, give priority to hardness, flowing, heat and supporting alone, and develop concentration.

VI

Người tu bỏ qua các tên gọi và tu tập tác ý vào đặc tính riêng của từng đại. Những đặc tính ấy hiện ngày càng rõ trong tuệ. Do tác ý đi tác ý lại nhiều lần, tâm tu tập được lặp lại thường xuyên và có được duyên tập hành (āsevanapaccaya). Toàn thân hiện ra như một khối các tính chất của tứ đại. Vì sức tác ý mà chúng hiện ra như vô sinh vật, không có một chúng sinh. Như bộ máy lớn với các bộ phận nối nhau chuyển động qua lại, thân hiện ra chỉ là một khối các tính chất của tứ đại, nối tiếp và chuyển động.

EN

The practitioner puts aside conventional names and attends solely to the individual characteristics of the four great elements. Only these individual characteristics stand out clearly to the practitioner’s knowledge. Through repeated attention and discernment, the meditation consciousness gains the condition of repetition (āsevanapaccaya). The entire material body appears as a mass of elemental qualities. Through the power of attention it appears as something inanimate, with no being in it. Like the interconnected parts of a large machine moving back and forth, the body appears as a mass of elemental qualities moving in succession.

VI

Đoạn trích Pāli ở cuối trang bắt đầu bằng: “Sace pana bahiddhāpi manasikāraṃ upasaṃharati …”

EN

Sace pana bahiddhāpi manasikāraṃ upasaṃharati … [The quotation continues on the next page.]

Nhận biết các đại bên ngoài và hai trở ngại đối với cận định / External elements and two obstacles to access concentration

Miến / Burmese 30

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ đoạn Pāli nối từ trang trước. Bản dịch dưới đây theo lời giải thích tiếng Miến.]

EN

[The complete Pāli transcription across pages 29–30 remains to be checked. The following renders the author's Burmese explanation.]

VI

Nếu hành giả mở rộng sự tác ý đến tứ đại ra thế giới bên ngoài, tức hướng tuệ nhận biết các đại ở bên ngoài, thì trong tuệ của vị ấy, người, xe cộ đi lại, đàn ông, đàn bà, v.v. hiện ra không còn dưới tướng chúng sinh mà như một tập hợp của bốn đại. Những việc họ làm hiện ra như sự vận hành của một bộ máy do bốn đại hợp thành. Những thứ họ nhai, ăn và uống cũng hiện ra như một tập hợp của bốn đại được đưa vào một tập hợp của bốn đại.

EN

If the meditator extends attention to the four great elements outside, discerning them in the external world, moving people and vehicles, men and women and so forth no longer appear to that meditator’s knowledge as beings. They appear as masses of the four great elements. Their activities appear as the workings of a machine made up of the four great elements. Even what they chew, eat and drink appears as a mass of the four great elements being put into a mass of the four great elements. (Mahāṭīkā 1,434–435.)

VI

Khi ấy, tâm tu tập đã có duyên tập hành có thể gặp hai trường hợp:

EN

The meditation mind, now supported by the condition of repetition, may encounter either of two situations:
(a) Excessive energy gives rise to distraction or restlessness (uddhacca).

VI

a. Tinh tấn quá mạnh, khiến trạo cử, tức tâm tán động (uddhacca), sinh lên.
b. Tinh tấn quá yếu, khiến biếng nhác (kosajja) sinh lên.

EN

(b) Deficient energy gives rise to indolence (kosajja).

VI

Do một trong hai trường hợp ấy, hành giả có thể chưa đi vào được con đường tu tập thiền chỉ dẫn đến cận định. Khi ấy …

EN

Owing to either of these, the meditator may fail to enter the course of tranquillity practice that leads to access concentration. At such a time …

References printed on this page: Mahāṭīkā, vol. 1, p. 434–435.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 1, tr. 434–435.

Thực hành để quân bình năm căn / Balancing the five faculties

Miến / Burmese 31

VI

8. Aggivittasutta, cũng gọi là Dīpitasutta. [CHƯA XÁC MINH: cách đọc nhan đề Pāli ở mục 8.]
9. Anuttarasītibhāvasutta.
10. Bojjhaṅgasutta.

EN

8. Adhicitta Sutta, also called Nimitta Sutta (Aṅ 1,258).
9. Anuttarasītibhāva Sutta (Aṅ 2,379).
10. Bojjhaṅga Sutta (Saṃ 3,71–73).

VI

Hãy thực tập quân bình tinh tấn và định theo các phương pháp trong ba bài kinh này. Đây là những bài kinh dạy cách quân bình năm căn và bảy giác chi. Chi tiết có thể xem trong bản kinh Pāli và chú giải của các bộ kinh ấy. Ở đây chỉ trình bày tóm lược. Mười quy tắc thực tập đề mục tứ đại được trích từ Đại sớ giải Thanh tịnh đạo. (Mahāṭīkā 1,434–435; Abhi-ṭṭha 2,216–217.)

EN

Practise balancing energy and concentration according to the methods given in these three discourses. They teach how to balance the five faculties and the seven awakening factors. For details, consult the respective Pāli discourses and commentaries. Here only a summary is given. The ten guidelines for practising four-elements meditation are cited from the Great Subcommentary to the Visuddhimagga. (Mahāṭīkā 1,434–435; Abhi-ṭṭha 2,216–217.)

VI

Trong đề mục tứ đại, lòng tin đối với việc tu tập là tín căn. Sự cố gắng để biết đặc tính của bốn đại và giữ tâm tu tập vững trên cảnh ấy là tấn căn. Niệm nhận biết và ghi nhận bốn đại là niệm căn. Tâm tu tập đứng vững trên cảnh tứ đại là định căn. Sự thấu biết đặc tính riêng của bốn đại là tuệ căn. Hãy thực tập để năm căn ấy được quân bình.

EN

In four-elements meditation, confidence in the practice is the faculty of faith. The effort to know the individual characteristics of the four elements and to keep the mind firmly on them is the faculty of energy. Mindfulness that takes note of the four elements is the faculty of mindfulness. Steadiness of the meditation mind on the four elements is the faculty of concentration. Penetration of their individual characteristics is the faculty of wisdom. Practise so that these five faculties are balanced.

VI

Khi tín trong việc tu tập tác ý đến tứ đại quá mạnh …

EN

When faith in the practice of attending to the four elements becomes too strong …

References printed on this page: Aṅ, vol. 1, p. 258; Aṅ, vol. 2, p. 379; Saṃ, vol. 3, p. 71–73; Mahāṭīkā, vol. 1, p. 434–435; Abhi-ṭṭha, vol. 2, p. 216–217.

Dẫn thư in trên trang này: Aṅ, tập 1, tr. 258; Aṅ, tập 2, tr. 379; Saṃ, tập 3, tr. 71–73; Mahāṭīkā, tập 1, tr. 434–435; Abhi-ṭṭha, tập 2, tr. 216–217.

Điều chỉnh khi tín hoặc tinh tấn quá mạnh / Adjusting excessive faith or energy

Miến / Burmese 32

VI

… sự quyết tin vào việc tác ý đến tứ đại trở nên quá nổi bật. Tuệ thấu biết đặc tính của từng đại chưa rõ, còn tấn căn, niệm căn và định căn thì yếu. Khi tín căn quá mạnh như vậy, tấn căn không làm được phận sự nâng đỡ để các pháp đồng sinh không rời cảnh tứ đại. Niệm căn không làm được phận sự khiến các đặc tính của bốn đại hiện rõ trong tuệ. Định căn không làm được phận sự giữ tâm khỏi tán ra ngoài cảnh tứ đại. Tuệ căn cũng không thể làm phận sự thấu biết đặc tính của từng đại, vì tín căn quá mạnh lấn át.

EN

… conviction about the practice predominates. The wisdom that penetrates the characteristics of each element is weak, and energy, mindfulness and concentration are diminished. With faith too strong, energy cannot support the co-arisen phenomena in staying with the four elements. Mindfulness cannot make their individual characteristics clear to knowledge. Concentration cannot keep the mind from scattering outside the four elements. Wisdom cannot penetrate their individual characteristics, because excessive faith dominates it.

VI

Do đó, hãy làm giảm sức trội của tín căn bằng cách xét kỹ tính chân đế, đặc biệt là tìm hiểu cho thấu đặc tính riêng của bốn đại, hoặc bằng cách tạm ngừng tác ý theo lối đang khiến tín căn tăng mạnh.

EN

Therefore, reduce the predominance of faith by closely investigating ultimate phenomena, especially by examining and penetrating the individual characteristics of the four great elements, or by ceasing for a time to attend in the way that strengthens faith excessively.

VI

Nếu sự cố gắng để nhận biết tứ đại và giữ tâm vững trên cảnh ấy trở nên quá mạnh, thì tín căn không thực hiện được phận sự quyết tin, niệm căn không làm cảnh hiện rõ, định căn không giữ tâm khỏi tán động và tuệ căn không thấu biết. Tinh tấn quá mạnh nghiêng về phía trạo cử, làm tâm thường tán ra cảnh ngoài tứ đại.

EN

If the effort to know the four elements and keep the mind steady on them is too strong, faith cannot fulfil its function of conviction, mindfulness cannot make the object clear, concentration cannot prevent distraction, and wisdom cannot penetrate. Excessive energy inclines towards restlessness, which often scatters the mind to objects outside the four elements.

Quân bình tín và tuệ / Balancing faith and wisdom

Miến / Burmese 33

VI

Bởi vậy, hãy làm lắng tinh tấn quá mức bằng cách phát triển khinh an giác chi, định giác chi và xả giác chi.

EN

Therefore, calm excessive energy by developing tranquillity, concentration and equanimity as awakening factors.

VI

Các bậc Thánh đặc biệt tán thán sự quân bình giữa tín và tuệ, giữa tinh tấn và định. Trên đường tu tập tứ đại, nếu tín quá mạnh mà tuệ nhận biết đặc tính của từng đại lại yếu, hành giả không thấy rõ ràng và phân minh các đặc tính ấy. Tín và tuệ không quân bình, hành giả có thể đánh giá quá cao chút ít kinh nghiệm tu tập của mình.

EN

The noble ones particularly praise balance between faith and wisdom and between energy and concentration. In four-elements meditation, if faith is strong and the wisdom that penetrates the individual characteristics is weak, the practitioner cannot see those characteristics distinctly and clearly. With faith and wisdom unbalanced, the practitioner may think highly of a little experience in meditation.

VI

Ngược lại, có người dễ dàng và nhanh chóng nhận biết các đặc tính của tứ đại, thấy chúng rõ ràng, nhưng tín đối với đường lối tu tập lại yếu. Người ấy nghi ngờ liệu thực tập đúng cách có thấy được các nhóm sắc và có phân biệt được bốn đại trong từng nhóm hay không. Đôi khi người ấy cho rằng chỉ Đức Phật Chánh Đẳng Giác mới thấy được sắc và danh. Rồi người ấy dựa vào cách hiểu riêng của mình mà nói rằng chỉ cần quán minh sát các pháp chân đế được dạy trong Vi Diệu Pháp. Người ấy nhìn người khác bằng thái độ xem thường, với vẻ mặt lạnh nhạt.

EN

Conversely, some discern the individual characteristics of the four elements easily and quickly and see them distinctly, but have little faith in the practice. They doubt that by practising properly they can see material clusters and discern the four elements in each cluster. Sometimes they assert that only a Perfectly Enlightened Buddha can see materiality and mentality. Relying on their own understanding, they say that it suffices to contemplate in insight the ultimate phenomena taught in the Abhidhamma. They look on others with a cold and dismissive expression …

Khi hiểu biết nhiều mà tín còn yếu / Strong learning with weak faith

Miến / Burmese 34

VI

Thái độ ấy xuất phát từ lòng tin yếu đối với lời Phật dạy về cách thực hành. Chú giải ghi như sau.

EN

… because confidence in the Buddha's instructions for practice is weak. The commentary records the following.

VI

"Balavapañño mandasaddho kerāṭikapakkhaṃ bhajati, bhesajjasamuṭṭhito viya rogo atekiccho hoti." Người có tuệ mạnh mà tín yếu nghiêng về phía xảo trá, như bệnh do thuốc gây ra thì khó chữa. (Thanh tịnh đạo, tập 1, tr. 126.)

EN

Balavapañño mandasaddho kerāṭikapakkhaṃ bhajati, bhesajjasamuṭṭhito viya rogo atekiccho hoti. One whose wisdom is strong and whose faith is weak inclines towards cunning, like an illness caused by medicine that cannot be cured. (Visuddhimagga, vol. 1, p. 126.)

VI

Khi kiến thức học từ kinh điển (pariyattibāhusacca) và hiểu biết do chứng nghiệm (paṭivedhabāhusacca) trở nên mạnh mà tín yếu, người ấy có thể nghiêng về phía quanh co. Cũng như bệnh do thuốc gây ra rất khó trị, khó dùng thuốc Chánh pháp chân thật của Đức Phật để chữa căn bệnh tà kiến phát sinh từ sự hiểu sai những gì đã học. Người ấy có thể đem kiến thức ra bàn cãi, cứ xoay vòng như trong một luồng gió, giống như Saccaka. Người như vậy khó thành công trong việc tu tập. Vì vậy cần quân bình tín và tuệ. [CHƯA XÁC MINH: cách đọc thuật ngữ thứ hai.]

EN

When learning from the texts and knowledge gained by realization are strong but faith is weak, one may incline towards deceit. As with an illness caused by medicine, it is very difficult to cure with the medicine of the Buddha's true Dhamma the wrong view that arises from misunderstanding what one has learned. One may debate and argue, going round in circles like a whirlwind, as Saccaka did. It is difficult for such a person to succeed in meditation. Faith and wisdom therefore need to be balanced.

VI

Lại nữa, định giữ tâm vững trên tứ đại có thể mạnh, trong khi sự cố gắng để nhận biết rõ từng đặc tính và giữ tâm trên cảnh bốn đại lại yếu. Khi ấy định nghiêng về phía biếng nhác (kosajja).

EN

Again, the concentration that holds the mind steadily on the four elements may be strong, while the effort to see their individual characteristics clearly and keep the mind on them is weak. Then concentration inclines towards indolence (kosajja) …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 126.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 126.

Quân bình định và tinh tấn / Balancing concentration and energy

Miến / Burmese 35

VI

Biếng nhác có thể lấn át người định mạnh mà tinh tấn yếu. Do đó, khi phát triển định lấy các đặc tính của tứ đại làm cảnh và tâm tu tập đã vững trên cảnh ấy, đừng chỉ để tâm yên nghỉ trên cảnh tứ đại. Việc buông lỏng và đặt tâm một cách dễ dãi là dấu hiệu tinh tấn suy giảm. Nếu để tâm như thế, sự biếng nhác tăng lên, các đặc tính của tứ đại dần không còn rõ, và việc tu tập suy giảm. Khi ấy hãy tăng cường cố gắng để thấy rõ từng đặc tính và giữ tâm vững trên cảnh ấy.

EN

… which can overwhelm a person whose concentration is strong but whose energy is weak. Therefore, when developing concentration on the individual characteristics of the four great elements and the meditation mind rests firmly on them, do not leave it reclining at ease on that object. This slackening is a sign of declining energy. If the mind is left that way, indolence grows, the individual characteristics gradually become indistinct and the practice declines. Increase the effort to know each individual characteristic distinctly and keep the mind steady on it.

VI

Lại nữa, vì tinh tấn có thể nghiêng về phía trạo cử, nếu tinh tấn quá mạnh và định yếu, người ấy cố sức quá mức để nhận biết tứ đại và giữ tâm trên cảnh ấy. Trạo cử có thể lấn át, khiến tâm tán đi các cảnh khác.

EN

Again, because energy can incline towards restlessness, if energy is excessive and concentration weak, a practitioner makes too much effort to discern the four elements and keep the mind firmly on them. Restlessness may then overwhelm that person, scattering the mind towards other objects.

VI

Nói gọn lại, hãy quân bình định, tức sự đứng vững trên cảnh tứ đại, với tinh tấn, tức nỗ lực nhận biết từng đặc tính và giữ tâm vững trên cảnh ấy.

EN

In brief, balance the concentration that stays steadily on the four elements with the energy that strives to discern each individual characteristic and to keep the mind steady on it …

Vai trò của niệm và ba giác chi đầu / Mindfulness and the first three awakening factors

Miến / Burmese 36

VI

Khi định được quân bình với tinh tấn, tâm tu tập không rơi vào biếng nhác. Khi tinh tấn để thấy đặc tính của các đại và giữ tâm vững trên cảnh ấy được quân bình với định, tâm không rơi vào trạo cử. Vì vậy, hãy làm cho định và tinh tấn quân bình.

EN

… then the meditation mind does not fall into indolence. When the energy to discern each characteristic and keep the mind steady on it is balanced with concentration, the mind does not fall into restlessness. Therefore balance concentration and energy.

VI

Khi cả tín và tuệ, tinh tấn và định quân bình, cận định có thể sinh lên. Niệm, tức sự nhớ biết để ghi nhận từng đặc tính của bốn đại, cần có trong mọi lúc. Hãy xem Thanh tịnh đạo.

EN

When faith and wisdom are balanced and energy and concentration are balanced, access concentration can arise. Mindfulness, the repeated noting of each of the individual characteristics of the four great elements, is always necessary. See the Visuddhimagga.

VI

Thực tập quân bình bảy giác chi.

EN

Practise balancing the seven awakening factors.

VI

1. Niệm giác chi là niệm không quên cảnh đặc tính riêng của tứ đại và nhận biết cảnh ấy nhiều lần.
2. Trạch pháp giác chi là tuệ thấu biết và xem xét kỹ từng đặc tính riêng của bốn đại.
3. Tinh tấn giác chi là sự cố gắng để trạch pháp và tinh tấn hiện rõ trên cảnh đặc tính của bốn đại, và đặc biệt là để tâm đứng vững trên cảnh tứ đại, làm định giác chi sinh lên.

EN

1. The mindfulness awakening factor is mindfulness that does not forget the individual characteristics of the four great elements as its object and repeatedly takes note of them.
2. The investigation-of-phenomena awakening factor is wisdom that penetrates and examines closely each individual characteristic of the four great elements.
3. The energy awakening factor is the effort that makes investigation and exertion distinct on the individual characteristics of the four great elements, particularly the effort that keeps the meditation mind firmly on that object so that the concentration awakening factor arises.

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 125–126.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 125–126.

Bốn giác chi còn lại và cách nâng tâm khi trì trệ / The remaining awakening factors and how to raise a sluggish mind

Miến / Burmese 37

VI

4. Hỷ giác chi là sự vui thích của tâm tu tập đối với cảnh đặc tính của tứ đại.
5. Khinh an giác chi là sự lắng dịu của tâm và các tâm sở khi lấy đặc tính của tứ đại làm cảnh.
6. Định giác chi là sự đứng vững của tâm tu tập trên cảnh đặc tính của tứ đại.
7. Xả giác chi là sự quân bình của các pháp đồng sinh (tatramajjhattatā), giữ cho tâm tu tập trên cảnh đặc tính của tứ đại không nghiêng về phía hăng quá, tán động, cũng không nghiêng về phía thối lui, biếng nhác.

EN

4. The joy awakening factor is the delight of the meditation mind in the individual characteristics of the four great elements as its object.
5. The tranquillity awakening factor is the quieting of consciousness and its mental factors as they take those characteristics as object.
6. The concentration awakening factor is the steadiness of the meditation mind on those characteristics.
7. The equanimity awakening factor is balance among co-arisen phenomena (tatramajjhattatā). It keeps the meditation mind on those characteristics from veering into excitement and distraction or sinking into sluggishness and indolence.

VI

Đó là bảy giác chi trong công việc tu tập tứ đại.

EN

These are the seven awakening factors in the practice of four-elements meditation.

VI

Nếu nỗ lực quá yếu hoặc thiếu sự hứng thú với việc tu tập, tâm có thể trì trệ, biếng nhác đối với đề mục tứ đại. Khi ấy đừng phát triển khinh an, định và xả, mà hãy phát triển trạch pháp, tinh tấn và hỷ. Hãy cố gắng nhận biết rõ từng đặc tính của bốn đại, làm tâm phấn chấn và hỷ sinh lên. Hãy nâng tâm đang sa sút.

EN

If energy is deficient or the mind lacks interest in practice, it may become sluggish and indolent with respect to four-elements meditation. Then do not develop tranquillity, concentration and equanimity. Develop investigation of phenomena, energy and joy. Strive to know each individual characteristic of the four great elements distinctly, to rouse the mind and to bring forth joy. Raise the sinking mind.

VI

Nếu tinh tấn quá mạnh hoặc suy xét quá nhiều, tâm tu tập sẽ tán động, thường chạy từ đặc tính của tứ đại ra các cảnh bên ngoài.

EN

If energy is excessive or there is too much examination, the meditation mind becomes restless and often leaves the individual characteristics of the four elements for outside objects …

Làm lắng tâm và phát triển cận định / Calming the mind and developing access concentration

Miến / Burmese 38

VI

Khi tâm thường xao động và kích động, đừng phát triển trạch pháp, tinh tấn và hỷ. Hãy phát triển khinh an, định và xả. Bớt suy xét, bớt cố sức nhận biết quá gắt các đặc tính của tứ đại. Đừng cố làm cho tâm vui thích và phấn chấn. Hãy cố gắng làm tâm và các tâm sở lắng dịu để nhận biết tứ đại một cách quân bình và giữ tâm tu tập vững trên các đặc tính ấy.

EN

… and becomes unsettled and agitated. Then do not develop investigation, energy and joy. Develop tranquillity, concentration and equanimity. Reduce examination and the intense effort to know the individual characteristics distinctly. Do not strive to excite or delight the mind. Endeavour to quiet consciousness and its mental factors, to discern the individual characteristics evenly and to keep the meditation mind steady on them.

VI

Ánh sáng và phạm vi cận định. “Tasseva vāyamamānassa nacireneva catudhātuppabhedāvabhāsanapaññāpariggahito sabhāvadhammārammaṇattā appanaṃ appatto upacāramatto samādhi uppajjati.” [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ câu Thanh tịnh đạo.]

EN

Light and the scope of access concentration. Tasseva vāyamamānassa nacireneva catudhātuppabhedāvabhāsanapaññāpariggahito sabhāvadhammārammaṇattā appanaṃ appatto upacāramatto samādhi uppajjati. (Visuddhi 1,347.)

VI

Khi quân bình tín với tuệ, tinh tấn với định, và tu tập bằng cách tác ý đến từng đặc tính của bốn đại, năm căn trong dòng tâm đạt quân bình, trong sáng và sắc bén. Do bất tín, trì trệ (līna), thất niệm (pamāda), trạo cử và si không biết đúng các đặc tính của bốn đại đã lắng xa, bảy giác chi thù thắng trở nên rất mạnh …

EN

When faith and wisdom and energy and concentration are brought into balance, and the practitioner attends to the individual characteristics of the four great elements, the five faculties in that continuum become balanced, clear and sharp. Lack of faith, sluggishness (līna), heedlessness (pamāda), restlessness and delusion about the individual characteristics of the four elements recede. The seven sublime awakening factors gain great power …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 347.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 347.

Năm thiền chi khi cận định hiện rõ / The five jhāna factors at access concentration

Miến / Burmese 39

VI

… và đầy đủ. Do bảy giác chi nâng đỡ với sức mạnh lớn, các thiền chi trở nên vững chắc:

EN

… and become fully developed. With the strong support of the seven awakening factors the jhāna factors become firm:

VI

1. Tầm (vitakka) đưa tâm đến cảnh đặc tính của bốn đại.
2. Tứ (vicāra) xem xét đi xem xét lại cảnh đặc tính của bốn đại.
3. Hỷ (pīti) là sự vui thích đối với cảnh ấy.
4. Lạc (sukha) là sự cảm nhận cảnh ấy một cách an vui.
5. Nhất tâm (ekaggatā) là tâm quy tụ, đứng vững trên một cảnh là các đặc tính của bốn đại.

EN

1. Applied thought (vitakka) brings the mind to the individual characteristics of the four great elements.
2. Sustained thought (vicāra) repeatedly examines that object.
3. Joy (pīti) delights in that object.
4. Pleasure (sukha) experiences it pleasantly.
5. One-pointedness (ekaggatā) is the mind's settling and remaining firm on the single object of those characteristics.

VI

Năm thiền chi ấy trở nên đặc biệt sắc bén và rõ ràng. Các triền cái trực tiếp đối nghịch với các thiền chi, cùng những phiền não đồng sinh với chúng, bị đè nén. Hành giả tu tập theo cách vừa trình bày đạt được cận định, với cảnh là các đặc tính của bốn đại. Đó là ý nghĩa lời giải thích của vị Chú giải sư được trích ở trên.

EN

These five jhāna factors become particularly sharp and distinct. The hindrances directly opposed to the jhāna factors, together with the defilements that arise with them, are suppressed. The meditator who practises as described attains access concentration, with the individual characteristics of the four great elements as its object. This is the meaning of the commentary quoted above.

VI

Theo mười quy tắc tu tập tứ đại đã nêu, hành giả cố gắng giữ tâm đứng vững trên từng đặc tính của bốn đại, quân bình năm căn và bảy giác chi …

EN

In accordance with the ten guidelines for four-elements meditation given above, the practitioner endeavours to hold the meditation mind steady on the individual characteristics of the four great elements and to balance the seven awakening factors …

Bảy điều kiện hỗ trợ đề mục tứ đại / Seven conditions supporting four-elements meditation

Miến / Burmese 40

VI

… bằng những cách sau đây:

EN

… in the following ways:

VI

1. Tôn trọng, trân quý và thực hành nghiêm túc công việc tu tập đề mục tứ đại.
2. Thường xuyên tác ý và nhận biết bốn đại trong cả bốn tư thế nằm, ngồi, đứng và đi.
3. Dùng những điều thích hợp về thời tiết, chỗ ở, thức ăn và nghe pháp.
4. Ghi nhận kỹ cảnh là các đặc tính của bốn đại, tức tướng của thiền chỉ.
5. Làm cho bảy giác chi sinh lên một cách thích hợp.
6. Có thân và mạng sống khỏi các nguy hiểm.
7. Không để việc tu tập suy giảm giữa chừng.

EN

1. Treat the practice of four-elements meditation with respect and care, and practise it diligently.
2. Attend to and discern the four great elements continually in all four postures: lying down, sitting, standing and walking.
3. Make use of suitable climate, lodging, food and opportunities to hear the Dhamma.
4. Take careful note of the individual characteristics of the four great elements as the object, the sign of tranquillity meditation.
5. Bring the seven awakening factors into play as appropriate.
6. Keep body and life free from danger.
7. Do not let the practice decline midway.

VI

Hành giả nỗ lực đều đặn để đề mục tứ đại tiến triển từng bước. Vị ấy điều chỉnh nỗ lực quá mức bằng sự thực hành quân bình, và làm cho nỗ lực được tăng lên từng bước. Trong dòng tâm của người tu tập như vậy, tuệ tác ý đến các đại, phân biệt và thấu biết riêng từng đặc tính của bốn đại, sinh lên.

EN

The practitioner makes steady effort so that four-elements meditation advances step by step, moderating excessive exertion through balanced practice and progressively increasing effort. In the continuum of a person practising in this way there arises the wisdom that attends to the elements and distinguishes and penetrates the individual characteristics of each of the four great elements …

Tuệ soi sáng đặc tính của bốn đại / Wisdom illuminates the characteristics of the four elements

Miến / Burmese 41

VI

Như ngọn đèn soi sáng các vật cho người có mắt thấy, tuệ đi cùng tâm tu thiền chỉ tác ý đến tứ đại làm hiện rõ từng đặc tính riêng của bốn đại bằng ánh sáng của tuệ. Các đặc tính ấy là cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ, chảy, kết dính, nóng, lạnh, nâng đỡ và đẩy.

EN

… and illuminates those characteristics. Just as a lamp illuminates objects for someone who has eyes to see, the wisdom associated with tranquillity meditation that attends to the four great elements illuminates their individual characteristics with its own light. These are hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness, lightness, flowing, cohesion, heat, cold, supporting and pushing.

VI

Tuệ tu tập soi sáng từng đặc tính như vậy cũng biết đầu, giữa và cuối, tức sinh, trụ và diệt, của từng đặc tính. Tuệ không rời sự nhận biết ở đầu, giữa và cuối. Tuệ ấy có thể nắm bắt và phân biệt đầy đủ sinh, trụ và diệt của mỗi đặc tính.

EN

The meditation wisdom that illuminates each characteristic in this way also knows its beginning, middle and end, namely its arising, presence and dissolution. It does not lose sight of any of these three phases. It can fully grasp and distinguish the arising, presence and dissolution of each characteristic.

VI

Định đi cùng tuệ tu tập ấy chưa đạt đến an chỉ, chỉ đạt đến mức cận định cao nhất, là định thuộc dục giới. Đây là cách cận định có thể phát sinh trong dòng tâm của hành giả nhận biết từng đặc tính của bốn đại và tu tập theo đúng các quy tắc trên.

EN

The concentration associated with that meditation wisdom does not reach absorption. It reaches only the highest degree of access, which is sense-sphere concentration. This is how access concentration can arise in the continuum of a meditator who discerns each of the four elements' individual characteristics and practises in accordance with the rules above. (Visuddhi 1,347; Mahāṭīkā 1,435–436.)

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 347; Mahāṭīkā, vol. 1, p. 435–436.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 347; Mahāṭīkā, tập 1, tr. 435–436.

Giải thích thêm về ánh sáng / Further explanation of light

Miến / Burmese 42

VI

Những lời trong chú giải và sớ giải ở trên là cách nói người có tuệ mới dễ hiểu. Vì vậy, ở đây giải thích thêm cho người mới học.

EN

The statements of the commentary and subcommentary above are readily understood by the wise. Here they are explained a little further for beginners.

VI

Nếu hành giả đã tu các đề mục thiền chỉ như niệm hơi thở hoặc biến xứ trắng đến tứ thiền, theo lối lấy thiền chỉ làm cỗ xe, ánh sáng có thể phát ra do định tứ thiền ấy. Sau khi xuất khỏi tứ thiền và phát triển định bằng cách lấy bốn đại làm cảnh, ánh sáng cũng có thể sinh lên do tuệ đi cùng định tu tập tác ý đến tứ đại.

EN

If you follow the vehicle of tranquillity and have practised a subject such as mindfulness of breathing or the white kasiṇa to the fourth jhāna, light can arise owing to that concentration. When you emerge from that jhāna and develop concentration by taking the four elements as object, light can also arise owing to the wisdom associated with concentration in attending to the four elements.

VI

Nếu hành giả theo lối thuần minh sát và chỉ tu tập đề mục tứ đại, thì trong khi phát triển định lấy từng đặc tính của tứ đại làm cảnh, ánh sáng có thể bắt đầu sinh từ giai đoạn định chuẩn bị, khi chưa đạt hoặc đã gần cận định.

EN

If you follow the vehicle of pure insight and practise four-elements meditation alone, light may begin to arise as you develop concentration on the individual characteristics of the four elements, at the stage of preparatory concentration before you reach access or as you approach it.

VI

Tùy theo ba-la-mật (pāramī) của từng người, có một số khác biệt. Có người khi định trên tứ đại mạnh lên thì thấy sáng quanh mình, giống như trong một căn phòng có ánh sáng. Người khác lúc đầu không nhận thấy ánh sáng, vẫn tiếp tục nhận biết bốn đại trong thân, và khi định mạnh lên …

EN

There are differences according to each person's perfections (pāramī). When concentration on the four elements grows strong, some see brightness around them, as though in a lit room. Others initially notice no light. They keep discerning the four elements in the body, and when concentration grows strong …

Những biểu hiện khác nhau khi định mạnh / Different experiences as concentration strengthens

Miến / Burmese 43

VI

… mới thấy màu xám đục như khói. Có người thấy các đặc tính của bốn đại như lan rộng ra, tưởng thân mình lớn dần. Có người thấy hình thân biến mất, chỉ còn một khối các đại, rồi tưởng khối ấy dần nhỏ đi và thu hẹp lại. Đây là những biểu hiện có thể sinh lên trong khi tác ý tu tập và định mạnh lên. Khi ấy hành giả cần đặc biệt giữ niệm, tránh để tâm xao động vì muốn các đại lan rộng hoặc co lại. Nếu tâm biến động nhiều trong giai đoạn này, sức định tu tập có thể suy giảm dần và trạo cử có thể xen vào.

EN

… they begin to see a dull, smoky colour. Some see the characteristics of the four elements as spreading and think their bodies are growing bigger. Others see the shape of the body disappear and only a mass of elements remain. They think that the mass is gradually shrinking. Such changes can occur as attention and concentration grow strong. The meditator should be especially mindful at this stage, so that the mind is not disturbed by wishing the elements to spread or shrink. If the mind changes about much at this stage, meditation concentration can gradually weaken and restlessness can intervene.

VI

Khi định mạnh, hành giả có thể không còn thấy riêng các phần tay, chân, đầu và thân, mà chỉ thấy một khối các tính chất của bốn đại. Lúc ấy định đã có sức mạnh. Điều quan trọng là vượt qua tưởng về chúng sinh (sattasaññā), tức những tên gọi quy ước như tôi, người khác, đàn ông, đàn bà, người hay chúng sinh. Hành giả cần nỗ lực để vượt qua tưởng ấy.

EN

When concentration is strong, the meditator may no longer see hands, feet, head and torso as separate bodily parts, but only a mass of the qualities of the four great elements. Concentration now has strength. What matters particularly is to overcome the perception of a being (sattasaññā), the conventional designations “I”, “another person”, “man”, “woman”, “person” and “being”. The meditator should make an effort to overcome that perception.

VI

Khi cố gắng như vậy, hành giả có thể bắt đầu thấy trong khối các đại một ánh sáng xám đục như khói. Với người có ba-la-mật mạnh và định mạnh, giai đoạn này có thể qua nhanh.

EN

In making that effort the meditator may begin to see a dull, smoky brightness within the mass of elements. For one whose perfections and concentration are strong, this stage may pass quickly …

Từ khối màu khói đến khối trong suốt / From a smoky mass to a transparent mass

Miến / Burmese 44

VI

Chẳng bao lâu sau, nếu dùng tuệ phân biệt bốn đại trong khối màu xám đục ấy, tiếp tục nhận biết và phát triển định, hành giả có thể thấy một khối trắng như bông, trắng sáng như mây. Nếu tiếp tục nhận biết bốn đại trong khối trắng ấy và phát triển định, hành giả có thể thấy một khối rất trong sáng, như nước đá, thủy tinh hoặc gương. Trong khi chưa phân giải được các khối gọi là khối đặc (ghana), hành giả vẫn thấy bốn đại theo từng cụm, từng khối.

EN

… If you distinguish the four elements with wisdom within that dull, smoky mass, continue discerning and develop concentration, before long you may see a bright white mass like cotton or a cloud. If you continue discerning the four elements in that white mass and developing concentration, you may see a very clear mass like ice, glass or a mirror. As long as the masses called compactness (ghana) have not been broken up, the four great elements are still seen in groups and masses.

VI

Đức Phật dạy năm sắc trong suốt (pasādarūpa): nhãn tịnh sắc, nhĩ tịnh sắc, tỷ tịnh sắc, thiệt tịnh sắc và thân tịnh sắc.

EN

The Buddha taught five kinds of transparent materiality (pasādarūpa): eye-sensitivity, ear-sensitivity, nose-sensitivity, tongue-sensitivity and body-sensitivity.

VI

“Cakkhādippasādo rūpādīnaṃ gahaṇasamatthānaṃ … ādāsatalaṃ viya vippasannattā pasādarūpaṃ.” [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ câu trích.] Những sắc này trợ giúp các thức tương ứng, như nhãn thức nhận biết cảnh sắc, bằng năng lực làm duyên y chỉ (nissayapaccaya). Do có tính đặc biệt trong sáng như mặt gương, chúng được gọi là sắc trong suốt.

EN

Cakkhādippasādo rūpādīnaṃ gahaṇasamatthānaṃ … ādāsatalaṃ viya vippasannattā pasādarūpaṃ. [The full Pāli transcription remains to be checked.] These kinds of materiality support the corresponding consciousnesses, such as eye-consciousness that knows visible form, by the force of the dependence condition (nissayapaccaya). Because they are exceptionally clear, like the surface of a mirror, they are called transparent materiality.

VI

Theo đoạn chú giải trên, khối mà hành giả thấy gồm những nhóm sắc có sắc trong suốt và những nhóm sắc không trong suốt. Trong thân này, năm sắc trong suốt nói trên có mặt trong các nhóm sắc trong suốt. Trong các nhóm sắc không trong suốt, chúng không có mặt.

EN

According to this commentary, the mass the meditator sees consists of material clusters with transparent materiality and material clusters that are not transparent. The five kinds of transparent materiality are present in the transparent clusters of this body. They are absent from the non-transparent clusters …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 81.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 81.

Các nhóm sắc trong suốt và sự phát sinh ánh sáng / Transparent clusters and the arising of light

Miến / Burmese 45

VI

Trong thân, những nhóm sắc trong suốt và không trong suốt xen lẫn với nhau như bột gạo trộn với bột nghệ. Thân tịnh sắc có mặt khắp thân, ở bất cứ chỗ nào cảm nhận được xúc. Các nhóm sắc có một trong năm sắc trong suốt, kể cả thân tịnh sắc, là các nhóm sắc trong suốt. Khi sức định do tác ý đến tứ đại trở nên mạnh, hành giả thấy những nhóm sắc ấy như từng cụm, từng khối, giống như nước đá, pha lê hoặc thủy tinh. Đây vẫn là giai đoạn chưa phân biệt được nhóm sắc trong suốt với nhóm sắc không trong suốt. Nếu tiếp tục dùng tuệ nhận biết bốn đại trong khối trong suốt ấy, phân biệt và phát triển định, thì khi sức định tăng lên, ánh sáng có thể lóe ra.

EN

… In this body the transparent and non-transparent clusters are intermingled like rice flour and turmeric powder. Body-sensitivity is distributed throughout the body, wherever touch is felt. Clusters containing any of the five kinds of sensitivity, including body-sensitivity, are transparent. When the power of concentration from attending to the four elements grows strong, the meditator sees them as groups or masses resembling ice, crystal or glass. At this stage the transparent and non-transparent clusters still cannot be distinguished from each other. If you continue to discern and distinguish the four elements with wisdom within the transparent mass and develop concentration, flashes of light can appear as concentration grows stronger.

VI

Trong các nhóm sắc do tâm tu thiền chỉ tác ý đến tứ đại sinh ra có cảnh sắc. Do hỏa đại có mặt trong những nhóm sắc do tâm sinh ấy, các nhóm sắc do thời tiết sinh tiếp nối xuất hiện và cũng có cảnh sắc. Ánh sáng đến từ cảnh sắc của hai loại nhóm sắc ấy. Ánh sáng của cảnh sắc thuộc nhóm do tâm sinh lan tỏa bên trong thân. Ánh sáng của cảnh sắc thuộc nhóm do thời tiết sinh có thể tỏa bên trong và ra ngoài thân, xa tùy sức tuệ. Những ánh sáng ấy phát sinh liên hệ với tâm tu thiền chỉ nương vào sắc ý vật (hadayavatthu) …

EN

There is visible form in the material clusters produced by the consciousness engaged in tranquillity meditation on the four elements. The fire element in those consciousness-produced clusters gives rise in succession to temperature-produced clusters, which also contain visible form. Light comes from the visible form in both kinds of clusters. Light from visible form in the consciousness-produced clusters spreads within the body. Light from visible form in the temperature-produced clusters can spread within and beyond the body, as far as the power of wisdom permits. These lights arise in connection with the consciousness of tranquillity meditation, which depends on the heart-base (hadayavatthu) …

Ánh sáng của tuệ và thời điểm chuyển đề mục / The light of wisdom and when to change meditation subjects

Miến / Burmese 46

VI

… và tâm tu minh sát. Ánh sáng xuyên qua khối trong suốt, tỏa ra ngoài, lúc đầu lóe lên từng chớp. Ánh sáng do tuệ đi cùng định của phép tác ý đến tứ đại gọi là ánh sáng của tuệ (ñāṇāloka). Ánh sáng ấy làm phận sự soi tỏ, như ngọn đèn, để hành giả thấy và biết đúng như thật các pháp chân đế. Nếu tiếp tục làm định mạnh thêm, năng lực của tuệ cũng tăng, và ánh sáng càng rực. Vì vậy, muốn ánh sáng mạnh hơn, hãy phát triển định thêm.

EN

… and the consciousness of insight meditation. The light passes through the transparent mass and radiates outward, at first in flashes. Light arising because of wisdom associated with concentration in attending to the four elements is called the light of wisdom (ñāṇāloka). Like a lamp it illuminates ultimate phenomena so that the meditator can see and know them as they really are. When concentration is strengthened further, wisdom grows stronger and the light becomes more brilliant. Therefore, if you want stronger light, develop concentration further.

VI

Nếu là người tu thuần minh sát và đã bắt đầu phát triển định với đề mục tứ đại, có thể cân nhắc chuyển sang một đề mục khác trong những trường hợp sau đây:

EN

If your vehicle is pure insight and you have begun to develop concentration with four-elements meditation, you may wish to change meditation subjects:

VI

1. Khi ánh sáng còn yếu.
2. Khi muốn chuyển sang một đề mục thiền chỉ như biến xứ trắng để phát triển định.
3. Khi muốn tu tập bốn đề mục bảo hộ (caturārakkhakammaṭṭhāna).

EN

1. When the light is weak.
2. When you wish to develop concentration by changing to a tranquillity subject such as the white kasiṇa.
3. When you wish to practise the four protective meditations (caturārakkhakammaṭṭhāna).

VI

Nếu chuyển đề mục, thời điểm thuận lợi nhất là khi ánh sáng đã mạnh mà các nhóm sắc chưa hiện rõ. Nếu đã phân biệt và nhận biết các nhóm sắc trong thân và ngoài thân đến mức thấy các pháp chân đế rồi mới chuyển sang thiền chỉ, thì khi hướng tâm đến một tướng thiền chỉ, chẳng hạn tướng xương, tướng ấy thường tan thành những hạt nhóm sắc. Thay vì thấy bộ xương, hành giả chỉ thấy các nhóm sắc…

EN

If you change subjects, the best time is when the light is strong but material clusters have not yet become apparent. If you distinguish and discern material clusters internally and externally to the point of seeing ultimate phenomena before turning to tranquillity, then when you direct attention to a sign of tranquillity, such as the skeleton sign, the sign tends to break up into minute material clusters. Instead of seeing a skeleton, you see only the particles …

Chuyển từ tứ đại sang đề mục thiền chỉ / Changing from the four elements to tranquillity meditation

Miến / Burmese 47

VI

… nên có thể hơi khó làm cho tướng thiền chỉ ổn định để phát triển định. Tuy vậy, nếu cố gắng vẫn có thể thành công.

EN

… so it may be rather difficult to steady a tranquillity sign in order to develop concentration. Even so, you can succeed if you persevere.

VI

Nếu là người tu thuần minh sát và muốn chuyển sang một đề mục thiền chỉ, trước hết hãy phát triển định lấy tứ đại làm cảnh. Như đã nói ở trên, hãy tiếp tục phát triển định bằng cách lấy chính bốn đại trong khối trong như nước đá, pha lê hay gương làm cảnh. Khi ánh sáng rực lên liên tục trong một, hai giờ, có thể tu tập theo thứ tự đã trình bày trong phần đề mục thiền chỉ:

EN

If you practise pure insight and wish to turn to another tranquillity subject, first develop concentration taking the four elements as object. As explained above, continue to develop concentration with the four elements in the mass as clear as ice, crystal or a mirror. When the brilliant light shines continuously for an hour or two, you can practise in the order set out in the section on tranquillity meditation:

VI

1. Ba mươi hai thể phần.
2. Đề mục bất tịnh (asubhakammaṭṭhāna).
3. Biến xứ trắng và các biến xứ màu.

EN

1. The thirty-two parts of the body.
2. Meditation on foulness (asubhakammaṭṭhāna).
3. The white kasiṇa and the other colour kasiṇas.

VI

Khi đã đạt tứ thiền với biến xứ trắng, có thể chuyển sang các đề mục thiền chỉ khác, nhất là bốn đề mục bảo hộ. Hãy xem lại phần đề mục thiền chỉ để biết cách tu mười biến xứ, tám thiền chứng, bốn phạm trú và bốn đề mục bảo hộ. Nếu muốn chuyển sang minh sát, hãy tiếp tục thực tập như dưới đây.

EN

When you have attained the fourth jhāna with the white kasiṇa, you may turn to other tranquillity meditation subjects, particularly the four protective meditations. Consult the section on tranquillity meditation for the ten kasiṇas, eight attainments, four divine abidings and four protective meditations. If you wish to turn to insight, continue as explained below.

VI

Với người đã tích lũy ba-la-mật mạnh từ trước, khi thực tập đúng trình tự của đề mục tứ đại, khối trong như nước đá, pha lê hay gương hiện ra…

EN

When practitioners whose perfections were strongly developed in the past follow the method of four-elements meditation, a mass as clear as ice, crystal or a mirror appears …

Những khó khăn khi định suy giảm / Difficulties when concentration declines

Miến / Burmese 48

VI

… và khi nhận biết bốn đại trong khối trong ấy, ngay lúc đang nhận biết hoặc không lâu sau, khối trong có thể vỡ ra và các hạt nhóm sắc bắt đầu hiện rõ. Nếu ba-la-mật còn yếu, định chưa đủ mạnh và chưa thấy nhóm sắc, hãy tiếp tục nhận biết cho đến khi thấy được hư không giới.

EN

… and while they discern the four elements within it, or shortly afterwards, the transparent mass may break up and minute material clusters begin to appear. If your perfections are still weak and concentration is insufficient for seeing material clusters, continue discerning until you see the space element.

VI

Khi phát triển định bằng cách lấy từng đặc tính của tứ đại làm cảnh, nếu định suy giảm, hành giả có thể từ khối trong trở lại thấy màu trắng. Định suy giảm thêm, màu trắng trở lại thành màu khói. Nếu định còn suy giảm nữa, ngay cả màu khói cũng biến mất và hành giả chỉ nhận biết được các đặc tính tứ đại như lúc đầu. Những khó khăn này thường xảy ra nhiều hơn đối với người tu thuần minh sát.

EN

Sometimes, as you develop concentration on the individual characteristics of the four great elements, concentration declines and the clear mass becomes white again. If concentration declines further, the white becomes smoky again. If it declines still further, even the smoky colour disappears, and only the individual characteristics of the four elements are discerned, as at the beginning. These difficulties occur more often in those whose vehicle is pure insight.

VI

Khi ấy hãy tinh tấn lấy chính đặc tính tứ đại làm cảnh, giữ tâm tu tập vững trên cảnh ấy, làm định kiên cố. Hãy cố giữ tâm trên tứ đại một cách yên ổn, như ngọn đèn ở nơi kín gió. Nếu giữ được tâm vững trên cảnh tứ đại trong một hay hai giờ, dần dần hành giả sẽ lại thấy màu khói. Khi ấy hãy tiếp tục nhận biết cho rõ chính bốn đại…

EN

Then apply energy, taking the individual characteristics of the four great elements themselves as object and holding the meditation mind steadily on them to strengthen concentration. Try to keep the mind steady on the four elements like a lamp sheltered from the wind. If you can keep the meditation mind firmly on the four elements for an hour or two, the smoky colour will gradually reappear. Then continue to discern the four elements themselves distinctly …

Khi khối trong chưa phân giải / When the transparent mass has not broken up

Miến / Burmese 49

VI

… và tiếp tục phát triển định. Hành giả sẽ thấy màu trắng như mây, thành cụm, thành khối hay thành một vùng trắng. Nếu tiếp tục dùng tuệ phân biệt bốn đại trong khối trắng ấy, nhận biết và phát triển định, hành giả sẽ lại thấy khối trong như nước đá, pha lê hay gương.

EN

… and continue developing concentration. You will see white like a cloud, in patches, masses or a white expanse. If you distinguish the four elements with wisdom in that white mass and continue developing concentration, you will again see a transparent mass like ice, crystal or a mirror.

VI

Tùy định lên xuống, hành giả có thể nhiều lần thấy màu khói, màu trắng và khối trong, rồi từ khối trong trở về màu trắng và màu khói. Người lấy thiền chỉ làm cỗ xe thường ít gặp khó khăn ở giai đoạn này. Nếu gặp khó khăn, hãy khôi phục định đã chứng, như tứ thiền niệm hơi thở hay tứ thiền biến xứ trắng. Khi định đủ mạnh, hãy lại nhận biết bốn đại và phát triển định theo từng bước. Chẳng bao lâu hành giả sẽ gặp lại khối trong. Nếu tiếp tục dùng tuệ phân biệt tứ đại trong đó và phát triển định, tùy sức ba-la-mật, khối trong có thể vỡ ra và các hạt nhóm sắc bắt đầu hiện rõ. Nếu chúng chưa hiện, hãy tiếp tục quan sát hư không giới trong khối trong ấy.

EN

As concentration rises and falls, the smoky, white and transparent appearances may recur many times, and the transparent mass may return to white and then smoky again. Those whose vehicle is tranquillity generally encounter little difficulty at this stage. If there is difficulty, re-establish the concentration you have attained, such as the fourth jhāna of mindfulness of breathing or of the white kasiṇa. When concentration is sufficiently strong, discern the four elements again and develop concentration step by step. Before long the transparent mass will reappear. If you distinguish the four elements in it with wisdom and continue developing concentration, the mass may break up according to the strength of your perfections, and minute material clusters may begin to appear. If they do not appear, continue looking for the space element in that transparent mass.

VI

Trong kinh Mahārāhulovāda và những kinh tương tự, khi giảng đề mục sáu giới, Đức Phật cũng dạy tu tập hư không giới. Chú giải giải thích lời dạy ấy như sau.

EN

In the Mahārāhulovāda Sutta and similar discourses, when teaching meditation on the six elements the Buddha also taught the discernment of the space element. The commentary explains this instruction as follows.

References printed on this page: Ma, vol. 2, p. 86.

Dẫn thư in trên trang này: Ma, tập 2, tr. 86.

Lời chú giải về hư không giới / The commentary on the space element

Miến / Burmese 50

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ các đoạn Pāli dẫn ở trang này.]

EN

[Full transcription of the Pāli passages on this page remains to be checked.]

VI

Vì sao Ngài giảng rộng hư không giới? Để chỉ rõ sắc y sinh. Bốn sắc đại chủng đã được giảng rõ. Những sắc nương vào chúng, tức sắc y sinh, vẫn còn phải được chỉ rõ. Lại nữa, sắc được giới hạn bởi khoảng không thì hiện ra rõ ràng. Hư không giới phân định sắc, nhờ đó sắc hiện rõ. Đó là lý do bậc Đạo sư giảng giới ấy.

EN

Why did he teach the space element in detail? To show derived materiality. The four great elements have been shown, but not the materiality derived from them. Also, materiality delimited by space becomes distinct. Space delimits materiality, so that materiality is manifest. This is why the Teacher explained it.

VI

Sớ giải nói rằng khi mới giảng bốn sắc đại chủng, các sắc y sinh chưa được trình bày theo đặc tính, phận sự và các mặt khác. Vì thế, phần “Vì sao Ngài giảng rộng hư không giới?” được nêu lên. Câu “Để chỉ rõ sắc y sinh” không chỉ có nghĩa là nhằm trình bày sắc y sinh. Còn có lý do nữa: nhờ giới hạn bằng hư không, sắc có thể được nhận biết riêng biệt. Câu kệ chỉ ra sự phân định các nhóm sắc theo cách ấy.

EN

The subcommentary explains that, when the four great elements were taught earlier, derived materiality had not been taught by way of characteristic and so forth. Hence the question, “Why did he teach the space element in detail?” The answer, “To show derived materiality,” is one reason. Another reason is that materiality can be discerned distinctly through its delimitation by space. The verse points to the delimitation of material clusters in this way.

VI

Bốn sắc đại chủng là các sắc chân đế có thể đặt dưới ba đặc tính để quán minh sát, cho nên dễ hiểu vì sao được giảng rộng. Có thể hỏi vì sao Đức Phật cũng giảng rộng hư không giới, vốn không thích hợp để đặt dưới ba đặc tính mà quán minh sát. Câu trả lời là Ngài muốn chỉ dẫn cách nhận biết và tu tập đối với các sắc y sinh.

EN

The four great elements are ultimate material phenomena fit for insight contemplation under the three characteristics, so it is readily understood why they are taught in detail. Why, then, did the Buddha teach the space element in detail, although it is not fit to be contemplated in insight under the three characteristics? He taught it in order to show how to discern and practise with derived materiality.

VI

Trong phần trước của kinh Mahārāhulovāda, Đức Phật mới giảng rộng cách tu tập bốn sắc đại chủng…

EN

In the preceding part of the Mahārāhulovāda Sutta, the Buddha had explained in detail only how to discern the four great elements …

References printed on this page: Ma-ṭṭha, vol. 3, p. 97; Ma-ṭīkā, vol. 2, p. 63.

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 3, tr. 97; Ma-ṭīkā, tập 2, tr. 63.

Khoảng không làm ranh giới giữa các nhóm sắc / Space as the boundary between material clusters

Miến / Burmese 51

VI

… chưa giảng cách nhận biết các sắc y sinh. Vì các sắc y sinh cùng nương vào bốn sắc đại chủng, nên ở đây, qua phần hư không giới, Ngài trình bày chung các sắc y sinh bằng phương pháp nêu đặc tính và các mặt khác. Khi đã chỉ cách nhận biết hư không giới thì cũng đã chỉ cách nhận biết tất cả sắc y sinh. Phải hiểu đó là một lý do giảng rộng hư không giới.

EN

… without teaching how to discern derived materiality. Because all derived materiality depends on the four great elements, he taught derived materiality together here under the space element, by characteristic and so forth. By teaching how to discern the space element, he indicated how to discern all derived materiality. This is one reason for teaching the space element in detail.

VI

Còn một lý do nữa. Đức Phật giảng rộng hư không giới để chỉ cách nhận biết các sắc sao cho dễ phân biệt. Hư không giới là khe hở giữa những nhóm sắc, là sắc phân định nhóm này với nhóm kia, khiến chúng không lẫn vào nhau. Nhờ hư không giới làm ranh giới, toàn thể các nhóm sắc hiện rõ trong tuệ của hành giả. Khi toàn thể các nhóm hiện rõ, các pháp sắc trong từng nhóm cũng hiện rõ và dễ nhận biết hơn. Để chỉ dạy phương pháp ấy, Đức Phật giảng rộng cách nhận biết hư không giới. (Majjhima Nikāya Aṭṭhakathā, tập 3, tr. 97; Majjhima Nikāya Ṭīkā, tập 2, tr. 63.)

EN

There is another reason. The Buddha taught the space element in detail to show how to discern material phenomena so that they are easy to distinguish. The space element is the gap between material clusters, the delimiting materiality that separates one cluster from another and prevents them from merging. As the space element delimits them, the clusters as a whole stand out clearly to the meditator's wisdom. When the clusters stand out, the material phenomena within each cluster likewise become distinct and easier to discern. To show this method the Buddha taught the discernment of the space element in detail. (Majjhima Nikāya Commentary, vol. 3, p. 97; Majjhima Nikāya Subcommentary, vol. 2, p. 63.)

References printed on this page: Ma-ṭṭha, vol. 3, p. 97; Ma-ṭīkā, vol. 2, p. 63.

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 3, tr. 97; Ma-ṭīkā, tập 2, tr. 63.

Sáu loại trong suốt / Six kinds of transparency

Miến / Burmese 52

VI

Có năm loại sắc trong suốt: nhãn tịnh sắc, nhĩ tịnh sắc, tỷ tịnh sắc, thiệt tịnh sắc và thân tịnh sắc. Cùng với sự trong sáng của danh, tức hữu phần hay ý môn, có tất cả sáu loại trong suốt.

EN

There are five kinds of transparent materiality: eye-sensitivity, ear-sensitivity, nose-sensitivity, tongue-sensitivity and body-sensitivity. Together with the clarity of mentality, the life-continuum or mind-door, there are six kinds of transparency in all.

VI

Trong số ấy, thân tịnh sắc phân bố khắp thân. Những nhóm sắc có một trong năm loại sắc trong suốt, kể cả thân tịnh sắc, là nhóm sắc trong suốt.

EN

Of these, body-sensitivity is distributed throughout the body. Material clusters containing one of the five kinds of transparent materiality, including body-sensitivity, are transparent clusters.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm câu Pāli về pasādarūpa.] Năm loại sắc như nhãn tịnh sắc trợ giúp các thức tương ứng, như nhãn thức nhận biết cảnh sắc, bằng năng lực làm duyên y chỉ tiền sinh của vật (vatthupurejātanissaya). Do trong sáng như mặt gương, chúng được gọi là sắc trong suốt.

EN

[The Pāli quotation on pasādarūpa remains to be checked.] The five kinds of materiality such as eye-sensitivity support their corresponding consciousnesses, such as eye-consciousness that takes visible form as object, through the condition of dependence on a prenascent base (vatthupurejātanissaya). Because they are clear like a mirror's surface they are called transparent materiality.

VI

Ngoài những nhóm sắc trong suốt ấy, các nhóm sắc còn lại do bốn nhân nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực sinh ra là những nhóm sắc không trong suốt. Hai loại xen lẫn khắp thân như bột gạo trộn đều với bột nghệ. Trước khi thấy hư không giới và các nhóm sắc, vì tuệ chưa sắc bén, hành giả thấy các nhóm sắc trong suốt và không trong suốt như một khối liền. Vì thế, các nhóm sắc ấy, nhất là những nhóm sắc bị các sắc trong suốt che lấp…

EN

Apart from these transparent clusters, the remaining clusters produced by the four causes, kamma, consciousness, temperature and nutriment, are non-transparent. The two kinds are intermingled throughout the body, like rice flour evenly mixed with turmeric powder. Before the meditator sees the space element and the material clusters, wisdom is not yet sharp enough, and both kinds of cluster appear as one continuous mass. Thus these clusters, particularly those concealed by transparent materiality …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 81.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 81.

Ánh sáng liên hệ với tâm / Light in connection with consciousness

Miến / Burmese 53

VI

… hiện ra thành một khối hay một vùng liền. Nhờ ánh sáng phát sinh do tuệ đi cùng định khi tác ý đến tứ đại, nếu chăm chú nhận biết hư không giới trong khối trong ấy, hành giả sẽ thấy các khe hở giữa các nhóm sắc. Khi thấy hư không giới làm ranh giới, hành giả cũng bắt đầu thấy các nhóm sắc.

EN

… appear as a single mass or expanse. With the aid of the light arising owing to wisdom associated with concentration in attending to the four elements, look carefully for the space element within that transparent expanse. You will then see gaps between material clusters. When the space element appears as the boundary, material clusters themselves begin to appear.

VI

Về danh pháp, hữu phần, tức ý môn, cũng trong sáng và có ánh sáng lóe rực. Đức Phật dạy trong Tăng chi bộ: “Pabhassaramidaṃ, bhikkhave, cittaṃ.” Này các tỳ-khưu, tâm này sáng chói. Phụ chú giải giải thích rằng tất cả tâm đều trong sáng theo bản tính. Điều ấy muốn nói tâm vốn trong, còn sự ô nhiễm là do các tâm sở bất thiện đi cùng. (Tăng chi bộ, tập 1, tr. 9; Mūlaṭīkā, tập 1, tr. 125.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ lời phụ chú giải.]

EN

Among mental phenomena, the life-continuum (bhavaṅga), the mind-door, is likewise clear and has radiant light. The Buddha taught in the Aṅguttara Nikāya: Pabhassaramidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. “Bhikkhus, this mind is luminous.” The subcommentary explains that all consciousness is clear by nature. Consciousness is intrinsically clear, and is defiled by the accompanying unwholesome mental factors. (Aṅguttara Nikāya, vol. 1, p. 9; Mūlaṭīkā, vol. 1, p. 125.) [Full Pāli transcription of the subcommentary remains to be checked.]

VI

Trong các tâm ấy, tâm hữu phần trong sáng và cũng sinh sắc do tâm sinh. Cảnh sắc trong mỗi nhóm sắc do tâm sinh ấy lóe sáng ít hay nhiều tùy năng lực của tuệ đi cùng tâm hữu phần. Hỏa đại trong mỗi nhóm sắc do tâm sinh lại lần lượt sinh các nhóm sắc mới do thời tiết sinh. Cảnh sắc trong các nhóm do thời tiết sinh ấy cũng lóe sáng ít hay nhiều, tùy năng lực của tuệ đi cùng tâm hữu phần…

EN

Among those consciousnesses, life-continuum consciousness is clear and produces consciousness-produced materiality. The visible form in each such material cluster shines more or less brilliantly depending on the power of the wisdom associated with that life-continuum consciousness. The fire element in each consciousness-produced cluster successively gives rise to new temperature-produced clusters. Their visible form also shines more or less brilliantly, depending on the power of the wisdom associated with life-continuum consciousness …

References printed on this page: Aṅ, vol. 1, p. 9; Mūlaṭīkā, vol. 1, p. 125.

Dẫn thư in trên trang này: Aṅ, tập 1, tr. 9; Mūlaṭīkā, tập 1, tr. 125.

Bắt đầu phân tích các nhóm sắc / Beginning to analyse material clusters

Miến / Burmese 54

VI

… và tỏa sáng. Cảnh sắc trong các nhóm sắc do tâm sinh và trong các nhóm sắc do thời tiết sinh là quả. Vì tâm hữu phần làm nhân cho sự trong sáng của chúng theo duyên tăng thượng, tâm hữu phần cũng được gọi là pabhassara, sáng chói. Trong các tâm ấy, tâm thiện tu thiền chỉ và tâm thiện tu minh sát, hoặc tâm duy tác của bậc A-la-hán, đặc biệt trong sáng. Như đã giải thích ở trên, các tâm tu thiền chỉ và minh sát cũng có thể làm phát sinh ánh sáng lóe rực.

EN

… and radiates. Visible form in the consciousness-produced clusters and in the temperature-produced clusters is the effect. Because life-continuum consciousness is a cause of their brightness through the predominance condition, it too is called pabhassara, luminous. Among consciousnesses, wholesome consciousness of tranquillity or insight meditation, or an arahant's functional consciousness, is particularly clear. As explained above, tranquillity and insight meditation consciousnesses can likewise give rise to brilliant light.

VI

Xét tổng quát, có hai loại nhóm sắc: nhóm trong suốt và nhóm không trong suốt. Những hạt nhóm sắc chứa một trong năm sắc trong suốt thì trong sáng, còn những nhóm khác thì không. Khi mới thấy nhóm sắc, có người vẫn thấy các khối lớn hoặc những khối cỡ hạt gạo hay hạt gạo vỡ. Có người thấy những hạt như gạo vỡ hoặc hạt kim cương nhỏ nằm trên một nền tối. Trong những khối ấy, nếu tiếp tục nhận biết cho rõ tứ đại hoặc hư không giới, hành giả sẽ thấy các hạt nhóm sắc. Như vậy, những khối trong như hạt gạo vỡ hay hạt kim cương…

EN

Broadly, there are two kinds of material cluster: transparent and non-transparent. The minute clusters that contain any of the five kinds of sensitive materiality are clear, and the other clusters are not. On first seeing material clusters, some meditators still see large masses, or masses the size of a grain of rice or a broken grain. Others see what resembles broken grains or tiny diamonds against a dark background. Within these masses, if you continue to discern the four elements or the space element distinctly, you will see the minute material clusters. Thus the clear masses like broken grains or little diamonds …

Thấy nhóm sắc và thấy sắc chân đế / Seeing material clusters and seeing ultimate materiality

Miến / Burmese 55

VI

… cần được hiểu là những cụm gồm nhiều nhóm sắc trong suốt. Cũng vậy, nếu nhận biết tứ đại hay hư không giới trong các khối trên nền tối như nhung, hành giả có thể thấy những hạt nhóm sắc không trong suốt tụ lại với nhau.

EN

… should be understood as aggregates of transparent material clusters. Similarly, if you discern the four elements or the space element in the masses against a dark, velvet-like background, you can see the minute non-transparent material clusters gathered there.

VI

Khi thấy các nhóm sắc, hãy bắt đầu nhận biết bốn đại trong từng nhóm, cả nhóm trong suốt lẫn nhóm không trong suốt. Hãy nhận biết và phân biệt chúng bằng tuệ. Hành giả sẽ thấy các nhóm sắc xuất hiện và biến mất rất nhanh. Nếu chưa phân tích được chúng, các việc cần làm trong quán minh sát chưa thể thực hiện. Chừng nào chỉ thấy những hạt nhóm sắc, tuệ tu tập vẫn còn trong phạm vi chế định.

EN

When you see material clusters, begin by discerning the four elements within each cluster, whether transparent or non-transparent. Discern and distinguish them with wisdom. You will see the material clusters appearing and vanishing very rapidly. Until you can analyse them, the work to be done in insight cannot be carried out. As long as you see only the minute clusters, meditation knowledge is still within the domain of concepts.

VI

Nhóm sắc là một tổ hợp rất nhỏ của các sắc chân đế, còn bị che bởi chế định về tập hợp và hình dạng. Hạt ấy nhỏ hơn hạt bụi cực nhỏ rất nhiều lần. Nếu chưa dùng tuệ phân tích và nhận biết tám, chín hoặc mười sắc trong từng nhóm, sự thấy bằng tuệ chưa đến phạm vi chân đế. Bởi vì cái gọi là nhóm sắc vẫn còn là chế định về một cụm nhỏ nhất, chưa thoát khỏi chế định về tập hợp và hình dạng. Nếu chưa phân tích nhóm sắc và phân biệt các sắc chân đế mà lấy ngay sự xuất hiện và biến mất của cả hạt làm cảnh để quán sinh diệt…

EN

A material cluster is a minute aggregation of ultimate material phenomena still concealed by the concepts of a collection and of shape. It is many times smaller than a minute particle of dust. Until you can analyse it with wisdom and discern the eight, nine or ten kinds of materiality in each cluster, your seeing has not reached ultimate reality. What is called a material cluster is still the concept of a smallest group, within the concepts of a collection and of shape. If, without analysing the clusters and distinguishing ultimate material phenomena, you take the appearance and disappearance of whole clusters as the object of contemplation of arising and dissolution …

Cách nhận biết bốn đại trong từng nhóm sắc / How to discern the four elements in each material cluster

Miến / Burmese 56

VI

… thì cái được quán vẫn chỉ là sự sinh diệt theo chế định và minh sát trên chế định. Vì thế, hãy phân tích các nhóm sắc. Để tuệ thấy sắc chân đế, hãy nhận biết và phân biệt các pháp sắc chân đế có mặt trong từng nhóm.

EN

… you are contemplating only conceptual arising and dissolution and practising insight on a concept. Therefore analyse the material clusters. To see ultimate materiality with wisdom, discern and distinguish the ultimate material phenomena present in each cluster.

VI

Muốn nhận biết và phân biệt chúng bằng tuệ, hãy bắt đầu với bốn đại. Nhận biết ở đây là phân biệt bằng tuệ cho đến mức thấy pháp chân đế. Nếu vì các nhóm sắc sinh diệt quá nhanh mà không thể chăm chú nhận biết bốn đại trong từng nhóm, hãy làm như người gặp người mình không muốn nhìn, làm như thể không nhìn thấy. Đừng tác ý đến sự xuất hiện và biến mất của các nhóm sắc. Hãy làm như không thấy sự xuất hiện và biến mất ấy, chỉ chuyên chú nhận biết bốn đại trong từng nhóm. Hãy nhận biết, nhận diện và phân biệt bằng tuệ.

EN

To discern and distinguish them with wisdom, begin with the four great elements. Here discerning means distinguishing with wisdom to the point of seeing ultimate reality. If the clusters appear and disappear too quickly for you to attend closely to the four elements in each one, act as when you meet someone you do not wish to see and pretend you have not seen them. Do not attend to the appearance and disappearance of the clusters. Act as if you do not see them appear or disappear. Attend intently to the four great elements in each cluster. Discern, comprehend and distinguish them with wisdom.

VI

Nếu chưa nhận biết được tứ đại trong từng nhóm, hãy bắt đầu với địa đại trên toàn thân. Lúc này có thể không thấy một khối thân lớn mà chỉ thấy các hạt nhóm sắc. Hãy nhận biết địa đại trong toàn thể các nhóm trong suốt khắp thân. Sau đó nhận biết địa đại trong một nhóm. Nếu nhóm đang nhận biết biến mất, hãy tiếp tục nhận biết địa đại trong nhóm kế tiếp. Nếu thành công…

EN

If you cannot discern the four elements in each cluster, start by discerning earth throughout the body. At this stage you may see only minute material clusters instead of a single large mass of body. Discern earth in all the clusters throughout the body. Then discern earth in one cluster. If that cluster vanishes, continue discerning earth in the next. If you succeed …

Luyện nhận biết từng đặc tính trong nhóm sắc / Training to discern individual qualities in the clusters

Miến / Burmese 57

VI

… hãy chuyển từ nhóm này sang nhóm khác và chỉ nhận biết địa đại. Địa đại có sáu tính chất: cứng, nhám, nặng, mềm, trơn, nhẹ. Trong một nhóm, khi cứng, nhám và nặng hiện rõ thì mềm, trơn và nhẹ không hiện rõ. Khi mềm, trơn và nhẹ hiện rõ thì cứng, nhám và nặng không hiện rõ. Nếu khó nhận biết địa đại, hãy ưu tiên nhận biết riêng tính cứng. Khi thành công, dần dần thêm từng tính chất. Hãy thực tập cho quen nhận biết cứng, nhám, nặng hoặc mềm, trơn, nhẹ trong mỗi nhóm.

EN

… go from cluster to cluster discerning earth alone. Earth has six qualities: hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness. In a cluster where hardness, roughness and heaviness are distinct, softness, smoothness and lightness are indistinct. Where softness, smoothness and lightness are distinct, hardness, roughness and heaviness are indistinct. If earth is difficult to discern, give priority to hardness alone. When you succeed, gradually add the other qualities one at a time. Practise until you are familiar with discerning hardness, roughness and heaviness, or softness, smoothness and lightness, in each cluster.

VI

Hãy luyện nhiều lần: lúc nhận biết tính cứng trong tất cả các nhóm, lúc nhận biết tính cứng trong một nhóm. Khi thành công, hãy luyện nhiều lần nhận biết cứng và nhám trong tất cả các nhóm, rồi trong một nhóm. Khi thành công, hãy luyện nhiều lần nhận biết cứng, nhám và nặng trong tất cả các nhóm, rồi trong một nhóm. Hãy hiểu cách làm tương tự đối với các nhóm mà mềm, trơn và nhẹ hiện rõ. Dựa theo cách này, tiếp tục nhận biết thủy đại, hỏa đại và phong đại.

EN

Practise repeatedly, discerning hardness first in all the clusters and then in one cluster. When you succeed, repeatedly discern hardness and roughness in all clusters and then in one. When you succeed, repeatedly discern hardness, roughness and heaviness in all clusters and then in one. Understand the same procedure for clusters in which softness, smoothness and lightness are distinct. Proceed in this way with water, fire and wind.

VI

Trong hai tính chảy và kết dính của thủy đại, thường chỉ một tính hiện rõ hơn. Trước khi nhóm sắc phân giải có thể thấy cả hai, nhưng trong mỗi nhóm chỉ một tính nổi trội hơn. Trong hai tính nóng và lạnh của hỏa đại, mỗi nhóm chỉ có một tính. Khi nóng hiện rõ thì lạnh không hiện rõ, và ngược lại. Hai tính nâng đỡ và đẩy của phong đại có mặt trong mỗi nhóm. Nâng đỡ là đặc tính, đẩy là phận sự.

EN

Of the two qualities of water, flowing and cohesion, usually only one stands out more clearly. Both may be distinct before the clusters have been broken up, but only one predominates in any given cluster. Of the fire element's two qualities, heat and cold, only one is found in a given cluster. When heat is distinct, cold is indistinct, and vice versa. Supporting and pushing, the two qualities of wind, are present in every cluster. Supporting is its characteristic, and pushing its function.

Định khi nhận biết bốn đại trong từng nhóm / Concentration when discerning four elements in each cluster

Miến / Burmese 58

VI

Hãy luyện nhiều lần cho đến khi tuệ có thể thấy đồng thời bốn đại trong mỗi nhóm sắc. Khi thành công, định đứng vững trên các đặc tính của bốn đại trong từng nhóm. Định ấy, khi đạt mức cao nhất, được gọi theo nghĩa chuyển là cận định, một định thuộc dục giới.

EN

Practise repeatedly until wisdom sees the four great elements in each material cluster together. When you succeed, concentration rests firmly on the individual characteristics of the four elements within each cluster. When it reaches its highest degree, this concentration is called access concentration in a figurative sense. It is sense-sphere concentration.

VI

Vì lấy các pháp chân đế làm cảnh, mà các pháp ấy vi tế và không bền, sinh lên rồi tan biến tức khắc, nên dù tiếp tục phát triển, định này cũng không thể đạt an chỉ. Theo nghĩa trực tiếp, định ở gần an chỉ mới gọi là cận định. Trong phép tác ý đến tứ đại này không có an chỉ. Tuy vậy, xét về đặc tính của định, mức định cao nhất đạt được trong phép tác ý đến tứ đại giống với cận định ở gần an chỉ. Vì thế, định vững chắc trên bốn đại trong từng nhóm sắc, khi đạt mức cao nhất, cũng được gọi theo nghĩa chuyển là cận định. (Visuddhimagga 1,347; Mahāṭīkā 1,435–436.)

EN

Since its objects are ultimate phenomena, which are subtle and impermanent, arising and dissolving immediately, further development cannot bring this concentration to absorption. In the strict sense, concentration is called access when it operates close to absorption. There is no absorption in this attention to the four elements. Nevertheless, in its characteristic of concentration, the highest degree reached in this practice resembles the access concentration that is close to absorption. Thus concentration resting firmly on the four elements in each cluster, when it reaches its highest degree, is also called access concentration figuratively. (Visuddhi 1,347; Mahāṭīkā 1,435–436.)

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đoạn Pāli cuối trang.] Nên hiểu cách gọi cận định ở đây theo nghĩa chuyển. Theo nghĩa trực tiếp, cận định là định vận hành ở gần an chỉ. Vì sao định này không đạt an chỉ dù có đặc tính tương tự? Vì nó lấy các pháp có đặc tính riêng làm cảnh.

EN

[The Pāli transcription at the foot of the page remains to be checked.] Understand “access concentration” here in a figurative sense. In the strict sense, access concentration operates close to absorption. Why does this concentration, though similar in characteristic, fail to reach absorption? Because it takes phenomena with individual characteristics as object.

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 347; Mahāṭīkā, vol. 1, p. 435–436; Mahāṭīkā, vol. 1, p. 435.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 347; Mahāṭīkā, tập 1, tr. 435–436; Mahāṭīkā, tập 1, tr. 435.

Doṇamatta — khoảng một đấu / Doṇamatta — about one doṇa

Miến / Burmese 59

VI

Trong một thân cỡ trung bình, lượng địa đại có thể được tuệ phân tích. Khi xét đến mức cực nhỏ, hay đến những nhóm sắc nhỏ hơn hạt bụi cực nhỏ nhiều lần, lượng địa đại, tức toàn thể những nhóm sắc trong đó địa đại trội, được ví khoảng một đấu. [CHƯA XÁC MINH: quy đổi đơn vị đo theo bản Miến.]

EN

In a body of average size, wisdom can analyse the amount of earth element. Considered at the finest scale, in material clusters many times smaller than a minute particle of dust, the amount of earth, meaning the aggregate of clusters in which earth predominates, is likened to about one doṇa. [The measure requires further checking.]

VI

Địa đại ấy được gom lại nhờ sức kết dính của thủy đại với lượng tương ứng. Hỏa đại duy trì để nó không hóa lỏng do tính chảy của thủy đại. Phong đại nâng đỡ khiến nó đứng vững. Như khi dùng một vật chống đỡ để giữ cho vật khác không đổ, phong đại có tính nâng đỡ và đẩy giúp nó đứng vững. Bởi vậy, nó không rời rạc, phân tán hay vỡ vụn. Do không tan rã theo cách ấy, trong phạm vi chế định, người ta phân biệt những hình dạng nam, nữ khác nhau. Sự hỗ trợ của các duyên vi tế làm cho tướng được thấy hiện ra như một khối vững chắc. (Thanh tịnh đạo, tập 1, tr. 361.) [CHƯA XÁC MINH: chi tiết về vật chống đỡ trong ví dụ.]

EN

The earth element is held together by the cohesion of a corresponding quantity of water element. Fire keeps it from liquefying under the flowing quality of water. Wind supports it and makes it stand firm. Just as a prop keeps something from falling, the supporting and pushing of the wind element keep it steady. Thus it does not scatter, disperse or crumble. Since it does not disintegrate in this way, distinct male and female forms are distinguished in terms of convention. Through the support of subtle conditions its appearance stands out like a solid mass. (Visuddhimagga, vol. 1, p. 361.) [The details of the prop in the simile remain to be checked.]

VI

Theo lời Chú giải trên, nếu nói đại lược, tổng lượng các nhóm sắc có địa đại trội trong thân này vào khoảng một đấu. Hành giả không thể thấy hết mọi đặc tính của bốn đại trong từng nhóm trong toàn bộ số nhóm ấy. Có những nhóm nhận biết được các đại…

EN

According to the commentary above, roughly speaking, the aggregate of clusters in this body in which earth predominates amounts to about one doṇa. The meditator cannot see every characteristic of the four elements in every cluster in the entire aggregate. There are clusters in which the elements can be discerned …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 1, p. 361.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 361.

Những loại sắc cần nhận biết đầy đủ / Discerning all the kinds of materiality

Miến / Burmese 60

VI

… và có những nhóm không nhận biết được. Nói cách khác, có những nhóm sắc hành giả có thể dùng tuệ phân biệt đến mức chân đế và có những nhóm không thể phân biệt được như vậy. Tùy sức của tuệ trong các ba-la-mật mà mỗi người đã tích lũy và tùy năng lực của tuệ khởi lên do các duyên thích hợp, có người nhận biết được nhiều, có người nhận biết được ít. Tuy nhiên, cần nhận biết đủ các loại. Hãy đọc lời giải thích dưới đây.

EN

… and clusters in which they cannot. In other words, the meditator can distinguish some material clusters with wisdom to the level of ultimate reality, but cannot do so for others. According to the strength of wisdom in the perfections each person has accumulated, and the strength of wisdom arising from suitable conditions, some discern many and some few. Nevertheless, every kind must be discerned. Read the explanation below.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ đoạn Pāli dẫn ở trang này.] Tất cả các loại sắc và danh có mặt trong dòng tương tục của chính mình, và tất cả các loại sắc và danh trong dòng tương tục của người khác, cần được gom lại theo tính chất chung, không phân chia thành đàn ông, đàn bà, người, chúng sinh, chư thiên hay Phạm thiên. Việc gom các pháp lại và quán minh sát chúng là phạm vi của tuệ minh sát nơi người đệ tử, tức sự quán theo nhóm (sammasana).

EN

[The full transcription of the Pāli quotation remains to be checked.] All kinds of materiality and mentality in one's own continuum and all kinds in the continuum of others should be brought together by their common nature, without separating them as men, women, persons, beings, devas or brahmās. Gathering the phenomena together and contemplating them in insight is the domain of a disciple's insight knowledge, namely comprehension in groups (sammasana).

VI

Theo lời giải thích ấy, trong cả dòng tương tục bên trong và bên ngoài, cần phân biệt đủ các loại sắc thuộc hai mươi tám sắc, như đã trình bày trong phần đề mục sắc. (Ma-ṭīkā 3,274–275.)

EN

According to that explanation, all the kinds of materiality among the twenty-eight must be distinguished in both the internal and external continuities, as presented in the section on meditation on materiality. (Ma-ṭīkā 3,274–275.)

References printed on this page: Ma-ṭīkā, vol. 3, p. 274–275.

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭīkā, tập 3, tr. 274–275.

Nhận biết đủ các loại nhóm sắc ở sáu cửa / Discerning all kinds of material clusters at the six doors

Miến / Burmese 61

VI

Nói rõ hơn, trong mắt có rất nhiều nhóm mười sắc có nhãn tịnh sắc. Đang nói đến những nhóm có mặt cùng lúc. Trong số đó, hành giả có thể nhận biết các sắc chân đế trong một số nhóm, còn một số nhóm thì không. Hãy hiểu theo cách ấy. Tuy không thể nhận biết đến chân đế tất cả những nhóm thuộc cùng một loại, hành giả vẫn cần nhận biết đủ các loại nhóm sắc, như nhóm mười sắc có nhãn tịnh sắc, nhóm mười sắc có thân tịnh sắc, v.v. Hãy hiểu tương tự ở cả sáu cửa: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và tim.

EN

More explicitly, there are very many eye-decad clusters in the eye. The reference is to those present at the same time. The meditator can discern the ultimate material phenomena in some of these clusters but not in others. Understand it in this way. Even though not every individual cluster of a given type can be discerned at the level of ultimate reality, all types of cluster must be discerned, such as eye-decad and body-decad clusters. Understand likewise for all six doors: eye, ear, nose, tongue, body and heart.

VI

Hãy nhận biết đến mức chân đế bốn đại trong các nhóm sắc trong suốt và bốn đại trong các nhóm sắc không trong suốt ở cả sáu cửa. Khi làm được như thế, phần thiền chỉ của phép tác ý đến tứ đại, gọi là phân định bốn đại (catudhātuvavatthāna), đã hoàn tất. Hành giả cũng đã đặt chân vào phạm vi kiến thanh tịnh.

EN

Discern at the ultimate level the four great elements in the transparent clusters and the four great elements in the non-transparent clusters at all six doors. When you succeed, the tranquillity part of attention to the four elements, called the defining of the four elements (catudhātuvavatthāna), is complete. You have also entered the domain of purification of view.

VI

Tưởng về chúng sinh và tưởng về tự ngã đã tan. [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ đoạn Pāli nối sang trang sau.] Đối với vị tỳ-khưu này, trước kia khi còn là phàm phu ngu muội, dù tại gia hay xuất gia, tưởng về chúng sinh hay về người vẫn chưa mất, chừng nào vị ấy chưa phân tích thân này, dù được đặt hay duy trì thế nào, theo các giới. Khi phân tích theo các giới, tưởng về chúng sinh mất đi, tâm chỉ đứng vững trên các giới. Vì vậy Đức Thế Tôn dạy rằng vị ấy quán chính thân này theo các giới: trong thân này có địa giới, thủy giới, hỏa giới và phong giới. Ví như người đồ tể khéo nghề…

EN

The perception of a being and the perception of a self have dissolved. [Full transcription of the Pāli continuing on the next page remains to be checked.] Formerly, when this bhikkhu was an ignorant ordinary person, whether a householder or one gone forth, the perception of a being or person persisted as long as he had not analysed this body, however placed or disposed, by way of the elements. When he analyses it by way of the elements, the perception of a being disappears, and his mind rests on the elements alone. Therefore the Blessed One teaches that he discerns this very body by way of the elements: “In this body there is the earth element, the water element, the fire element and the wind element.” Just as a skilled butcher …

Ví dụ người đồ tể / The simile of the butcher

Miến / Burmese 62

VI

… hoặc người học việc của người ấy. Pe. Phong giới.

EN

… or his apprentice. Pe. The wind element.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm lời Sớ giải ở đầu trang.] Để phân tích riêng các khối liên tục, tập hợp và phận sự, vị ấy phân tích theo giới. Khi phân tích như vậy, tưởng về chúng sinh, tức tưởng do chấp có tự ngã, hoặc tưởng về người theo cách gọi thông thường, không còn tồn tại. Với vị tu tập tác ý đến các giới, khi thực hành như vậy, ví dụ trở nên tương ứng. Vì thế có lời “tâm chỉ đứng vững trên các giới”.

EN

[The transcription of the subcommentary at the head of the page remains to be checked.] He analyses by way of the elements to distinguish the compactness of continuity, grouping and function. When he analyses in this way, the perception of a being, that is, the perception associated with holding to a self or the conventional perception of a person, no longer persists. When the meditator who attends to the elements practises in this way, the simile fits. Hence it is said that his mind rests on the elements alone.

VI

Khi dạy cách tu tập đề mục tứ đại trong kinh Mahāsatipaṭṭhāna, Đức Phật đưa vào ví dụ người đồ tể. Ý nghĩa như sau.

EN

In teaching four-elements meditation in the Mahāsatipaṭṭhāna Sutta, the Buddha included the simile of the butcher. Its meaning is as follows.

VI

Khi nuôi bò cho lớn, dẫn bò đến lò mổ, trói bò ở đó, giết bò, hoặc nhìn xác bò sau khi giết, người đồ tể vẫn còn tưởng “bò” chừng nào chưa phân riêng từng phần: thịt, xương, gân, gan, v.v. Nhưng khi đã phân riêng từng phần ấy rồi ngồi bán thịt ở một ngã tư, tưởng “bò” trong dòng tâm của người đồ tể biến mất. Tưởng “thịt bò”…

EN

Whether raising a cow, taking it to the slaughterhouse, tying it there, killing it, or looking at it after killing it, the butcher still has the perception “cow” as long as he has not separated the parts, such as meat, bones, sinews and liver. But once he separates those parts and sits selling the meat at a crossroads, the perception “cow” disappears from his continuum of consciousness. The perception “beef” …

References printed on this page: Ma-ṭṭha, vol. 1, p. 276; Ma-ṭīkā, vol. 1, p. 365–366.

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 276; Ma-ṭīkā, tập 1, tr. 365–366.

Từ tưởng về chúng sinh đến nhận biết các giới / From the perception of a being to discernment of the elements

Miến / Burmese 63

VI

… xuất hiện. Người đồ tể không nghĩ “Tôi bán bò, những người này đang mua bò”. Người ấy nghĩ “Tôi bán thịt bò, những người này đang mua thịt bò”. Đó là phần ví dụ.

EN

… arises. The butcher does not think, “I am selling a cow. These people are buying a cow.” He thinks, “I am selling beef. These people are buying beef.” That is the simile.

VI

Cũng vậy, trong dòng tâm của vị tỳ-khưu hành thiền, khi tuệ chân đế còn bị che lấp và vị ấy còn là phàm phu ngu muội, dù tại gia hay xuất gia, tưởng về chúng sinh và về người chưa mất. Chừng nào chưa dùng tuệ phá vỡ các khối sắc theo tính liên tục, tập hợp và phận sự, chưa phân tích riêng địa, thủy, hỏa và phong trong từng nhóm sắc, chưa nhận biết chúng như những tập hợp các đặc tính của giới, thì tưởng ấy vẫn còn. Nhưng khi dùng tuệ phá vỡ từng khối sắc, quán xét và nhận biết được địa, thủy, hỏa và phong chân đế trong từng nhóm sắc, tưởng về chúng sinh trong dòng tâm vị ấy biến mất. Tâm chỉ đứng vững trên các giới. Đó là phần được ví.

EN

In the same way, in the continuum of a meditating bhikkhu, while discernment of ultimate reality is obscured and he is still an ignorant ordinary person, whether a householder or one gone forth, the perceptions of a being and of a person do not disappear. So long as he has not broken up with wisdom the compactness of materiality as continuity, grouping and function, and has not separately analysed earth, water, fire and wind within each cluster and discerned them as aggregates of elemental characteristics, that perception persists. But when he breaks up each kind of compactness with wisdom and examines and discerns ultimate earth, water, fire and wind in each cluster, the perception of a being disappears from his continuum. His mind rests on the elements alone. This is what the simile illustrates.

VI

Vì vậy Đức Phật dạy như sau. Vị tỳ-khưu hành thiền quán chính thân này, dù đang được đặt hay duy trì thế nào…

EN

For this reason the Buddha taught as follows. A meditating bhikkhu discerns this very body, however placed or disposed …

Quán thân theo giới và ba loại khối sắc / Discerning the body by elements and three kinds of compactness

Miến / Burmese 64

VI

… vị ấy quán xét từng phần như một tập hợp các đặc tính của giới: trong thân này có địa giới, có thủy giới, có hỏa giới và có phong giới. Vị ấy quán như vậy vì ở đó không có người hay chúng sinh.

EN

… and examines each portion as a collection of elemental characteristics: “In this body there is the earth element, the water element, the fire element and the wind element.” He examines it in this way because there is no person or being there.

VI

Này các tỳ-khưu, ví như người đồ tể khéo nghề hoặc người học việc của người ấy, sau khi giết bò, chia riêng thành từng phần, như thịt, xương, v.v., rồi ngồi ở ngã tư để bán. Cũng vậy, này các tỳ-khưu, vị tỳ-khưu hành thiền quán chính thân này, dù đang được đặt hay duy trì thế nào: trong thân này có địa giới, có thủy giới, có hỏa giới và có phong giới. Vị ấy quán xét từng phần như một tập hợp các đặc tính của giới, vì ở đó không có người hay chúng sinh. (Majjhima Nikāya Aṭṭhakathā, tập 1, tr. 275–276; Majjhima Nikāya Ṭīkā, tập 1, tr. 365–366.)

EN

“Bhikkhus, just as a skilled butcher or his apprentice, having slaughtered a cow and divided it into portions such as meat and bones, would sit at a crossroads to sell them, so too a meditating bhikkhu discerns this very body, however placed or disposed: ‘In this body there is the earth element, the water element, the fire element and the wind element.’” He examines each portion as a collection of elemental characteristics because there is no person or being there. (Majjhima Nikāya Commentary, vol. 1, pp. 275–276; Majjhima Nikāya Subcommentary, vol. 1, pp. 365–366.)

VI

Ba loại khối sắc (rūpaghana). [CHƯA XÁC MINH: phiên âm câu dẫn Đại sớ giải.]

EN

Three kinds of compactness of materiality (rūpaghana). [The transcription of the Great Subcommentary quotation remains to be checked.]

VI

Trong phạm vi sắc có ba loại khối: khối liên tục (santatighana), khối tập hợp (samūhaghana) và khối phận sự (kiccaghana). Như đã trình bày, khi tu tập đề mục tứ đại, chừng nào chưa thấy các nhóm sắc thì khối liên tục, tức khối do sắc nối tiếp nhau, chưa tan. Chế định về sự liên tục vẫn che lấp tuệ. Khi ấy, cảnh đang được nhận biết, tức các đặc tính của bốn đại, vẫn là các đặc tính sắc chưa được tách khỏi các khối liên tục, tập hợp và phận sự…

EN

In materiality there are three kinds of compactness: continuity (santatighana), grouping (samūhaghana) and function (kiccaghana). As stated earlier, in four-elements meditation the compactness of continuity, the mass formed by the succession of material phenomena, has not dissolved so long as material clusters have not been seen. The concept of continuity still obscures wisdom. At that time the object being discerned, the individual characteristics of the four elements, consists of material characteristics not yet freed from compactness of continuity, grouping and function …

References printed on this page: Ma-ṭṭha, vol. 1, p. 275–276; Ma-ṭīkā, vol. 1, p. 365–366; Ma-ṭīkā, vol. 1, p. 365.

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 275–276; Ma-ṭīkā, tập 1, tr. 365–366; Ma-ṭīkā, tập 1, tr. 365.

Phân giải khối liên tục và khối tập hợp / Breaking up compactness of continuity and grouping

Miến / Burmese 65

VI

… còn bị các chế định về sự liên tục, tập hợp và hình dạng che lấp.

EN

… and still concealed by the concepts of continuity, grouping and shape.

VI

Khi tuệ sắc bén, hành giả bắt đầu thấy các nhóm sắc như đã nói trên. Lúc ấy khối lớn do sắc nối tiếp đã tan. Hành giả không còn thấy khối trong, vùng trong hay mảng trong lớn như trước, mà thấy những hạt nhóm sắc xuất hiện và biến mất rất nhanh. Đó là khối liên tục đã tan. Hai khối còn lại, khối tập hợp và khối phận sự, vẫn chưa tan.

EN

When wisdom becomes sharp, material clusters begin to appear as explained above. The great mass formed by the succession of material phenomena has then broken up. The meditator no longer sees the broad transparent mass, area or expanse as before, but sees minute material clusters appearing and vanishing very quickly. That is the breaking up of compactness of continuity. The two remaining kinds, compactness of grouping and of function, have not yet broken up.

VI

Nếu dùng tuệ phân biệt và nhận biết địa, thủy, hỏa và phong trong từng nhóm sắc, khối tập hợp cũng bắt đầu tan. Nếu tiếp tục nhận biết các sắc y sinh trong từng nhóm thì khối tập hợp hoàn toàn tan. Tuệ phân biệt sắc (rūpapariggahañāṇa) lúc ấy phá được cả khối liên tục và khối tập hợp. Nếu chưa dùng tuệ phân biệt và nhận biết được tám, chín hoặc mười sắc chân đế trong một nhóm, chỉ thấy nguyên cả nhóm, thì chế định về tập hợp và hình dạng chưa mất. Tuệ vẫn mắc lại trong phạm vi chế định…

EN

If you distinguish and discern earth, water, fire and wind in each cluster with wisdom, compactness of grouping begins to break up. If you go on to discern derived materiality in each cluster, compactness of grouping breaks up completely. The knowledge that discerns materiality (rūpapariggahañāṇa) has then broken up compactness of continuity as well as compactness of grouping. If you cannot distinguish and discern with wisdom the eight, nine or ten ultimate material phenomena in a cluster and see only the cluster as a whole, the concepts of grouping and shape remain. Wisdom is still caught within the domain of concepts …

Phân giải khối phận sự / Breaking up compactness of function

Miến / Burmese 66

VI

… và chưa vượt khỏi phạm vi ấy. Chỉ khi dùng tuệ phân biệt riêng từng sắc trong mỗi nhóm, nhận biết đến đặc tính chân đế của từng sắc, sự thấy mới đến mức chân đế. Chế định về tập hợp mất đi và khối tập hợp tan.

EN

… and has not gone beyond that domain. Only when you distinguish each material phenomenon in each cluster separately with wisdom and discern its ultimate characteristic does seeing reach ultimate reality. The concept of grouping disappears, and compactness of grouping breaks up.

VI

Nếu có thể nhận biết những sắc chân đế trong mỗi nhóm theo đặc tính, phận sự, biểu hiện và nhân gần như đã trình bày ở phần nói về bốn mặt này, thì không những khối liên tục và khối tập hợp đã tan, mà cả khối phận sự cũng tan. Khối lớn do các phận sự của sắc gộp lại đã được tuệ phá vỡ.

EN

If you can discern the ultimate material phenomena in each cluster by their characteristic, function, manifestation and proximate cause, as presented in the section on these four aspects, compactness of continuity and grouping and also compactness of function have broken up. Wisdom has broken up the great mass formed by the functions of material phenomena taken together.

VI

Mỗi sắc có phận sự riêng. Địa đại làm chỗ nương cho các sắc cùng nhóm, đó là phận sự làm nền (patiṭṭhānarasa). Thủy đại làm các sắc tăng trưởng, đó là phận sự tăng trưởng (brūhanarasa). Hỏa đại làm chín các sắc cùng nhóm, đó là phận sự làm chín (paripācanarasa). Phong đại đẩy, đó là phận sự làm chuyển động (samudīraṇarasa). Từng sắc có phận sự riêng như thế. Hành giả hãy dùng tuệ nhận biết và phân biệt từng phận sự. Kinh, Chú giải và Sớ giải đã chỉ dẫn theo cách ấy. Nếu chưa biết từng phận sự, tuệ phân biệt sắc vẫn bị khối phận sự che lấp. Tuy phận sự của từng sắc có khác nhau…

EN

Each material phenomenon has its own function. Earth provides a foundation for the material phenomena in its cluster. This is its function as foundation (patiṭṭhānarasa). Water increases the material phenomena. This is its function of growth (brūhanarasa). Fire matures the material phenomena in its cluster. This is its function of maturation (paripācanarasa). Wind pushes. This is its function of causing movement (samudīraṇarasa). Each material phenomenon has its own function in this way. Discern and distinguish each function with wisdom. The texts, commentaries and subcommentaries instruct us in this way. As long as each separate function is unknown, discernment of materiality is still obscured by compactness of function. Though the functions of material phenomena differ …

Trong sắc không có khối về cảnh / Materiality has no compactness of object

Miến / Burmese 67

VI

… nếu chưa biết sự khác nhau ấy mà vẫn nắm bắt như thể chỉ có một phận sự, thì gọi là còn bị khối phận sự che lấp. Hãy dùng tuệ phá vỡ khối ấy và nhận biết các pháp sắc chân đế.

EN

… if you do not know the differences but apprehend them as though there were only one function, compactness of function still obscures discernment. Break up that compactness with wisdom and discern ultimate material phenomena.

VI

(Abhidhamma, tập 1, tr. 9; Abhidhamma, tập 1, tr. 238; Abhidhamma, tập 1, tr. 238; Abhidhamma, tập 1, tr. 287; Abhidhamma, tập 1, tr. 287; Chú giải Abhidhamma, tập 1, tr. 96; Đại sớ giải, tập 2, tr. 437.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ các đoạn Pāli liệt kê ở trang này.]

EN

(Abhidhamma, vol. 1, p. 9; Abhidhamma, vol. 1, p. 238; Abhidhamma, vol. 1, p. 238; Abhidhamma, vol. 1, p. 287; Abhidhamma, vol. 1, p. 287; Abhidhamma Commentary, vol. 1, p. 96; Mahāṭīkā, vol. 2, p. 437.) [Full Pāli transcription of the seven passages remains to be checked.]

VI

Các pháp có cảnh và các pháp không có cảnh. Những pháp nào có cảnh? Thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn và thức uẩn. Đó là những pháp có cảnh.

EN

Phenomena with an object and phenomena without an object. Which phenomena have an object? The aggregates of feeling, perception, formations and consciousness. These are phenomena with an object.

VI

Những pháp nào không có cảnh? Toàn bộ sắc và giới vô vi. Đó là những pháp không có cảnh.

EN

Which phenomena have no object? All materiality and the unconditioned element. These are phenomena without an object.

VI

Những pháp nào có cảnh? Pháp thiện trong bốn địa và pháp bất thiện, tâm quả trong bốn địa, và pháp duy tác vô ký trong ba địa. Đó là những pháp có cảnh.

EN

Which phenomena have an object? Wholesome phenomena of the four planes and unwholesome phenomena, resultant consciousnesses of the four planes, and indeterminate functional phenomena of the three planes. These are phenomena with an object.

VI

Những pháp nào không có cảnh? Sắc và Niết-bàn. Đó là những pháp không có cảnh.

EN

Which phenomena have no object? Materiality and Nibbāna. These are phenomena without an object.

VI

Các pháp không có cảnh không lấy cảnh. Ngay trong các pháp có cảnh, khối về cảnh được phân biệt theo sự sai khác trong cách lấy cảnh.

EN

Phenomena without an object do not take an object. Even among phenomena with an object, compactness of object is distinguished according to differences in how the object is taken.

VI

Trong sự truyền dạy của các vị thầy, có nơi nói cả sắc lẫn danh đều có bốn khối: liên tục, tập hợp, phận sự và cảnh. Tuy nhiên, các đoạn kinh, Chú giải và Sớ giải vừa nêu giải thích rằng sắc không có khối về cảnh, mà chỉ có ba khối: liên tục, tập hợp và phận sự…

EN

In some teachers' traditions it is said that both materiality and mentality have four kinds of compactness: continuity, grouping, function and object. However, the texts, commentaries and subcommentaries quoted above explain that materiality has no compactness of object and has only three kinds, continuity, grouping and function …

References printed on this page: Abhi, vol. 1, p. 9; Abhi, vol. 1, p. 238; Abhi, vol. 1, p. 287; Abhi-ṭṭha, vol. 1, p. 96; Mahāṭīkā, vol. 2, p. 437.

Dẫn thư in trên trang này: Abhi, tập 1, tr. 9; Abhi, tập 1, tr. 238; Abhi, tập 1, tr. 287; Abhi-ṭṭha, tập 1, tr. 96; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 437.

Các pháp có cảnh và không có cảnh / Phenomena that take an object and those that do not

Miến / Burmese 68

VI

… như đã nói.

EN

… as explained above.

VI

Trong Dhammasaṅgaṇī, Đức Phật chia các pháp chân đế thành hai nhóm: pháp có khả năng lấy cảnh (sārammaṇa) và pháp không lấy cảnh (anārammaṇa). Bốn danh uẩn là thọ, tưởng, hành và thức, khi phân tích theo loại, là các pháp thiện, bất thiện, quả và duy tác vô ký. Đức Phật dạy đó là các pháp có cảnh. Cũng trong Dhammasaṅgaṇī, Ngài dạy rằng toàn bộ các sắc và pháp vô vi Niết-bàn là các pháp không có cảnh.

EN

In the Dhammasaṅgaṇī, the Buddha divides ultimate phenomena into two groups, those that take an object (sārammaṇa) and those that do not (anārammaṇa). The four mental aggregates, feeling, perception, formations and consciousness, fall into the categories of wholesome, unwholesome, resultant and indeterminate functional phenomena. The Buddha teaches that these take an object. In the same Dhammasaṅgaṇī he teaches that all materiality and the unconditioned element, Nibbāna, do not take an object.

VI

Chỉ những pháp có cảnh mới có khối về cảnh (ārammaṇaghana), tức khối do các pháp cùng lấy cảnh. Chú giải và Sớ giải ở trên giải thích như vậy. Các pháp có cảnh có thể lấy một cảnh chế định, như tướng của đề mục niệm hơi thở hay tướng của biến xứ trắng. Chúng cũng có thể lấy một cảnh chân đế, như đặc tính riêng của bốn đại có mặt trong từng nhóm sắc. Chúng lấy được cả cảnh chế định lẫn cảnh chân đế. Khi lấy cảnh, các tâm và tâm sở cùng sinh trong mỗi sát-na tâm, ít nhất có tám danh pháp. Có khi, như trong tâm tu thiền chỉ hay tâm tu minh sát, có đến ba mươi bốn tâm và tâm sở đi cùng trong một sát-na. Các tâm và tâm sở cùng sinh trong mỗi sát-na, tuy lấy cùng một cảnh, có cách lấy cảnh riêng…

EN

Only among phenomena that take an object is there compactness of object (ārammaṇaghana), compactness in the taking of an object. This is explained in the commentaries and subcommentaries above. Such phenomena can take a conceptual object, such as the sign of mindfulness of breathing or of the white kasiṇa. They can also take an ultimate object, such as the individual characteristics of the four elements in a material cluster. They can take objects of both kinds. In taking an object, consciousness and its associated mental factors arise together in a single mind-moment, at least eight mental phenomena. At times, as in tranquillity or insight meditation consciousness, there are as many as thirty-four consciousness and mental factors together in a single mind-moment. Though they take the same object, the consciousness and mental factors arising together at each moment take it in different ways …

Khối về cảnh và quán xét theo giới / Compactness of object and discerning by way of the elements

Miến / Burmese 69

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm hai đoạn Pāli dẫn đầu trang.] Thức được gọi là thức vì nhận biết cảnh. Nhận biết là nắm bắt cảnh.

EN

[The transcription of the two Pāli quotations at the head of the page remains to be checked.] Consciousness is so called because it cognizes an object. Cognition is the apprehension of an object.

VI

Theo Chú giải và Sớ giải, trong các danh pháp này, tâm là pháp nhận biết cảnh. Ví dụ, khi hướng tâm nhận biết địa đại trong một nhóm sắc, nếu lấy được cảnh, tức nhận biết được địa đại, thì nói là biết địa đại. Nếu không lấy được cảnh, tức không nhận biết được địa đại, thì không thể nói là biết địa đại. Vậy sự biết, tức tâm, là sự nhận biết cảnh. Xúc là sự tiếp xúc với cảnh, nối tâm biết với cảnh. Thọ là sự cảm nhận vị của cảnh. Các pháp có cảnh khác cũng có cách lấy cảnh riêng. Hãy hiểu theo cách tương tự.

EN

According to the commentary and subcommentary, of these mental phenomena consciousness is what cognizes the object. For example, when you direct the mind to discern earth in a material cluster, if it apprehends that object, that is, if it discerns earth, it is said to know earth. If it does not apprehend the object, that is, does not discern earth, it cannot be said to know earth. Thus knowing, or consciousness, is cognizing the object. Contact is contact with the object, bringing the knowing consciousness and its object together. Feeling experiences the taste of the object. Other phenomena with an object also have their own ways of taking it. Understand them in the same way.

VI

Tuy các pháp có cảnh có cách lấy cảnh khác nhau, nếu chưa phân biệt đây là xúc, đây là thọ, đây là tưởng, đây là tư, đây là thức, mà vẫn nắm bắt chúng như một khối duy nhất, đó gọi là khối về cảnh. (Mahāṭīkā 2,437.)

EN

Though phenomena with an object differ in how they take it, if you have not distinguished contact, feeling, perception, volition and consciousness as such, and apprehend them as one mass, this is called compactness of object. (Mahāṭīkā 2,437.)

VI

Vì vậy, khối về cảnh chỉ liên hệ với các pháp có cảnh. Trong phần sắc, cần hiểu rằng Chú giải chỉ nêu ba khối: liên tục, tập hợp và phận sự.

EN

Therefore compactness of object applies only to phenomena that take an object. For materiality, understand that the commentary teaches three kinds of compactness: continuity, grouping and function.

VI

Quán xét theo giới (dhātuso paccavekkhati). Khi dạy phần tác ý đến các giới trong kinh Mahāsatipaṭṭhāna, Đức Phật dạy quán theo giới…

EN

Discerning by way of the elements (dhātuso paccavekkhati). In teaching attention to the elements in the Mahāsatipaṭṭhāna Sutta, the Buddha instructed the meditator to discern by way of the elements …

References printed on this page: Ma-ṭṭha, vol. 1, p. 280; Mūlaṭīkā, vol. 1, p. 87; Mahāṭīkā, vol. 2, p. 437.

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 280; Mūlaṭīkā, tập 1, tr. 87; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 437.

Quán bốn đại đến mức chân đế / Discerning the four elements at the ultimate level

Miến / Burmese 70

VI

… nghĩa là quán xét từng phần như một tập hợp các đặc tính của giới, vì ở đó không có người, chúng sinh hay tự ngã. Chú giải và Sớ giải nói rằng đây là lời chỉ dẫn dùng tuệ phá vỡ ba loại khối, để nhận biết trong mỗi nhóm sắc các đặc tính chân đế của địa, thủy, hỏa và phong. Vì thế, hãy ghi nhớ rằng khi tu tập đề mục tứ đại, chỉ khi nhận biết và phân biệt được đặc tính riêng của bốn đại trong từng nhóm sắc đến mức chân đế, hành giả mới thực hành đề mục tứ đại theo ý Đức Phật, mới có thể quán xét theo giới.

EN

… that is, to examine each portion as a collection of elemental characteristics, because there is no person, being or self there. The commentary and subcommentary explain that this is an instruction to break up the three kinds of compactness with wisdom and discern the ultimate characteristics of earth, water, fire and wind within each material cluster. Therefore remember that, in four-elements meditation, only when you discern and distinguish the individual characteristics of the four elements in each material cluster to the level of ultimate reality are you practising as the Buddha intended and able to discern by way of the elements.

VI

Chỉ khi dùng tuệ phân biệt từng đặc tính của bốn đại trong mỗi nhóm sắc thì sự thấy bằng tuệ mới đến chân đế. Khi ấy, ánh sáng của vô ngã mới thực sự chiếu sáng. Đến mức ấy, tưởng về chúng sinh và tưởng về tự ngã mới tan.

EN

Only when you distinguish each characteristic of the four elements in each material cluster with wisdom does seeing with wisdom reach ultimate reality. Then the light of non-self truly shines forth. At that point the perception of a being and the perception of a self dissolve.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đoạn Pāli dẫn ở cuối trang.] Khi có thể phân tích từng sắc và danh riêng biệt theo từng pháp chân đế, và dùng tuệ phá vỡ từng khối sắc và khối danh, đặc tính vô ngã mới có thể hiện rõ đúng theo bản tính của nó trong tuệ hành giả…

EN

[The Pāli quotation at the foot of the page remains to be checked.] Only when you analyse each material and mental phenomenon separately as an ultimate phenomenon, breaking up with wisdom each compactness of materiality and mentality, can the characteristic of non-self appear in wisdom in accordance with its actual nature …

References printed on this page: Abhi-ṭṭha, vol. 2, p. 47.

Dẫn thư in trên trang này: Abhi-ṭṭha, tập 2, tr. 47.

Hai cách chấp tự ngã / Two ways of clinging to self

Miến / Burmese 71

VI

… và hiện rõ trong sự biết bằng tuệ.

EN

… and stand out clearly to the meditator’s knowledge. (Abhi-ṭṭha 2,47.)

VI

Chỉ khi ánh sáng của vô ngã thực sự chiếu lên thì tưởng về chúng sinh và tưởng về tự ngã mới tan. Về hai loại tưởng ấy, các vị Sớ giải sư nêu hai cách chấp tự ngã.

EN

Only when the light of non-self truly shines do the perception of a being and the perception of a self dissolve. In connection with these two perceptions, the subcommentators describe two ways of clinging to self.

VI

1. Chấp theo tà kiến về tự ngã (attadiṭṭhi). Một số người ngoài giáo pháp cho rằng tự ngã bị tiêu diệt khi chết. Đó là đoạn kiến. Một số cho rằng tự ngã không tiêu diệt khi chết. Đó là thường kiến. Họ cho rằng tự ngã sở hữu thân uẩn, thân uẩn thay đổi từ đời này sang đời khác nhưng tự ngã không đổi, vẫn luôn đi theo thân uẩn. Họ cho rằng tự ngã có thể làm, cảm thọ, sai khiến và bắt thân uẩn làm theo ý muốn. Họ nói tự ngã tồn tại theo cách ấy. Đó là thường kiến. Cả đoạn kiến lẫn thường kiến đều là chấp theo tà kiến về tự ngã.

EN

1. Clinging through a view of self (attadiṭṭhi). Some adherents of teachings outside the Buddha’s dispensation hold that the self is destroyed at death. This is annihilationism. Others hold that it is not destroyed at death. This is eternalism. They say that the self owns the bodily aggregate. Although the bodily aggregate changes from one life to another, the self remains unchanged and always accompanies it. They say that the self acts, experiences, gives commands and makes the bodily aggregate act as it wishes. This is eternalism. Both annihilationism and eternalism are forms of clinging through a view of self.

VI

2. Chấp theo quy ước của thế gian, tức cách gọi thông thường. Người ta tin đàn ông, đàn bà, người, chúng sinh, chư thiên và Phạm thiên thực sự hiện hữu theo cách gọi thường ngày. Đó là chấp theo quy ước hay ngôn ngữ thế gian, tức tưởng về chúng sinh.

EN

2. Clinging through worldly convention or ordinary usage. People take men, women, persons, beings, humans, devas and brahmās to exist in reality just as they are spoken of in everyday usage. This is clinging through worldly convention or usage. It is the perception of a being.

VI

Khi hành giả thực tập đúng trình tự của đề mục tứ đại, vị ấy nhận biết bốn đại cùng những sắc y sinh trong từng nhóm sắc…

EN

When a meditator practises diligently in accordance with the method of four-elements meditation, discerning the four great elements and their accompanying derived materiality in each material cluster …

References printed on this page: Abhi-ṭṭha, vol. 2, p. 47.

Dẫn thư in trên trang này: Abhi-ṭṭha, tập 2, tr. 47.

Khi hai cách chấp tan và cách nhận biết sắc y sinh / When both kinds of clinging dissolve and how to discern derived materiality

Miến / Burmese 72

VI

… và dùng tuệ phân biệt đến mức chân đế. Vị ấy thấy rõ bằng tuệ các sắc ấy sinh diệt hết sức nhanh. Thấy chúng vô thường, vỡ tan, không bền, vị ấy thấy không có tự ngã hay người sở hữu. Vị ấy cũng không thấy một tự ngã nào ẩn đằng sau các nhóm sắc trong hay ngoài thân. Không còn căn cứ để chỉ ra đây là đàn ông hay đây là đàn bà. Vị ấy không tìm được tự ngã hay người nam, người nữ như cách gọi thông thường. Khi ấy, cả chấp theo tà kiến về tự ngã lẫn chấp theo quy ước thế gian đều tan trong dòng tâm của hành giả.

EN

… and distinguishing them with wisdom to the level of ultimate reality, the meditator sees with wisdom that those material phenomena arise and dissolve extremely rapidly. They are impermanent, disintegrating and unstable. The meditator sees no self that owns them and no self hidden behind the material clusters within or outside the body. There is no basis for saying, “This materiality is a man” or “This materiality is a woman.” A self, man or woman as ordinarily spoken of cannot be found. At that point both kinds of clinging to self, through wrong view and through worldly convention, have dissolved in the meditator’s continuum.

VI

Cách nhận biết các sắc y sinh. Khi đã nhận biết được bốn đại trong các nhóm sắc trong suốt và không trong suốt ở cả sáu cửa, có thể tiếp tục nhận biết các sắc y sinh. Tốt hơn nữa nếu cũng nhận biết được bốn đại trong các nhóm sắc trong suốt và không trong suốt ở ba mươi hai thể phần. Khi đã nhận biết bốn đại trong các nhóm của cả sáu cửa và ba mươi hai thể phần, tuệ sắc bén hơn và các sắc y sinh có thể dần hiện rõ. Cách làm là trước hết hướng tâm đến mắt. Khi ấy có thể dễ dàng thấy các hạt nhóm sắc. Nếu chưa thấy, hãy chú tâm nhận biết bốn đại ở mắt…

EN

How to discern derived materiality. Once you can discern the four great elements in transparent and non-transparent material clusters at all six doors, you can proceed to discern derived materiality. It is better still to discern the four great elements in the transparent and non-transparent clusters of the thirty-two bodily parts as well. When you have discerned the four great elements in both kinds of cluster at the six doors and in the thirty-two parts, wisdom will have become sharper and the derived materiality can gradually become evident. First direct your attention to the eye. You may readily see the minute material clusters. If you do not, attend closely to the four great elements in the eye …

Nhận biết tứ đại ở sáu cửa và ba mươi hai thể phần / Discerning the four elements at the six doors and in the thirty-two parts

Miến / Burmese 73

VI

… tuệ sẽ sắc bén hơn và hành giả có thể dễ dàng thấy các hạt nhóm sắc. Khi ấy hãy tiếp tục nhận biết bốn đại trong các nhóm trong suốt và không trong suốt. Hãy hiểu tương tự đối với tai, mũi, lưỡi, thân và tim. Trong ba mươi hai thể phần, hãy hướng tâm đến phần mà mình muốn nhận biết. Khi thấy thể phần ấy, hãy nhận biết bốn đại trong đó. Khi thấy các hạt nhóm sắc, hãy nhận biết cho rõ bốn đại trong cả nhóm trong suốt và nhóm không trong suốt. Khi đã thành công ở sáu cửa và ba mươi hai thể phần, có thể tiếp tục nhận biết các sắc y sinh.

EN

… and as wisdom sharpens you will readily see the minute material clusters. Then continue discerning the four great elements in the transparent and non-transparent clusters. Understand the same procedure for the ear, nose, tongue, body and heart. For the thirty-two parts, direct your attention to whichever part you wish to discern. When you see that part, discern the four great elements in it. When you see minute material clusters, discern the four great elements distinctly in the transparent and the non-transparent clusters. When you have succeeded at the six doors and in the thirty-two parts, you can proceed to discern derived materiality.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ ba đoạn Pāli ở nửa dưới trang, đoạn cuối nối sang trang 74.] Khi nhận biết bốn sắc đại chủng, sắc y sinh hiện rõ. Các sắc đại chủng được phân định bằng các sắc y sinh, và các sắc y sinh được phân định bằng các sắc đại chủng. Ví như ánh nắng được phân biệt nhờ bóng và bóng được phân biệt nhờ ánh nắng. Cũng vậy, hai loại sắc được phân biệt lẫn nhau.

EN

[The full transcription of the three Pāli passages on this page, the last of which continues onto page 74, remains to be checked.] When the four great elements have been discerned, derived materiality becomes evident. The great elements are delimited by derived materiality, and derived materiality by the great elements. Just as sunlight is distinguished by shade and shade by sunlight, the two kinds of materiality distinguish one another.

VI

“Như xanh, vàng, v.v.” nói đến màu và các sắc y sinh tương tự. Sắc y sinh nương vào sắc đại chủng cùng nhóm và không thể có ngoài các sắc đại chủng ấy. Câu nói về bóng và ánh nắng chỉ cách hai pháp phân định lẫn nhau…

EN

“Blue, yellow and so forth” refers to colour and other such derived materiality. Derived materiality depends on the great elements in the same cluster and is not found apart from those great elements. The comparison of shade and sunlight shows how the two delimit one another …

References printed on this page: Abhi-ṭṭha, vol. 2, p. 241; Mūlaṭīkā, vol. 2, p. 154.

Dẫn thư in trên trang này: Abhi-ṭṭha, tập 2, tr. 241; Mūlaṭīkā, tập 2, tr. 154.

Sắc đại chủng và sắc y sinh phân định lẫn nhau / The great elements and derived materiality delimit one another

Miến / Burmese 74

VI

… vì ánh nắng làm duyên cho bóng và bóng sinh do ánh nắng. Do mối quan hệ làm duyên và được duyên ấy, hai pháp phân định lẫn nhau. (Anuṭīkā 2,156.)

EN

… because sunlight is a condition for shade, and shade arises on account of sunlight. Through this relationship between the condition and what it conditions, the two delimit one another. (Anuṭīkā 2,156.)

VI

Trong sự biết bằng tuệ của hành giả đang nhận biết, phân biệt bốn sắc đại chủng trong từng nhóm, sắc y sinh hiện rõ. Cần dùng sắc y sinh cùng nhóm để phân biệt sắc đại chủng, và dùng sắc đại chủng cùng nhóm để phân biệt sắc y sinh. Ví như phân biệt ánh nắng nhờ bóng và phân biệt bóng nhờ ánh nắng, cũng vậy hãy phân biệt sắc đại chủng và sắc y sinh cùng nhóm nhờ nhau.

EN

To the knowledge of the meditator discerning and distinguishing the four great elements in each material cluster, derived materiality becomes evident. Distinguish the great elements by the derived materiality in the same cluster, and distinguish derived materiality by the great elements in that cluster. Just as sunlight is distinguished by shade and shade by sunlight, distinguish the great elements and the derived materiality in a cluster by means of each other.

VI

Lời Chú giải trên là một mốc chỉ dẫn hết sức quý cho người đang dùng tuệ nhận biết các sắc đến mức chân đế. Các vị Sớ giải sư cũng giảng rõ để hành giả có thể thực hành. Lời giải thích như sau.

EN

This explanation in the commentary is a valuable guide for a meditator discerning materiality with wisdom to the level of ultimate reality. The subcommentators also explained it clearly so that it could be put into practice. Their explanation follows.

VI

Khi sắc đại chủng được phân định bằng sắc y sinh cùng nhóm, có thể nói sắc đại chủng có màu nâu, có màu vàng, có mùi thơm hay có mùi hôi, v.v. Những sắc y sinh cùng nhóm như màu (vaṇṇa) và mùi (gandha) phân định cho sắc đại chủng hiện rõ. Vì các sắc y sinh cùng nhóm nương vào sắc đại chủng và không có ở ngoài các sắc đại chủng cùng nhóm, chúng cũng được các sắc đại chủng cùng nhóm phân định. Muốn bóng râm xuất hiện, phải có nhân là ánh nắng…

EN

When the great elements are delimited by derived materiality in the same cluster, they can be described as brown or yellow, fragrant or foul-smelling, and so on. Derived materiality in the cluster, such as colour (vaṇṇa) and odour (gandha), delimits the great elements so that they stand out. Because the derived materiality in the cluster depends on and is not found apart from those great elements, it is in turn delimited by the great elements in the same cluster. For shade to appear, its cause, sunlight, must …

References printed on this page: Anuṭīkā, vol. 2, p. 156; Abhi-ṭṭha, vol. 2, p. 241.

Dẫn thư in trên trang này: Anuṭīkā, tập 2, tr. 156; Abhi-ṭṭha, tập 2, tr. 241.

Ví dụ ánh nắng và bóng cây / The simile of sunlight and a tree’s shade

Miến / Burmese 75

VI

… hiện rõ. Vào ban đêm không có ánh nắng, bóng râm không hiện rõ. Như vậy, ánh nắng là nhân làm cho bóng râm sinh lên. Do nhân là ánh nắng đang hiện rõ, bóng râm, tức bóng cây, hiện ra. Cũng chính vì ánh nắng là nhân làm sinh bóng cây mà ánh nắng và bóng cây phân định lẫn nhau. (Mūlaṭīkā 2,154; Anuṭīkā 2,156.)

EN

… be evident. At night there is no sunlight, so the shade is not evident. Thus sunlight is the cause that gives rise to shade. With sunlight evident as the cause, shade, here the shade of a tree, appears. Because sunlight is the cause that gives rise to the tree’s shade, sunlight and shade delimit one another. (Mūlaṭīkā 2,154; Anuṭīkā 2,156.)

VI

Lời giải thích ấy chỉ ra rằng mối quan hệ giữa pháp được sinh và pháp làm sinh cũng làm cho chúng phân biệt lẫn nhau.

EN

This explanation shows how what is produced and what produces it also distinguish one another.

VI

Vào ngày có nắng, hãy hướng tâm nhận biết ánh nắng chiếu xuống mặt đất và bóng cây. Hành giả dễ thấy ánh nắng trên mặt đất và bóng râm, tức bóng cây. Bóng cây hiện ra do nhân là ánh nắng. Nếu không có ánh nắng, bóng cây không hiện ra. Ánh nắng giúp phân biệt đây là bóng cây. Bóng cây cũng giúp phân biệt đây là ánh nắng. Tuy vậy, ánh nắng là nhân làm sinh bóng cây, còn bóng cây là pháp được sinh do ánh nắng. Chính mối quan hệ giữa pháp được sinh và pháp làm sinh khiến chúng phân biệt lẫn nhau.

EN

On a sunny day, direct your attention to the sunlight falling on the ground and to the shade of a tree. You can readily see the sunlight and the tree’s shade on the ground. The tree’s shade appears on account of sunlight. Without sunlight the shade does not appear. The sunlight distinguishes the shade, and the shade likewise distinguishes the sunlight. Yet sunlight is the cause that produces the shade, and shade is what sunlight produces. It is through this relationship between what is produced and what produces it that the two distinguish one another.

VI

Cũng vậy, khi hành giả nhận biết một nhóm sắc theo cách này…

EN

In the same way, when the meditator discerns a material cluster in this manner …

References printed on this page: Mūlaṭīkā, vol. 2, p. 154; Anuṭīkā, vol. 2, p. 156.

Dẫn thư in trên trang này: Mūlaṭīkā, tập 2, tr. 154; Anuṭīkā, tập 2, tr. 156.

Sắc y sinh có mặt trong nhóm sắc / Derived materiality within a material cluster

Miến / Burmese 76

VI

… vị ấy chỉ có thể nhận biết bốn đại trong nhóm ấy sau khi dùng tuệ thấy được nhóm sắc. Nếu chưa thấy nhóm sắc thì chưa thể nhận biết bốn đại trong nó. Ngay cả việc thấy nhóm sắc bằng tuệ cũng cần ít nhất thấy màu, tức cảnh sắc (rūpārammaṇa) gọi là vaṇṇa, có mặt trong nhóm. Sau khi thấy nhóm sắc, hành giả có thể lần lượt nhận biết bốn đại trong đó.

EN

… the meditator can discern the four great elements within it only after seeing the material cluster with wisdom. If the cluster has not been seen, the four elements within it cannot yet be discerned. To see the cluster with wisdom, one must at least see its colour (vaṇṇa), the visible form (rūpārammaṇa) present in it. Once the cluster is seen, the four great elements within it can be discerned in turn.

VI

Mặt khác, khi nhận biết được bốn đại trong nhóm sắc, hành giả có thể tiếp tục nhận biết các sắc y sinh cùng nhóm như màu (vaṇṇa), mùi (gandha), vị (rasa) và dưỡng chất (ojā). Có thể làm được như vậy vì những sắc y sinh ấy không thể có ngoài nhóm sắc chứa bốn sắc đại chủng.

EN

Conversely, once the four great elements within a cluster have been discerned, the meditator can go on to discern the derived materiality in the same cluster, such as colour (vaṇṇa), odour (gandha), taste (rasa) and nutritive essence (ojā). This is possible because that derived materiality cannot exist apart from a cluster containing the four great elements.

VI

Sắc y sinh cùng nhóm sinh lên do nương vào bốn sắc đại chủng. Các sắc đại chủng cùng nhóm trợ giúp bằng những duyên như câu sinh và y chỉ. Nhờ vậy, các sắc y sinh cùng nhóm mới sinh lên được. Mặt khác, các sắc đại chủng cũng không thể sinh riêng rẽ mà không có các sắc y sinh. Khi biết màu đẹp hay xấu, mùi thơm hay hôi, v.v., hành giả biết nhờ các sắc y sinh cùng nhóm. Sắc đại chủng là pháp làm sinh…

EN

Derived materiality in a cluster arises in dependence on the four great elements. It can arise because the great elements in the same cluster support it through conditions such as conascence and dependence. Conversely, the great elements cannot arise on their own without derived materiality. When the meditator knows that a colour is attractive or unattractive, that a smell is pleasant or foul, and so forth, it is because of the derived materiality in the cluster. The great elements are what produces …

Vì sao cần nhận biết cả đại chủng lẫn sắc y sinh / Why discern both the great elements and derived materiality?

Miến / Burmese 77

VI

… còn sắc y sinh cùng nhóm là pháp được sinh. Quan hệ làm sinh và được sinh ấy cho thấy cách sắc đại chủng và sắc y sinh cùng nhóm phân định lẫn nhau. Sắc đại chủng ví như ánh nắng, sắc y sinh ví như bóng cây hiện ra nhờ ánh nắng.

EN

… and derived materiality in the same cluster is what is produced. This relationship between what produces and what is produced shows how the great elements and their derived materiality delimit one another. The great elements are like sunlight, and derived materiality is like the shade of a tree that appears owing to sunlight.

VI

Theo lời giải thích này, khi nhận biết sắc để tuệ thấy chân đế, không thể nhận biết sắc y sinh mà chưa nhận biết sắc đại chủng, cũng không thể nhận biết sắc đại chủng mà chưa nhận biết sắc y sinh. Chẳng hạn, nếu chưa nhận biết được hư không giới và màu sắc, là các sắc y sinh, hành giả không thể dùng tuệ thấy nhóm sắc. Khi không thấy nhóm sắc, việc nhận biết bốn đại trong từng nhóm vẫn chỉ là điều mong đợi. Nếu chưa thể nhận biết bốn đại trong từng nhóm, hành giả chưa biết sắc chân đế. Trong dòng tâm của người chưa biết sắc chân đế, tuệ minh sát chân thật không thể sinh lên bằng cách nào cả.

EN

According to this explanation, when discerning material phenomena to the level of ultimate reality, one cannot discern derived materiality without discerning the great elements, nor the great elements without discerning derived materiality. For example, if one cannot discern the space element and colour, both kinds of derived materiality, one cannot see material clusters with wisdom. Without seeing the clusters, discerning the four elements in each cluster remains only a hope. If one cannot discern the four great elements in each cluster, one has not yet known ultimate materiality. Genuine insight knowledge cannot arise in the continuum of someone who does not yet know ultimate materiality.

VI

Lại nữa, nếu chưa biết cách nhận biết bốn đại trong từng nhóm, khả năng tiếp tục nhận biết các sắc y sinh cùng nhóm vẫn còn xa. Vì thế, sau khi đã nhận biết bốn đại trong mỗi nhóm sắc, hãy tiếp tục nhận biết các sắc y sinh cùng nhóm.

EN

Furthermore, if one cannot yet discern the four great elements in each material cluster, discernment of the derived materiality in the same cluster is still far off. Therefore, having discerned the four great elements in each material cluster, proceed to discern the derived materiality in that cluster.

Màu sắc và mùi / Colour and odour

Miến / Burmese 78

VI

Màu sắc (vaṇṇa). Mỗi nhóm sắc đều có màu, tức cảnh sắc. Màu là sắc dễ thấy. Do tuệ đi cùng những tâm tu thiền chỉ và minh sát sinh nối tiếp trong dòng tâm của hành giả, ánh sáng lóe rực. Nhờ ánh sáng ấy, hành giả có thể thấy cảnh sắc của các nhóm bằng tuệ đi cùng các tâm đổng lực minh sát đại thiện ở ý môn.

EN

Colour (vaṇṇa). Every material cluster contains colour, that is, visible form. Colour is easy to see. Light shines brilliantly owing to the wisdom associated with the successive consciousnesses of tranquillity and insight meditation arising in the meditator's continuum. With the aid of that light the meditator can see the visible form of the material clusters with wisdom associated with the great wholesome insight impulsions (javana) at the mind-door.

VI

Mùi (gandha). Mỗi nhóm sắc đều có mùi. Mùi có thể được biết bằng các tâm đổng lực minh sát đại thiện ở ý môn. Nhưng đối với một số hành giả, khi hướng tâm đến mùi trong từng nhóm sắc ở mắt, nơi xa mũi, mùi có thể không hiện rõ, thậm chí không thể lấy làm cảnh. Đây là khó khăn thường gặp, nhất là với người tu thuần minh sát.

EN

Odour (gandha). Every material cluster contains odour. Odour can be known by the great wholesome insight impulsions at the mind-door. But for some meditators, when attention is directed to the odour in a material cluster in the eye, away from the nose, it may not stand out clearly and may even be impossible to take as an object. This difficulty occurs particularly for those whose vehicle is pure insight.

VI

Khi ấy, hãy nhận biết cùng nhau tỷ tịnh sắc và sự trong sáng của hữu phần, tức ý môn. Nếu chuyên chú vào bốn đại ở chỗ nương của mũi bên trong mũi, hành giả dễ thấy các nhóm sắc. Trong đó có cả các nhóm sắc trong suốt, tức nhóm mười sắc có tỷ tịnh sắc và nhóm mười sắc có thân tịnh sắc. Hãy nhận biết trước tỷ tịnh sắc có mặt trong nhóm mười sắc có tỷ tịnh sắc. Sau khi đã nhận biết thành công bốn đại trong những nhóm sắc trong suốt và không trong suốt ở sáu cửa, lúc ấy, ở bên trong tim…

EN

Then discern nose-sensitivity together with the clarity of the life-continuum (bhavaṅga), the mind-door. Attend intently to the four great elements at the nose-base inside the nose, and the material clusters will be easy to see. These include transparent clusters, namely nose-decads and body-decads. First discern the nose-sensitivity in the nose-decad clusters. Having successfully discerned the four great elements in the transparent and non-transparent material clusters at the six doors, you can then, inside the heart …

Dùng hai cửa để nhận biết mùi / Using two doors to discern odour

Miến / Burmese 79

VI

… hành giả cũng có thể dễ thấy sự trong sáng của hữu phần, tức ý môn, lóe sáng, nương vào sắc ý vật (hadayavatthu) thuộc nhóm mười sắc ý vật không trong suốt. Hãy nhận biết sự trong sáng ấy.

EN

… readily see the flashing clarity of the life-continuum, the mind-door, depending on the heart-base (hadayavatthu) in the non-transparent heart-base decad clusters. Discern that clarity as well.

VI

Hãy nhận biết tỷ tịnh sắc và sự trong sáng của hữu phần cùng nhau, rồi hướng tâm đến mùi trong nhóm sắc muốn quán. Mùi là pháp có thể biết bằng tỷ thức, cũng có thể biết bằng ý thức. Tỷ thức nương vào tỷ tịnh sắc. Ý thức, ở đây là những tâm đổng lực minh sát đại thiện ở ý môn, nương vào sắc ý vật với hữu phần làm cửa.

EN

Discern nose-sensitivity and the clarity of the life-continuum together. Then direct your attention to the odour in the material cluster you wish to discern. Odour is a phenomenon that can be known by nose-consciousness and by mind-consciousness. Nose-consciousness depends on nose-sensitivity. Mind-consciousness, here the great wholesome insight impulsions at the mind-door, depends on the heart-base, with the life-continuum as its door.

VI

Vì vậy, khi khó nhận biết mùi, việc giữ đồng thời hai cửa trong sáng tương ứng rồi nhận biết cảnh mùi chỉ là cách hỗ trợ lúc mới bắt đầu. Khi thành công, hành giả cũng có thể nhận biết cảnh mùi bằng ý thức, tức tâm đổng lực minh sát đại thiện ở ý môn. Vì đã quen nhận biết cảnh mùi bằng tỷ thức nên có thể dùng cách ấy. Nếu thành công thì tốt. Nếu chưa thành công, hãy phát triển lại mức định đã có, nhận biết nhiều lần bốn đại trong từng nhóm sắc, rồi tiếp tục nhận biết mùi như trên. Hành giả có thể thành công. Hãy quán mùi trong các nhóm sắc trong suốt và không trong suốt ở sáu cửa.

EN

Therefore, when odour is difficult to discern, attending to these two kinds of clarity together and then discerning the odour is an aid for beginners. Once you succeed, you can discern odour with mind-consciousness alone, that is, with the great wholesome insight impulsions at the mind-door. This aid is useful because odour is habitually taken as an object by nose-consciousness. If you succeed, well and good. If you do not, develop again the concentration you have already attained, repeatedly discern the four great elements in each material cluster, and then go on to discern odour as above. You may succeed. Discern odour in the transparent and non-transparent clusters at the six doors.

VI

Vị (rasa). Hãy nhận biết vị trong các nhóm sắc trong suốt và không trong suốt ở cả sáu cửa…

EN

Taste (rasa). Discern taste in the transparent and non-transparent material clusters at all six doors …

Vị và dưỡng chất / Taste and nutritive essence

Miến / Burmese 80

VI

… Vị trong những nhóm sắc ấy có thể là một trong sáu vị: ngọt, chua, mặn, cay, chát và đắng. [CHƯA XÁC MINH: cách dịch chính xác hai vị cuối theo thứ tự bản Miến.] Vị có thể được biết bằng thiệt thức và cũng có thể được biết bằng ý thức. Trước hết, sau khi đã nhận biết được bốn đại, màu và mùi trong các nhóm sắc, hãy tiếp tục nhận biết vị trong những nhóm ấy. Trước hết hãy nhận biết bằng ý thức. Nếu khó, hãy nhận biết thiệt tịnh sắc và sự trong sáng của hữu phần cùng nhau, rồi hướng tâm nhận biết vị của nước bọt có trên lưỡi. Cách ấy có thể giúp thành công. Vì chúng sinh quen lấy vị làm cảnh bằng thiệt thức nên có thể dễ nhận biết hơn khi dùng cách hỗ trợ này.

EN

… in which taste may occur in any of six forms: sweet, sour, salty, pungent, astringent and bitter. Taste can be known by tongue-consciousness and by mind-consciousness. Once you have discerned the four great elements, colour and odour in the material clusters, go on to discern their taste. First try with mind-consciousness alone. If this is difficult, discern tongue-sensitivity together with the clarity of the life-continuum and direct your attention to the taste of the saliva on your tongue. This can help you succeed. Because beings are accustomed to taking taste as an object through tongue-consciousness, the aid of tongue-consciousness may make it easier.

VI

Khi sức tu tập mạnh hơn, màu, mùi và vị đều có thể được nhận biết bằng ý thức, tức bằng các tâm đổng lực minh sát đại thiện ở ý môn. Hãy đối chiếu lời Chú giải sau đây.

EN

When the power of meditation grows strong, colour, odour and taste can all be known and discerned by mind-consciousness alone, namely by the great wholesome insight impulsions at the mind-door. See the following commentary.

VI

“Sabbopi panesa pabhedo manodvārikajavaneneva labbhati.” (Chú giải Abhidhamma, tập 2, tr. 388.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm câu Pāli về tốc hành ý môn.] Tất cả những sự phân biệt này đều có thể đạt được bằng đổng lực ở ý môn. Trước khi sức tu tập đủ mạnh, dùng sự trợ giúp của tỷ thức và thiệt thức để dễ nhận biết mùi và vị.

EN

Sabbopi panesa pabhedo manodvārikajavaneneva labbhati. (Abhidhamma Commentary, vol. 2, p. 388.) [The Pāli wording of the sentence on mind-door impulsion remains to be checked.] All this differentiation is obtained by mind-door impulsion alone. Before the power of meditation is strong enough, the aid of nose-consciousness and tongue-consciousness helps one discern odour and taste more quickly.

VI

Dưỡng chất (ojā) là chất nuôi dưỡng trong từng nhóm sắc. Có bốn loại dưỡng chất: do nghiệp, do tâm, do thời tiết và do vật thực sinh. Hãy chuyên chú quan sát bên trong nhóm sắc, sẽ thấy dưỡng chất…

EN

Nutritive essence (ojā) is the nutriment in each material cluster. There are four kinds: kamma-produced, consciousness-produced, temperature-produced and nutriment-produced nutritive essence. Attend closely within the material cluster and you will see its nutritive essence …

References printed on this page: Abhi-ṭṭha, vol. 2, p. 388.

Dẫn thư in trên trang này: Abhi-ṭṭha, tập 2, tr. 388.

Dưỡng chất và mạng quyền của sắc / Nutritive essence and the material life faculty

Miến / Burmese 81

VI

… Dưỡng chất là pháp có thể được biết bằng ý thức. Ở nơi tiếp sau chỗ nhận biết dưỡng chất, có thể thấy những hạt nhóm sắc liên tiếp sinh ra do dưỡng chất ấy. Nhiều hành giả thấy dưỡng chất như một chất tinh ở giữa nhóm sắc. Họ cũng có thể nhận ra các hạt nhóm sắc tăng lên từ chất ấy. Cách tăng trưởng sẽ được trình bày sau. Hãy quán ở cả sáu cửa.

EN

… Nutritive essence is a phenomenon that can be known by mind-consciousness. Beyond the place where nutritive essence is discerned, one can see minute material clusters produced by it in succession. Many meditators see nutritive essence as a fine substance in the middle of a material cluster. They can also recognize the increase in material clusters produced from that substance. The manner of this increase will be explained later. Discern it at all six doors.

VI

Mạng quyền của sắc (jīvita). Đây là tính chất duy trì sự sống, bảo hộ những sắc do nghiệp sinh trong cùng nhóm. Mạng quyền của sắc chỉ có trong các nhóm sắc do nghiệp sinh. Trước hết hãy tìm và nhận biết nó trong các nhóm sắc trong suốt. Vì các nhóm trong suốt có một loại sắc trong suốt và chắc chắn là sắc do nghiệp sinh, trong chúng nhất định có mạng quyền. Do vậy, trước hết hãy quán mạng quyền ở nhóm trong suốt.

EN

The material life faculty (jīvita). This quality sustains life and protects the kamma-produced material phenomena in its own cluster. It is present only in kamma-produced material clusters. First look for it and discern it in transparent clusters. A transparent cluster contains a kind of sensitive materiality and is necessarily kamma-produced, so it certainly contains the life faculty. Therefore begin by discerning the life faculty in transparent clusters.

VI

Khi bắt đầu quán mạng quyền trong nhóm trong suốt, hãy nhận biết tính đang sống. Nhiều hành giả thấy tính sống động và duy trì sự sống, không phải sự chuyển động. Khi thấy được như vậy, hãy tiếp tục nhận biết tính bảo hộ các sắc do nghiệp sinh trong cùng nhóm. Mạng quyền duy trì sự sống và bảo hộ các sắc do nghiệp sinh chỉ trong chính nhóm ấy, không bảo hộ các sắc do nghiệp sinh ở nhóm khác.

EN

When beginning to discern the life faculty in a transparent cluster, discern the quality of being alive. Many meditators see vitality and the sustaining of life, rather than movement. Once you see this, go on to discern its function of protecting the kamma-produced material phenomena in the same cluster. The life faculty sustains and protects the kamma-produced material phenomena in its own cluster alone. It does not protect those in another cluster.

VI

Nếu đã tìm và nhận biết được mạng quyền trong các nhóm trong suốt, hãy tiếp tục tìm mạng quyền trong một số nhóm không trong suốt…

EN

If you have found and discerned the life faculty in transparent clusters, go on to look for it in some of the non-transparent clusters …

Tìm mạng quyền và sắc tính / Finding the life faculty and sex materiality

Miến / Burmese 82

VI

… Các nhóm không trong suốt có mạng quyền gồm nhóm mười sắc có sắc tính và nhóm chín sắc có mạng quyền, có mặt khắp thân, cùng nhóm mười sắc ý vật có mặt trong tim. Các nhóm sắc do tâm, thời tiết và vật thực sinh cũng không trong suốt, nhưng không có mạng quyền. Nhóm mười sắc ý vật, nhóm mười sắc có sắc tính và nhóm chín sắc có mạng quyền đều không trong suốt nhưng có mạng quyền. Hãy nhận biết mạng quyền trong các nhóm trong suốt và trong một số nhóm không trong suốt ở sáu cửa.

EN

… The non-transparent clusters with a life faculty include sex-decads and life-nonads, found throughout the body, and heart-base decads in the heart. Clusters produced by consciousness, temperature and nutriment are likewise non-transparent, but they have no life faculty. Heart-base decads, sex-decads and life-nonads are non-transparent and contain a life faculty. Discern the life faculty in the transparent clusters and in some non-transparent clusters at the six doors.

VI

Sắc tính (bhāvarūpa) là sắc cho biết tính nam hoặc tính nữ. Sắc này có mặt khắp sáu cửa, trong một số nhóm sắc không trong suốt. Nếu đã hiểu, nhận biết và thấy được mạng quyền trong nhóm sắc trong suốt, hãy tìm mạng quyền trong nhóm không trong suốt. Nếu không thấy mạng quyền thì đừng tìm tiếp sắc tính trong nhóm ấy, vì không có mạng quyền thì không thể có sắc tính. Nếu tìm thấy mạng quyền trong nhóm không trong suốt, hãy tiếp tục tìm sắc tính trong nhóm ấy.

EN

Sex materiality (bhāvarūpa) is materiality that indicates maleness or femaleness. It is found at all six doors in some non-transparent clusters. If you have understood, discerned and seen the life faculty in a transparent cluster, look for the life faculty in a non-transparent cluster. If you do not see it, do not go on looking for sex materiality there, because without a life faculty there can be no sex materiality. If you find the life faculty in a non-transparent cluster, continue looking for sex materiality in that cluster.

VI

Tuy vậy, nếu đó là nhóm chín sắc có mạng quyền, chỉ có mạng quyền và không có sắc tính. Nếu là nhóm mười sắc có sắc tính, có cả mạng quyền và sắc tính. Nhóm không có mạng quyền không thể có sắc tính. Chỉ khi có mạng quyền mới có thể có sắc tính. Sắc tính chắc chắn là sắc do nghiệp sinh. Mạng quyền bảo hộ các sắc do nghiệp sinh trong cùng nhóm. Vì vậy, chỉ tìm sắc tính trong nhóm có mạng quyền. Nếu nhóm ấy không phải nhóm chín sắc có mạng quyền hay nhóm mười sắc ý vật…

EN

If it is a life-nonad, it contains the life faculty but no sex materiality. If it is a sex-decad, it contains both. A cluster without a life faculty cannot contain sex materiality. Only where a life faculty is present can sex materiality occur. Sex materiality is certainly produced by kamma. The life faculty protects the kamma-produced material phenomena in its own cluster. Therefore look for sex materiality only in a cluster containing a life faculty. If the cluster is neither a life-nonad nor a heart-base decad …

Phân biệt sắc tính và chuẩn bị đọc các bảng / Discerning sex materiality and reading the tables

Miến / Burmese 83

VI

… mà là nhóm mười sắc có sắc tính thì sẽ thấy sắc tính. Hành giả nam hãy quán sắc nam tính (purisabhāvarūpa). Hành giả nữ hãy quán sắc nữ tính (itthibhāvarūpa). Nam có sắc nam tính, nữ có sắc nữ tính, mỗi người có một loại. Sắc nam tính là dấu hiệu để biết người này là nam. Sắc nữ tính là dấu hiệu để biết người này là nữ. Khi thấy, hãy quán lần lượt ở sáu cửa. Sắc tính có mặt ở cả sáu cửa dưới dạng nhóm mười sắc có sắc tính.

EN

… but a sex-decad, you will see sex materiality. A male meditator should discern male sex materiality (purisabhāvarūpa). A female meditator should discern female sex materiality (itthibhāvarūpa). Males have male sex materiality and females have female sex materiality, one kind in each person. Male sex materiality is the sign by which a person is known to be male, and female sex materiality is the sign by which a person is known to be female. Once you see it, discern it in turn at the six doors. It is present at all six doors in sex-decad clusters.

VI

Trong phạm vi sắc, những sắc nhiều hành giả thấy khó nhận biết là dưỡng chất, mạng quyền và sắc tính. Khi phân tích và nhận biết được những sắc đã trình bày, tức địa, thủy, hỏa, phong, màu, mùi, vị và dưỡng chất, trong các nhóm mười sắc trong suốt, và trong các nhóm tám, chín hay mười sắc không trong suốt ở sáu cửa, hãy nhận biết đủ các sắc như trình bày trong các bảng thuộc phần đề mục sắc.

EN

Among the material phenomena, many meditators find nutritive essence, the life faculty and sex materiality difficult to discern. Once you can analyse and discern the phenomena explained above, earth, water, fire, wind, colour, odour, taste and nutritive essence, in the transparent decads and in the non-transparent octads, nonads and decads at the six doors, discern all the material phenomena as presented in the tables in the section on meditation on materiality.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ đoạn Pāli ở cuối trang.] Ở nhãn môn có ba nhóm mười sắc do nghiệp sinh: nhóm mắt, nhóm thân và nhóm sắc tính. Các nhóm do thời tiết, tâm và vật thực sinh có tám sắc mỗi nhóm. Tại nhĩ môn, tỷ môn và thiệt môn cũng vậy. Ở thân môn có nhóm thân, nhóm sắc tính và ba nhóm tám sắc do thời tiết, tâm và vật thực sinh. Ở ý môn có nhóm ý vật, nhóm thân, nhóm sắc tính và ba nhóm tám sắc do thời tiết, tâm và vật thực sinh.

EN

[Full transcription of the Pāli passage at the foot of the page remains to be checked.] At the eye-door there are three kamma-produced decads: the eye-decad, body-decad and sex-decad. The groups produced by temperature, consciousness and nutriment each contain eight material phenomena. The same applies at the ear-door, nose-door and tongue-door. At the body-door there are the body-decad, the sex-decad and the three octads produced by temperature, consciousness and nutriment. At the mind-door there are the heart-base decad, the body-decad, the sex-decad and the three octads produced by temperature, consciousness and nutriment.

VI

Các bảng dưới đây được trình bày theo lời Chú giải ấy.

EN

The tables below follow that explanation in the commentary.

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 259.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 259.

Nhãn môn — 54 sắc ở mắt / Eye-door — 54 material phenomena

Miến / Burmese 84

VI

54 sắc ở nhãn môn

1. Nhóm mười sắc — nhãn tịnh sắc	2. Nhóm mười sắc — thân tịnh sắc	3. Nhóm mười sắc — sắc tính	4. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do tâm sinh	5. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do thời tiết sinh	6. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do vật thực sinh
1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại
2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại
3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại
4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại
5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu
6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi
7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị
8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất
9. Mạng quyền	9. Mạng quyền	9. Mạng quyền			
10. Nhãn tịnh sắc	10. Thân tịnh sắc	10. Sắc tính			
Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · không trong suốt	Tâm sinh · không trong suốt	Thời tiết sinh · không trong suốt	Vật thực sinh · không trong suốt

EN

54 material phenomena at the eye-door

1. Decad — eye-sensitivity | 2. Decad — body-sensitivity | 3. Decad — sex materiality | 4. Octad — consciousness-produced nutritive essence | 5. Octad — temperature-produced nutritive essence | 6. Octad — nutriment-produced nutritive essence

1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element

2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element

3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element

4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element

5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour

6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour

7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste

8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence

9. Life faculty | 9. Life faculty | 9. Life faculty | | |

10. Eye-sensitivity | 10. Body-sensitivity | 10. Sex materiality | | |

Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, non-transparent | Consciousness-produced, non-transparent | Temperature-produced, non-transparent | Nutriment-produced, non-transparent

VI

1. Nhóm mười sắc có nhãn tịnh sắc là nhóm trong suốt có sắc thứ mười là nhãn tịnh sắc, nơi cảnh sắc tác động.

2. Nhóm mười sắc có thân tịnh sắc là nhóm trong suốt có sắc thứ mười là thân tịnh sắc, nơi cảnh xúc, tức địa, hỏa và phong, tác động.

3. Nhóm mười sắc có sắc tính là nhóm không trong suốt có sắc thứ mười là sắc tính.

4. Nhóm tám sắc có dưỡng chất do tâm sinh là nhóm không trong suốt có sắc thứ tám là dưỡng chất do tâm nương sắc ý vật làm sinh.

5. Nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh là nhóm không trong suốt có sắc thứ tám là dưỡng chất do hỏa đại, tức thời tiết, có mặt trong nhóm sắc làm sinh.

6. Nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh là nhóm không trong suốt có sắc thứ tám là dưỡng chất do vật thực, tức dưỡng chất, làm sinh.

EN

1. The eye-decad is transparent. Its tenth material phenomenon is eye-sensitivity, on which visible form impinges.
2. The body-decad is transparent. Its tenth material phenomenon is body-sensitivity, on which tangible objects, namely earth, fire and wind, impinge.
3. The sex-decad is non-transparent. Its tenth material phenomenon is sex materiality.
4. The consciousness-produced octad is non-transparent. Its eighth material phenomenon is nutritive essence produced by consciousness dependent on the heart-base.
5. The temperature-produced octad is non-transparent. Its eighth material phenomenon is nutritive essence produced by fire, that is, temperature, in a material cluster.
6. The nutriment-produced octad is non-transparent. Its eighth material phenomenon is nutritive essence produced by nutriment, that is, nutritive essence.

VI

Ghi chú. Năm mươi bốn sắc này được gọi chung là thân nhãn (sasambhāracakkhu). Trong đó, nhãn tịnh sắc cũng được gọi là mắt trong suốt (pasādacakkhu). [CHƯA XÁC MINH: cách diễn đạt tên gọi thân nhãn theo ngữ cảnh.]

EN

Note. These 54 material phenomena are collectively called the physical eye (sasambhāracakkhu). Eye-sensitivity is also called the sensitive eye (pasādacakkhu).

Nhĩ môn — 54 sắc ở tai / Ear-door — 54 material phenomena

Miến / Burmese 85

VI

54 sắc ở nhĩ môn

1. Nhóm mười sắc — nhĩ tịnh sắc	2. Nhóm mười sắc — thân tịnh sắc	3. Nhóm mười sắc — sắc tính	4. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do tâm sinh	5. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do thời tiết sinh	6. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do vật thực sinh
1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại
2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại
3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại
4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại
5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu
6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi
7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị
8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất
9. Mạng quyền	9. Mạng quyền	9. Mạng quyền			
10. Nhĩ tịnh sắc	10. Thân tịnh sắc	10. Sắc tính			
Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · không trong suốt	Tâm sinh · không trong suốt	Thời tiết sinh · không trong suốt	Vật thực sinh · không trong suốt

EN

54 material phenomena at the ear-door
1. Decad — ear-sensitivity | 2. Decad — body-sensitivity | 3. Decad — sex materiality | 4. Octad — consciousness-produced nutritive essence | 5. Octad — temperature-produced nutritive essence | 6. Octad — nutriment-produced nutritive essence
1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element
2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element
3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element
4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element
5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour
6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour
7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste
8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence
9. Life faculty | 9. Life faculty | 9. Life faculty | | |
10. Ear-sensitivity | 10. Body-sensitivity | 10. Sex materiality | | |
Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, non-transparent | Consciousness-produced, non-transparent | Temperature-produced, non-transparent | Nutriment-produced, non-transparent

VI

1. Nhóm mười sắc có nhĩ tịnh sắc là nhóm trong suốt có sắc thứ mười là nhĩ tịnh sắc, nơi cảnh thinh, tức âm thanh, tác động.

EN

1. The ear-decad is transparent. Its tenth material phenomenon is ear-sensitivity, on which sound impinges.

VI

Ghi chú. Năm mươi bốn sắc này được gọi chung là thân nhĩ (sasambhārasota). Trong đó, nhĩ tịnh sắc cũng được gọi là tai trong suốt (pasādasota). Đối với ý nghĩa của năm nhóm sắc còn lại, như nhóm mười sắc có thân tịnh sắc, hãy hiểu như đã trình bày ở nhãn môn.

EN

Note. These 54 material phenomena are collectively called the physical ear (sasambhārasota). Ear-sensitivity is also called the sensitive ear (pasādasota). Understand the remaining five clusters, such as the body-decad, as explained for the eye-door.

Tỷ môn — 54 sắc ở mũi / Nose-door — 54 material phenomena

Miến / Burmese 86

VI

54 sắc ở tỷ môn

1. Nhóm mười sắc — tỷ tịnh sắc	2. Nhóm mười sắc — thân tịnh sắc	3. Nhóm mười sắc — sắc tính	4. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do tâm sinh	5. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do thời tiết sinh	6. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do vật thực sinh
1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại
2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại
3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại
4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại
5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu
6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi
7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị
8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất
9. Mạng quyền	9. Mạng quyền	9. Mạng quyền			
10. Tỷ tịnh sắc	10. Thân tịnh sắc	10. Sắc tính			
Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · không trong suốt	Tâm sinh · không trong suốt	Thời tiết sinh · không trong suốt	Vật thực sinh · không trong suốt

EN

54 material phenomena at the nose-door
1. Decad — nose-sensitivity | 2. Decad — body-sensitivity | 3. Decad — sex materiality | 4. Octad — consciousness-produced nutritive essence | 5. Octad — temperature-produced nutritive essence | 6. Octad — nutriment-produced nutritive essence
1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element
2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element
3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element
4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element
5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour
6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour
7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste
8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence
9. Life faculty | 9. Life faculty | 9. Life faculty | | |
10. Nose-sensitivity | 10. Body-sensitivity | 10. Sex materiality | | |
Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, non-transparent | Consciousness-produced, non-transparent | Temperature-produced, non-transparent | Nutriment-produced, non-transparent

VI

1. Nhóm mười sắc có tỷ tịnh sắc là nhóm trong suốt có sắc thứ mười là tỷ tịnh sắc, nơi cảnh mùi tác động.

EN

1. The nose-decad is transparent. Its tenth material phenomenon is nose-sensitivity, on which odour impinges.

VI

Ghi chú. Năm mươi bốn sắc này được gọi chung là thân tỷ (sasambhāraghāna). Trong đó, tỷ tịnh sắc cũng được gọi là mũi trong suốt (pasādaghāna).

EN

Note. These 54 material phenomena are collectively called the physical nose (sasambhāraghāna). Nose-sensitivity is also called the sensitive nose (pasādaghāna).

Thiệt môn — 54 sắc ở lưỡi / Tongue-door — 54 material phenomena

Miến / Burmese 87

VI

54 sắc ở thiệt môn

1. Nhóm mười sắc — thiệt tịnh sắc	2. Nhóm mười sắc — thân tịnh sắc	3. Nhóm mười sắc — sắc tính	4. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do tâm sinh	5. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do thời tiết sinh	6. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do vật thực sinh
1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại
2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại
3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại
4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại
5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu
6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi
7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị
8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất
9. Mạng quyền	9. Mạng quyền	9. Mạng quyền			
10. Thiệt tịnh sắc	10. Thân tịnh sắc	10. Sắc tính			
Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · không trong suốt	Tâm sinh · không trong suốt	Thời tiết sinh · không trong suốt	Vật thực sinh · không trong suốt

EN

54 material phenomena at the tongue-door
1. Decad — tongue-sensitivity | 2. Decad — body-sensitivity | 3. Decad — sex materiality | 4. Octad — consciousness-produced nutritive essence | 5. Octad — temperature-produced nutritive essence | 6. Octad — nutriment-produced nutritive essence
1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element
2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element
3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element
4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element
5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour
6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour
7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste
8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence
9. Life faculty | 9. Life faculty | 9. Life faculty | | |
10. Tongue-sensitivity | 10. Body-sensitivity | 10. Sex materiality | | |
Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, non-transparent | Consciousness-produced, non-transparent | Temperature-produced, non-transparent | Nutriment-produced, non-transparent

VI

1. Nhóm mười sắc có thiệt tịnh sắc là nhóm trong suốt có sắc thứ mười là thiệt tịnh sắc, nơi cảnh vị tác động.

EN

1. The tongue-decad is transparent. Its tenth material phenomenon is tongue-sensitivity, on which taste impinges.

VI

Ghi chú. Năm mươi bốn sắc này được gọi chung là thân thiệt (sasambhārajivhā). Trong đó, thiệt tịnh sắc cũng được gọi là lưỡi trong suốt (pasādajivhā).

EN

Note. These 54 material phenomena are collectively called the physical tongue (sasambhārajivhā). Tongue-sensitivity is also called the sensitive tongue (pasādajivhā).

Thân môn — 44 sắc ở thân / Body-door — 44 material phenomena

Miến / Burmese 88

VI

44 sắc ở thân môn

1. Nhóm mười sắc — thân tịnh sắc	2. Nhóm mười sắc — sắc tính	4. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do tâm sinh	5. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do thời tiết sinh	6. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do vật thực sinh
1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại
2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại
3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại
4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại
5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu
6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi
7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị
8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất
9. Mạng quyền	9. Mạng quyền			
10. Thân tịnh sắc	10. Sắc tính			
Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · không trong suốt	Tâm sinh · không trong suốt	Thời tiết sinh · không trong suốt	Vật thực sinh · không trong suốt

EN

44 material phenomena at the body-door

1. Decad — body-sensitivity | 2. Decad — sex materiality | 4. Octad — consciousness-produced nutritive essence | 5. Octad — temperature-produced nutritive essence | 6. Octad — nutriment-produced nutritive essence

1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element

2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element

3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element

4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element

5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour

6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour

7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste

8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence

9. Life faculty | 9. Life faculty | | |

10. Body-sensitivity | 10. Sex materiality | | |

Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, non-transparent | Consciousness-produced, non-transparent | Temperature-produced, non-transparent | Nutriment-produced, non-transparent

VI

Ghi chú. Bốn mươi bốn sắc này được gọi chung là toàn bộ thân vật chất (sasambhārakāya). Trong đó, thân tịnh sắc cũng gọi là thân trong suốt (pasādakāya). Trong cách quán đề mục tứ đại chi tiết, bốn mươi hai thể phần được nói đến chính là cách phân biệt thêm các sắc có mặt ở thân môn. Vì vậy khi xem cách quán chi tiết, chỗ nào nói đếm được bốn mươi bốn sắc có mặt trong một số thể phần thì nên hiểu là bốn mươi bốn sắc nêu trên.

EN

Note. These 44 material phenomena are collectively called the physical body (sasambhārakāya). Body-sensitivity is also called the sensitive body (pasādakāya). In the detailed method of four-elements meditation, the forty-two bodily parts are used to further distinguish materiality at the body-door. Where that method gives forty-four material phenomena in certain parts, understand them to be the forty-four listed above.

Ý môn — 54 sắc ở tim / Mind-door — 54 material phenomena

Miến / Burmese 89

VI

54 sắc ở ý môn

1. Nhóm mười sắc — sắc ý vật	2. Nhóm mười sắc — thân tịnh sắc	3. Nhóm mười sắc — sắc tính	4. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do tâm sinh	5. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do thời tiết sinh	6. Nhóm tám sắc — dưỡng chất do vật thực sinh
1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại	1. Địa đại
2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại	2. Thủy đại
3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại	3. Hỏa đại
4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại	4. Phong đại
5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu	5. Màu
6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi	6. Mùi
7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị	7. Vị
8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất	8. Dưỡng chất
9. Mạng quyền	9. Mạng quyền	9. Mạng quyền			
10. Sắc ý vật	10. Thân tịnh sắc	10. Sắc tính			
Nghiệp sinh · không trong suốt	Nghiệp sinh · trong suốt	Nghiệp sinh · không trong suốt	Tâm sinh · không trong suốt	Thời tiết sinh · không trong suốt	Vật thực sinh · không trong suốt

EN

54 material phenomena at the mind-door
1. Decad — heart-base | 2. Decad — body-sensitivity | 3. Decad — sex materiality | 4. Octad — consciousness-produced nutritive essence | 5. Octad — temperature-produced nutritive essence | 6. Octad — nutriment-produced nutritive essence
1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element | 1. Earth element
2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element | 2. Water element
3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element | 3. Fire element
4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element | 4. Wind element
5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour | 5. Colour
6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour | 6. Odour
7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste | 7. Taste
8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence | 8. Nutritive essence
9. Life faculty | 9. Life faculty | 9. Life faculty | | |
10. Heart-base | 10. Body-sensitivity | 10. Sex materiality | | |
Kamma-produced, non-transparent | Kamma-produced, transparent | Kamma-produced, non-transparent | Consciousness-produced, non-transparent | Temperature-produced, non-transparent | Nutriment-produced, non-transparent

VI

1. Nhóm mười sắc ý vật là nhóm sắc không trong suốt có sắc thứ mười là sắc ý vật, chỗ nương cho các tâm biết, gồm ý giới và ý thức giới, sinh lên.

EN

1. The heart-base decad is non-transparent. Its tenth material phenomenon is the heart-base, the support for the arising of the mind element and the mind-consciousness element.

VI

Ghi chú. Năm mươi bốn sắc này được gọi chung là toàn bộ tim vật chất (sasambhārahadaya). Trong đó, sắc tim cũng được gọi là sắc ý vật (hadayavatthu).

EN

Note. These 54 material phenomena are collectively called the physical heart (sasambhārahadaya). The heart materiality is also called the heart-base (hadayavatthu).

Thế nào là ý môn / What is the mind-door?

Miến / Burmese 90

VI

Ở đây, vị Chú giải sư gọi tim là ý môn. (Visuddhimagga 2,259.) Liên hệ với cách dùng từ ấy, dưới đây trình bày tiếp về ý môn.

EN

Here the commentator calls the heart the mind-door. (Visuddhimagga 2,259.) The following explanation of the mind-door concerns this use of the term.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ hai đoạn Pāli dẫn ở trang này.] Ý ở đây là hữu phần. Hữu phần cùng với sát-na hướng tâm là ý môn. Ý môn là hữu phần. Do tim là chỗ nương của hữu phần nên tên gọi ý môn cũng được dùng cho sắc ý vật, theo cách gọi chỗ nương bằng tên pháp nương vào nó.

EN

[Full transcription of the two Pāli quotations remains to be checked.] Mind here means the life-continuum. The life-continuum together with the moment of adverting is the mind-door. The mind-door is the life-continuum. Since the heart is its support, the term mind-door is applied to the heart-base, naming the support after what depends on it.

VI

Theo lời giải thích trong Chú giải và Sớ giải:

EN

According to the commentary and subcommentary:

VI

1. Hữu phần được gọi là ý môn.
2. Hữu phần cùng với tâm hướng ý môn cũng được gọi là ý môn.
3. Sắc ý vật cũng được gọi là ý môn theo cách chuyển tên sang chỗ nương (ṭhānūpacāra).

EN

1. The life-continuum is called the mind-door.
2. The life-continuum together with mind-door adverting is also called the mind-door.
3. The heart-base is called the mind-door by transferring the name to the support (ṭhānūpacāra).

VI

Cách chuyển tên sang chỗ nương. Hữu phần, hoặc hữu phần cùng với tâm hướng ý môn, sinh nương vào sắc ý vật. Tên “ý môn” của hữu phần, hoặc của hữu phần cùng với tâm hướng ý môn, được dùng chuyển sang sắc ý vật là nơi nương của chúng. Vì vậy, chính sắc ý vật được gọi là ý môn theo cách chuyển tên sang chỗ nương. (Saṃ-ṭṭha 3,5; Visuddhimagga 2,259; Mahāṭīkā 2,410.)

EN

Transfer of the name to the support. The life-continuum, or the life-continuum together with mind-door adverting, arises in dependence on the heart-base. Their name “mind-door” is transferred to the heart-base on which they depend. The heart-base itself is thus called the mind-door by transfer of the name to the support. (Saṃ-ṭṭha 3,5; Visuddhimagga 2,259; Mahāṭīkā 2,410.)

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 259; Saṃ-ṭṭha, vol. 3, p. 5; Mahāṭīkā, vol. 2, p. 410.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 259; Saṃ-ṭṭha, tập 3, tr. 5; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 410.

Nhóm chín sắc mạng quyền và các nhóm sắc ở sáu cửa / The life-nonad and material clusters at the six doors

Miến / Burmese 91

VI

Nhóm chín sắc mạng quyền (jīvitanavakakalāpa). Các bảng về đề mục sắc trên đây chưa đưa nhóm chín sắc mạng quyền vào. Tuy nhiên, Chú giải Thanh tịnh đạo, khi trình bày các nhóm sắc ở các thể phần thuộc hỏa đại và phong đại, có nêu nhóm chín sắc mạng quyền. Hành giả có thể xen việc nhận biết nhóm này khi thực tập. Đặc biệt, trong các thể phần thuộc hỏa đại và phong đại, phải nhận biết nhóm này, vì những thể phần ấy có mặt khắp thân. (Visuddhimagga 2,223.)

EN

The life-nonad (jīvitanavakakalāpa). The preceding tables do not include the life-nonad. However, the Visuddhimagga mentions it among the clusters in the bodily parts classed under fire and wind. You can discern it as part of your practice. It should especially be discerned in those bodily parts, since they are found throughout the body. (Visuddhimagga 2,223.)

VI

Phân tích các nhóm sắc ở sáu cửa, tức cách nhận biết sắc. Nhóm mười sắc có thân tịnh sắc và nhóm mười sắc có sắc tính đều phân bố khắp sáu cửa. Những nhóm có sắc trong suốt, như nhóm mười sắc mắt và nhóm mười sắc thân, xen lẫn ở các cửa, như bột gạo và bột nghệ trộn đều.

EN

Analysing material clusters at the six doors, that is, how to discern materiality. Body-decads and sex-decads are distributed throughout the six doors. Clusters containing sensitive materiality, such as eye-decads and body-decads, are intermingled at the doors like rice flour and turmeric powder thoroughly mixed.

VI

Nhóm mười sắc mắt chỉ có ở mắt, nhóm mười sắc tai chỉ có ở tai, nhóm mười sắc mũi chỉ có trong mũi, nhóm mười sắc lưỡi chỉ có ở lưỡi, nhóm mười sắc ý vật chỉ có ở tim. Nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc có sắc tính có mặt ở cả mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và tim. Vì thế ở mắt có hai loại nhóm trong suốt, nhóm mười sắc mắt và nhóm mười sắc thân. Ở tai…

EN

Eye-decads are found only in the eye, ear-decads only in the ear, nose-decads only in the nose, tongue-decads only in the tongue, and heart-base decads only in the heart. Body-decads and sex-decads are found in the eye, ear, nose, tongue, body and heart. Hence the eye contains two kinds of transparent cluster, eye-decads and body-decads. In the ear …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 223.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 223.

Các nhóm trong suốt và đặc tính của nhãn, thân tịnh sắc / Transparent clusters and the characteristics of eye- and body-sensitivity

Miến / Burmese 92

VI

… có nhóm mười sắc tai và nhóm mười sắc thân. Ở mũi có nhóm mười sắc mũi và nhóm mười sắc thân. Ở lưỡi có nhóm mười sắc lưỡi và nhóm mười sắc thân. Ở thân có một loại nhóm trong suốt là nhóm mười sắc thân. Ở tim cũng có một loại nhóm trong suốt là nhóm mười sắc thân. Vì mắt, tai, mũi và lưỡi đều có hai loại nhóm trong suốt với hai loại sắc trong suốt, cần dùng tuệ phân biệt chúng. Lúc này, hành giả mới thấy chúng dưới dạng những hạt nhóm sắc trong suốt.

EN

… there are ear-decads and body-decads. In the nose there are nose-decads and body-decads. In the tongue there are tongue-decads and body-decads. In the body there is one transparent kind, the body-decad. In the heart too there is one transparent kind, the body-decad. Since the eye, ear, nose and tongue each have two kinds of transparent cluster with two kinds of sensitive materiality, distinguish them with wisdom. At this stage you see them simply as minute transparent clusters.

VI

Nhãn tịnh sắc. “Rūpābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇaṃ … cakkhu.” (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 74.) Pháp có đặc tính là sự trong suốt của bốn đại có thể chịu sự tác động của cảnh sắc gọi là mắt. Nói cách khác, tính trong suốt của bốn đại có thể chịu sự tác động của cảnh sắc gọi là nhãn tịnh sắc.

EN

Eye-sensitivity. Rūpābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇaṃ … cakkhu. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.) The phenomenon characterized by the sensitivity of the four elements capable of receiving the impact of visible form is called the eye. In other words, the sensitivity of the four elements capable of receiving the impact of visible form is called eye-sensitivity.

VI

Thân tịnh sắc. “Phoṭṭhabbābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇo … kāyo.” (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 74.) Pháp có đặc tính là sự trong suốt của bốn đại có thể chịu sự tác động của cảnh xúc, tức địa, hỏa và phong, gọi là thân tịnh sắc. Nói cách khác, tính trong suốt của bốn đại có thể chịu sự tác động của cảnh xúc…

EN

Body-sensitivity. Phoṭṭhabbābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇo … kāyo. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.) The phenomenon characterized by the sensitivity of the four elements capable of receiving the impact of tangible objects, namely earth, fire and wind, is called the body. In other words, the sensitivity of the four elements capable of receiving the impact of tangible objects …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 74.

Cách nhận biết nhãn tịnh sắc / How to discern eye-sensitivity

Miến / Burmese 93

VI

… được gọi là thân tịnh sắc.

EN

… is called body-sensitivity.

VI

Theo lời giải thích ấy, nhãn tịnh sắc là sắc trong suốt có thể chịu sự tác động của cảnh sắc. Thân tịnh sắc là sắc trong suốt có thể chịu sự tác động của cảnh xúc. Ở mắt, nhóm mười sắc mắt chứa nhãn tịnh sắc và nhóm mười sắc thân chứa thân tịnh sắc xen lẫn nhau. Để biết sắc trong suốt nào là nhãn tịnh sắc, sắc nào là thân tịnh sắc, nhóm nào là nhóm mười sắc mắt và nhóm nào là nhóm mười sắc thân, hãy phân biệt theo cảnh tác động. Các sắc trong suốt này có đặc tính là sự trong suốt của bốn đại cùng nhóm. Vì vậy, việc trước hết đã nhận biết được bốn đại trong những nhóm này là điều đặc biệt cần thiết.

EN

Accordingly, eye-sensitivity can receive the impact of visible form, and body-sensitivity can receive the impact of tangible objects. In the eye, eye-decads containing eye-sensitivity and body-decads containing body-sensitivity are intermingled. To distinguish eye-sensitivity from body-sensitivity and eye-decads from body-decads, distinguish them according to the object that impinges on them. These kinds of sensitive materiality have as their characteristic the sensitivity of the four elements in their own cluster. It is therefore especially necessary to have discerned those four elements first.

VI

Để nhận biết nhãn tịnh sắc, trước hết hãy nhận biết bốn đại ở mắt. Khi thấy các hạt nhóm sắc, hãy lấy một hạt trong suốt làm cảnh và nhận biết nó. Tiếp tục nhận biết mười sắc trong nhóm ấy. Hãy nhận biết sắc trong suốt trong mười sắc ấy, hoặc nhận biết sự trong suốt trong nhiều hạt nhóm sắc trong suốt. Hướng tâm đến cảnh sắc có trong một hay nhiều nhóm sắc ở cách sắc trong suốt ấy một khoảng vừa phải. Nếu cảnh sắc tác động vào sắc trong suốt ấy…

EN

To discern eye-sensitivity, first discern the four great elements in the eye. When the minute material clusters appear, take one transparent cluster as object and discern it. Go on to discern the ten material phenomena in it. Discern the sensitive materiality among the ten, or discern the sensitivity in several transparent clusters. Direct attention to visible form in one or more clusters a suitable distance away from that sensitive materiality. If visible form impinges on it …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 74.

Cách nhận biết thân tịnh sắc ở mắt / How to discern body-sensitivity in the eye

Miến / Burmese 94

VI

… thì sắc trong suốt ấy là nhãn tịnh sắc. Nhóm chứa nhãn tịnh sắc là nhóm mười sắc mắt. Hãy dùng tuệ phân biệt lần lượt mười sắc trong nhóm ấy đến mức chân đế. Nếu cảnh sắc không tác động vào sắc trong suốt ấy, nó có thể là thân tịnh sắc, vì ở mắt chỉ có hai loại sắc trong suốt. Hãy kiểm tra như dưới đây.

EN

… it is eye-sensitivity, and the cluster containing it is an eye-decad. Distinguish the ten material phenomena in that cluster in turn with wisdom, to the level of ultimate reality. If visible form does not impinge on the sensitive materiality, it may be body-sensitivity, because the eye has only two kinds of sensitive materiality. Test it as follows.

VI

Thân tịnh sắc là sắc trong suốt có thể chịu sự tác động của cảnh xúc, tức địa, hỏa hoặc phong. Hãy chuyên chú nhận biết bằng tuệ bốn đại ngay ở mắt. Khi thấy các nhóm sắc, hãy nhận biết sắc trong suốt trong một hay nhiều nhóm trong suốt. Hướng tâm đến một cảnh xúc, tức địa, hỏa hoặc phong, có mặt trong một hay nhiều nhóm sắc gần sắc trong suốt ấy. Hãy nhận biết và chuyên chú vào đó, chẳng hạn chuyên chú vào tính cứng. Nếu cảnh xúc tác động vào sắc trong suốt ấy, thì sắc chịu sự tác động của cảnh xúc là thân tịnh sắc. Nhóm chứa thân tịnh sắc là nhóm mười sắc thân. Nếu không có cảnh xúc nào tác động, sắc trong suốt ấy có thể là nhãn tịnh sắc. Hãy kiểm tra xem có phải nhãn tịnh sắc hay không theo cách nhận biết nhãn tịnh sắc ở trên.

EN

Body-sensitivity is the sensitive materiality that can receive the impact of a tangible object, earth, fire or wind. Attend closely with wisdom to the four great elements in the eye. When you see the material clusters, discern the sensitivity in one or more transparent clusters. Direct attention to a tangible object, earth, fire or wind, in one or more clusters near that sensitivity. Attend closely to it, for example to hardness. If the tangible object impinges on the sensitive materiality, the sensitivity it impinges on is body-sensitivity. Its cluster is a body-decad. If no tangible object impinges, it may be eye-sensitivity. Test it by the method for discerning eye-sensitivity given above.

Ba nhóm sắc do nghiệp sinh ở mắt và nhĩ tịnh sắc / Three kamma-produced clusters in the eye and ear-sensitivity

Miến / Burmese 95

VI

Như vậy, hành giả đã có thể phân biệt ở mắt nhóm mười sắc mắt và nhóm mười sắc thân. Hãy tiếp tục nhận biết đến mức chân đế mười sắc trong nhóm mười sắc mắt và mười sắc trong nhóm mười sắc thân. Trong các nhóm không trong suốt ở mắt, hãy nhận biết đến mức chân đế nhóm mười sắc có sắc tính. Như vậy đã nhận biết ba nhóm ấy ở mắt. Ba nhóm đều do nghiệp sinh, do nghiệp đã tạo trong một đời quá khứ với vô minh, ái và thủ, rồi tích lũy qua hành và nghiệp. Hãy nhận biết nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc có sắc tính ở năm cửa còn lại theo cách tương tự.

EN

In this way you can distinguish eye-decads and body-decads in the eye. Go on to discern at the ultimate level the ten phenomena in an eye-decad and the ten in a body-decad. Among the non-transparent clusters in the eye, discern the sex-decad at the ultimate level. You have then discerned three kinds of cluster in the eye. All three are produced by kamma done in a past life with ignorance, craving and clinging and accumulated through formations and kamma. Discern the body-decads and sex-decads at the other five doors in the same way.

VI

Nhĩ tịnh sắc. “Saddābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇaṃ … sotaṃ.” (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 74.) Sự trong suốt của bốn đại có thể chịu sự tác động của cảnh thinh gọi là nhĩ tịnh sắc. Hãy chuyên chú nhận biết bốn đại ở bên trong tai. Khi thấy các nhóm sắc, hãy nhận biết sắc trong suốt trong một hay nhiều nhóm trong suốt và giữ nó làm cảnh. Hướng tâm đến một âm thanh, chẳng hạn tiếng hơi thở hoặc tiếng từ bên ngoài. Nếu âm thanh ấy…

EN

Ear-sensitivity. Saddābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇaṃ … sotaṃ. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.) The sensitivity of the four elements capable of receiving the impact of sound is called ear-sensitivity. Attend closely to the four great elements inside the ear. When the clusters appear, discern sensitive materiality in one or more transparent clusters and hold it as object. Direct attention to a sound, such as the sound of breathing or an external sound. If that sound …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 74.

Phân biệt nhĩ tịnh sắc và nhận biết tỷ tịnh sắc / Distinguishing ear-sensitivity and discerning nose-sensitivity

Miến / Burmese 96

VI

… tác động vào sắc trong suốt ấy thì sắc chịu sự tác động ấy là nhĩ tịnh sắc. Nhóm chứa nhĩ tịnh sắc là nhóm mười sắc tai. Hãy nhận biết từng sắc trong mười sắc của nhóm ấy đến mức chân đế. Nếu không có âm thanh tác động vào sắc trong suốt ở tai, sắc ấy có thể là thân tịnh sắc. Hãy lấy cảnh xúc làm cảnh để kiểm tra như đã trình bày ở trên. Ở tai cũng hãy nhận biết đến mức chân đế nhóm mười sắc tai, nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc có sắc tính. Đó là các nhóm sắc do nghiệp sinh.

EN

… impinges on that sensitive materiality, the sensitivity it impinges on is ear-sensitivity. Its cluster is an ear-decad. Discern each of the ten material phenomena in it at the ultimate level. If no sound impinges on the sensitivity in the ear, it may be body-sensitivity. Test it by taking a tangible object as explained above. In the ear too, discern ear-decads, body-decads and sex-decads at the ultimate level. These are kamma-produced clusters.

VI

Tỷ tịnh sắc. “Gandhābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇaṃ … ghānaṃ.” (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 74.) Sự trong suốt của bốn đại có thể chịu sự tác động của mùi, tức cảnh mùi, gọi là tỷ tịnh sắc. Hãy nhận biết bốn đại ở chỗ nương của mũi bên trong mũi. Khi thấy các nhóm sắc, hãy nhận biết sắc trong suốt trong một hay nhiều nhóm trong suốt. Hướng tâm lấy mùi trong một hay nhiều nhóm sắc ở bất cứ chỗ nào trong thân làm cảnh. Nếu cảnh mùi tác động vào sắc trong suốt ấy, sắc chịu sự tác động của mùi là tỷ…

EN

Nose-sensitivity. Gandhābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇaṃ … ghānaṃ. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.) The sensitivity of the four elements capable of receiving the impact of an odour is called nose-sensitivity. Discern the four great elements at the nose-base inside the nose. When the clusters appear, discern the sensitivity in one or more transparent clusters. Take as object an odour in one or more material clusters anywhere in the body. If the odour impinges on that sensitivity, the sensitivity it impinges on is nose …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 74.

Phân biệt tỷ tịnh sắc và nhận biết thiệt tịnh sắc / Distinguishing nose-sensitivity and discerning tongue-sensitivity

Miến / Burmese 97

VI

… tịnh sắc. Nhóm có tỷ tịnh sắc là sắc thứ mười gọi là nhóm mười sắc mũi. Hãy phân tích nhóm này và nhận biết mười sắc chân đế. Nếu cảnh mùi không tác động vào sắc trong suốt ấy, nó có thể là thân tịnh sắc. Để biết chắc, hãy lấy cảnh xúc làm cảnh và kiểm tra như đã trình bày ở trên. Khi thành công, hãy nhận biết đến mức chân đế nhóm mười sắc mũi, nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc có sắc tính trong mũi. Đó là những nhóm sắc do nghiệp sinh.

EN

… sensitivity. The cluster whose tenth material phenomenon is nose-sensitivity is called the nose-decad. Analyse it and discern the ten ultimate material phenomena. If odour does not impinge on the sensitivity, it may be body-sensitivity. To make certain, test it with a tangible object as explained above. When you succeed, discern nose-decads, body-decads and sex-decads in the nose at the ultimate level. These are kamma-produced clusters.

VI

Thiệt tịnh sắc. “Rasābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇā … jivhā.” (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 74.) Sự trong suốt của bốn đại có thể chịu sự tác động của cảnh vị gọi là thiệt tịnh sắc. Hãy chuyên chú nhận biết bốn đại ở lưỡi. Khi thấy các hạt nhóm sắc, hãy nhận biết sắc trong suốt trong một hoặc nhiều nhóm trong suốt. Hướng tâm đến vị có trong một hay nhiều nhóm sắc ở gần đó. Nếu vị tác động vào sắc trong suốt ấy, sắc chịu sự tác động của vị là thiệt tịnh sắc. Nhóm có thiệt tịnh sắc là sắc thứ mười gọi là nhóm mười sắc lưỡi. Hãy phân tích nhóm ấy và nhận biết mười sắc chân đế. Nếu vị không tác động vào sắc trong suốt ấy…

EN

Tongue-sensitivity. Rasābhighātārahabhūtappasādalakkhaṇā … jivhā. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.) The sensitivity of the four elements capable of receiving the impact of taste is called tongue-sensitivity. Attend closely to the four elements in the tongue. When minute clusters appear, discern the sensitivity in one or more transparent clusters. Direct attention to taste in one or more nearby clusters. If taste impinges on that sensitivity, it is tongue-sensitivity. The cluster whose tenth phenomenon is tongue-sensitivity is a tongue-decad. Analyse it and discern the ten ultimate material phenomena. If taste does not impinge on that sensitivity …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 74.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 74.

Thân môn và nhận biết sắc tính / The body-door and discerning sex materiality

Miến / Burmese 98

VI

… thì sắc ấy có thể là thân tịnh sắc. Để biết chắc, hãy lấy cảnh xúc trong một hay nhiều nhóm sắc gần sắc trong suốt ấy làm cảnh mà kiểm tra. Khi đã biết chắc, hãy nhận biết mười sắc chân đế trong mỗi loại thuộc ba nhóm sắc do nghiệp sinh ở lưỡi: nhóm mười sắc lưỡi, nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc có sắc tính.

EN

… it may be body-sensitivity. To make certain, test it by taking a tangible object in one or more clusters near that sensitivity. Once certain, discern the ten ultimate material phenomena in each of the three kinds of kamma-produced cluster in the tongue: tongue-decads, body-decads and sex-decads.

VI

Chỗ nương của thân, tức thân môn. Ở đây chỉ có hai nhóm sắc do nghiệp sinh là nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc có sắc tính. Trong thân, chỗ nào nhận biết được xúc thì có nhóm mười sắc thân. Nhóm mười sắc có sắc tính cũng phân bố ở cả sáu cửa: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và tim. Không có cả hai sắc tính trong cùng một người. Nhờ sắc tính mà có thể phân biệt người này là nam, người kia là nữ. Điều ấy không có nghĩa là sắc tính được biết bằng nhãn thức. Do sắc tính mà các hình dáng, đặc điểm và cử chỉ bên ngoài của nam hay nữ có thể được nhận ra.

EN

The bodily base, or body-door. Here there are only two kamma-produced clusters under consideration, body-decads and sex-decads. Wherever touch can be known in the body, there are body-decads. Sex-decads are distributed at all six doors: eye, ear, nose, tongue, body and heart. Both kinds of sex materiality do not occur in one person. Through sex materiality one can distinguish a man from a woman. This does not mean that sex materiality is known by eye-consciousness. Because of it, the outward shapes, features and gestures of males or females can be recognized.

VI

Hành giả nam tìm sắc nam tính trong một số nhóm sắc không trong suốt có mạng quyền. Khi tìm, vị ấy có thể thấy một tính chất cứng cỏi. Nhờ dấu hiệu ấy có thể hiểu đây là sắc nam tính. Tuy nhiên, tính chất cứng cỏi ấy khác với tính cứng của địa đại…

EN

A male meditator looks for male sex materiality in certain non-transparent clusters containing the life faculty. In looking, he may notice a quality of firmness and recognize male sex materiality by this sign. That firmness differs from the hardness of the earth element …

Sắc nữ tính và sắc ý vật / Female sex materiality and the heart-base

Miến / Burmese 99

VI

… và thông thường hành giả có thể hiểu sự khác nhau ấy. Tương tự, khi hành giả nữ tìm sắc nữ tính trong một số nhóm không trong suốt có mạng quyền trong dòng tương tục của mình, vị ấy có thể thấy một tính chất mềm mại. Nhờ dấu hiệu ấy có thể hiểu đây là sắc nữ tính. Tuy nhiên, có thể hiểu được tính mềm mại ấy khác với tính mềm của địa đại. Hãy quán ở cả sáu cửa.

EN

… and the difference is generally discernible. Likewise, when a female meditator looks for female sex materiality in certain non-transparent clusters with the life faculty in her own continuum, she may notice a quality of softness and recognize female sex materiality by that sign. This softness can be distinguished from the softness of the earth element. Discern it at all six doors.

VI

Ý môn và sắc ý vật. “Manodhātumanoviññāṇadhātūnaṃ nissayalakkhaṇaṃ hadayavatthu.” (Visuddhimagga 2,77.) Sắc ý vật có đặc tính là chỗ nương của ý giới và ý thức giới. Đó là sắc làm chỗ nương cho các tâm được gọi là ý giới và ý thức giới.

EN

The mind-door and the heart-base. Manodhātumanoviññāṇadhātūnaṃ nissayalakkhaṇaṃ hadayavatthu. (Visuddhimagga 2,77.) The heart-base has the characteristic of supporting the mind element and the mind-consciousness element. It is the materiality on which the consciousnesses called the mind element and mind-consciousness element depend.

VI

Trước hết hãy nhận biết bốn đại ở trong tim. Khi thấy các hạt nhóm sắc, hãy nhận biết sự trong sáng của hữu phần, tức ý môn. Nếu đã nhận biết sự trong sáng ấy trong khi tu thiền chỉ thì ở đây không khó nhận biết lại. Giữ tâm tu tập ở sự trong sáng của hữu phần, rồi muốn co hoặc duỗi một ngón tay. Hãy tiếp tục quan sát cho thấy rõ tâm muốn co, muốn duỗi và tâm trong lúc co, duỗi. Sau khi nhận biết được tâm, hãy tiếp tục nhận biết sắc ý vật làm chỗ nương của tâm ấy. Cách ấy có thể thành công. Nếu thành công…

EN

First discern the four great elements inside the heart. When minute clusters appear, discern the clarity of the life-continuum, the mind-door. If you discerned it while developing tranquillity, it will not be difficult to recognize here. Keep the meditation mind on that clarity and then form the wish to bend or straighten a finger. Continue observing so as to see distinctly the consciousness that wants to bend or straighten it and the consciousness while bending or straightening it. Once you discern that consciousness, go on to discern the heart-base on which it depends. This method can succeed. If you succeed …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 77.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 77.

Phân tích nhóm mười sắc ý vật / Analysing the heart-base decad

Miến / Burmese 100

VI

… hãy tiếp tục quan sát để hiểu rằng hữu phần trong sáng, các tâm muốn co và duỗi, v.v., đều là những tâm thuộc ý thức giới nương vào cùng loại sắc ý vật ấy. Sắc ý vật có mặt trong những hạt nhóm sắc bên dưới ý giới và ý thức giới đã nêu. Việc nói các tâm ấy nương vào sắc ý vật chỉ có nghĩa là ý giới và ý thức giới có sự sinh khởi liên hệ với sắc ý vật. Nếu không có sắc ý vật thì các tâm ấy không thể sinh theo cách đó. Nhóm chứa sắc ý vật là nhóm mười sắc ý vật. Hãy phân tích nhóm ấy và nhận biết mười sắc chân đế.

EN

… continue observing until you understand that the clear life-continuum, the consciousness wishing to bend or straighten the finger and so forth belong to the mind-consciousness element and depend on the same kind of heart-base. The heart-base occurs in the minute clusters beneath the mind element and mind-consciousness element just described. Saying that those consciousnesses depend on the heart-base means that the mind element and the mind-consciousness element arise in dependence on it. Without it they could not arise in that way. The cluster containing the heart-base is the heart-base decad. Analyse it and discern its ten ultimate material phenomena.

VI

Việc ban đầu nhận biết nhanh tâm muốn co, muốn duỗi chỉ nhằm xác định cho chắc sắc ý vật làm chỗ nương của tâm. Một số hành giả, sau khi nhận biết được hữu phần trong sáng, có thể dễ dàng nhận biết ngay sắc ý vật làm chỗ nương cho hữu phần. Khi đã nhận biết đến mức chân đế các sắc trong nhóm mười sắc ý vật, hãy tiếp tục phân tích và nhận biết các sắc chân đế trong nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc có sắc tính ngay trong tim. Như vậy trong tim cũng có ba loại nhóm sắc do nghiệp sinh.

EN

Initially discerning the wish to bend or straighten is simply a quick means of establishing which materiality serves as the heart-base. After discerning the clear life-continuum, some meditators can readily discern the heart-base that supports it. Once you have discerned the material phenomena in the heart-base decad at the ultimate level, analyse the body-decads and sex-decads in the heart and discern their ultimate material phenomena as well. Thus the heart also contains three kinds of kamma-produced cluster.

VI

Sự trong sáng của hữu phần và thân tịnh sắc. Trong tim có hai loại trong sáng. Theo lời dạy “Pabhassaramidaṃ, bhikkhave, cittaṃ”, tức “Này các tỳ-khưu, tâm này sáng chói”, tâm hữu phần nương vào sắc ý vật cũng trong sáng, lóe và tỏa ánh sáng. (Tăng chi bộ, tập 1, tr. 9.)

EN

The clarity of the life-continuum and body-sensitivity. There are two kinds of clarity in the heart. In accordance with the teaching Pabhassaramidaṃ, bhikkhave, cittaṃ, “Bhikkhus, this mind is luminous,” the life-continuum dependent on the heart-base is clear and shines with flashes of light. (Aṅguttara Nikāya, vol. 1, p. 9.)

References printed on this page: Aṅ, vol. 1, p. 9.

Dẫn thư in trên trang này: Aṅ, tập 1, tr. 9.

Phân biệt hữu phần trong sáng với thân tịnh sắc / Distinguishing the clear life-continuum from body-sensitivity

Miến / Burmese 101

VI

Theo lời Phụ chú giải, “Sabhāveneva panetaṃ cittaṃ pabhassaraṃ”, tâm vốn trong sáng theo bản tính. Tất cả tâm nương vào sắc ý vật sinh lên đều trong sáng theo bản tính, và trở nên ô nhiễm do các tâm sở bất thiện. (Mūlaṭīkā, tập 1, tr. 125.) [CHƯA XÁC MINH: nguyên văn Pāli và chi tiết lời phụ chú giải.]

EN

According to the subcommentary, Sabhāveneva panetaṃ cittaṃ pabhassaraṃ, this consciousness is luminous by nature. All consciousness arising in dependence on the heart-base is luminous by nature and becomes defiled by unwholesome mental factors. (Mūlaṭīkā, vol. 1, p. 125.) [Pāli and details of the subcommentary to be checked.]

VI

Theo những lời dạy ấy, ở trong tim có hữu phần trong sáng làm phát sinh ánh sáng lóe rực. Đó là sự trong sáng của danh. Ở đó còn có thân tịnh sắc là chỗ nương của thân thức. Đó là sự trong suốt của sắc. Thân tịnh sắc hiện ra dưới dạng hạt nhóm sắc, có mặt trong hạt nhóm sắc trong suốt. Hữu phần trong sáng là một loại trong sáng nương vào sắc ý vật không trong suốt, và không phải là một hạt nhóm sắc. Như đã giải thích ở phần đề mục thiền chỉ và các trang 53–54 ở trên, màu của các nhóm sắc do tâm sinh và do thời tiết sinh có thể lóe sáng. Hữu phần trong sáng, tức ý môn, thì trong sáng, còn sắc ý vật làm chỗ nương cho ý môn thì không trong suốt. Các nhóm mười sắc thân chứa thân tịnh sắc phân bố khắp tim. Chúng có mặt thành những hạt quanh hữu phần trong sáng.

EN

According to these explanations, the clear life-continuum in the heart gives rise to flashes of light. This is the clarity of mentality. Body-sensitivity, which supports body-consciousness, is also found there. This is the transparency of materiality. Body-sensitivity appears within minute transparent clusters. The clear life-continuum is a clarity dependent on the non-transparent heart-base and is not itself a minute material cluster. As explained in the section on tranquillity and on pages 53–54 above, the colour of consciousness-produced and temperature-produced material clusters can shine. The life-continuum, the mind-door, is clear, whereas the heart-base on which it depends is not transparent. Body-decads containing body-sensitivity are distributed throughout the heart and occur as minute clusters around the clear life-continuum.

VI

Ghi chú. Để nhận biết các nhóm sắc do nghiệp sinh ở sáu cửa, sách đã trình bày cách nhận biết bốn đại có mặt ở mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và tim. Cách trình bày này dành cho người có tuệ còn yếu…

EN

Note. To explain how to discern the kamma-produced clusters at the six doors, this work describes discerning the four great elements in the eye, ear, nose, tongue, body and heart. This method is given for those whose wisdom is still weak …

References printed on this page: Mūlaṭīkā, vol. 1, p. 125.

Dẫn thư in trên trang này: Mūlaṭīkā, tập 1, tr. 125.

Khi đã thấy các hạt nhóm sắc khắp thân / When minute clusters are visible throughout the body

Miến / Burmese 102

VI

… Hãy hiểu như vậy. Với người có tuệ sắc bén, khi bao quát toàn thân để nhận biết bốn đại, vị ấy không thấy những khối lớn khắp thân mà chỉ thấy các hạt nhóm sắc. Vị ấy cũng có thể nhận biết đến mức chân đế bốn đại trong những nhóm trong suốt và không trong suốt ở sáu cửa. Ở mức này, dù hướng tâm đến mắt, vị ấy không thấy hình dạng con mắt mà chỉ thấy các hạt nhóm sắc. Người đã thấy các hạt nhóm sắc như thế không cần tìm lại mắt để nhận biết riêng bốn đại ở mắt. Nếu dễ dàng thấy các nhóm sắc ở mắt, hãy phân tích đến mức chân đế nhóm mười sắc mắt, nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc có sắc tính trong những nhóm sắc ấy. Hãy hiểu tương tự ở tai, mũi, lưỡi, thân và tim. Cách nhận biết các nhóm sắc còn lại do tâm, thời tiết và vật thực sinh cũng tương tự.

EN

… Understand it in that way. When a person of sharp wisdom surveys the whole body to discern the four elements, that person sees minute material clusters rather than large masses. The four elements in both transparent and non-transparent clusters at the six doors can be discerned at the ultimate level. At this stage, even when attention is directed to the eye, only clusters are seen, without the shape of an eye. A person who sees clusters in this way need not look for the eye again in order to discern the four elements there separately. If the clusters at the eye are readily seen, analyse the eye-decads, body-decads and sex-decads among them to the ultimate level. Understand the same for the ear, nose, tongue, body and heart. The method is similar for the remaining clusters produced by consciousness, temperature and nutriment.

VI

Các sắc do nghiệp sinh có mặt ở sáu cửa là những sắc đầu tiên sinh lên trong một đời. Một số sắc do nghiệp sinh sinh đồng thời với tâm tái tục. Chừng nào năng lực của nghiệp đã tạo và tích lũy từ trước còn hiệu lực, chúng cứ sinh diệt, nối tiếp nhau trong suốt đời. Sau khi đã nhận biết thành công các sắc do nghiệp sinh ở cả sáu cửa, hành giả có thể tiếp tục nhận biết các sắc còn lại do tâm, thời tiết và vật thực sinh. Tuy vậy, hành giả cần biết trước mình phải nhận biết những loại sắc nào…

EN

The kamma-produced material phenomena at the six doors are the first material phenomena to arise in a life. Some arise together with rebirth-linking consciousness. As long as the power of previously performed and accumulated kamma remains effective, they continue arising and dissolving throughout life. After discerning kamma-produced materiality at all six doors, go on to discern the remaining materiality produced by consciousness, temperature and nutriment. First, however, you need to know what kinds of material phenomena must be discerned …

Hai mươi tám sắc và bốn sắc đại chủng / The twenty-eight kinds of materiality and the four great elements

Miến / Burmese 103

VI

… Vì vậy dưới đây trình bày hai mươi tám sắc.

EN

… The twenty-eight kinds of materiality are therefore set out below.

VI

Các pháp sắc được chia làm hai loại: sắc đại chủng và sắc y sinh. Bốn đại được gọi là sắc đại chủng (mahābhūtarūpa) vì đặc tính của chúng nổi bật hơn các sắc khác và chúng hiện ra như thân vật chất lớn. Hai mươi bốn sắc nương vào bốn đại mà sinh gọi là sắc y sinh (upādāyarūpa). Chúng giúp làm rõ bốn đại, chẳng hạn qua màu trắng, màu vàng, v.v.

EN

Material phenomena are divided into two kinds, the great elements and derived materiality. The four elements are called great material elements (mahābhūtarūpa) because their characteristics stand out more than those of other material phenomena and they appear as the large material body. The twenty-four material phenomena arising in dependence on the four elements are called derived materiality (upādāyarūpa). They make the four elements distinct, for example through colours such as white and yellow.

VI

Bốn sắc đại chủng cũng được gọi là giới (dhātu). Pháp mang đặc tính của chính nó và hiện ra theo đặc tính ấy gọi là giới. Địa giới mang đặc tính cứng, nhám, nặng, mềm, trơn và nhẹ. Thủy giới mang đặc tính chảy và kết dính. Hỏa giới mang đặc tính nóng và lạnh. Phong giới mang đặc tính nâng đỡ và đẩy. Vì thế bốn đại cũng được gọi là các giới.

EN

The four great elements are also called elements (dhātu). A phenomenon that bears its own characteristic and appears in accordance with it is called an element. The earth element bears the characteristics of hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness. Water bears flowing and cohesion. Fire bears heat and cold. Wind bears supporting and pushing. Thus the four great elements are also called the elements.

VI

(1) Bốn sắc đại chủng. Địa đại, thủy đại, hỏa đại và phong đại.

EN

(1) The four great elements: earth, water, fire and wind.

VI

(2) Năm sắc trong suốt (pasādarūpa).
1. Nhãn tịnh sắc (cakkhupasāda), sắc trong suốt ở mắt.

EN

(2) Five kinds of sensitive materiality (pasādarūpa).

1. Eye-sensitivity (cakkhupasāda), the sensitive materiality in the eye.

Sắc trong suốt, sắc cảnh, sắc tính và sắc ý vật / Sensitive materiality, objects, sex materiality and the heart-base

Miến / Burmese 104

VI

2. Nhĩ tịnh sắc (sotapasāda), sắc trong suốt ở tai.
3. Tỷ tịnh sắc (ghānapasāda), sắc trong suốt ở mũi.
4. Thiệt tịnh sắc (jivhāpasāda), sắc trong suốt ở lưỡi.
5. Thân tịnh sắc (kāyapasāda), sắc trong suốt ở thân.

EN

2. Ear-sensitivity (sotapasāda), the sensitive materiality in the ear.
3. Nose-sensitivity (ghānapasāda), the sensitive materiality in the nose.
4. Tongue-sensitivity (jivhāpasāda), the sensitive materiality in the tongue.
5. Body-sensitivity (kāyapasāda), the sensitive materiality in the body.

VI

(3) Bảy sắc cảnh (gocararūpa).
1. Cảnh sắc (rūpārammaṇa), tức màu sắc (vaṇṇa).
2. Cảnh thinh (saddārammaṇa), tức âm thanh.
3. Cảnh mùi (gandhārammaṇa).
4. Cảnh vị (rasārammaṇa).
5. Cảnh xúc (phoṭṭhabbārammaṇa).

EN

(3) Seven kinds of objective materiality (gocararūpa).
1. Visible form (rūpārammaṇa), that is, colour (vaṇṇa).
2. Sound (saddārammaṇa).
3. Odour (gandhārammaṇa).
4. Taste (rasārammaṇa).
5. Tangible object (phoṭṭhabbārammaṇa).

VI

Ghi chú. Vì có thể xúc chạm địa đại, hỏa đại và phong đại nên ba đại này gọi là sắc xúc. Tính cả ba đại ấy thì có bảy sắc cảnh. Nhưng theo cách đếm các sắc riêng, một sắc đã đếm thì không đếm lại. Khi đếm hai mươi tám sắc, ba đại này đã được tính trong bốn đại nên chỉ tính thêm bốn sắc cảnh.

EN

Note. Earth, fire and wind can be touched and are therefore called tangible materiality. Counting all three gives seven kinds of objective materiality. But in counting distinct material phenomena, one already counted is not counted again. These three have already been included among the four great elements, so only four objective phenomena are added in reckoning the twenty-eight.

VI

(4) Hai sắc tính (bhāvarūpa).
1. Sắc nữ tính (itthibhāvarūpa).
2. Sắc nam tính (purisabhāvarūpa).

EN

(4) Two kinds of sex materiality (bhāvarūpa).
1. Female sex materiality (itthibhāvarūpa).
2. Male sex materiality (purisabhāvarūpa).

VI

(5) Một sắc tim (hadayarūpa). Sắc ý vật (hadayavatthu) là sắc làm chỗ nương cho các tâm biết, tức ý giới và ý thức giới. Sắc ấy có mặt trong máu ở bên trong tim.

EN

(5) One kind of heart materiality (hadayarūpa). The heart-base (hadayavatthu) is the material support for cognizing consciousness, namely the mind element and mind-consciousness element. It is found in the blood inside the heart.

Mạng quyền, vật thực và tên gọi của mười tám sắc / The life faculty, nutriment and the names of the eighteen material phenomena

Miến / Burmese 105

VI

(6) Một sắc mạng quyền. Mạng quyền (jīvitindriya), cũng gọi là jīvita, là sắc duy trì sự sống. Nó có mặt trong các nhóm sắc do nghiệp sinh và bảo hộ các sắc do nghiệp sinh trong cùng nhóm.

EN

(6) One material life faculty. The life faculty (jīvitindriya), also called jīvita, is materiality that sustains life. It is present in kamma-produced clusters and protects the kamma-produced phenomena in its own cluster.

VI

(7) Một sắc vật thực. Vật thực ăn được (kabaḷīkārāhāra) là dưỡng chất, tức ojā, có trong vật thực được ăn.

EN

(7) One kind of nutriment materiality. Edible food (kabaḷīkārāhāra) is the nutritive essence, ojā, in the food that is eaten.

VI

Ghi chú. Đây là cách nói theo duyên trong Paṭṭhāna. Dưỡng chất có mặt trong mọi nhóm sắc do nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực sinh. Chúng lần lượt được gọi là dưỡng chất do nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực sinh. Thức ăn được ăn vào lan trong thân dưới dạng những nhóm sắc do thời tiết sinh. Dưỡng chất trong những nhóm ấy được gọi là vật thực ăn được theo cách trình bày về duyên vật thực trong Paṭṭhāna và theo phương pháp của các bộ kinh. Hãy xem phần quán sắc vật thực để biết chi tiết.

EN

Note. This follows the treatment of conditions in the Paṭṭhāna. Nutritive essence is found in every cluster produced by kamma, consciousness, temperature and nutriment. It is accordingly called kamma-produced, consciousness-produced, temperature-produced and nutriment-produced nutritive essence. Food that is eaten spreads through the body as temperature-produced material clusters. Their nutritive essence is called edible food according to the nutriment condition in the Paṭṭhāna and the method of the discourses. See the section on discerning nutriment-produced materiality for details.

VI

Mười tám sắc này được gọi là sắc có thực tính (sabhāvarūpa) vì mỗi sắc có đặc tính riêng. Chúng cũng được gọi là sắc có đặc tướng (salakkhaṇarūpa) vì có chung các đặc tướng vô thường, khổ và vô ngã. Chúng được gọi là sắc thành tựu (nipphannarūpa) vì được sinh ra do nghiệp, tâm, thời tiết hoặc vật thực. Chúng được gọi là sắc sắc (rūparūpa) vì thật sự có tính biến đổi. Và vì có thể được đặt dưới ba đặc tướng vô thường, khổ và vô ngã để quán minh sát…

EN

These eighteen material phenomena are called materiality with intrinsic nature (sabhāvarūpa), since each has its own characteristic. They are called materiality with characteristics (salakkhaṇarūpa) because they share impermanence, suffering and non-self. They are called concretely produced materiality (nipphannarūpa), since they are produced by kamma, consciousness, temperature or nutriment. They are called materiality proper (rūparūpa), because they actually undergo alteration. Since they can be contemplated in insight under the three characteristics of impermanence, suffering and non-self …

Sắc giới hạn, sắc biểu tri và sắc biến hóa / Delimitation, intimation and alteration

Miến / Burmese 106

VI

… vì thích hợp để quán xét như vậy nên chúng cũng gọi là sắc để quán (sammasanarūpa). Mười sắc còn lại khác với chúng. Đó là sắc không có thực tính riêng, sắc không có đặc tướng, sắc không thành tựu, sắc không phải sắc thực và sắc không dùng làm đối tượng quán xét.

EN

… and are fit for such contemplation, they are also called materiality for comprehension (sammasanarūpa). The remaining ten differ from them. They lack individual intrinsic nature and characteristics, are not concretely produced, are not materiality proper, and are not taken as objects of comprehension.

VI

(8) Một sắc giới hạn (paricchedarūpa). Hư không giới là khe hở giữa các nhóm sắc, tức sắc giới hạn. Khoảng hở ấy phân định để nhóm này không lẫn với nhóm kia. Vì làm ranh giới giữa các nhóm nên hư không giới được gọi là sắc giới hạn. Hư không giới không phải sắc chân đế thực sự. Khi có hai nhóm sắc hay nhiều nhóm sắc sinh lên thì chế định về khoảng hở cũng theo đó mà có.

EN

(8) One kind of delimiting materiality (paricchedarūpa). The space element is the gap between material clusters, that is, delimiting materiality. The gap marks the boundary so that one cluster does not merge with another. Because it serves as a boundary it is called delimiting materiality. The space element is not actual ultimate materiality. When two or more clusters arise, the concept of a gap arises in dependence on them.

VI

(9) Hai sắc biểu tri (viññattirūpa).
1. Thân biểu tri (kāyaviññatti), cử chỉ nơi thân làm cho người khác hiểu.
2. Khẩu biểu tri (vacīviññatti), biểu hiện nơi miệng, tức bằng lời nói, làm cho người khác hiểu.

EN

(9) Two kinds of intimation (viññattirūpa).
1. Bodily intimation (kāyaviññatti), a bodily gesture that makes another person understand.
2. Verbal intimation (vacīviññatti), expression by means of the mouth, that is, speech that makes another person understand.

VI

(10) Năm sắc biến hóa, hoặc ba sắc biến hóa (vikārarūpa).
1. Sắc nhẹ (rūpassa lahutā), tính nhẹ của sắc do tâm, thời tiết và vật thực sinh.
2. Sắc mềm (rūpassa mudutā), tính mềm của sắc do tâm, thời tiết và vật thực sinh.
3. Sắc thích ứng (rūpassa kammaññatā), tính thích hợp cho hoạt động của sắc do tâm, thời tiết và vật thực sinh.

EN

(10) Five kinds of alteration, or three kinds (vikārarūpa).

1. Lightness of materiality (rūpassa lahutā), the lightness of materiality produced by consciousness, temperature and nutriment.
2. Malleability of materiality (rūpassa mudutā), the pliancy of such materiality.
3. Wieldiness of materiality (rūpassa kammaññatā), its suitability for activity.

Bốn sắc đặc tướng / Four characteristics of materiality

Miến / Burmese 107

VI

Hai sắc biểu tri cùng với ba sắc vừa nêu cũng được gọi chung là sắc biến hóa, tức những cách biểu hiện riêng khác nhau.

EN

The two intimations, together with the three just mentioned, are also collectively called alterations of materiality, the different modes in which it manifests.

VI

(11) Bốn sắc đặc tướng (lakkhaṇarūpa).
1. Sắc tích tập (upacaya). (a) Sự sinh khởi đầu tiên của các sắc thực trong một đời. (b) Sự tăng trưởng tiếp theo của các sắc thực cho đến khi các sắc cần thiết trong đời ấy được đầy đủ, tức cho đến khi các căn đầy đủ.
2. Sắc tương tục (santati). Sau khi các căn đầy đủ, các sắc thực vẫn sinh nối tiếp nhau, trước sau không gián đoạn.

EN

(11) Four characteristics of materiality (lakkhaṇarūpa).
1. Accumulation (upacaya). (a) The first arising of materiality proper in a life. (b) Its subsequent growth until the material phenomena needed in that life are complete, that is, until the faculties are complete.
2. Continuity (santati). Once the faculties are complete, materiality proper continues to arise in uninterrupted succession.

VI

Ghi chú. Đức Phật phân sự sinh khởi của sắc thực thành hai loại theo giai đoạn thời gian để phù hợp với căn cơ người nghe. Cả hai đều là sự sinh khởi của sắc thực, tức tính sinh (uppāda).

EN

Note. The Buddha divided the arising of materiality proper into two kinds according to its stage in time, to suit the faculties of his hearers. Both are the arising (uppāda) of materiality proper.

VI

3. Sắc già (jaratā). Tính chín muồi, cũ đi và suy già của sắc thực. Chỉ giai đoạn sắc thực đang tồn tại.
4. Sắc vô thường (aniccatā). Tính diệt của sắc thực, tức sự tan rã (bhaṅga).

EN

3. Ageing (jaratā), the maturation, growing old and deterioration of materiality proper. This denotes the phase of its presence.
4. Impermanence (aniccatā), the cessation of materiality proper, that is, dissolution (bhaṅga).

VI

Hư không giới, năm sắc biến hóa và bốn sắc đặc tướng, tổng cộng mười sắc, không thích hợp để đặt dưới ba đặc tướng mà quán minh sát, nên gọi là sắc không dùng làm đối tượng quán (asammasanarūpa). Vì chúng không phải các sắc thành tựu do nghiệp, tâm, thời tiết hay vật thực sinh…

EN

The space element, the five alterations and the four characteristics, ten in all, are unsuitable for insight contemplation under the three characteristics and are called materiality not for comprehension (asammasanarūpa). Since they are not concretely produced by kamma, consciousness, temperature or nutriment …

Vì sao vẫn cần nhận biết các sắc không thành tựu / Why discern materiality that is not concretely produced?

Miến / Burmese 108

VI

… nên gọi là sắc không thành tựu (anipphannarūpa). Chúng không phải các sắc thực. Hư không giới chỉ là khoảng phân định.

EN

… they are called non-concretely produced materiality (anipphannarūpa). They are not materiality proper. The space element is simply the delimiting interval.

VI

(Đại sớ giải, tập 2, tr. 354.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm câu Pāli về khoảng phân định.] Khoảng phân định là khe hở, ranh giới giữa các nhóm sắc, nhờ đó nhóm này không lẫn với nhóm kia.

EN

(Mahāṭīkā, vol. 2, p. 354.) [The Pāli sentence on the delimiting interval remains to be transcribed.] The delimiting interval is the gap or boundary between material clusters, by which one cluster is kept distinct from another.

VI

Các sắc biểu tri chỉ là cách biểu hiện của cử chỉ thân và lời nói, tức cách hoạt động của các sắc thực. Các sắc đặc tướng chỉ là những cách sinh, tồn tại và diệt của sắc thực. Các sắc biến hóa chỉ là những cách biểu hiện riêng khác nhau của sắc do tâm, thời tiết và vật thực sinh. Vì vậy chúng không phải sắc thực và không thích hợp để quán minh sát. Tuy vậy, khi dùng tuệ nhận biết các sắc đến mức chân đế, trong phần phân biệt danh sắc thuộc kiến thanh tịnh, Chú giải Thanh tịnh đạo dạy xen việc nhận biết mười sắc này. Đức Phật cũng giảng như vậy theo phương pháp đặc tính, phận sự và các mặt khác trong những kinh như Mahārāhulovāda. (Visuddhimagga 2,225.)

EN

Intimations are only the modes of bodily gesture and speech, that is, modes in which materiality proper operates. The characteristics are only its modes of arising, presence and dissolution. The alterations are only the various modes of materiality produced by consciousness, temperature and nutriment. They are therefore not materiality proper and are unsuitable for insight contemplation. Nevertheless, in discerning material phenomena at the ultimate level during the discernment of mentality and materiality under purification of view, the Visuddhimagga directs that these ten be discerned along the way. The Buddha likewise teaches by way of characteristic, function and so forth in such discourses as the Mahārāhulovāda. (Visuddhimagga 2,225.)

VI

Nếu không thấy hư không giới thì không thấy các nhóm sắc. Nếu không thấy các nhóm sắc thì không thể nhận biết các sắc chân đế thực sự trong từng nhóm. Nếu tuệ không đến chân đế thì cũng không thể thấy vô ngã. Nếu không thấy vô ngã…

EN

If the space element is not seen, material clusters are not seen. If the clusters are not seen, the actual ultimate material phenomena within each cannot be discerned. If wisdom does not reach ultimate reality, non-self cannot be seen. If non-self is not seen …

References printed on this page: Mahāṭīkā, vol. 2, p. 354; Visuddhimagga, vol. 2, p. 225.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 2, tr. 354; Visuddhimagga, tập 2, tr. 225.

Nhận biết các đặc tướng và bắt đầu quán sắc do tâm sinh / Discerning characteristics and beginning with consciousness-produced materiality

Miến / Burmese 109

VI

… thì không thể có tuệ minh sát chân thật. Vì vậy, trong khi phân biệt danh sắc ở giai đoạn kiến thanh tịnh, có lời chỉ dẫn nhận biết hư không giới. Khi có thể nhận biết các sắc chân đế thực sự trong từng nhóm, hành giả cũng sẽ thấy sự sinh, tồn tại và diệt của các sắc ấy. Do vậy, cũng hãy nhận biết các sắc đặc tướng. Sinh, tồn tại và diệt là những đặc tướng của pháp hữu vi. Chỉ khi thấy các đặc tướng hữu vi này, hành giả mới phân biệt được pháp hữu vi này với pháp hữu vi trước hay sau nó. Khi ấy có thể phá khối liên tục của sắc. Phá được khối thì tuệ mới đến chân đế. Đến chân đế thì mới thấy vô ngã. Khi thấy vô ngã thì ba đặc tướng mới hiện rõ và tuệ minh sát chân thật có thể sinh. (Aṅ 1,150.)

EN

… genuine insight knowledge cannot arise. Thus the space element is to be discerned during discernment of mentality and materiality in purification of view. Once the actual ultimate material phenomena in each cluster can be discerned, their arising, presence and dissolution will also be seen. Discern the characteristics of materiality accordingly. Arising, presence and dissolution are the characteristics of the conditioned. Only by seeing these characteristics can one distinguish a conditioned phenomenon from the one before or after it. This breaks up the compactness of material continuity. Once compactness breaks up, wisdom can reach ultimate reality. Only then can non-self be seen. When non-self is seen, the three characteristics become clear and genuine insight knowledge can arise. (Aṅ 1,150.)

VI

Khi quán các oai nghi, khi quán với sự hiểu biết rõ, hoặc khi nhận biết sắc do tâm, thời tiết và vật thực sinh, không thể tránh khỏi thấy các sắc biến hóa. Chúng chỉ là những cách biểu hiện riêng của các sắc thực. Vì vậy Kinh và Chú giải dạy xen việc nhận biết chúng ở giai đoạn này. Tuy nhiên, các sắc ấy chỉ sinh nương vào các sắc thực. Khi đã tới phần minh sát, từ tuệ quán theo nhóm và tuệ sinh diệt trở đi, có lời dạy rằng không nên quán minh sát các sắc không thực này.

EN

When contemplating bodily postures, practising clear comprehension or discerning materiality produced by consciousness, temperature and nutriment, one cannot avoid seeing the alterations. They are only modes of materiality proper. Therefore the discourses and commentary teach that they be discerned in passing at this stage. They occur only in dependence on materiality proper. From insight knowledge of comprehension and knowledge of arising and dissolution onward, one is instructed not to contemplate these phenomena in insight.

VI

Cách quán sắc do tâm sinh. Với người đã biết nhận biết sắc ý vật, việc quán sắc do tâm sinh ở đây sẽ dễ. Ở bên trong tim…

EN

How to discern consciousness-produced materiality. For someone who already knows how to discern the heart-base, discerning consciousness-produced materiality here is easy. Within the heart …

References printed on this page: Aṅ, vol. 1, p. 150.

Dẫn thư in trên trang này: Aṅ, tập 1, tr. 150.

Tâm sinh các nhóm sắc và cách quán sắc do thời tiết sinh / How consciousness produces clusters and how to discern temperature-produced materiality

Miến / Burmese 110

VI

… ngoại trừ tâm tái tục, các tâm thuộc ý giới và ý thức giới sinh nương sắc ý vật trong suốt đời đều có thể sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất do tâm sinh. Mỗi tâm có thể sinh nhiều nhóm sắc, phân bố khắp thân. Hãy chuyên chú vào hữu phần trong sáng và quan sát các nhóm sắc sinh liên tục do các tâm nương sắc ý vật. Nếu chưa rõ, hãy giữ tâm ở hữu phần trong sáng và thử co, duỗi một ngón tay. Hãy quan sát cho rõ các nhóm sắc sinh do tâm muốn co, muốn duỗi, phân bố khắp sáu cửa. Nếu vẫn chưa rõ, hãy chớp mắt nhẹ. Có thể thấy nhiều nhóm sắc do tâm sinh quanh mắt. Hãy hiểu tương tự ở năm cửa còn lại. Các nhóm ấy không trong suốt. Khi phân tích, mỗi nhóm có tám sắc. Hãy xem bảng và nhận biết những sắc chân đế ấy lần lượt ở sáu cửa.

EN

… apart from rebirth-linking consciousness, the consciousnesses belonging to the mind element and mind-consciousness element that arise in dependence on the heart-base throughout life can produce octads with consciousness-produced nutritive essence. Each consciousness can produce many clusters distributed throughout the body. Focus on the clear life-continuum and observe the clusters that arise continuously from consciousness dependent on the heart-base. If this is unclear, keep attention on the clear life-continuum and try bending and straightening a finger. Clearly observe the clusters produced by the wish to bend and straighten, distributed at the six doors. If still unclear, blink gently. You may see many consciousness-produced clusters around the eyes. Understand similarly for the five other doors. These clusters are non-transparent. On analysis each has eight material phenomena. Consult the table and discern those ultimate phenomena at each of the six doors in turn.

VI

Cách quán sắc do thời tiết sinh. “Tattha utu nāma catusamuṭṭhānā tejodhātu, uṇhutu sītutūti evaṃ panesa duvidho hoti.” (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 251.) Ở đây, thời tiết là hỏa đại có bốn nguồn sinh, gồm hai loại là thời tiết nóng và thời tiết lạnh.

EN

How to discern temperature-produced materiality. Tattha utu nāma catusamuṭṭhānā tejodhātu, uṇhutu sītutūti evaṃ panesa duvidho hoti. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.) Here temperature is the fire element of four origins. It is of two kinds, hot temperature and cold temperature.

VI

Hỏa đại có mặt trong các nhóm do nghiệp sinh, như nhóm mười sắc mắt ở sáu cửa, và trong các nhóm do tâm, thời tiết và vật thực sinh, được gọi là thời tiết (utu). Hỏa đại ấy làm sinh những nhóm tám sắc mới có dưỡng chất do thời tiết sinh. Đó là thế hệ con của thời tiết. Trong các nhóm sắc mới ấy…

EN

The fire element present in kamma-produced clusters, such as the eye-decad, at the six doors and in clusters produced by consciousness, temperature and nutriment is called temperature (utu). This fire element produces new octads with temperature-produced nutritive essence. These are the offspring generation of temperature. In those new clusters …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 251.

Các thế hệ sắc do thời tiết sinh / Generations of temperature-produced materiality

Miến / Burmese 111

VI

… cũng có hỏa đại, tức thời tiết. Hỏa đại ấy lại sinh những nhóm tám sắc mới có dưỡng chất do thời tiết sinh. Đó là thế hệ cháu của thời tiết. Cứ như thế, dựa vào các nhân tương ứng là nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực, các nhóm sắc tiếp nối nhiều hay ít thế hệ.

EN

… there is also fire, that is, temperature. This fire element produces further octads with temperature-produced nutritive essence. These are the grandchild generation of temperature. In this way the clusters continue for more or fewer generations according to their respective origins, kamma, consciousness, temperature and nutriment.

VI

Hỏa đại do nghiệp sinh. Nếu hỏa đại là thời tiết có mặt trong các nhóm sắc do nghiệp sinh, chẳng hạn nhóm mười sắc mắt, hỏa đại do nghiệp sinh ấy làm cho các nhóm sắc do thời tiết sinh tiếp nối bốn hoặc năm thế hệ như đã nói.

EN

Kamma-produced fire. When the fire element serving as temperature is found in kamma-produced clusters, such as eye-decads, it produces successive temperature-produced clusters for four or five generations as described above.

VI

(Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 250.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đoạn Pāli về các thế hệ sắc do thời tiết sinh.] Hỏa đại do nghiệp sinh khi đến giai đoạn trụ làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh. Thời tiết trong nhóm này lại sinh một nhóm tám sắc khác. Cứ như thế, bốn hoặc năm thế hệ tiếp nối nhau.

EN

(Visuddhimagga, vol. 2, p. 250.) [The Pāli passage on generations of temperature-produced materiality remains to be transcribed.] On reaching its phase of presence, kamma-produced fire produces an octad with temperature-produced nutritive essence. The temperature in that octad in turn produces another octad. In this way four or five generations follow in succession.

VI

Khi làm sinh sắc như vậy, hỏa đại, tức thời tiết, chỉ có thể sinh các nhóm tám sắc mới khi đến giai đoạn trụ, vì theo quy luật của sắc, đến giai đoạn trụ nó mới có sức. Việc nói sinh tiếp bốn hoặc năm lần ở đây chỉ là cách nói theo sức của dòng sắc tiếp nối.

EN

In producing materiality in this way, the fire element, or temperature, can produce new octads only upon reaching presence, for by the regular course of materiality it gains strength at that phase. The four or five successive productions are stated according to the strength of the continuing material process.

VI

(Đại sớ giải, tập 2, tr. 401.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm lời Sớ giải về sức tiếp nối của các nhóm sắc.]

EN

(Mahāṭīkā, vol. 2, p. 401.) [Subcommentary transcription on the strength of successive clusters to be checked.]

VI

1. Hỏa đại do nghiệp sinh được nghiệp trợ giúp…

EN

1. Kamma-produced fire is supported by kamma …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 250; Mahāṭīkā, vol. 2, p. 401.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 250; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 401.

Sức hỗ trợ cho hỏa đại và sự sinh sắc bên ngoài / Support for fire and the production of external materiality

Miến / Burmese 112

VI

2. Hỏa đại do tâm sinh được hỗ trợ bởi những tâm thù thắng, như tâm thiền, tâm tu minh sát, tâm đạo và tâm quả.
3. Hỏa đại do thời tiết sinh được hỗ trợ bởi thời tiết thuận hợp.
4. Hỏa đại do vật thực sinh được hỗ trợ bởi dưỡng chất thù thắng, như dưỡng chất cõi trời.

EN

2. Consciousness-produced fire is supported by superior consciousnesses, such as those of jhāna, insight meditation, path and fruition.
3. Temperature-produced fire is supported by favourable temperature.
4. Nutriment-produced fire is supported by superior nutritive essence, such as celestial nutritive essence.

VI

Khi có những hỗ trợ mạnh ấy, (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 252.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm câu dẫn Thanh tịnh đạo.] hãy hiểu rằng dù bên trong hay bên ngoài, thời tiết vẫn có thể làm sinh nhiều nhóm sắc khác nhau nối tiếp.

EN

With such strong support, understand that temperature can give rise to many successive material clusters internally and externally. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 252.) [The Pāli wording of the Visuddhimagga quotation remains to be checked.]

VI

Ở đây, việc sắc sinh bên ngoài bao gồm sắc sinh từ bên trong lan ra ngoài, sắc tiếp tục sinh cho đến giai đoạn thân thành xác chết, và sắc do thời tiết sinh trong những thể phần đã lìa khỏi thân. Sắc sinh ra đến bên ngoài còn gồm những nhóm tám sắc do hỏa đại trong sắc do tâm sinh làm sinh. Những nhóm sắc này xuất hiện nhờ các tâm thù thắng như tâm tu thiền chỉ và tâm tu minh sát. Chúng có thể hiện ra thành ánh sáng thiền chỉ và ánh sáng minh sát ở cả bên trong lẫn bên ngoài.

EN

External production here includes materiality produced within and spreading outside, materiality continuing until the body becomes a corpse, and temperature-produced materiality in parts detached from the body. Materiality produced as far as the exterior also includes octads produced by fire in consciousness-produced materiality. These clusters come about owing to superior consciousnesses such as those of tranquillity and insight meditation. They can appear as the light of tranquillity and the light of insight both internally and externally.

VI

Ghi chú. Dưỡng chất cũng có mặt trong những nhóm tám sắc do hỏa đại của sắc do tâm sinh làm sinh. Khi được lửa do nghiệp sinh và dưỡng chất do vật thực sinh hỗ trợ, dưỡng chất ấy có thể làm sinh những nhóm tám sắc…

EN

Note. Nutritive essence is also found in the octads produced by fire in consciousness-produced materiality. When supported by kamma-produced fire and nutriment-produced nutritive essence, this nutritive essence can produce octads …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 252.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 252.

Hỏa đại do tâm sinh / Consciousness-produced fire

Miến / Burmese 113

VI

… có dưỡng chất do vật thực sinh. Tóm lại, thông thường trong mỗi nhóm sắc, hỏa đại có thể sinh nhóm tám sắc và dưỡng chất cũng có thể sinh sắc. Hãy ghi nhớ như vậy.

EN

… with nutriment-produced nutritive essence. In brief, generally the fire element in a cluster can produce octads, and its nutritive essence can also produce materiality. Remember this.

VI

Trong các nhóm tám sắc do tâm sinh từ những tâm dục giới thông thường nương sắc ý vật, ngoài các tâm tu thiền chỉ và minh sát thù thắng, cũng có hỏa đại, tức thời tiết. Hỏa đại ấy làm sinh những nhóm tám sắc mới có dưỡng chất do thời tiết sinh. Hỏa đại do tâm sinh là thế hệ ông. Hỏa đại trong nhóm sắc do thời tiết sinh là thế hệ con, lại làm sinh những nhóm tám sắc mới do thời tiết sinh. Hỏa đại trong nhóm sắc thế hệ cháu ấy lại làm sinh một nhóm tám sắc do thời tiết sinh. Như vậy, các nhóm sắc tiếp nối hai hoặc ba thế hệ.

EN

Fire, that is, temperature, is also present in the octads produced by ordinary sense-sphere consciousness dependent on the heart-base, apart from the superior consciousnesses of tranquillity and insight. It produces new octads containing temperature-produced nutritive essence. Consciousness-produced fire is the grandparent generation. Fire in its temperature-produced cluster is the offspring generation, and produces another temperature-produced octad. Fire in that grandchild cluster produces another temperature-produced octad in turn. Thus the clusters continue for two or three generations.

VI

“Evaṃ dve tisso vā pavattiyo ghaṭeti.” (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 251.) Như vậy, nó duy trì hai hoặc ba lượt tiếp nối.

EN

Evaṃ dve tisso vā pavattiyo ghaṭeti. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.) In this way it sustains two or three successive occurrences.

VI

Hỏa đại trong các sắc do những tâm tu thiền chỉ ở định chuẩn bị, cận định và an chỉ định, tâm tu minh sát, tâm đạo và tâm quả làm sinh, có thể làm cho các nhóm tám sắc do thời tiết sinh tiếp nối cả bên trong lẫn bên ngoài. Tùy sức tuệ đi cùng tâm tu thiền chỉ và tâm tu minh sát, tùy định mạnh hay yếu…

EN

Fire in materiality produced by tranquillity consciousness at preparatory, access or absorption concentration, by insight consciousness, or by path and fruition consciousness can produce successive temperature-produced octads both internally and externally. According to the strength of the wisdom accompanying tranquillity and insight consciousness and the strength of concentration …

References printed on this page: Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 251.

Sự tiếp nối của sắc do tâm thù thắng sinh / Succession of materiality produced by superior consciousness

Miến / Burmese 114

VI

… chúng tỏa ra nhiều hay ít, rồi sinh nối tiếp nhiều lần.

EN

… they spread to a greater or lesser extent and arise repeatedly in succession.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ lời Sớ giải đầu trang.] Đối với những sắc do tâm sinh ấy, hai hoặc ba lượt tiếp nối được nói theo mức thông thường. Còn những sắc do tâm thù thắng làm sinh thì có thể tiếp nối nhiều lượt do sức mạnh của tâm làm nguồn sinh.

EN

[Full transcription of the opening subcommentary to be checked.] For ordinary consciousness-produced materiality, two or three successive occurrences are stated. Materiality produced by superior consciousness can continue for many occurrences owing to the strength of the consciousness that originates it.

VI

Những tâm tu thiền chỉ, tâm tu minh sát ở mức cao, cùng các tâm đại hành và siêu thế, là những tâm rất thù thắng. Chúng có năng lực lớn. Đặc biệt các tâm đổng lực thuộc thiền chứng hay quả chứng có thể sinh nhiều nhóm sắc trong một thời gian dài. Những sắc do các tâm thù thắng nối tiếp không gián đoạn, trong nhiều phút hay nhiều giờ, sinh ra cũng là những sắc do tâm thù thắng sinh. Do các sắc ấy có sức lan rộng, hỏa đại trong mỗi nhóm có thể làm sinh những sắc do thời tiết sinh, nối tiếp nhiều lần cả trong lẫn ngoài. Hãy nhớ rằng hỏa đại ấy chỉ làm sinh sắc khi đến giai đoạn trụ. (Mahāṭīkā 2,403.)

EN

The consciousnesses of tranquillity and advanced insight, and the exalted and supramundane consciousnesses, are very superior and powerful. In particular, impulsions belonging to jhāna attainment or fruition attainment can produce many material clusters over a long time. Materiality produced by an uninterrupted succession of superior consciousnesses over many minutes or hours is likewise materiality produced by superior consciousness. Since such materiality has the power to spread widely, fire in each cluster can produce temperature-produced materiality for many generations, inside and outside. Remember that this fire produces materiality only when it has reached its phase of presence. (Mahāṭīkā 2,403.)

VI

Ghi chú. Dưỡng chất có mặt trong những nhóm sắc do hỏa đại của sắc do tâm sinh làm sinh cũng có thể sinh các nhóm tám sắc do vật thực sinh ở bên trong, nếu được lửa do nghiệp sinh và dưỡng chất do vật thực sinh hỗ trợ.

EN

Note. Nutritive essence in the clusters produced by fire in consciousness-produced materiality can also produce nutriment-produced octads internally when supported by kamma-produced fire and nutriment-produced nutritive essence.

References printed on this page: Mahāṭīkā, vol. 2, p. 403.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 2, tr. 403.

Hỏa đại trong sắc do vật thực sinh / Fire in nutriment-produced materiality

Miến / Burmese 115

VI

Hỏa đại, tức thời tiết, cũng có trong các nhóm sắc do vật thực sinh, sẽ được trình bày tiếp ở phần sau. Khi đến giai đoạn trụ, hỏa đại do vật thực sinh lại sinh nhóm tám sắc khác do thời tiết sinh. Đó là thế hệ con.

EN

Fire, that is, temperature, is also present in nutriment-produced material clusters, to be explained next. When it reaches its phase of presence, nutriment-produced fire produces another temperature-produced octad. This is the offspring generation.

VI

(Đại sớ giải, tập 2, tr. 403.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm lời Đại sớ giải.] Cách nói số lượt tiếp nối của hỏa đại do vật thực sinh cũng như với vật thực làm duyên. Tùy sự hỗ trợ mà số lượt tiếp nối có thể khác nhau, vì không có một số cố định.

EN

(Mahāṭīkā, vol. 2, p. 403.) [Great Subcommentary transcription to be checked.] The number of successive occurrences for nutriment-produced fire is expressed as in the case of nutriment as condition. The number may differ according to the support available, since it is not fixed.

VI

Hỏa đại trong nhóm sắc do thời tiết sinh thuộc thế hệ con lại sinh nhóm tám sắc khác do thời tiết sinh. Đó là thế hệ cháu. Hỏa đại trong nhóm sắc do thời tiết sinh thuộc thế hệ cháu lại sinh nhóm tám sắc khác, tức thế hệ chắt. Các nhóm có thể nối tiếp như vậy mười hoặc mười hai lượt. Khi được dưỡng chất của thức ăn thù thắng, như dưỡng chất cõi trời, hỗ trợ, hỏa đại có thể sinh các nhóm tám sắc do thời tiết sinh trong thời gian dài hơn.

EN

Fire in the offspring temperature-produced cluster in turn produces another temperature-produced octad. This is the grandchild generation. Fire in the grandchild cluster produces a further octad, the great-grandchild generation. The clusters can continue in this manner for ten or twelve occurrences. When supported by the nutritive essence of superior food, such as celestial nutritive essence, fire can produce temperature-produced octads for a longer time.

VI

Ghi chú. Nếu được lửa do nghiệp sinh và dưỡng chất do vật thực sinh hỗ trợ, dưỡng chất trong những nhóm tám sắc do thời tiết sinh này cũng có thể làm sinh những nhóm tám sắc do vật thực sinh ở bên trong dòng tương tục, khi đến giai đoạn trụ.

EN

Note. If supported by kamma-produced fire and nutriment-produced nutritive essence, the nutritive essence in these temperature-produced octads can also produce nutriment-produced octads within the continuum when it reaches its phase of presence.

VI

Cách quán sắc do vật thực sinh. “Tattha āhāro nāma kabaḷīkāro āhāro.” Ở đây, vật thực là vật thực ăn được. (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 251.)

EN

How to discern nutriment-produced materiality. Tattha āhāro nāma kabaḷīkāro āhāro. Here nutriment means edible food. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.)

References printed on this page: Mahāṭīkā, vol. 2, p. 403; Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 2, tr. 403; Visuddhimagga, tập 2, tr. 251.

Khi nào dưỡng chất làm phận sự của vật thực / When nutritive essence performs the function of nutriment

Miến / Burmese 116

VI

… Dưỡng chất trong sắc có bốn nguồn sinh gọi là vật thực. Tuy nhiên, khi được vo thành miếng rồi nuốt vào, nó làm phận sự vật thực. Theo cách nói ấy, không phải bản thân miếng thức ăn làm phận sự. Dưỡng chất được gọi là vật thực ăn được vì nó có mặt trong thức ăn có thể vo thành miếng và được nuốt vào. (Chú giải Abhidhamma, tập 3, tr. 377; Mūlaṭīkā, tập 3, tr. 190; Anuṭīkā, tập 3, tr. 258.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ các đoạn Pāli Chú giải và Sớ giải ở nửa trên trang.]

EN

… is called nutriment. It performs the function of nutriment only after it has been made into a morsel and swallowed, while it cannot do so outside the body. That is why the text says “edible nutriment” (kabaḷīkāro āhāro) rather than simply “nutriment.” Alternatively, it is called “edible” because it is present in a substance that can be made into a morsel and swallowed. (Abhidhamma Commentary, vol. 3, p. 377.)

“Only after it has been made into a morsel and swallowed” means that it is swallowed together with a substance that is eaten, drunk or otherwise taken in. What is drunk or tasted is, by its nature, also classed as a morsel. (Mūlaṭīkā, vol. 3, p. 190.)

Nutritive essence on its own cannot be swallowed. This is why the text says that it is swallowed together with a substance that is eaten, drunk or otherwise taken in. In the case of food to be chewed or eaten, what is eaten may be taken as edible in morsels. The words “what is drunk, pe, is also classed as a morsel” extend the description to liquids and the other items covered by the abbreviated passage. Alternatively, the statement is to be understood as applying to the usual case. (Anuṭīkā, vol. 3, p. 258.)

VI

Dưỡng chất có mặt trong từng loại nhóm sắc, tức nhóm do nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực sinh, gọi là vật thực (āhāra). Tuy dưỡng chất có mặt trong sắc do cả bốn nguồn sinh đều gọi là vật thực, nó chỉ thực hiện phận sự sinh sắc do vật thực sinh khi có sự hỗ trợ từ thức ăn có thể ăn, nhai, uống, nếm, như một miếng cơm. Khi thức ăn ấy còn ở ngoài thân, dưỡng chất có bốn nguồn sinh chưa thể thực hiện phận sự làm sinh sắc do vật thực sinh. Vì vậy, trong Paṭṭhāna, Đức Phật không chỉ nói “vật thực” mà nói “vật thực ăn được” (kabaḷīkāra āhāra). (Paṭṭhāna, tập 1, tr. 7; Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 251; Chú giải Abhidhamma, tập 3, tr. 377.)

EN

The nutritive essence (ojā) present in each kind of material cluster, whether produced by kamma, consciousness, temperature or nutriment, is called nutriment (āhāra). Although the nutritive essence in materiality of all four origins is called nutriment, it performs the function of producing nutriment-produced materiality only after something edible, chewable, drinkable or lickable, such as a morsel of rice, has been brought to the mouth and swallowed. As long as that food or drink remains outside the body, the nutritive essence of the four origins cannot perform this function. For this reason, in the Paṭṭhāna the Buddha used the expression “edible nutriment” (kabaḷīkāro āhāro). (Paṭṭhāna, vol. 1, p. 7; Visuddhimagga, vol. 2, p. 251; Abhidhamma Commentary, vol. 3, p. 377.)

Dẫn thư in trên trang này: Abhi-ṭṭha, tập 3, tr. 377; Mūlaṭīkā, tập 3, tr. 190; Anuṭīkā, tập 3, tr. 258; Paṭṭhāna, tập 1, tr. 7; Visuddhimagga, tập 2, tr. 251.

Tên gọi vật thực ăn được và sắc trong thức ăn / The name “edible nutriment” and materiality in food

Miến / Burmese 117

VI

Nói theo cách khác, tuy dưỡng chất không phải thứ có thể tự nó được vo thành miếng, nó nương trong thức ăn có thể vo thành miếng và ăn được. Khi được vật thực hỗ trợ, dưỡng chất có thể làm phận sự sinh sắc do vật thực sinh. Bởi thế dưỡng chất trong sắc có bốn nguồn sinh được gọi là vật thực ăn được. Ý nghĩa là tên gọi ấy chỉ dưỡng chất nương trong thức ăn có thể ăn được. Vì dưỡng chất có bốn nguồn sinh có mặt trong thức ăn có thể vo thành miếng để ăn, tên “vật thực ăn được” của thức ăn là chỗ nương được chuyển sang dưỡng chất nương vào nó. Đây là cách chuyển tên theo chỗ nương (ṭhānūpacāra). (Chú giải Abhidhamma, tập 3, tr. 377.)

EN

To put it another way, nutritive essence cannot itself be made into a morsel, but it is present in food that can be made into a morsel and eaten. With the support of food it can perform the function of producing nutriment-produced materiality. Hence the nutritive essence in materiality of the four origins is called edible nutriment. This name denotes the nutritive essence that depends on edible food. The name of its support is applied to what depends on that support, a figurative usage based on the locus (ṭhānūpacāra). (Abhidhamma Commentary, vol. 3, p. 377.)

VI

(Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 223.) [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ câu Pāli.] Thức ăn trong dạ dày, phân, mủ và nước tiểu. Trong bốn thể phần này, sắc có thời tiết làm nguồn sinh hiện rõ hơn cả, theo Chú giải.

EN

Food in the stomach, feces, pus and urine: in these four bodily parts, materiality originating from temperature is predominant, according to the commentary. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 223.)

VI

Theo lời giải thích ấy, bốn thể phần là thức ăn mới, thức ăn cũ, mủ và nước tiểu đều là tập hợp các sắc do thời tiết sinh, tức các nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh. Thức ăn ăn được là tập hợp những nhóm như vậy. Dưỡng chất trong các nhóm ấy là vật thực. Dưỡng chất không thể tự nó được vo thành miếng để ăn, không tách khỏi các sắc cùng nhóm. Chỉ tập hợp nhiều nhóm sắc do thời tiết sinh…

EN

According to that explanation, these four parts are collections of temperature-produced materiality, that is, temperature-produced octads containing nutritive essence. Edible food is a collection of such clusters. Their nutritive essence is nutriment. It cannot be made into a morsel by itself, apart from the other material phenomena in the cluster. Only a collection of many temperature-produced clusters …

Dẫn thư in trên trang này: Abhi-ṭṭha, tập 3, tr. 377; Visuddhimagga, tập 2, tr. 223.

Thức ăn không di chuyển dưới dạng các sắc chân đế / Food does not move as ultimate material phenomena

Miến / Burmese 118

VI

… mới có thể được vo thành miếng và ăn. Do đó Đức Phật dạy gọi dưỡng chất ấy là vật thực ăn được. Cách giải thích này vẫn dùng ngôn ngữ quy ước. Dưới đây giải thích thêm.

EN

… can be made into a morsel and eaten. The Buddha accordingly called that nutritive essence edible nutriment. This explanation still employs conventional language. The point is explained further below.

VI

Dù thức ăn mới còn trên mâm, trong bát, đã nằm trong dạ dày, hoặc đang được nhai trong miệng, hãy chuyên chú nhận biết bốn đại có mặt trong thể phần ấy. Chỉ những hạt nhóm sắc hiện ra. Những nhóm sắc ấy, hay các pháp sắc trong chúng, vừa sinh lên liền diệt rất nhanh ngay tại chỗ sinh.

EN

Whether the newly eaten food is still on a plate or in a bowl, has reached the stomach, or is being chewed in the mouth, attend closely to the four elements in it. Only particles in the form of material clusters appear. These clusters, or the material phenomena in them, cease very quickly where they arise.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ câu dẫn ở giữa trang.] Nói “đến” là theo cách nói quy ước, vì sắc sinh ở chỗ nào thì diệt ngay tại đó, không đi sang chỗ khác.

EN

To say that materiality “comes” is conventional usage. It ceases where it arises and does not go elsewhere. (Anuṭīkā, vol. 1, p. 162.)

VI

Theo lời giải thích ấy, các sắc chân đế diệt ngay tại nơi sinh, không có khả năng chuyển từ nơi này sang nơi khác. Vì vậy, các nhóm tám sắc do thời tiết sinh trong bát hay trên mâm không chuyển vào miệng. Các nhóm có mặt trong miệng cũng không chuyển xuống dạ dày để tồn tại thành thể phần thức ăn mới. Chúng không sống lâu đến mức di chuyển như vậy. Khi đủ tuổi thọ là mười bảy sát-na tâm, chúng diệt. Tuy nhiên, trong mỗi nhóm tám sắc do thời tiết sinh ấy đều có hỏa đại, tức thời tiết. Hỏa đại ấy…

EN

As this explanation shows, ultimate material phenomena cease where they arise and cannot move from one place to another. Thus the temperature-produced octads on the plate or in the bowl do not move into the mouth, and those in the mouth do not move to the stomach to remain there as newly eaten food. They do not last long enough to do that. They cease after a lifespan of seventeen mind-moments. Yet every such temperature-produced octad contains the fire element, or temperature. That fire element …

Dẫn thư in trên trang này: Anuṭīkā, tập 1, tr. 162.

Sự tiếp nối của sắc trong thức ăn / The succession of materiality in food

Miến / Burmese 119

VI

… thường có khả năng làm sinh những nhóm sắc mới. Chừng nào sự trợ giúp của hỏa đại do thời tiết sinh chưa cạn, dù ở trong đĩa, trong bát, trong miệng hay trong dạ dày, các nhóm sắc cứ sinh liên tục trước sau. Xét theo các pháp chân đế, các nhóm tám sắc do thời tiết sinh ấy không thể thực sự được vo thành miếng, ăn hay nuốt như cách gọi một miếng cơm. Do đó các vị thầy xưa giải thích rằng “vật thực ăn được” là dưỡng chất nương trong thứ có thể vo thành miếng để ăn, dù bản thân dưỡng chất không thể được vo thành miếng. Theo lời giải thích ấy, dưỡng chất riêng lẻ trong nhóm sắc do thời tiết sinh không thể ăn được, và tập hợp các nhóm sắc chân đế ấy cũng không phải một vật thực có thể ăn hay nuốt theo nghĩa chân đế. Cái được gọi là thức ăn có thể ăn, nuốt là khối liên tục của các thế hệ sắc do hỏa đại trong các nhóm ấy làm sinh. Đó là cách gọi theo sự thật quy ước.

EN

… ordinarily has the capacity to produce new material clusters. As long as the support of temperature-produced fire has not run out, clusters arise in succession, whether on the plate, in the bowl, in the mouth or in the stomach. Viewed as ultimate phenomena, these temperature-produced octads cannot literally be shaped, eaten or swallowed as one speaks of a morsel of rice. The teachers of old accordingly explain edible nutriment as the nutritive essence present in what can be made into a morsel and eaten, although the essence itself cannot be shaped. On this explanation, neither the individual nutritive essence in a temperature-produced cluster nor the collection of such ultimate phenomena can be eaten or swallowed in the ultimate sense. What we call edible food is the continuous mass of successive generations of materiality produced by the fire element in these clusters. This is a description in terms of conventional truth.

VI

Các nhóm tám sắc do thời tiết sinh được gọi là thể phần thức ăn mới cũng chỉ là các sắc luôn sinh mới do hỏa đại trong từng nhóm sắc, như đã giải thích. Chúng chỉ là những sắc nối tiếp sinh lên do hỏa đại, tức một trong bốn sắc đại chủng. Các vị thầy xưa gọi sự sinh như vậy là sinh nối tiếp, do các đại liên tục tác động. Khi tu tập đề mục sắc, đặc biệt khi quán sắc do tâm, thời tiết và vật thực sinh…

EN

The temperature-produced octads conventionally called newly eaten food are continually produced anew by the fire element in each cluster, as explained above. They arise successively from fire, one of the four great elements. The teachers of old call this successive arising through the ongoing operation of the elements. In meditation on materiality, particularly in discerning materiality produced by consciousness, temperature and nutriment …

Vật thực làm duyên cho sắc / Nutriment as a condition for materiality

Miến / Burmese 120

VI

… điều đặc biệt cần thiết là thấy sâu sự sinh nối tiếp do các đại tác động như thế. Để giúp thấy được điều ấy, dưới đây dẫn Kinh, Chú giải và Sớ giải. Hãy cố hiểu nghĩa của những đoạn này.

EN

… it is particularly important to see this successive arising through the operation of the elements in depth. To help make this clear, passages from the canonical text, commentary and subcommentary follow. Make an effort to understand their meaning.

VI

[CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ các đoạn Pāli Paṭṭhāna, Chú giải và Sớ giải ở trang này.]

EN

References printed for these passages: Paṭṭhāna, vol. 1, pp. 7 and 156; Visuddhimagga, vol. 2, pp. 170 and 80; Mahāṭīkā, vol. 2, pp. 282 and 104. The full Pāli transcription remains to be checked.

VI

Trong bốn vật thực trợ giúp các sắc bằng cách nâng đỡ, ở đây nói về vật thực ăn được. Vật thực ăn được làm duyên vật thực cho thân này. Vật thực bên trong làm duyên vật thực cho các sắc do vật thực sinh và các sắc trong chính nhóm của nó. Theo lời giải thích trong Thanh tịnh đạo, ở phần câu hỏi Paṭṭhāna cũng nói vật thực làm duyên vật thực cho các sắc do vật thực sinh, cho thân và cho các uẩn. [CHƯA XÁC MINH: phạm vi của các danh từ trong câu dẫn thứ hai.]

EN

Of the four nutriments, the one discussed here as supporting materiality is edible nutriment. It conditions this body by way of nutriment condition. Internal nutriment conditions materiality produced by nutriment and the material phenomena in its own cluster. The Visuddhimagga explains that the Questions section of the Paṭṭhāna also speaks of nutriment conditioning nutriment-produced materiality, the body and the aggregates. The exact scope of the terms in the second quotation remains to be checked.

VI

Trong Chú giải, lời “trợ giúp các sắc” được nói vì vật thực có tính nâng đỡ. Vật thực ăn được có đặc tính là dưỡng chất (ojā). Dưỡng chất là phần tinh của vị có mặt trong thức ăn đã vào dạ dày. Nó là sắc nương vào các đại và có phận sự nâng đỡ. “Ăn được” là vì có thể làm thành miếng rồi nuốt vào. Theo cách nói quy ước, vật thực là thứ chúng sinh ăn, nhai, uống, nếm. Khi được vật thực bên ngoài làm duyên, vật thực bên trong làm sinh sắc. Chính nó làm duyên vật thực cho sắc, nên nói là sắc do vật thực sinh. Vì nó nâng đỡ thân bằng cách làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất, và vì dưỡng chất cũng thực hiện phận sự vật thực đối với các sắc cùng nhóm, nên có lời giải thích về duyên vật thực.

EN

The commentary says that nutriment supports material phenomena because its nature is to sustain. Edible nutriment has nutritive essence (ojā) as its characteristic. This essence is the extract of the taste present in food that has entered the stomach. It is materiality dependent on the great elements and has the function of sustaining. It is called edible because it can be made into a morsel and swallowed. Conventionally, nutriment is what beings eat, chew, drink or taste. With external nutriment as its condition, internal nutriment produces materiality. It conditions that materiality by way of nutriment condition, so the materiality is called nutriment-produced. It supports the body by producing nutritive octads, and the nutritive essence also functions as nutriment for the other material phenomena in its own cluster. This is the explanation of nutriment condition.

Dẫn thư in trên trang này: Paṭṭhāna, tập 1, tr. 7; Paṭṭhāna, tập 1, tr. 156; Visuddhimagga, tập 2, tr. 170; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 282; Visuddhimagga, tập 2, tr. 80; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 104.

Vật thực làm duyên cho sắc (tiếp) / Nutriment as a condition for materiality, continued

Miến / Burmese 121

VI

Trong đoạn này, vật thực là đoàn thực (kabaḷīkārāhāra). Sắc do vật thực sinh là các sắc phát sinh từ dưỡng chất đã đạt đến giai đoạn trụ, nhờ lấy sắc do nghiệp sinh trong thân làm duyên. Đó là nhóm tám sắc có dưỡng chất, hư không giới, tính nhẹ, tính mềm, tính thích ứng, sự sinh khởi và sự tiếp nối. Vật thực duyên là các sắc được sinh theo lời "Đoàn thực làm duyên cho thân này bằng vật thực duyên".

EN

Here nutriment means edible nutriment (kabaḷīkārāhāra). Nutriment-produced materiality arises from nutritive essence that has reached its phase of presence, with kamma-produced materiality in the body as a condition. It comprises the nutritive octad, the space element, lightness, malleability, wieldiness, production and continuity. These are the material phenomena meant in the statement that edible nutriment conditions this body by way of nutriment condition.

VI

Trong các sắc do vật thực sinh, dưỡng chất ở giai đoạn trụ lại sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất. Dưỡng chất trong những nhóm ấy lại sinh tiếp theo mười hoặc mười hai lượt. Vật thực chim mái ăn nuôi phôi trong trứng. Dưỡng chất cũng nuôi dưỡng trứng và phôi đang phát triển. Vật thực người mẹ ăn lan vào thân thai nhi và làm sinh sắc. Vật thực được thoa lên thân cũng làm sinh sắc. Dưỡng chất do nghiệp sinh gọi là vật thực được chấp thủ (upādinnakāhāra). Khi đến giai đoạn trụ, nó làm sinh sắc, và dưỡng chất trong các nhóm sắc ấy lại tiếp nối năm hoặc sáu lượt. [CHƯA XÁC MINH: phiên âm nguyên đoạn Pāli và chi tiết câu về trứng.]

EN

In nutriment-produced materiality, nutritive essence at its phase of presence produces a further nutritive octad. The essence in the ensuing clusters produces ten or twelve successive generations. Food eaten by a hen nourishes the developing egg and its embryo. Food eaten by a mother spreads to the fetus and produces materiality. Nutriment applied to the body also produces materiality. Kamma-produced nutritive essence is called clung-to nutriment (upādinnakāhāra). On reaching its phase of presence it produces materiality, and the nutritive essence in the ensuing clusters produces five or six successive generations. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.) The complete Pāli transcription and the detail concerning the egg remain to be checked.

VI

Lời Sớ giải "nhờ lấy sắc do nghiệp sinh được chấp thủ làm duyên" cho thấy dưỡng chất không được chấp thủ không tự làm nhiệm vụ nuôi sắc nếu thiếu duyên ấy. "Trong các sắc ấy, đã đạt đến giai đoạn trụ" liên hệ với khả năng hỗ trợ của hỏa đại do nghiệp sinh. Sự phân biệt giữa vật thực được chấp thủ và không được chấp thủ đã được nêu ở trước. Để làm rõ trường hợp vật thực không được chấp thủ trong vật thực duyên, bản văn nói tiếp về dưỡng chất do nghiệp sinh. [CHƯA XÁC MINH: phiên âm và mạch cú pháp của lời Sớ giải.]

EN

The subcommentary's phrase "with clung-to kamma-produced materiality as a condition" shows that nutriment which is not clung to cannot perform this sustaining function by itself in the absence of that condition. The phrase "in those material phenomena, having reached the phase of presence" relates to the support of kamma-produced fire. The distinction between nutriment clung to and not clung to was explained earlier. To clarify nutriment that is not clung to in this account of nutriment condition, the text next discusses kamma-produced nutritive essence. (Mahāṭīkā, vol. 2, p. 403.) The precise syntax of the Pāli passage remains to be checked.

VI

Sau đây là cách quán, trình bày theo ý chính của Chánh văn, Chú giải và Sớ giải vừa dẫn.

EN

The practical method follows, based on the substance of the canonical passage, commentary and subcommentary just cited.

VI

Như đã giải thích, thức ăn mới được nuốt cùng với những pháp sắc trong các nhóm, dù có vo thành miếng hay không, hiện diện trong dạ dày với tên gọi "thể phần thức ăn mới"…

EN

As explained, newly eaten food is swallowed together with the material phenomena in its clusters, whether or not it has been formed into a morsel. In the stomach it is conventionally called the bodily part consisting of newly eaten food …

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 251; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 403.

Dưỡng chất trong thức ăn mới / Nutritive essence in newly eaten food

Miến / Burmese 122

VI

…chỉ là tập hợp các nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh, liên tục sinh tiếp mà chưa lan khắp thân. Dưỡng chất trong các nhóm này là dưỡng chất do thời tiết sinh. Chính dưỡng chất ấy được gọi trực tiếp là đoàn thực.

EN

… and consists of successive temperature-produced nutritive octads which have yet to spread throughout the body. Their nutritive essence is temperature-produced. This very essence is directly called edible nutriment.

VI

Dưỡng chất vi tế trong các nhóm sắc được gọi là đoàn thực ấy, khi được lửa tiêu hóa trợ giúp, sẽ sinh một nhóm tám sắc có dưỡng chất khác. Lửa tiêu hóa là hỏa đại do nghiệp sinh có trong các nhóm chín sắc mạng quyền tại vùng chung quanh dạ dày, tức lửa do nghiệp làm nguồn sinh. Các nhóm sắc mới này là nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh, phát sinh nhờ dưỡng chất do thời tiết sinh. Đoàn thực đã nuốt là dưỡng chất do thời tiết sinh, còn các nhóm vừa sinh là sản phẩm trực tiếp của dưỡng chất ấy.

EN

When supported by digestive fire, the subtle nutritive essence in the clusters called edible nutriment produces another nutritive octad. Digestive fire is kamma-produced fire, the fire element in the life-faculty nonads around the stomach. The new clusters are nutriment-produced nutritive octads arising from temperature-produced nutritive essence. The edible nutriment swallowed is temperature-produced nutritive essence, and the new clusters are its direct products.

VI

Khi số nhóm sắc do thời tiết sinh mang tên “thể phần thức ăn mới”, tức số dưỡng chất do thời tiết sinh, càng nhiều thì số nhóm tám sắc do vật thực sinh cũng có thể càng nhiều theo cách giải thích vừa nêu. Theo cách nói quy ước, chúng lan đi như chất bổ. Theo chân đế, những nhóm sắc liên tục sinh tiếp, lan khắp thân, đến cả sáu cửa. Dưỡng chất có trong các nhóm sắc do vật thực sinh ấy là đoàn thực đã đạt đặc tướng của dưỡng chất, theo câu Chú giải “Ojālakkhaṇo kabaḷīkāro āhāro” (đoàn thực có đặc tướng là dưỡng chất).

EN

The more temperature-produced clusters there are in what is called newly eaten food, and hence the more temperature-produced nutritive essence, the more nutriment-produced octads can arise as explained. Conventionally, they spread as nourishment. In ultimate terms, clusters arise in uninterrupted succession and spread throughout the body, reaching all six doors. The nutritive essence in these nutriment-produced clusters is edible nutriment that has acquired the characteristic of nutritive essence, in the words of the commentary, “Ojālakkhaṇo kabaḷīkāro āhāro,” edible nutriment has nutritive essence as its characteristic.

Dưỡng chất có đặc tướng của đoàn thực / Nutritive essence with the characteristic of edible nutriment

Miến / Burmese 123

VI

“Đạt đặc tướng của dưỡng chất” có nghĩa chỉ dưỡng chất trong các nhóm tám sắc do vật thực sinh ấy mới có thể làm pháp trợ theo sức của vật thực duyên (āhārapaccaya), khiến dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh, cũng được gọi là đoàn thực, sinh thêm các nhóm tám sắc có dưỡng chất. Dưỡng chất do thời tiết sinh trong các nhóm tám sắc tạo thành thể phần thức ăn mới ban đầu thì…

EN

To acquire the characteristic of nutritive essence means that only the essence in these nutriment-produced octads can act as a conditioning phenomenon by the power of nutriment condition (āhārapaccaya). It thereby enables the essence of the four origins, also called edible nutriment, to generate more nutritive octads. As for the temperature-produced nutritive essence in the octads initially constituting newly eaten food …

VI

1. Đối với dưỡng chất do nghiệp sinh trong các nhóm sắc do nghiệp sinh.
2. Đối với dưỡng chất do tâm sinh trong các nhóm sắc do tâm sinh.
3. Đối với dưỡng chất do thời tiết sinh trong các nhóm sắc do thời tiết sinh.
4. Đối với dưỡng chất do vật thực sinh ở nhóm khác, tức dưỡng chất có trong những sắc do vật thực sinh mà dưỡng chất thuộc các nhóm sắc do thời tiết sinh đã được nuốt làm phát sinh.

EN

1. With respect to kamma-produced nutritive essence in kamma-produced clusters.
2. With respect to consciousness-produced nutritive essence in consciousness-produced clusters.
3. With respect to temperature-produced nutritive essence in temperature-produced clusters.
4. With respect to nutriment-produced nutritive essence in other clusters, namely the essence in nutriment-produced materiality generated by the essence in the temperature-produced clusters that were swallowed.

VI

…đối với dưỡng chất thuộc cả bốn nguồn sinh ấy, nó không thể trợ bằng sức vật thực duyên, không thể làm chỗ nương nâng đỡ. Dưỡng chất do thời tiết sinh trong các nhóm tạo thành thể phần thức ăn mới ban đầu, nhờ được lửa tiêu hóa do nghiệp sinh hỗ trợ, chỉ có sức sinh (janaka) để làm phát sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất mới. Các nhóm sắc xuất hiện nhờ sức sinh ấy gọi là nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh.

EN

… it cannot support the nutritive essence of any of these four origins by way of nutriment condition or serve as its sustaining support. The temperature-produced essence in the clusters initially constituting newly eaten food, when supported by kamma-produced digestive fire, has only the productive capacity (janaka) to generate new nutritive octads. The clusters that arise through this capacity are called nutriment-produced nutritive octads.

VI

Dưỡng chất trong mỗi nhóm sắc do vật thực sinh nương vào các sắc đại chủng cùng nhóm mà sinh. Trước khi lan vào thân dưới dạng những nhóm sắc do vật thực sinh, nó không nương vào bốn đại ở một nhóm riêng thuộc những nhóm tám sắc do thời tiết sinh làm thành thể phần thức ăn mới. Chỉ dưỡng chất trong những nhóm sắc do vật thực sinh đã lan vào thân như chất bổ…

EN

The nutritive essence in each nutriment-produced cluster arises in dependence on the great elements of that same cluster. Prior to spreading through the body as nutriment-produced clusters, it does not arise in dependence on the four elements in a separate octad among the temperature-produced octads that constitute newly eaten food. Only the nutritive essence in those nutriment-produced clusters that have spread through the body as nourishment …

Dưỡng chất trợ giúp và dưỡng chất được trợ giúp / Supporting and supported nutritive essence

Miến / Burmese 124

VI

...mới trợ giúp được cho:

EN

... can support the following:

VI

1. Dưỡng chất do nghiệp sinh trong các nhóm sắc do nghiệp sinh.
2. Dưỡng chất do tâm sinh trong các nhóm sắc do tâm sinh.
3. Dưỡng chất do thời tiết sinh trong các nhóm sắc do thời tiết sinh.
4. Dưỡng chất do vật thực sinh trong những nhóm sắc do vật thực sinh khác.

EN

1. Kamma-produced nutritive essence in kamma-produced material clusters.
2. Consciousness-produced nutritive essence in consciousness-produced material clusters.
3. Temperature-produced nutritive essence in temperature-produced material clusters.
4. Nutriment-produced nutritive essence in other nutriment-produced material clusters.

VI

Nó làm pháp trợ cho dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh ấy bằng sức vật thực duyên, nâng đỡ để các nhóm tám sắc có dưỡng chất mới sinh tiếp theo từng đợt. Chỉ khi đến giai đoạn trụ và được dưỡng chất do vật thực sinh nâng đỡ, dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh ấy mới có thể làm sinh các nhóm mới.

EN

It acts as a conditioning phenomenon for nutritive essence of these four origins by way of nutriment condition, sustaining successive generations of new nutritive octads. Only on reaching its phase of presence and receiving the support of nutriment-produced nutritive essence can the essence of the four origins produce new clusters.

VI

Hãy ghi nhớ rằng ở đây có hai loại nhóm sắc do vật thực sinh. Vì có hai loại nhóm, dưỡng chất do vật thực sinh cũng có hai loại, gồm loại trợ giúp và loại được trợ giúp. Dưỡng chất làm nhiệm vụ trợ giúp có trong các nhóm tám sắc do vật thực sinh do dưỡng chất do thời tiết sinh trong thể phần thức ăn mới làm phát sinh, như đã nói trên. Dưỡng chất được trợ giúp là dưỡng chất đã đến giai đoạn trụ và đã sinh từ một dưỡng chất khác, tức dưỡng chất do vật thực sinh thuộc nhóm khác với loại có nhiệm vụ trợ giúp. Dưỡng chất sinh từ vật thực khác ấy, cùng với dưỡng chất do nghiệp, tâm và thời tiết sinh, đều được loại dưỡng chất trợ giúp nói trên nâng đỡ bằng sức vật thực duyên. Chỉ khi được nâng đỡ bằng sức ấy...

EN

Remember that two kinds of nutriment-produced clusters are involved here. Accordingly, nutriment-produced nutritive essence is of two kinds, supporting and supported. The supporting essence occurs in nutriment-produced octads generated by temperature-produced nutritive essence in newly eaten food, as explained above. The supported essence has reached its phase of presence and was produced by another nutritive essence. It is nutriment-produced nutritive essence in a cluster distinct from the one performing the supporting function. It is sustained by the supporting essence by way of nutriment condition, as are the essences produced by kamma, consciousness and temperature. Only when sustained by this power …

Vật thực bên ngoài và vật thực bên trong / External nutriment and internal nutriment

Miến / Burmese 125

VI

…dưỡng chất do nghiệp, tâm và thời tiết sinh, cùng với dưỡng chất sinh từ một vật thực khác, mới có thể liên tục sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất mới. Chính loại dưỡng chất do vật thực sinh có nhiệm vụ nâng đỡ cũng phải nhờ dưỡng chất do thời tiết sinh trong những nhóm tám sắc của thể phần thức ăn mới, với sự hỗ trợ của lửa tiêu hóa do nghiệp sinh, trực tiếp làm phát sinh bằng sức sinh (janakasatti, hay sức vật thực duyên làm sinh). Dưỡng chất do thời tiết sinh đó, hoặc các sắc do thời tiết sinh có chứa nó, được gọi là vật thực bên ngoài (bāhira-āhāra). Chính vì ý nghĩa này, bản văn nói:

EN

… can kamma-, consciousness- and temperature-produced nutritive essence, together with essence produced by another nutriment, generate new nutritive octads in succession. The supporting nutriment-produced essence must itself be directly generated by the productive power (janakasatti) of temperature-produced essence in the octads of newly eaten food, with the assistance of kamma-produced digestive fire. That productive power is the productive aspect of nutriment condition. This temperature-produced essence, or the temperature-produced materiality containing it, is called external nutriment (bāhira-āhāra). It is in this sense that the text says:

VI

“Chỉ khi có được vật thực bên ngoài làm duyên, vật thực bên trong mới làm sinh sắc.” [CHƯA XÁC MINH: phiên âm đầy đủ câu Sớ giải.]

EN

“Only with external nutriment as a condition does internal nutriment produce materiality.” (Mahāṭīkā, vol. 2, p. 104.)

VI

Ý của lời giải thích là phải có vật thực bên ngoài làm điều kiện thì vật thực bên trong mới có thể sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất. Vật thực bên trong ở đây là dưỡng chất do nghiệp, tâm và thời tiết sinh, và dưỡng chất do vật thực sinh thuộc nhóm khác, do một vật thực khác làm sinh.

EN

The meaning is that internal nutriment can produce nutritive octads only with external nutriment as a condition. Internal nutriment here comprises nutritive essence produced by kamma, consciousness and temperature, and nutriment-produced essence in other clusters generated by another nutriment.

VI

Dưỡng chất do vật thực sinh từ một vật thực khác (aññāhārasamuṭṭhita-āhāra-ojā). Dưỡng chất do vật thực sinh đã đến giai đoạn trụ, do dưỡng chất của một nhóm khác làm phát sinh như giải thích ở trên, và dưỡng chất do vật thực sinh nhờ dưỡng chất trong các nhóm tám sắc do thời tiết sinh thuộc thể phần thức ăn mới mà hành giả vừa ăn, đều được gọi là vật thực bên trong. Còn các sắc do thời tiết sinh làm thành thể phần thức ăn mới, dù ở trong dạ dày hay trong ruột…

EN

Nutritive essence produced by another nutriment (aññāhārasamuṭṭhita-āhāra-ojā). Nutriment-produced essence that has reached its phase of presence and was generated by essence in another cluster, as just explained, and nutriment-produced essence generated by the essence in the temperature-produced octads of the food the meditator has just eaten are both called internal nutriment. As for the temperature-produced material phenomena constituting newly eaten food, whether they are in the stomach or in the intestines …

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 2, tr. 104.

Vật thực bên ngoài trợ cho vật thực bên trong / External nutriment supports internal nutriment

Miến / Burmese 126

VI

…chỉ được gọi là vật thực bên ngoài. Chỉ dưỡng chất do vật thực sinh trong các nhóm tám sắc mà dưỡng chất do thời tiết sinh, tức vật thực bên ngoài, làm phát sinh nhờ được lửa tiêu hóa do nghiệp sinh nâng đỡ, mới được gọi là vật thực bên trong. Chỉ khi dưỡng chất thuộc vật thực bên trong này nâng đỡ, dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh mới có thể sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất. Sức sinh các nhóm ấy của vật thực bên trong gắn liền với vật thực bên ngoài. Vì vậy, đối với sự sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất từ vật thực bên trong đã đạt đặc tướng của dưỡng chất, vật thực bên ngoài là điều kiện gần nhất.

EN

… they are called external nutriment. Internal nutriment here refers to the nutriment-produced essence in the octads generated by temperature-produced nutritive essence, the external nutriment, with the support of kamma-produced digestive fire. Only with the support of this internal nutriment can the essence of the four origins produce nutritive octads. The internal nutriment's capacity to generate these clusters depends on the external nutriment. External nutriment is thus the proximate condition for the arising of nutritive octads from internal nutriment that has acquired the characteristic of nutritive essence.

VI

Khi dưỡng chất do thời tiết sinh, gọi là vật thực bên ngoài, làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh, nó cũng chỉ sinh được khi có sự hỗ trợ của lửa tiêu hóa, tức hỏa đại trong sắc do nghiệp sinh được chấp thủ.

EN

When temperature-produced essence, called external nutriment, generates nutriment-produced nutritive octads, it can do so only with the support of digestive fire, the fire element in clung-to kamma-produced materiality.

VI

Các sắc vừa sinh là nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh. Chúng có chứa dưỡng chất đã đạt đặc tướng của dưỡng chất và là sản phẩm trực tiếp của đoàn thực đã ăn, tức dưỡng chất do thời tiết sinh gọi là vật thực bên ngoài. Những nhóm này liên tục sinh tiếp, lan đến cả sáu cửa. Dưỡng chất đã đạt đặc tướng của dưỡng chất trong các nhóm ấy, với sự hỗ trợ của lửa tiêu hóa, có thể liên tục nâng đỡ dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh đã nói trên suốt bảy ngày, dù chỉ ăn một lần. Một lần dùng vật thực bên ngoài, nhờ sự sinh liên tục của các nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh và nhờ lửa tiêu hóa, có thể nâng đỡ dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh trong bảy ngày. (Câu nói "cơm nuôi mạng sống bảy ngày"…

EN

The newly arisen materiality consists of nutriment-produced nutritive octads. They contain essence that has acquired the characteristic of nutritive essence and are directly produced by the edible nutriment that was consumed, namely the temperature-produced essence called external nutriment. These clusters arise in continuous succession and spread to all six doors. The nutritive essence in them, with the support of digestive fire, can sustain the essence of the four origins for seven days even after a single meal. Thus a single intake of external nutriment can sustain the essence of the four origins for seven days through the ongoing production of nutriment-produced nutritive octads and the support of digestive fire. The expression “rice sustains life for seven days” …

Quán trong lúc đang ăn / Discernment while eating

Miến / Burmese 127

VI

…là lời nói bắt nguồn từ đoạn này.) Dưỡng chất của chư thiên cũng có thể nâng đỡ theo cách ấy trong một tuần hoặc hai tuần. Vật thực người mẹ đã ăn lan vào thân thai nhi. Nhờ lửa tiêu hóa trong dòng tương tục của thai nhi nâng đỡ, vật thực ấy có thể làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh trong thân thai nhi. Nhờ lửa tiêu hóa trong dòng tương tục của thai nhi, dưỡng chất ấy lại có thể trợ cho dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh trong dòng tương tục ấy bằng sức vật thực duyên.

EN

… is derived from this passage. Celestial nutritive essence can likewise sustain it for one or two weeks. Nutriment eaten by the mother spreads into the fetus. With the support of digestive fire in the fetal continuum, it can generate nutriment-produced nutritive octads in the fetus. With the support of the same digestive fire, this essence can in turn sustain the nutritive essence of the four origins there by way of nutriment condition.

VI

Vật thực bên ngoài được xoa lên thân cũng chỉ có thể làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh khi được lửa tiêu hóa do nghiệp sinh trong các nhóm chín sắc mạng quyền khắp thân nâng đỡ. Dưỡng chất trong các nhóm tám sắc do vật thực sinh ấy đã đạt đặc tướng của dưỡng chất. Với sự giúp sức của lửa tiêu hóa, nó trợ cho dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh bằng sức vật thực duyên để các nhóm tám sắc có dưỡng chất phát sinh. Vì vậy, cách quán thực tế như sau.

EN

External nutriment rubbed onto the body can likewise generate nutriment-produced nutritive octads only when sustained by kamma-produced digestive fire in the life-faculty nonads throughout the body. The essence in the resulting octads has acquired the characteristic of nutritive essence. With the support of digestive fire, it sustains the essence of the four origins by way of nutriment condition, enabling nutritive octads to arise. The practical method of discernment is as follows.

VI

1. Trong lúc đang ăn uống. Có thể quán ngay lúc đang ăn uống. Vật thực sinh sắc ngay tại các nơi như trong miệng, ở cổ họng, trong dạ dày và trong ruột, rồi những sắc do vật thực sinh ấy có thể lan khắp thân. Hành giả nào có khả năng tăng cường định ngay khi đang ăn uống thì hãy chọn một nơi muốn quán, chẳng hạn trong miệng hay trong dạ dày, rồi hướng đến thức ăn mới tại nơi ấy…

EN

1. While eating or drinking. This may be discerned during the meal itself. Nutriment produces materiality in such places as the mouth, throat, stomach and intestines, and the resulting materiality can spread throughout the body. A meditator who can strengthen concentration while eating or drinking should choose a place to discern, such as the mouth or stomach, and direct attention to the newly eaten food there …

Quán sau khi ăn và ví dụ ở cửa mắt / Discernment after eating and an example at the eye door

Miến / Burmese 128

VI

…và chuyên chú nhận biết bốn đại có mặt trong thức ăn ấy. Khi ấy có thể thấy các hạt nhóm sắc. Hãy quán để thấy bằng trí rằng nhờ lửa tiêu hóa, tức hỏa đại do nghiệp sinh có trong các nhóm chín sắc mạng quyền quanh nơi thể phần thức ăn mới đang được quán, dưỡng chất trong các nhóm sắc do thời tiết sinh làm sinh những nhóm sắc mới nối tiếp nhau, lan rộng khắp thân.

EN

… and discern the four elements present in that food closely. Material clusters may then appear as particles. Discern with knowledge how, with the support of digestive fire, the kamma-produced fire in life-faculty nonads around the food being discerned, the nutritive essence in temperature-produced clusters generates successive new clusters that spread throughout the body.

VI

2. Sau khi ăn uống. Có thể quán sau khi ăn uống, cả khi ngồi thiền. Sau khi tăng cường định từng bước, hãy chuyên chú nhận biết bốn đại trong thể phần thức ăn mới còn trong dạ dày. Các hạt nhóm sắc sẽ hiện ra. (Cũng có thể quán tương tự thể phần thức ăn cũ trong ruột.) Nhờ lửa tiêu hóa nâng đỡ, dưỡng chất trong các nhóm sắc do thời tiết sinh làm sinh những nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh, liên tục nối tiếp và lan khắp thân. Hãy quán để thấy điều ấy bằng trí. Các nhóm sắc ấy có tính đục. Phân tích mỗi nhóm thì có tám pháp sắc. Sau khi thấy bằng trí sự lan tỏa của các nhóm tám sắc do vật thực sinh đến cả sáu cửa, có thể chuyển sang quán lần lượt ở bốn mươi hai thể phần của sáu cửa.

EN

2. After eating or drinking. This may also be discerned during sitting meditation after a meal. Strengthen concentration gradually, then attend closely to the four elements in the newly eaten food still in the stomach. The material clusters will appear as particles. The old food in the intestines can be discerned similarly. Supported by digestive fire, essence in the temperature-produced clusters gives rise to successive nutriment-produced nutritive octads which spread throughout the body. Discern this with knowledge. These clusters are opaque. On analysis there are eight material phenomena in each. Once you discern their spread to all six doors, you can proceed in turn through the forty-two bodily components of the six doors.

VI

Cách quán sắc ở cửa mắt, lấy một trường hợp làm ví dụ. Hành giả hãy tăng cường định từng bước rồi quán để thấy bằng trí rằng các nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh lan tới tận cửa mắt. Hãy dùng trí phân biệt tám pháp sắc…

EN

Discernment at the eye door as an example. Gradually strengthen concentration and discern with knowledge the nutriment-produced nutritive octads spreading as far as the eye door. Discern the eight material phenomena with knowledge …

Dưỡng chất do nghiệp sinh ở cửa mắt / Kamma-produced nutritive essence at the eye door

Miến / Burmese 129

VI

…đến mức thấy được các pháp chân đế. Trong tám pháp sắc ấy, dưỡng chất có khả năng nâng đỡ dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh, tức đã đạt đặc tướng của dưỡng chất, được ghi nhận là dưỡng chất do vật thực sinh.

EN

… until they are discerned as ultimate phenomena. Among these eight, the nutritive essence capable of sustaining essence of the four origins, and hence endowed with the characteristic of nutritive essence, is identified as nutriment-produced nutritive essence.

VI

1. Dưỡng chất do nghiệp sinh. Khi dưỡng chất do nghiệp sinh trong nhóm mười sắc mắt gặp dưỡng chất do vật thực sinh đã lan đến mắt, dưỡng chất do nghiệp sinh ấy được cả dưỡng chất do vật thực sinh và lửa tiêu hóa nâng đỡ. Khi ấy, dưỡng chất do nghiệp sinh trong nhóm mười sắc mắt làm cho các nhóm sắc sinh liên tiếp bốn hoặc năm đợt. Do dưỡng chất trong nhóm mười sắc mắt, một nhóm tám sắc có dưỡng chất sinh lên. Khi dưỡng chất trong nhóm mới đến giai đoạn trụ, được dưỡng chất do vật thực sinh và lửa tiêu hóa nâng đỡ, nó lại làm sinh một nhóm tám sắc có dưỡng chất mới. Như vậy các nhóm sắc sinh nối tiếp bốn hoặc năm lượt.

EN

1. Kamma-produced nutritive essence. When the kamma-produced essence in the eye decad meets nutriment-produced essence that has spread to the eye, it is sustained by both nutriment-produced essence and digestive fire. It then brings about four or five successive generations of material clusters. From the nutritive essence of the eye decad a nutritive octad arises. When the essence in that new cluster reaches its phase of presence, with the same support it produces another nutritive octad. In this way the clusters arise for four or five generations. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.)

VI

Ghi chú. Số lượt có thể ít hay nhiều tùy sức nâng đỡ của nghiệp mạnh hay yếu, vật thực bên ngoài (dưỡng chất) tốt hay kém và các điều kiện khác. Trong các nhóm sắc sinh qua bốn hoặc năm lượt ấy cũng có hỏa đại, tức thời tiết. Hãy ghi nhận rằng khi đến giai đoạn trụ, hỏa đại ấy cũng có thể làm sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh, nối tiếp từng lượt.

EN

Note. The number of generations may be greater or smaller depending on the strength of the supporting kamma, the quality of external nutriment and other conditions. There is also fire, or temperature, in the clusters arising over those four or five generations. Note that, on reaching its phase of presence, that fire can likewise produce successive temperature-produced nutritive octads.

VI

Dưỡng chất trong nhóm mười sắc thân và nhóm mười sắc giới tính cũng hiện diện tại cửa mắt…

EN

Nutritive essence in the body decad and sex decad is also present at the eye door …

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 251.

Dưỡng chất do tâm sinh ở cửa mắt / Consciousness-produced nutritive essence at the eye door

Miến / Burmese 130

VI

…Khi được lửa tiêu hóa và dưỡng chất do vật thực sinh trợ giúp, chúng lần lượt làm sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh. Hỏa đại, tức thời tiết, trong các nhóm sắc này cũng lần lượt làm sinh những nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh. Hãy quán để thấy bằng trí các tiến trình ấy và dùng trí phân biệt từng pháp đến mức thấy được các pháp chân đế.

EN

… When supported by digestive fire and nutriment-produced nutritive essence, these essences successively generate nutriment-produced nutritive octads. Fire, or temperature, in those clusters also successively generates temperature-produced nutritive octads. Discern these processes with knowledge and distinguish each phenomenon until it is seen as an ultimate phenomenon.

VI

2. Dưỡng chất do tâm sinh. Trong mỗi nhóm tám sắc do tâm sinh có mặt ở cửa mắt đều có dưỡng chất. Khi được lửa tiêu hóa và dưỡng chất do vật thực sinh nâng đỡ, dưỡng chất do tâm sinh ấy cũng làm sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh trong hai hoặc ba lượt. Hãy quán để thấy sự sinh liên tiếp hai hoặc ba lượt của các nhóm sắc này.

EN

2. Consciousness-produced nutritive essence. Each consciousness-produced octad present at the eye door contains nutritive essence. When supported by digestive fire and nutriment-produced essence, consciousness-produced essence likewise generates nutriment-produced nutritive octads for two or three generations. Discern the successive arising of the clusters over those two or three generations.

VI

Ở đây, sự sinh các nhóm tám sắc qua hai hoặc ba lượt được giải thích theo sức của các tâm dục giới thông thường, chưa đạt đến các tâm tu tập thiền chỉ và minh sát bậc cao. Do sức của tâm đại hành và tâm siêu thế, các nhóm tám sắc có dưỡng chất có thể sinh nhiều hơn. Điều này do sắc do tâm sinh từ các tâm đại hành và tâm siêu thế có sức lan tỏa lớn hơn và mạnh hơn.

EN

The two or three generations are stated with reference to ordinary sense-sphere consciousness, as distinct from advanced states of tranquillity and insight meditation. Through the power of exalted and supramundane consciousness, more generations of nutritive octads may arise, because the materiality produced by those consciousnesses spreads farther and is more powerful. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 251; Mahāṭīkā, vol. 2, p. 403.)

VI

Ghi chú. Hỏa đại, tức thời tiết, trong các nhóm sắc ấy cũng có thể làm sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh mới. Nếu sắc do tâm sinh từ các tâm mạnh như tâm tu tập thiền chỉ, tâm tu tập minh sát, tâm đạo và tâm quả, hỏa đại trong sắc ấy có thể làm sinh liên tục các nhóm tám sắc do thời tiết sinh ở bên trong và lan cả ra bên ngoài, từng lượt…

EN

Note. Fire, or temperature, in these clusters can also generate new temperature-produced nutritive octads. When materiality is produced by powerful consciousness such as tranquillity, insight, path or fruition consciousness, the fire in it can produce successive generations of temperature-produced octads within the body and extending outside it …

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 251; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 403.

Dưỡng chất do thời tiết sinh ở cửa mắt / Temperature-produced nutritive essence at the eye door

Miến / Burmese 131

VI

…trong một khoảng thời gian dài. Ánh sáng của trí cũng do cảnh sắc trong các nhóm sắc do tâm sinh và do thời tiết sinh ấy trợ giúp.

EN

… for a long time. The light of knowledge is also supported by visible objects in these consciousness-produced and temperature-produced material clusters.

VI

3. Dưỡng chất do thời tiết sinh. Như đã trình bày ở phần quán sắc do thời tiết sinh tại cửa mắt, mỗi nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh phát sinh từ hỏa đại do nghiệp sinh, do tâm sinh, do thời tiết sinh hoặc do vật thực sinh đều có dưỡng chất. Khi được lửa tiêu hóa và dưỡng chất do vật thực sinh nâng đỡ, mỗi dưỡng chất do thời tiết sinh ấy cũng khiến các nhóm sắc sinh nối tiếp đến mười hoặc mười hai lượt. Hãy quán để thấy.

EN

3. Temperature-produced nutritive essence. As explained in the discernment of temperature-produced materiality at the eye door, each temperature-produced nutritive octad arising from fire produced by kamma, consciousness, temperature or nutriment contains nutritive essence. Supported by digestive fire and nutriment-produced essence, each such temperature-produced essence in turn brings about ten or twelve successive generations of clusters. Discern this.

VI

“Dưỡng chất do thời tiết làm nguồn sinh, khi đến giai đoạn trụ, sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất. Dưỡng chất trong đó lại làm cho tiến trình tiếp nối mười hoặc mười hai lượt.” [CHƯA XÁC MINH: phiên âm câu Pāli trong Thanh tịnh đạo.]

EN

“When temperature-originated nutritive essence reaches its phase of presence, it produces a nutritive octad. The nutritive essence in it continues the process for ten or twelve generations.” (Visuddhimagga, vol. 2, p. 252.)

VI

Hành giả hãy quán riêng từng nhóm, theo cách đã trình bày trong các bảng đề mục thiền về sắc.

EN

Discern each kind separately, in accordance with the tables for meditation on materiality.

VI

Ghi chú. Hỏa đại, tức thời tiết, trong các nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh ấy cũng khiến các nhóm sắc sinh nối tiếp đến mười hoặc mười hai lượt.

EN

Note. Fire, or temperature, in these nutriment-produced nutritive octads also brings about ten or twelve successive generations of clusters. (Mahāṭīkā, vol. 2, p. 403.)

VI

4. Dưỡng chất do vật thực sinh. Như đã giải thích, tại cửa mắt các nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh lan rộng nhờ dưỡng chất trong các nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh, thuộc đoàn thực đã ăn. Dưỡng chất đã đạt đặc tướng của dưỡng chất trong các nhóm do vật thực sinh ấy là dưỡng chất…

EN

4. Nutriment-produced nutritive essence. As explained, at the eye door nutriment-produced nutritive octads spread owing to the essence of the temperature-produced nutritive octads in the edible nutriment that was consumed. The essence that has acquired the characteristic of nutritive essence in these nutriment-produced clusters is the nutritive essence …

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 252; Mahāṭīkā, tập 2, tr. 403.

Dưỡng chất do vật thực sinh ở cửa mắt / Nutriment-produced nutritive essence at the eye door

Miến / Burmese 132

VI

…do vật thực sinh. Những nhóm tám sắc ấy sinh liên tục nhờ lửa tiêu hóa nâng đỡ. Vật thực ăn chỉ một lần cũng có sức nâng đỡ để các nhóm sắc do vật thực sinh liên tục sinh suốt bảy ngày. Dưỡng chất trong những nhóm sắc đang liên tiếp sinh ấy, khi được dưỡng chất của một nhóm sắc do vật thực sinh khác nâng đỡ và khi chính nó đã đến giai đoạn trụ, làm sinh liên tiếp các nhóm sắc mới. Số lần ít hay nhiều tùy vào lửa tiêu hóa, tức hỏa đại do nghiệp sinh làm tiêu thức ăn, mạnh hay yếu, và vào dưỡng chất nâng đỡ, tức vật thực bên ngoài đã được ăn, tốt hay kém. “Dasa dvādasa vāre pavattiṃ yāpeti”, nghĩa là khiến các sắc sinh nối tiếp mười hoặc mười hai lượt. Hãy quán để thấy.

EN

… produced by nutriment. These octads arise continuously with the support of digestive fire. Food eaten on just one occasion can sustain the continuous arising of nutriment-produced clusters for seven days. The nutritive essence in these successive clusters, when sustained by the essence of another nutriment-produced cluster and when it has itself reached its phase of presence, produces successive new clusters. Their number depends on the strength of digestive fire, the kamma-produced fire that digests the food, and on the quality of the supporting essence, the external nutriment consumed. “Dasa dvādasa vāre pavattiṃ yāpeti” means that it continues the arising of materiality for ten or twelve generations. Discern this.

VI

Trong đoạn này, dưỡng chất được trợ giúp là dưỡng chất có trong nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh. Dưỡng chất có nhiệm vụ nâng đỡ cũng là dưỡng chất có trong nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh. Cả dưỡng chất làm nhân và dưỡng chất là quả đều là dưỡng chất do vật thực sinh, nhưng thuộc những nhóm sắc khác nhau.

EN

Here the supported nutritive essence belongs to a nutriment-produced nutritive octad. The essence that supports it also belongs to a nutriment-produced nutritive octad. Both the causal essence and the resultant essence are nutriment-produced, but they belong to different clusters.

VI

Ghi chú. Trong mỗi nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh cũng có hỏa đại, tức thời tiết. Hỏa đại ấy cũng có thể làm sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh mới. Hãy quán để thấy.

EN

Note. Every nutriment-produced nutritive octad also contains fire, or temperature. This fire can produce new temperature-produced nutritive octads. Discern this.

Điều cốt yếu cần ghi nhớ / A point to remember

Miến / Burmese 133

VI

Mỗi nhóm sắc nhất thiết có hỏa đại, tức thời tiết, và dưỡng chất. Theo cách đã trình bày, nhờ thời tiết hoặc nhờ dưỡng chất trong mỗi nhóm, khi có sự hỗ trợ của các điều kiện tương ứng, các nhóm sắc sinh tăng thêm từng đôi. Ví dụ, khi phân tích nhóm mười sắc mắt, có mười pháp sắc. Trong số ấy có hỏa đại, tức thời tiết, và dưỡng chất. Khi có sự hỗ trợ của sắc do nghiệp sinh được chấp thủ và khi đến giai đoạn trụ, thời tiết làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh. Cũng vậy, khi được lửa tiêu hóa và dưỡng chất do vật thực sinh nâng đỡ, dưỡng chất đến giai đoạn trụ lại làm sinh một nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh mới. Có thể gọi chúng là các nhóm con.

EN

Every material cluster necessarily contains fire, or temperature, and nutritive essence. As explained, with the appropriate conditions, temperature and nutritive essence in each cluster bring about an increase in clusters in pairs. For example, when the eye decad is analysed, there are ten material phenomena. Among them are fire, or temperature, and nutritive essence. Sustained by clung-to kamma-produced materiality and on reaching its phase of presence, temperature generates a temperature-produced nutritive octad. Likewise, when sustained by digestive fire and nutriment-produced nutritive essence, nutritive essence at its phase of presence generates a new nutriment-produced nutritive octad. These may be called offspring clusters.

VI

Mặt khác, khi phân tích nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh từ hỏa đại trong nhóm mười sắc mắt, thấy có tám pháp sắc. Trong đó lại có hỏa đại và dưỡng chất. Đó là hỏa đại do thời tiết sinh và dưỡng chất do thời tiết sinh. Hỏa đại do thời tiết sinh ấy lại làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh khác khi được sắc do nghiệp sinh được chấp thủ nâng đỡ. Có thể gọi đó là nhóm cháu.

EN

Analysing the temperature-produced nutritive octad generated by fire in the eye decad reveals eight material phenomena. These include fire and nutritive essence. They are temperature-produced fire and temperature-produced nutritive essence. With the support of clung-to kamma-produced materiality, this temperature-produced fire in turn generates another temperature-produced nutritive octad. It may be called a grandchild cluster.

VI

“Gọi là sắc có thời tiết làm nguồn sinh vì thời tiết, nhờ sắc được chấp thủ làm duyên và khi đã đạt đến giai đoạn trụ, làm sinh sắc trong dòng tương tục.” [CHƯA XÁC MINH: phiên âm nguyên câu Pāli trong Thanh tịnh đạo.]

EN

“It is called temperature-originated materiality because temperature, with clung-to materiality as its condition and on reaching its phase of presence, produces materiality in the continuum.” (Visuddhimagga, vol. 2, p. 251.)

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 251.

Điều cần lưu ý về sắc do thời tiết sinh / A point about temperature-produced materiality

Miến / Burmese 134

VI

Lời Sớ giải. Tuy thời tiết có thể sinh sắc ngay cả khi không có sắc được chấp thủ, không có trường hợp nó sinh sắc trong dòng tương tục của một chúng sinh mà hoàn toàn thiếu duyên ấy. Vì vậy mới nói “nhờ sắc được chấp thủ làm duyên”. Do thời tiết thuộc bốn nguồn sinh đều có thể làm sinh sắc, bản văn nói “thời tiết thuộc bốn nguồn sinh”. [CHƯA XÁC MINH: phiên âm và một cụm cú pháp trong câu Sớ giải.]

EN

The subcommentary explains that temperature can produce materiality even in the absence of clung-to materiality. In a being’s continuum, however, it does not produce materiality wholly apart from that condition. Hence the phrase “with clung-to materiality as its condition.” Since temperature of all four origins can produce materiality, the text speaks of temperature of the four origins. (Mahāṭīkā, vol. 2, p. 404.) The full transcription and one syntactic detail remain to be checked.

VI

Ý chính của Chú giải và Sớ giải là như sau. Hỏa đại, gọi là thời tiết, trong mỗi nhóm sắc vẫn có thể làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh khi không có sắc do nghiệp sinh gọi là sắc được chấp thủ. Tuy nhiên, trong thời gian dòng sắc của một chúng sinh còn tiếp diễn, nó không sinh các nhóm ấy nếu tách rời sắc do nghiệp sinh được chấp thủ. Trường hợp hỏa đại, tức thời tiết, làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh trong điều kiện hoàn toàn thiếu sắc do nghiệp sinh được chấp thủ không phải là trường hợp đang được giải thích ở đây. Vì vậy Chú giải nói chỉ khi được sắc do nghiệp sinh, gọi là sắc được chấp thủ, trợ làm duyên thì hỏa đại, tức thời tiết, mới có thể làm sinh các nhóm ấy. Trong các sắc do thời tiết sinh, chỉ hỏa đại có trong đó có thể làm sinh thêm các nhóm tám sắc do thời tiết sinh khi thiếu sắc do nghiệp sinh được chấp thủ.

EN

The substance of the commentary and subcommentary is as follows. Fire in each cluster, called temperature, can produce a temperature-produced nutritive octad even when kamma-produced materiality, called clung-to materiality, is absent. Yet during the course of a being’s material continuum it does not produce such clusters in isolation from clung-to kamma-produced materiality. Production by fire in the total absence of clung-to kamma-produced materiality is a different case from the one explained here. The commentary accordingly says that fire, or temperature, can produce these clusters only with kamma-produced materiality, called clung-to materiality, as a supporting condition. Of the kinds of fire under discussion, fire in temperature-produced materiality can produce further temperature-produced octads in the absence of clung-to kamma-produced materiality. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 251; Mahāṭīkā, vol. 2, p. 404.)

VI

Nói rõ thêm, trong thân này có các sắc do nghiệp đã tích lũy trong quá khứ làm sinh. Các sắc ấy gọi là sắc do nghiệp sinh được chấp thủ (upādinnaka-kammajarūpa). Nghiệp đã tạo và tích lũy dựa vào một đối tượng trong quá khứ làm phát sinh các pháp sắc này, như thể nhận lấy chúng là "quả của ta". Khi nghiệp làm điều kiện cho các pháp sắc ấy thực sự không còn có thể tiếp tục cho quả…

EN

More explicitly, this body contains materiality produced by kamma accumulated in the past. It is called clung-to kamma-produced materiality (upādinnaka-kammajarūpa). Kamma performed and accumulated in the past in relation to an object produces these material phenomena as though taking them as "my result." When the kamma conditioning those material phenomena can no longer continue to give its result …

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 2, tr. 404; Visuddhimagga, tập 2, tr. 251.

Khi sắc do nghiệp sinh chấm dứt / When kamma-produced materiality ceases

Miến / Burmese 135

VI

…vì thời hạn cho quả đã hết, các sắc do nghiệp sinh mới không còn phát sinh. Khi các sắc do nghiệp sinh ấy không còn, hỏa đại, tức thời tiết, trong các sắc ấy cũng không còn. Dưỡng chất do nghiệp sinh cũng không còn. Vì vậy, các nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh vốn phát sinh nhờ hỏa đại do nghiệp sinh không thể phát sinh. Dưỡng chất do nghiệp sinh cũng không thể làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh với sự hỗ trợ của lửa tiêu hóa và dưỡng chất do vật thực sinh.

EN

… because its time to give results has expired, no new kamma-produced materiality arises. When this materiality is absent, so are the fire element and nutritive essence produced by kamma. The temperature-produced nutritive octads formerly generated by kamma-produced fire cannot arise. Nor can kamma-produced nutritive essence generate nutriment-produced nutritive octads with the support of digestive fire and nutriment-produced nutritive essence.

VI

Cũng vậy, khi các sắc do nghiệp sinh đã chấm dứt, các sắc làm chỗ nương cho danh pháp, gồm mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý vật, cũng không còn. Khi không còn sắc làm chỗ nương, các danh pháp gồm tâm và tâm sở trong dòng tương tục hiện tại gồm năm uẩn cũng không còn điều kiện phát sinh. Do đó, sắc do tâm và tâm sở sinh không còn. Vì sắc do tâm sinh không còn nên hỏa đại và dưỡng chất do tâm sinh cũng không còn. Các nhóm tám sắc do thời tiết sinh từ hỏa đại do tâm sinh, và các nhóm tám sắc do vật thực sinh từ dưỡng chất do tâm sinh, cũng không còn.

EN

Likewise, when kamma-produced materiality has ceased, the material bases for mentality, namely eye, ear, nose, tongue, body and heart-base, are absent. Without those bases, consciousness and mental factors in the present five-aggregate continuum lack the conditions to arise. Thus materiality produced by consciousness and its mental factors is no longer produced. Its fire and nutritive essence are consequently absent, as are the temperature-produced octads generated by consciousness-produced fire and the nutriment-produced octads generated by consciousness-produced essence.

VI

Cũng vậy, khi các sắc do nghiệp sinh đã chấm dứt, lửa tiêu hóa do nghiệp sinh cũng không còn. Vì không được lửa tiêu hóa nâng đỡ, dưỡng chất do thời tiết sinh trong các nhóm tám sắc do thời tiết sinh làm thành thể phần thức ăn mới cũng không thể làm sinh nhóm tám sắc do vật thực sinh. Vì không còn dưỡng chất do vật thực sinh đã đạt đặc tướng của dưỡng chất ấy, cũng không còn dưỡng chất có khả năng nâng đỡ dưỡng chất thuộc các nhóm khác. Khi ấy, dòng tương tục của các nhóm sắc do vật thực sinh ở mắt…

EN

Likewise, when kamma-produced materiality has ceased, so has kamma-produced digestive fire. Without its support, temperature-produced nutritive essence in the octads of newly eaten food cannot produce nutriment-produced octads. Without nutriment-produced essence that has acquired the characteristic of nutritive essence, there is also no essence capable of sustaining that in other clusters. At that point the continuum of nutriment-produced clusters at the eye …

Sắc còn tiếp tục sau khi sắc do nghiệp sinh chấm dứt / Materiality continuing after kamma-produced materiality ceases

Miến / Burmese 136

VI

…cũng đã chấm dứt.

EN

… has ceased as well.

VI

Sau khi sắc do nghiệp sinh chấm dứt, những sắc còn có thể tiếp tục sinh chỉ là sắc do thời tiết sinh tồn tại dưới dạng tử thi. Các sắc trong tử thi là những nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh, nối tiếp nhau do hỏa đại trong từng nhóm sắc. Hỏa đại trong những nhóm ấy vẫn có sức làm phát sinh các nhóm tám sắc mới do thời tiết sinh dù thiếu sự nâng đỡ của sắc do nghiệp sinh.

EN

After kamma-produced materiality ceases, only temperature-produced materiality can continue to arise in the corpse. Its materiality consists of successive temperature-produced nutritive octads generated by fire in each cluster. That fire retains the power to generate new temperature-produced octads even without the support of kamma-produced materiality.

VI

Vì vậy, trong dòng sắc còn sống và gắn với các quyền, khi thời tiết do nghiệp, do tâm hoặc do vật thực sinh làm phát sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh mới, vẫn cần sắc do nghiệp sinh gọi là sắc được chấp thủ nâng đỡ. Riêng khi hỏa đại trong các nhóm tám sắc do thời tiết sinh làm phát sinh nhóm mới thì không cần sự nâng đỡ của sắc do nghiệp sinh. Hãy hiểu tương tự đối với sắc do thời tiết sinh trong thế giới vô sinh.

EN

Thus in the living material continuum associated with the faculties, temperature produced by kamma, consciousness or nutriment still needs the support of kamma-produced materiality, called clung-to materiality, to generate new temperature-produced nutritive octads. Fire in temperature-produced octads, when generating new clusters, can do so without that support. Understand temperature-produced materiality in the inanimate world similarly.

VI

Dưỡng chất trong nhóm tám sắc do thời tiết sinh, vốn do hỏa đại trong nhóm mười sắc mắt làm sinh, khi được lửa tiêu hóa và dưỡng chất do vật thực sinh nâng đỡ thì lại có thể sinh nhóm tám sắc mới do vật thực sinh. Đây là nhóm cháu. Theo cách ấy, hãy quán để thấy hỏa đại và dưỡng chất trong các nhóm tám sắc do thời tiết sinh từ hỏa đại trong nhóm mười sắc mắt làm sinh các nhóm do thời tiết và do vật thực sinh, nối tiếp bốn hoặc năm đời con cháu.

EN

The nutritive essence in a temperature-produced octad generated by fire in the eye decad can in turn generate a new nutriment-produced octad when sustained by digestive fire and nutriment-produced nutritive essence. This is a grandchild cluster. Discern in this way how fire and nutritive essence in the temperature-produced octads generated by fire in the eye decad produce temperature- and nutriment-produced clusters successively for four or five generations of offspring and descendants.

Quán sự sinh nối tiếp ở các nhóm sắc / Discerning successive production in the clusters

Miến / Burmese 137

VI

Trong chính nhóm mười sắc mắt cũng có dưỡng chất do nghiệp sinh. Khi được lửa tiêu hóa và dưỡng chất do vật thực sinh nâng đỡ, nó làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh. Trong nhóm ấy lại có hỏa đại và dưỡng chất. Chúng lại có thể làm sinh các nhóm sắc nối tiếp bốn hoặc năm lượt như trên. Hãy quán để thấy. Hãy học kỹ cách các nhóm tăng lên theo từng đôi cho đến khi hiểu rõ.

EN

The eye decad itself contains kamma-produced nutritive essence. With the support of digestive fire and nutriment-produced nutritive essence, it generates a nutriment-produced nutritive octad. That octad in turn contains fire and nutritive essence. As above, these can generate successive clusters for four or five generations. Discern this, and study closely how the clusters increase in pairs until it is clear. (See Mahāṭīkā, vol. 2, p. 401.)

VI

Hãy quán để thấy tương tự ở hỏa đại và dưỡng chất trong mỗi nhóm hiện diện ở mắt, như nhóm mười sắc thân, nhóm mười sắc tính và các nhóm tám sắc do tâm, thời tiết và vật thực sinh. Hãy quán tương tự ở sáu cửa và bốn mươi hai thể phần.

EN

Discern fire and nutritive essence similarly in each kind of cluster present at the eye, such as the body decad, sex decad, and consciousness-, temperature- and nutriment-produced octads. Discern in the same way at the six doors and in the forty-two bodily components.

VI

Điều cần lưu ý. Khi các nhóm sắc đã sinh nối tiếp qua hai, ba, bốn, năm, mười, mười hai hoặc nhiều lượt, lan từ bên trong đến cả bên ngoài, hỏa đại và dưỡng chất trong nhóm ở lượt cuối không thể làm phát sinh nhóm mới do thời tiết sinh hay do vật thực sinh.

EN

A point to note. When successive clusters have arisen for two, three, four, five, ten, twelve or more generations, spreading from within to outside, the fire and nutritive essence in the last generation can no longer generate new temperature- or nutriment-produced clusters.

VI

Nếu ghi nhớ kỹ cách các sắc sinh như đã trình bày, xem các bảng đề mục sắc và thực hành có hệ thống dưới sự hướng dẫn của thầy, hành giả sẽ có thể nhận biết và dùng tuệ phân biệt các sắc do bốn nguyên nhân là nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực làm sinh, đến mức thấy chân đế.

EN

By carefully remembering this account of how materiality arises, consulting the tables for meditation on materiality and practising systematically under a teacher, the meditator can discern with wisdom the material phenomena produced by the four causes of kamma, consciousness, temperature and nutriment, to the level of ultimate reality.

Dẫn thư in trên trang này: Mahāṭīkā, tập 2, tr. 401.

Cách quán đề mục tứ đại chi tiết / The detailed method of four-elements meditation

Miến / Burmese 138

VI

Quán các sắc ở sáu cửa, sinh từ bốn nguồn là nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực, là cách quán đề mục tứ đại tóm lược. Từ đó tiến thêm một bước, có thể quán theo cách chi tiết. Cách quán chi tiết gồm các thể phần sau.

EN

Discerning materiality at the six doors, produced by kamma, consciousness, temperature and nutriment, is the brief method of four-elements meditation. From there one can proceed to the detailed method, which comprises the following bodily components.

VI

1. Thể phần thuộc địa đại: 20.
2. Thể phần thuộc thủy đại: 12.
3. Thể phần thuộc hỏa đại: 4.
4. Thể phần thuộc phong đại: 6.
Tổng cộng: 42 thể phần.

EN

1. Earth-element components: 20.
2. Water-element components: 12.
3. Fire-element components: 4.
4. Wind-element components: 6.
Total: 42 components.

VI

Trong số ấy, 20 thể phần thuộc địa và 12 thể phần thuộc thủy, tổng cộng 32 thể phần, đã được trình bày cùng với số sắc trong phần đề mục thiền chỉ. Hãy quán để thấy bốn đại trong từng thể phần. Khi thấy các nhóm sắc, hãy phân biệt các sắc thấy được theo phương pháp đã trình bày trong bảng thân môn.

EN

The twenty earth components and twelve water components, thirty-two in all, were already presented with their counts of material phenomena in the section on tranquillity meditation subjects. Discern the four elements in each component. When material clusters appear, distinguish the material phenomena according to the method given in the table for the body door.

VI

1. Trong bốn thể phần là mồ hôi, nước mắt, nước bọt và nước mũi, mỗi phần có 16 sắc, gồm tám sắc trong nhóm do tâm sinh và tám sắc trong nhóm do thời tiết sinh. Chúng sinh do tâm và do thời tiết.

EN

1. In sweat, tears, saliva and nasal mucus there are sixteen material phenomena in each case: eight in a consciousness-produced cluster and eight in a temperature-produced cluster. They arise from consciousness and temperature.

VI

2. Trong bốn thể phần là thức ăn mới, thức ăn cũ, mủ và nước tiểu, mỗi phần chỉ có tám sắc trong nhóm do thời tiết sinh.

EN

2. In newly eaten food, old food, pus and urine, there are only the eight material phenomena of a temperature-produced cluster in each case.

Bốn thể phần có hỏa đại trội / Four components in which fire predominates

Miến / Burmese 139

VI

3. Trong 24 thể phần còn lại, mỗi phần có 44 sắc như đã trình bày ở thân môn. Hãy quán để thấy. Đối với mỡ, hãy quán riêng mỡ đặc và mỡ lỏng. Đối với máu, hãy quán riêng máu đọng và máu lưu thông. Máu đọng (sannicitalohita) tụ lại quanh tim, gan và những chỗ tương tự, không lưu thông. Máu lưu thông (saṃsaraṇalohita) đi theo mạch và lan khắp thân. Hãy nhận biết 44 sắc trong mỗi loại máu ấy.

EN

3. In the remaining twenty-four components there are forty-four material phenomena in each, as presented for the body door. Discern them. Distinguish solid fat from liquid fat, and pooled blood from circulating blood. Pooled blood (sannicitalohita) collects around the heart, liver and similar places and does not circulate. Circulating blood (saṃsaraṇalohita) follows the vessels and spreads throughout the body. Discern the forty-four material phenomena in each kind of blood.

VI

Bốn thể phần có hỏa đại trội:

EN

The four bodily components in which the fire element predominates:

VI

1. Nhiệt làm nóng (santappanatejo), như nhiệt dữ dội khi sốt cách nhật: 33 sắc.
2. Nhiệt thiêu đốt (ḍahatejo), đốt nóng dữ dội khắp thân: 33 sắc.
3. Nhiệt làm già (jīraṇatejo), khiến thân già yếu, chín muồi và suy hoại: 33 sắc.
4. Nhiệt tiêu hóa (pācakatejo), làm tiêu thức ăn, thuộc nhóm chín sắc mạng quyền: 9 sắc.

EN

1. Warming heat (santappanatejo), such as the intense heat of an intermittent fever: thirty-three material phenomena.
2. Burning heat (ḍahatejo), which burns intensely throughout the body: thirty-three.
3. Ageing heat (jīraṇatejo), which causes the body to age, mature and deteriorate: thirty-three.
4. Digestive heat (pācakatejo), which digests food and belongs to the life-faculty nonad: nine.

VI

Ghi chú. Bốn thể phần này không hiện thành từng phần có hình dạng như các thể phần thuộc địa đại và thủy đại. Chúng chỉ là các hạt nhóm sắc đục có hỏa đại trội. Vì vậy hãy tìm và quán các nhóm sắc có nhiệt trội ngay trong các hạt nhóm sắc. Nếu khó quán nhiệt làm nóng và nhiệt thiêu đốt, khi bị sốt rét hoặc…

EN

Note. These four components do not appear as distinct parts with a shape, as the earth and water components do. They are opaque particles of material clusters in which fire predominates. Look for and discern heat-predominant clusters among those particles. If it is difficult to discern warming and burning heat, when experiencing malaria or …

Sáu thể phần có phong đại trội / Six components in which wind predominates

Miến / Burmese 140

VI

…đang sốt, hãy lấy cảm nhận lúc đang sốt, hoặc lúc đã từng sốt, làm đối tượng và thử quán.

EN

… another fever, take the sensation of the fever while it is occurring, or as experienced before, and try discerning it.

VI

Ba mươi ba sắc vừa nói gồm chín sắc trong nhóm mạng quyền do nghiệp sinh, tám sắc trong nhóm có dưỡng chất do tâm sinh, tám sắc trong nhóm có dưỡng chất do thời tiết sinh và tám sắc trong nhóm có dưỡng chất do vật thực sinh.

EN

The thirty-three material phenomena just mentioned comprise nine in the kamma-produced life-faculty nonad, eight in the consciousness-produced nutritive octad, eight in the temperature-produced nutritive octad and eight in the nutriment-produced nutritive octad.

VI

Sáu thể phần có phong đại trội:

EN

The six bodily components in which the wind element predominates:

VI

1. Gió đi lên (uddhaṅgamavāta): 33 sắc.
2. Gió đi xuống (adhogamavāta): 33 sắc.
3. Gió trong bụng, bên ngoài ruột (kucchisayavāta): 33 sắc.
4. Gió trong ruột (koṭṭhāsayavāta): 33 sắc.
5. Gió đi theo các mạch và lan khắp các chi lớn nhỏ (aṅgamaṅgānusārīvāta): 33 sắc.
6. Hơi thở vào và hơi thở ra (assāsapassāsavāta): 9 sắc.

EN

1. Upward winds (uddhaṅgamavāta): thirty-three material phenomena.
2. Downward winds (adhogamavāta): thirty-three.
3. Winds in the abdomen outside the intestines (kucchisayavāta): thirty-three.
4. Winds in the intestines (koṭṭhāsayavāta): thirty-three.
5. Winds that follow the vessels and spread through the limbs large and small (aṅgamaṅgānusārīvāta): thirty-three.
6. In-breath and out-breath (assāsapassāsavāta): nine.

VI

Số 33 ở đây là chín sắc trong nhóm mạng quyền, cộng ba nhóm tám sắc có dưỡng chất do tâm, thời tiết và vật thực sinh. Nhóm chín sắc mạng quyền là nhóm do nghiệp sinh.

EN

The thirty-three are the nine phenomena of the life-faculty nonad and the three nutritive octads produced by consciousness, temperature and nutriment. The life-faculty nonad is kamma-produced.

VI

Đối với từng loại trong sáu thể phần có phong đại trội ấy, trước hết hãy dùng tuệ thấy rõ loại gió muốn quán. Ví dụ, khi quán gió đi lên…

EN

For each of the six wind-predominant components, first discern clearly with wisdom the wind you intend to examine. For example, when discerning upward winds …

Cách quán gió và hơi thở / Discerning winds and breathing

Miến / Burmese 141

VI

…trước hết hãy quán để thấy gió đang đi lên tại những nơi như bên trong ruột. Nếu chưa thấy, hãy lần lượt làm cho định đã đạt trở lại vững mạnh. Khi ánh sáng của định mạnh lên, hãy thử quán loại gió ấy. Nếu đã thành công, khi thấy gió bằng tuệ, hãy tiếp tục quán để thấy bốn đại trong gió ấy, tức bốn đại có phong đại trội. Khi quán như vậy và nhận rõ bốn đại, với sức định tăng lên từng lúc có thể thấy các nhóm sắc. Phân tích các nhóm ấy sẽ thấy 33 pháp sắc đã trình bày. Hãy nhận biết và dùng tuệ phân biệt các sắc chân đế ấy.

EN

… first discern the wind moving upwards in places such as within the intestines. If you do not see it, re-establish and strengthen the concentration already attained, step by step. When the light of concentration grows strong, try discerning the wind. Once it is seen with wisdom, proceed to discern the four elements in it, with wind predominant. As you recognize the elements and concentration grows stronger, the material clusters may appear. Analysing them reveals the thirty-three material phenomena already presented. Discern and distinguish these ultimate material phenomena with wisdom.

VI

“Assāsapassāsā — assāsapassāsā cittasamuṭṭhānā.” Hơi thở vào và hơi thở ra do tâm làm nguồn sinh. (Thanh tịnh đạo, tập 1, tr. 345–346.)

EN

“Assāsapassāsā — assāsapassāsā cittasamuṭṭhānā.” In-breath and out-breath originate from consciousness. (Visuddhimagga, vol. 1, pp. 345–346.)

VI

“Cittaje assāsapassāsakoṭṭhāsepi ojaṭṭhamakato saddo atthi.” Trong thể phần hơi thở vào và hơi thở ra do tâm sinh cũng có âm thanh ngoài tám sắc có dưỡng chất. (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 223.) [CHƯA XÁC MINH: cách đọc chính xác từ đứng trước saddo.]

EN

In the consciousness-produced component consisting of in-breath and out-breath, sound is also present in addition to the nutritive octad. (Visuddhimagga, vol. 2, p. 223.) The exact Pāli reading before saddo remains to be checked.

VI

Theo lời Chú giải ấy, hơi thở vào và ra chỉ là tập hợp những nhóm chín sắc có âm thanh do tâm sinh. Hãy nhận biết sự trong sáng của hữu phần. Hãy chuyên chú để thấy bằng tuệ hơi thở vào và ra sinh do các tâm nối tiếp hữu phần, nương vào sắc ý vật. Khi thấy hơi thở bằng tuệ, hãy tiếp tục quán bốn đại trong gió ấy. Khi định mạnh lên, các hạt nhóm sắc…

EN

According to the commentary, in-breath and out-breath are collections of consciousness-produced sound nonads. Discern the clarity of the life-continuum. Attend closely to see with wisdom the in-breath and out-breath produced by consciousnesses following the life-continuum and dependent on the heart-base. When the breath is seen with wisdom, continue discerning its four elements. As concentration strengthens, the particles of the material clusters …

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 345–346; Visuddhimagga, tập 2, tr. 223.

Các nhóm sắc trong hơi thở và chín nhóm do nghiệp sinh / Clusters in breathing and the nine kamma-produced groups

Miến / Burmese 142

VI

…sẽ bắt đầu hiện rõ. Do sức của phong đại do tâm sinh, địa đại trong nhóm này và địa đại trong nhóm khác chạm nhau, hoặc các sắc đại chủng của những nhóm khác nhau va chạm rất sít nhau. Vì có sắc âm thanh sinh như vậy nên đây là các nhóm chín sắc có âm thanh do tâm sinh. Các sắc ấy sinh do những tâm nương vào sắc ý vật. Hãy chuyên chú để thấy bằng tuệ. (Khi hơi thở tốt, có thể có thêm nhẹ, mềm và thích ứng. Khi ấy là nhóm mười hai sắc có âm thanh và tính nhẹ v.v.)

EN

… begin to appear clearly. Through the force of consciousness-produced wind, the earth element in one cluster strikes the earth element in another, or the great elements of different clusters collide very closely. Since sound arises in this way, these are consciousness-produced sound nonads. They arise from consciousnesses dependent on the heart-base. Attend closely to see them with wisdom. When the breath is of good quality, lightness, malleability and wieldiness may also be present. In that case the cluster is a dodecad with sound and lightness and the other two qualities.

VI

Với cả sáu thể phần thuộc phong đại, trước tiên hãy thấy gió, rồi chuyên chú để thấy bốn đại trong gió ấy. Khi thấy các hạt nhóm sắc, hãy dùng tuệ phân tích các pháp sắc như đã nói trên cho đến mức chân đế.

EN

For all six components of the wind element, first see the wind and then attend closely to discern its four elements. When the material clusters appear as particles, analyse the material phenomena with wisdom, as explained, to the level of ultimate reality.

VI

Chín nhóm sắc do nghiệp sinh. Khi gom các nhóm sắc ở sáu cửa và 42 thể phần theo cùng nguồn sinh, có bốn loại nhóm: do nghiệp sinh, do tâm sinh, do thời tiết sinh và do vật thực sinh. Trong số đó, có chín nhóm do nghiệp sinh:

EN

Nine kamma-produced material clusters. Grouping the material clusters at the six doors and in the forty-two bodily components by origin gives four kinds: kamma-produced, consciousness-produced, temperature-produced and nutriment-produced. Of these, nine kinds are kamma-produced:

VI

1. Nhóm mười sắc mắt.
2. Nhóm mười sắc tai.
3. Nhóm mười sắc mũi.
4. Nhóm mười sắc lưỡi.

EN

1. Eye decad.
2. Ear decad.
3. Nose decad.
4. Tongue decad.

Chín nhóm do nghiệp sinh và tám nhóm do tâm sinh / Nine kamma-produced and eight consciousness-produced clusters

Miến / Burmese 143

VI

5. Nhóm mười sắc thân.
6. Nhóm mười sắc nữ tính.
7. Nhóm mười sắc nam tính.
8. Nhóm mười sắc ý vật.
9. Nhóm chín sắc mạng quyền.

EN

5. Body decad.
6. Femininity decad.
7. Masculinity decad.
8. Heart-base decad.
9. Life-faculty nonad.

VI

Tổng cộng có chín nhóm sắc do nghiệp sinh. Sắc do nghiệp sinh hiện tại sinh do nghiệp được tạo và tích lũy trong một đời quá khứ. Sắc do nghiệp sinh trong quá khứ sinh do nghiệp đã tạo và tích lũy trước thời điểm quá khứ ấy. Sắc do nghiệp sinh trong tương lai sinh do nghiệp đã tạo và tích lũy trong một đời quá khứ, thuộc loại nghiệp cho quả từ đời sau trở đi (aparāpariyavedanīya), hoặc do nghiệp đã tạo và tích lũy trong đời hiện tại, thuộc loại nghiệp cho quả đời kế tiếp (upapajjavedanīya). Đến phần tuệ nhận biết các duyên, hành giả sẽ hiểu những sắc ấy sinh như thế nào và có thể tự thấy. Điều này thuộc phần tuệ phân biệt nhân duyên. Hiện giờ hãy tạm tiếp nhận rằng đó là sắc sinh do nghiệp.

EN

There are nine kamma-produced clusters altogether. Present kamma-produced materiality arises from kamma performed and accumulated in a past life. Past kamma-produced materiality arose from kamma performed and accumulated before that past time. Future kamma-produced materiality arises either from kamma performed and accumulated in a past life that can ripen in later lives (aparāpariyavedanīya), or from kamma performed and accumulated in the present life that ripens in the next life (upapajjavedanīya). In the section on knowledge discerning conditions, you will understand how these material phenomena arise and can see this for yourself. It belongs to the knowledge of discerning conditions. For now, take these phenomena as materiality arising from kamma.

VI

Các sắc do nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực sinh đã trình bày ở sáu cửa và 42 thể phần là sắc thực, không lẫn các sắc phi thực. Đó là các sắc có thể quán minh sát dưới ba đặc tính. Cũng có những nhóm do tâm, thời tiết và vật thực sinh lẫn với sắc phi thực. Sau đây trình bày riêng cả nhóm chỉ có sắc thực và nhóm có lẫn sắc phi thực.

EN

The kamma-, consciousness-, temperature- and nutriment-produced material phenomena presented at the six doors and in the forty-two components are concrete materiality, uncombined with non-concrete materiality. They can be discerned in insight under the three characteristics. There are also consciousness-, temperature- and nutriment-produced clusters containing non-concrete materiality. Both clusters consisting solely of concrete materiality and clusters containing non-concrete materiality are presented separately below.

VI

Tám nhóm sắc do tâm sinh:

EN

Eight consciousness-produced material clusters:

VI

1. Nhóm tám sắc thuần do tâm sinh.
2. Nhóm chín sắc có thân biểu tri, với thân biểu tri là sắc thứ chín.

EN

1. Pure consciousness-produced octad.
2. Nonad with bodily intimation as its ninth phenomenon.

Thành phần các nhóm sắc do tâm sinh / Composition of the consciousness-produced clusters

Miến / Burmese 144

VI

3. Nhóm mười một sắc có tính nhẹ v.v., gồm tám sắc, tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng.

EN

3. Undecad with lightness and the other qualities: the octad, lightness, malleability and wieldiness.

VI

4. Nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v., gồm tám sắc, thân biểu tri, tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng.

EN

4. Dodecad with bodily intimation and lightness and the other qualities: the octad, bodily intimation, lightness, malleability and wieldiness.

VI

5. Nhóm mười sắc có khẩu biểu tri và âm thanh, gồm tám sắc, khẩu biểu tri và âm thanh.

EN

5. Decad with verbal intimation and sound: the octad, verbal intimation and sound.

VI

6. Nhóm mười ba sắc có khẩu biểu tri, âm thanh và tính nhẹ v.v., gồm tám sắc, khẩu biểu tri, âm thanh, tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng.

EN

6. Group of thirteen with verbal intimation, sound and lightness and the other qualities: the octad, verbal intimation, sound, lightness, malleability and wieldiness.

VI

7. Nhóm chín sắc có âm thanh do tâm sinh trong hơi thở vào và ra, gồm tám sắc và âm thanh.

EN

7. Consciousness-produced sound nonad in in-breath and out-breath: the octad and sound.

VI

8. Nhóm mười hai sắc có âm thanh và tính nhẹ v.v. do tâm sinh trong hơi thở vào và ra, gồm tám sắc, âm thanh, tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng.

EN

8. Consciousness-produced dodecad with sound and lightness and the other qualities in in-breath and out-breath: the octad, sound, lightness, malleability and wieldiness.

VI

1. Nhóm thứ nhất là nhóm tám sắc có dưỡng chất do tâm sinh, hiện diện ở sáu cửa và một số trong 42 thể phần. Các sắc trong nhóm là sắc thực, có thể dùng làm đối tượng minh sát. Cách quán đã trình bày.

EN

1. The first cluster is the consciousness-produced nutritive octad, present at the six doors and in some of the forty-two bodily components. Its material phenomena are concrete and can be taken as objects of insight. The method of discernment has already been explained.

VI

2. Nhóm chín sắc có thân biểu tri. Hãy chuyên chú nhận biết tâm tu tập ở ý môn trong sáng, hoặc nhận biết sự trong sáng của hữu phần, rồi thử co duỗi một ngón tay…

EN

2. Nonad with bodily intimation. Attend closely to discern the meditating consciousness at the clear mind door, or discern the clarity of the life-continuum, and then try bending and straightening a finger …

Quán thân biểu tri khi co duỗi / Discerning bodily intimation while bending and stretching

Miến / Burmese 145

VI

…Hãy theo dõi đến tận ngón tay để thấy các nhóm sắc do tâm sinh lan đến đó vì các tâm muốn co, muốn duỗi và các tâm đang co duỗi. Các hạt nhóm sắc sẽ hiện ra. Mỗi nhóm có tám sắc. Cộng với thân biểu tri, tức biểu hiện của động tác co hay duỗi, thành chín sắc.

EN

… Follow the process as far as the finger, discerning how consciousness-produced clusters spread there owing to the consciousnesses intending to bend or straighten and those carrying out the movement. The particles of the material clusters will appear. Each cluster contains eight material phenomena. With bodily intimation, the expression of the bending or straightening movement, there are nine.

VI

3. Nhóm mười một sắc có tính nhẹ v.v. Khi quán nhóm tám sắc có dưỡng chất do tâm sinh đã nói, đôi lúc có thể thấy tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng của các sắc ấy. Tính thích ứng là sự thuận tiện, linh hoạt để thực hiện động tác như co hoặc duỗi. Khi chúng hiện rõ, hãy nhận biết cùng với các sắc trong nhóm.

EN

3. Undecad with lightness and the other qualities. When discerning the consciousness-produced nutritive octads already described, one can at times see their lightness, malleability and wieldiness. Wieldiness is the ease and flexibility with which a movement such as bending or straightening can be carried out. When these qualities appear clearly, discern them together with the material phenomena of the cluster.

VI

4. Nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v. Hãy quán như ở nhóm thứ hai. Nhóm thứ hai không gồm ba sắc phi thực là tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng. Nhóm thứ tư có cả ba. Khi động tác như co duỗi nhẹ nhàng, nhanh nhẹn và linh hoạt, ba sắc phi thực ấy có mặt. Khi động tác nặng nề và trì trệ, chúng không có mặt. Hãy dùng tuệ để thấy rõ và phân biệt.

EN

4. Dodecad with bodily intimation and lightness and the other qualities. Discern as for the second cluster. The second does not include the three non-concrete material phenomena of lightness, malleability and wieldiness. The fourth includes all three. They are present when a movement such as bending or straightening is light, agile and flexible. They are absent when the movement is heavy and sluggish. See and distinguish them clearly with wisdom.

VI

Ghi chú. Khi quán động tác thân và khi quán với tỉnh giác, hai nhóm sắc có thân biểu tri, tức nhóm chín và nhóm mười hai, hiện diện rõ và giữ vai trò quan trọng. Nếu chưa biết cách nhận biết và phân biệt các sắc này bằng tuệ, khi quán động tác thân và quán với tỉnh giác, việc nhận biết đến mức chân đế…

EN

Note. In discerning bodily actions and in the practice of clear comprehension, the two clusters with bodily intimation, the nonad and the dodecad, appear clearly and are important. Without knowing how to discern and distinguish them with wisdom, discernment at the level of ultimate reality in the practice of clear comprehension and contemplation of bodily actions …

Quán khẩu biểu tri và âm thanh / Discerning verbal intimation and sound

Miến / Burmese 146

VI

…khó có thể thành tựu.

EN

… is difficult to achieve.

VI

5. Nhóm mười sắc có khẩu biểu tri. Hãy thử đọc từng chữ như ka, kha. Trước hết hãy nhận biết sự trong sáng của hữu phần, tức ý môn. Sau đó hãy dùng tuệ thấy tâm muốn đọc và các tâm đang đọc. Hãy phân biệt và quán để thấy những hạt nhóm sắc do tâm sinh ấy lan tiếp đến những nơi phát âm như cổ họng. Hãy thấy âm thanh phát sinh khi địa đại có tính chất và năng lực trội trong các nhóm sắc do tâm sinh va chạm với địa đại có tính chất và năng lực trội trong các nhóm sắc do nghiệp sinh ở nơi phát âm. Hãy dùng tuệ phân biệt cả động tác miệng khi nói hay đọc, tức khẩu biểu tri.

EN

5. Decad with verbal intimation. Try pronouncing individual syllables such as ka and kha. First discern the clarity of the life-continuum, the mind door. Then see with wisdom the consciousness that intends to pronounce them and the consciousnesses that are pronouncing them. Distinguish the consciousness-produced particles and discern how they spread to places where speech is articulated, such as the throat. See sound arise when the predominant earth element in consciousness-produced clusters strikes the predominant earth element in kamma-produced clusters at the place of articulation. Also distinguish with wisdom the movement of the mouth in speaking or reciting, which is verbal intimation.

VI

6. Nhóm mười ba sắc có khẩu biểu tri, âm thanh và tính nhẹ v.v. Hãy quán như trên. Chỉ khác là khi nói hoặc đọc dễ dàng, linh hoạt, với kết quả tốt, tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng cũng có mặt. Hai nhóm ở mục 5 và 6 là những pháp sắc hiện rõ trong đề mục quán tỉnh giác khi nói.

EN

6. Group of thirteen with verbal intimation, sound and lightness and the other qualities. Discern as above. When speaking or reciting is easy, flexible and effective, lightness, malleability and wieldiness are also present. The material phenomena of the fifth and sixth clusters appear clearly in the practice of clear comprehension when speaking.

VI

7. Nhóm chín sắc có âm thanh do tâm sinh trong hơi thở vào và ra.
8. Nhóm mười hai sắc có âm thanh và tính nhẹ v.v. do tâm sinh trong hơi thở vào và ra.

EN

7. Consciousness-produced sound nonad in in-breath and out-breath.
8. Consciousness-produced dodecad with sound, lightness and the other qualities in in-breath and out-breath.

Bốn nhóm sắc do thời tiết sinh / Four temperature-produced material clusters

Miến / Burmese 147

VI

Dù có cách phân loại thừa nhận sáu nhóm sắc do tâm sinh, Chú giải Thanh tịnh đạo, tập hai, trang 223, giải thích rằng có nhóm chín sắc có âm thanh do tâm sinh trong hơi thở vào và ra.

EN

Although one classification recognizes six consciousness-produced material clusters, the Visuddhimagga, vol. 2, p. 223, explains that a consciousness-produced sound nonad occurs in in-breath and out-breath.

VI

“Assāsapassāso iti vā.” Hoặc gọi là hơi thở vào và ra. (Abhidhamma, tập 2, tr. 86.)

EN

“Assāsapassāso iti vā.” Or it is called in-breath and out-breath. (Abhidhamma, vol. 2, p. 86.)

VI

Lời giải thích phù hợp với câu Pāli vừa dẫn. Hãy dùng tuệ nhận biết bốn đại trong hơi thở vào và ra. Khi sức định mạnh lên, các nhóm sắc sẽ bắt đầu hiện rõ. Mỗi nhóm có chín sắc, kể cả âm thanh. Khi thở nhẹ nhàng, linh hoạt và êm dịu, với hơi thở quân bình, tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng cũng có mặt. Đó là nhóm mười hai sắc có âm thanh và tính nhẹ v.v. do tâm sinh trong hơi thở vào và ra.

EN

The explanation accords with the Pāli just cited. Discern the four elements in in-breath and out-breath with wisdom. As concentration strengthens, the material clusters begin to appear clearly. Each contains nine material phenomena, including sound. When breathing is light, flexible, gentle and even, lightness, malleability and wieldiness are also present. This is the consciousness-produced dodecad with sound, lightness and the other qualities in in-breath and out-breath.

VI

Bốn nhóm sắc do thời tiết sinh:

EN

Four temperature-produced material clusters:

VI

1. Nhóm tám sắc thuần do thời tiết sinh, lấy dưỡng chất làm sắc thứ tám. Đây là các sắc thực.
2. Nhóm chín sắc có âm thanh do thời tiết sinh, gồm tám sắc và âm thanh. Đây là các sắc thực.
3. Nhóm mười một sắc có tính nhẹ v.v., gồm tám sắc, tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng.
4. Nhóm mười hai sắc có âm thanh và tính nhẹ v.v., gồm tám sắc, âm thanh, tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng.

EN

1. Pure temperature-produced octad, with nutritive essence as the eighth phenomenon. These are concrete material phenomena.
2. Temperature-produced sound nonad, comprising the octad and sound. These are concrete material phenomena.
3. Undecad with lightness and the other qualities, comprising the octad, lightness, malleability and wieldiness.
4. Dodecad with sound, lightness and the other qualities, comprising the octad, sound, lightness, malleability and wieldiness.

Dẫn thư in trên trang này: Abhi, tập 2, tr. 86.

Ba loại âm thanh / Three kinds of sound

Miến / Burmese 148

VI

Trong bốn nhóm do thời tiết sinh, nhóm 1 và 2 là sắc thực, thích hợp để quán minh sát. Nhóm 1 có ở sáu cửa và một số trong 42 thể phần. Nhóm 2 là nhóm có âm thanh như tiếng bụng réo. Hai nhóm này có ở bên trong cũng như bên ngoài, trong thế giới hữu sinh lẫn vô sinh.

EN

Of the four temperature-produced clusters, the first and second consist of concrete materiality suitable for insight. The first occurs at the six doors and in some of the forty-two components. The second includes sounds such as stomach rumbling. These two clusters are found internally and externally, in both the animate and the inanimate world.

VI

Nhóm 3 và 4 có lẫn sắc phi thực. Các sắc phi thực ấy không thích hợp để quán minh sát. Chỉ khi nhận biết sắc ở giai đoạn tuệ phân biệt danh sắc thì nhận biết cả các sắc đi kèm ấy. Hai nhóm này không có trong vật vô sinh bên ngoài, chỉ có trong dòng tương tục của chúng sinh ở bên trong và bên ngoài. Khi quán minh sát, loại ra tính nhẹ, tính mềm và tính thích ứng, thì hai nhóm này lần lượt giống nhóm 1 và 2. Hãy ghi nhớ rằng chỉ sắc thực là đối tượng quán minh sát.

EN

The third and fourth contain non-concrete material phenomena, which are unsuitable for insight. These accompanying phenomena are discerned along with the others at the stage of distinguishing mentality and materiality. These two clusters are absent from external inanimate objects and occur only in the continua of beings, internally and externally. For insight, when lightness, malleability and wieldiness are set aside, these clusters correspond to the first and second respectively. Remember that only concrete materiality is an object of insight.

VI

Ba loại âm thanh:

EN

Three kinds of sound:

VI

1. Tiếng thở thuộc nhóm chín sắc có âm thanh do tâm sinh trong hơi thở vào và ra.
2. Tiếng nói thuộc nhóm mười sắc có khẩu biểu tri.
3. Tiếng bụng réo, tiếng gió thổi v.v. thuộc nhóm chín sắc có âm thanh do thời tiết sinh.

EN

1. The sound of breathing belongs to the consciousness-produced sound nonad in in-breath and out-breath.
2. The sound of speech belongs to the decad with verbal intimation.
3. Sounds such as stomach rumbling or wind blowing belong to the temperature-produced sound nonad.

VI

Hai loại đầu chỉ có trong dòng tương tục của chúng sinh hữu sinh bên trong và bên ngoài. Loại thứ ba có cả ở hữu sinh và vô sinh. Tiếng gió thổi v.v. thuộc nhóm chín sắc có âm thanh do thời tiết sinh ở vật vô sinh. Hãy lần lượt tăng cường định. Khi sức ánh sáng mạnh lên…

EN

The first two occur only in the continua of living beings, internally and externally. The third occurs in both animate and inanimate things. Sounds such as wind blowing belong to temperature-produced sound nonads in inanimate things. Strengthen concentration gradually. When the light becomes strong …

Hai nhóm sắc do vật thực sinh / Two nutriment-produced material clusters

Miến / Burmese 149

VI

…hãy dùng ánh sáng ấy hướng đến luồng gió đang thổi. Khi thấy gió, hãy nhận biết bốn đại trong đó. Khi định đủ mạnh, các nhóm sắc sẽ bắt đầu hiện rõ. Khi ấy hãy nhận biết chín pháp sắc chân đế. Có thể quán tương tự tiếng búng ngón tay, tiếng va chạm, tiếng sáo v.v. Khẩu biểu tri không thích hợp để quán minh sát. Còn âm thanh và các sắc thực cùng sinh trong nhóm với âm thanh là những sắc có nguồn sinh, thích hợp để quán minh sát.

EN

… use that light to direct attention to the wind that is blowing. When you see the wind, discern its four elements. When concentration is strong enough, the material clusters begin to appear clearly. Discern the nine ultimate material phenomena. Finger snapping, impact, the sound of a flute and similar sounds can be discerned in the same way. Verbal intimation is unsuitable for insight. Sound and the concrete material phenomena arising in the same cluster as sound have an origin and are suitable for insight.

VI

Hai nhóm sắc do vật thực sinh:

EN

Two nutriment-produced material clusters:

VI

1. Nhóm tám sắc thuần do vật thực sinh, lấy dưỡng chất làm sắc thứ tám.
2. Nhóm mười một sắc có tính nhẹ v.v., lấy tính thích ứng làm sắc thứ mười một.

EN

1. Pure nutriment-produced octad, with nutritive essence as the eighth phenomenon.
2. Undecad with lightness and the other qualities, with wieldiness as the eleventh phenomenon.

VI

Nhóm thứ nhất có thể tìm thấy ở sáu cửa và ở một số trong 42 thể phần, nơi có các nhóm sắc do vật thực sinh. Đây là sắc thực, thích hợp để quán minh sát.

EN

The first can be found at the six doors and in some of the forty-two components wherever nutriment-produced clusters occur. It is concrete materiality suitable for insight.

VI

Nhóm thứ hai cũng có thể tìm thấy ở sáu cửa và một số thể phần có nhóm sắc do vật thực sinh, nhưng có lẫn sắc phi thực. Các sắc phi thực ấy không thích hợp để quán minh sát. Chỉ nhận biết chúng cùng với các sắc khác khi phân biệt sắc. Khi quán minh sát, hãy loại các sắc phi thực ra và chỉ quán sắc thực. Làm như vậy…

EN

The second is also found at the six doors and in some components where nutriment-produced clusters occur, but it contains non-concrete materiality. These non-concrete phenomena are unsuitable for insight and are discerned along with the other phenomena only when distinguishing materiality. For insight, set aside the non-concrete phenomena and discern only concrete materiality. When this is done …

Cách quán bốn sắc đặc tướng / Discerning the four characteristics of materiality

Miến / Burmese 150

VI

…các sắc thích hợp để quán minh sát cũng giống như nhóm thứ nhất. Cả hai nhóm chỉ có trong dòng tương tục của chúng sinh hữu sinh bên trong và bên ngoài.

EN

… the material phenomena suitable for insight are the same as in the first cluster. Both clusters occur only in the continua of living beings, internally and externally.

VI

Có thể quán sự sinh khởi (upacaya) khi đã có thể nhận biết các sắc từ lúc chúng bắt đầu hiện diện ở thời tái tục, trong thể phần kalala, cho đến khi các quyền phát triển đầy đủ. Sự tiếp nối (santati), sự già (jaratā) và tính vô thường (aniccatā) là sự sinh, trụ và diệt của các sắc thực ở sáu cửa và 42 thể phần.

EN

Production (upacaya) can be discerned when one can discern materiality from its first appearance at rebirth-linking in the kalala stage until the faculties have fully developed. Continuity (santati), ageing (jaratā) and impermanence (aniccatā) are the arising, presence and dissolution of concrete materiality at the six doors and in the forty-two bodily components.

VI

Trước hết hãy phân tích từng nhóm sắc ở sáu cửa và 42 thể phần. Hãy quán để thấy tám, chín hoặc mười sắc thực trong từng nhóm cùng sinh, cùng trụ, cùng diệt. Sau đó, lần lượt ở mỗi cửa và mỗi thể phần, hãy quán để thấy sự sinh, trụ và diệt của các sắc thực hiện diện tại đó. Rồi gom tất cả các sắc thực có thể nhận biết ở sáu cửa và 42 thể phần lại mà quán sinh, trụ và diệt.

EN

First analyse the individual clusters at the six doors and in the forty-two components. Discern how the eight, nine or ten concrete material phenomena in each cluster arise, remain and dissolve together. Then, at each door and in each component in turn, discern the arising, presence and dissolution of the concrete material phenomena present there. Finally, gather together all the discernible concrete material phenomena at the six doors and in the forty-two components and discern arising, presence and dissolution.

VI

Ghi chú. Lời này không có nghĩa tất cả các sắc đều sinh, trụ và diệt đồng thời. Ý chính là gom các sắc thích hợp để quán trong phạm vi các giai đoạn sinh, trụ và diệt (uppāda, ṭhiti, bhaṅga) mà quán.

EN

Note. This does not mean that all material phenomena arise, remain and dissolve simultaneously. The point is to gather the material phenomena suitable for insight and discern them under the phases of arising, presence and dissolution (uppāda, ṭhiti, bhaṅga).

Sự sinh và diệt của sắc / The arising and dissolution of materiality

Miến / Burmese 151

VI

Ở đây cần giải thích đôi chút về cách các sắc sinh và diệt. Tuổi thọ của sắc được đo bằng mười bảy sát-na tâm. Mỗi sát-na tâm lại có ba sát-na nhỏ là sinh (uppāda), trụ (ṭhiti) và diệt (bhaṅga). Vì vậy, sắc tồn tại mười bảy sát-na tâm tính theo sát-na lớn, hoặc năm mươi mốt sát-na nhỏ. Tuổi thọ ấy không ngắn hơn hay dài hơn.

EN

The way material phenomena arise and dissolve requires some explanation. Their lifespan is measured as seventeen mind-moments. Each mind-moment has three submoments: arising (uppāda), presence (ṭhiti) and dissolution (bhaṅga). Materiality thus lasts for seventeen full mind-moments, or fifty-one submoments. Its lifespan is neither shorter nor longer than that.

VI

Ví dụ, hãy chọn một sát-na tâm và gọi đó là sát-na số 1. Trong suốt đời sống, chừng nào nghiệp còn có thể cho quả, các nhóm sắc do nghiệp sinh luôn sinh ở sát-na sinh, trụ và diệt của mỗi tâm. Sắc sinh đúng lúc tâm số 1 sinh sẽ diệt đúng lúc tâm số 17 diệt. Sắc sinh đúng lúc tâm số 1 trụ sẽ diệt đúng lúc tâm số 18 sinh. Sắc sinh đúng lúc tâm số 1 diệt sẽ diệt đúng lúc tâm số 18 trụ. Các số 17 và 18 ở đây được đếm từ sát-na quy ước là số 1.

EN

Take any mind-moment and call it moment one. Throughout life, as long as kamma can give results, kamma-produced material clusters arise at the arising, presence and dissolution submoments of each consciousness. Materiality that arises at the arising of consciousness one dissolves at the dissolution of consciousness seventeen. Materiality that arises at the presence of consciousness one dissolves at the arising of consciousness eighteen. Materiality that arises at the dissolution of consciousness one dissolves at the presence of consciousness eighteen. Seventeen and eighteen are counted from the moment conventionally designated as one.

VI

Sắc do tâm sinh thì luôn sinh ở sát-na sinh của mỗi tâm nương vào sắc ý vật, suốt đời sống. Các sắc do tâm sinh đồng thời với sát-na sinh của tâm quy ước là số 1 diệt ở sát-na diệt của tâm quy ước là số 17.

EN

Throughout life, consciousness-produced materiality arises at the arising submoment of each consciousness dependent on the heart-base. Materiality produced concurrently with the arising of the consciousness conventionally called one dissolves at the dissolution submoment of the consciousness conventionally called seventeen.

Thời điểm hỏa đại bắt đầu làm sinh sắc / When the fire element begins producing materiality

Miến / Burmese 152

VI

Hỏa đại có trong cả bốn loại nhóm sắc do nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực sinh đều có thể làm sinh sắc do thời tiết sinh khi đến giai đoạn trụ của sắc. Những sắc do nghiệp sinh vào sát-na sinh của tâm số 1 đến giai đoạn trụ của sắc vào sát-na trụ của chính tâm số 1. Hỏa đại do nghiệp sinh trong các sắc ấy làm sinh các sắc do thời tiết sinh tương ứng.

EN

The fire element in all four kinds of clusters, produced by kamma, consciousness, temperature and nutriment, can produce temperature-produced materiality when it reaches the material phase of presence. Kamma-produced materiality arising at the arising of consciousness one reaches its material phase of presence at the presence of that same consciousness. The kamma-produced fire in it generates corresponding temperature-produced materiality.

VI

Cũng vậy, những sắc do nghiệp sinh vào sát-na diệt của tâm ngay trước tâm số 1 đến giai đoạn trụ vào sát-na sinh của tâm số 1. Mỗi hỏa đại do nghiệp sinh có trong các sắc ấy lại làm sinh một nhóm sắc do thời tiết sinh tương ứng. Các sắc do thời tiết sinh ấy sinh đồng thời với sát-na sinh của tâm số 1.

EN

Likewise, kamma-produced materiality that arose at the dissolution of the consciousness immediately preceding consciousness one reaches presence at the arising of consciousness one. Each instance of kamma-produced fire in that materiality produces a corresponding temperature-produced cluster. The temperature-produced materiality arises concurrently with the arising of consciousness one.

VI

Những sắc do nghiệp sinh vào sát-na diệt của tâm số 1 đến giai đoạn trụ vào sát-na sinh của tâm số 2. Hỏa đại do nghiệp sinh trong các sắc ấy có thể làm sinh những nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh tương ứng. Những sắc do nghiệp sinh vào sát-na trụ của tâm số 1 đến giai đoạn trụ vào sát-na diệt của tâm ấy. Hỏa đại do nghiệp sinh trong chúng lại làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh mới. Theo cách ấy, sắc do thời tiết sinh từ hỏa đại do nghiệp sinh có thể sinh ở mỗi sát-na sinh, trụ và diệt của tâm. Cũng vậy, khi đủ mười bảy sát-na tâm, hay năm mươi mốt sát-na nhỏ…

EN

Kamma-produced materiality arising at the dissolution of consciousness one reaches presence at the arising of consciousness two. Its kamma-produced fire can generate corresponding temperature-produced nutritive octads. Kamma-produced materiality arising at the presence of consciousness one reaches its material presence at the dissolution of that consciousness. Its kamma-produced fire then generates new temperature-produced nutritive octads. Thus temperature-produced materiality generated by kamma-produced fire can arise at the arising, presence or dissolution submoment of consciousness. Likewise, when seventeen mind-moments or fifty-one submoments are complete …

Sắc do thời tiết và vật thực sinh trong các sát-na / Temperature- and nutriment-produced materiality at the submoments

Miến / Burmese 153

VI

…sắc có thể chấm dứt ở sát-na sinh, trụ hoặc diệt của tâm tương ứng.

EN

… materiality can cease at the corresponding arising, presence or dissolution submoment of consciousness.

VI

Vì sắc do tâm sinh phát sinh vào sát-na sinh của tâm nên đến sát-na trụ của tâm ấy, sắc cũng đến giai đoạn trụ. Khi ấy, hỏa đại do tâm sinh trong các sắc đó, tức thời tiết, làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh mới. Theo cách đếm này, lấy tâm đang nói làm tâm thứ nhất, các sắc do thời tiết sinh ấy diệt vào sát-na sinh của tâm thứ mười tám, khi đủ mười bảy sát-na tâm hay năm mươi mốt sát-na nhỏ. [CHƯA XÁC MINH: cụm trong ngoặc ở câu về sát-na trụ.]

EN

Since consciousness-produced materiality arises at the arising of consciousness, it reaches its material phase of presence at the presence of that consciousness. Its consciousness-produced fire, or temperature, then generates new temperature-produced nutritive octads. Counting that consciousness as the first, the temperature-produced materiality dissolves at the arising of the eighteenth consciousness, when its lifespan of seventeen mind-moments or fifty-one submoments is complete. The wording of the parenthetical phrase concerning presence remains to be checked.

VI

Hỏa đại do thời tiết sinh trong các sắc do thời tiết sinh đã nói trước cũng có thể làm sinh nhóm sắc do thời tiết sinh mới khi đến giai đoạn trụ. Vì sắc do thời tiết sinh có thể sinh ở cả ba sát-na nhỏ của tâm, hỏa đại trong các sắc ấy cũng có thể làm sinh sắc do thời tiết sinh ở sát-na sinh, trụ và diệt của tâm. Cũng vậy, khi đủ mười bảy sát-na tâm hay năm mươi mốt sát-na nhỏ, các sắc ấy có thể diệt ở sát-na sinh, trụ hoặc diệt của tâm tương ứng.

EN

The temperature-produced fire in temperature-produced materiality, discussed earlier, can also produce a new temperature-produced cluster at its phase of presence. Since temperature-produced materiality can arise at all three submoments of consciousness, its fire can produce temperature-produced materiality at the arising, presence or dissolution of consciousness. Likewise, when seventeen mind-moments or fifty-one submoments are complete, that materiality can dissolve at the corresponding arising, presence or dissolution submoment.

VI

Sắc do vật thực sinh cũng có thể sinh ở sát-na sinh, trụ hoặc diệt của mỗi tâm và cũng có thể diệt ở một trong ba sát-na nhỏ ấy. Sắc do nghiệp sinh có thể sinh ở cả ba sát-na nhỏ, sắc do tâm sinh có thể sinh ở sát-na sinh, và sắc do thời tiết sinh có thể sinh ở sát-na sinh, sát-na trụ…

EN

Nutriment-produced materiality can also arise and dissolve at any of the three submoments of consciousness. Kamma-produced materiality can arise at all three; consciousness-produced materiality can arise at the arising submoment; and temperature-produced materiality can arise at the arising, presence …

Sắc sinh, trụ và diệt trong cùng một sát-na tâm / Arising, presence and dissolution within a single mind-moment

Miến / Burmese 154

VI

…hoặc sát-na diệt. Vì thế các sắc do vật thực sinh phát sinh từ dưỡng chất cũng có thể sinh ở cả ba sát-na nhỏ. Khi dưỡng chất thuộc bốn nguồn sinh đã đến giai đoạn trụ, nếu được dưỡng chất do vật thực sinh thuộc nhóm khác nâng đỡ thì có thể làm sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất do vật thực sinh mới. Do sắc do vật thực sinh có thể sinh ở sát-na sinh, trụ và diệt của tâm, hỏa đại trong các sắc ấy cũng có thể đến giai đoạn trụ ở mỗi loại sát-na nhỏ ấy và làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh mới. Vì thế các sắc ấy cũng có thể chấm dứt ở cả ba loại sát-na nhỏ của tâm.

EN

… or dissolution submoment. Nutriment-produced material phenomena generated by nutritive essence can therefore arise at all three submoments. When nutritive essence of the four origins has reached presence, if sustained by nutriment-produced nutritive essence in another cluster it can generate new nutriment-produced nutritive octads. Since nutriment-produced materiality can arise at the arising, presence or dissolution of consciousness, the fire in it can likewise reach presence at any of these submoments and produce a new temperature-produced nutritive octad. That materiality can likewise cease at all three kinds of submoment.

VI

Theo lời giải thích ấy, nếu dừng lại xét một sát-na tâm, trong các sắc thuộc bốn nguồn sinh là nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực, có sắc đang sinh ngay ở sát-na sinh của tâm ấy, có sắc vẫn ở giai đoạn trụ vì chưa hết mười bảy sát-na tâm hay năm mươi mốt sát-na nhỏ, và cũng có sắc đang diệt vì đã hết tuổi thọ.

EN

Consider any one mind-moment. Among material phenomena produced by kamma, consciousness, temperature and nutriment, some are arising at the very arising of that consciousness, some are still present because their seventeen mind-moments or fifty-one submoments are not yet complete, and others are dissolving because their lifespan is complete.

VI

Lấy một ví dụ thông thường. Hãy tháo một đoạn dây xơ dừa se chặt. Có thể thấy dây được se bằng nhiều sợi xơ dài bốn inch, năm inch, một gang, một khuỷu tay và những độ dài tương tự. Xét tại một chỗ trên dây, có thể thấy đầu sợi, cuối sợi và cả phần giữa sợi.

EN

Take an ordinary example. Untwist a tightly wound piece of coir rope. You can see that it is made of many fibres of various lengths: four inches, five inches, a span, a cubit and so forth. Looking at any one point along the rope, you can see the beginnings of some fibres, the ends of others and the middle portions of others.

Sự nối tiếp che lấp tính sinh diệt / How continuity conceals arising and dissolution

Miến / Burmese 155

VI

Cũng như ví dụ ấy, trong mỗi sát-na nhỏ của một tâm, dù là sinh, trụ hay diệt, đều có các sắc đang sinh, các sắc đang diệt và các sắc đã đến giai đoạn trụ. Vì sự sinh của sắc và danh không giống nhau và các sắc ấy tiếp nối nhau trước sau, người chưa thấy sắc bằng tuệ chân đế chỉ nhận ra từng khối, từng nhóm theo chế định.

EN

As in the example, at each submoment of consciousness, whether arising, presence or dissolution, there are material phenomena that are arising, others that are dissolving and others that are present. Since materiality and mentality arise differently and these material phenomena follow one another, someone who has not seen materiality with wisdom at the ultimate level recognizes only conventional masses and groups.

VI

Các danh pháp không có tính chất cùng tồn tại thành hai hoặc ba tâm trong một sát-na tâm. Chỉ khi một tâm đã chấm dứt thì tâm khác mới có thể sinh. Còn đối với sắc, trong mỗi sát-na nhỏ của một tâm, nhiều sắc có thể cùng sinh, nhiều sắc có thể diệt và nhiều sắc có thể trụ. Thời lượng của sát-na sinh của tâm và của sắc như nhau, thời lượng của sát-na diệt cũng như nhau. Thời lượng giai đoạn trụ thì khác nhau. Giai đoạn trụ của sắc dài mười sáu sát-na tâm và một sát-na nhỏ, tức bốn mươi chín sát-na nhỏ. Giai đoạn trụ của một số sắc chồng lên giai đoạn trụ của các sắc khác. Có những nhóm chồng nhau qua một số sát-na tâm. Các sắc sinh, diệt và trụ nối tiếp nhau.

EN

Mental phenomena do not occur as two or three consciousnesses coexisting in a single mind-moment. Another consciousness can arise only when the preceding one has ceased. As for materiality, at each submoment many material phenomena can arise, many can dissolve and many can remain present. The duration of arising is the same for consciousness and materiality, and so is that of dissolution. The duration of presence differs. Materiality remains present for sixteen mind-moments and one submoment, or forty-nine submoments. The presence of some material phenomena overlaps that of others, with some clusters overlapping for several mind-moments. Material phenomena arise, dissolve and remain present in succession.

VI

Nếu không thể phá vỡ khối tương tục (santatighana), người ta tưởng đó là một thể liên tục và duy nhất. Người ta tưởng hôm qua là tôi, hôm nay vẫn là tôi, hôm qua là người ấy, hôm nay vẫn là người ấy. Người ta tưởng lầm, chấp rằng tôi, người ấy, đàn ông, đàn bà, người hay chúng sinh thực có. Trong khi sự chấp ấy còn chi phối, tuệ minh sát xuyên thấu, thấy đúng đến mức chân đế, vẫn còn xa.

EN

If the compactness of continuity (santatighana) cannot be broken down, one takes the succession as a single, continuous entity. One thinks, “I was the same yesterday and today,” or “That person was the same yesterday and today.” Mistakenly one clings to the actual existence of an I, another person, a man, a woman, a person or a being. While that clinging prevails, penetrating insight that sees accurately at the ultimate level remains distant.

Khi nào quán “sắc, sắc” / When to discern “materiality, materiality”

Miến / Burmese 156

VI

“So sabbānipi tāni ruppanalakkhaṇena ekato katvā ‘etaṃ rūpan’ti passati.” Vị ấy gom tất cả các sắc ấy theo đặc tính biến đổi và thấy rằng “đây là sắc”. (Thanh tịnh đạo, tập 2, tr. 223.)

EN

“So sabbānipi tāni ruppanalakkhaṇena ekato katvā ‘etaṃ rūpan’ti passati.” The meditator groups all these phenomena by their characteristic of alteration and sees, “This is materiality.” (Visuddhimagga, vol. 2, p. 223.)

VI

Đến đây hành giả đã tới giai đoạn có thể nhận biết và dùng tuệ phân biệt đến mức chân đế các sắc thực và sắc phi thực trong sáu cửa và 42 thể phần. Ở giai đoạn này, hãy lấy làm cảnh sự khác nhau trong dòng sắc: các sắc sinh sau biểu hiện khác với các sắc sinh trước. Vì các pháp ấy đều có chung đặc tính biến đổi của sắc (ruppanalakkhaṇa), Thanh tịnh đạo dạy gom chúng lại mà quán “đây là sắc”. Theo lời chỉ dẫn ấy, đến đây có thể gom tất cả sắc thực và sắc phi thực ở sáu cửa và 42 thể phần mà quán “sắc pháp, sắc pháp”.

EN

At this point the meditator can discern and distinguish with wisdom both concrete and non-concrete materiality at the six doors and in the forty-two components, at the ultimate level. Take as the object the difference within the material continuum: the material phenomena that arise later differ in appearance from those that arose earlier. Since all share the characteristic of alteration (ruppanalakkhaṇa), the Visuddhimagga teaches grouping them and discerning, “This is materiality.” Following that instruction, one can now group all the concrete and non-concrete materiality at the six doors and in the forty-two components and discern “material phenomena, material phenomena.”

VI

Nếu chưa thể thấy và gom tất cả các sắc ở sáu cửa và 42 thể phần, trước hết ở từng cửa hãy gom 54 hay 44 sắc thực và những sắc phi thực có thể nhận biết theo đặc tính biến đổi chung của chúng. Rồi quán theo một trong các cách:

EN

If you cannot yet see and gather all the material phenomena at the six doors and in the forty-two components, first gather, at each door, the fifty-four or forty-four concrete material phenomena and any discernible non-concrete material phenomena according to their common characteristic of alteration. Then discern in one of the following ways:

VI

1. “Đây là sắc, sắc.”
2. “Sắc pháp, sắc pháp.”
3. “Sắc, sắc.”

EN

1. “This is materiality, materiality.”
2. “Material phenomena, material phenomena.”
3. “Materiality, materiality.”

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 2, tr. 223.

Đặc tính biến đổi của sắc / The characteristic of alteration

Miến / Burmese 157

VI

Đối với 42 thể phần cũng vậy. Trong từng thể phần, hãy gom các sắc thực và sắc phi thực có thể nhận biết rồi quán chung theo đặc tính biến đổi của chúng.

EN

Do likewise with the forty-two components. In each component, gather the discernible concrete and non-concrete material phenomena and discern them together by their characteristic of alteration.

VI

Nếu có thể gom các sắc trong mỗi cửa hoặc mỗi thể phần, quán, nhận biết và dùng tuệ phân biệt chúng, hãy gom tất cả các sắc thực và sắc phi thực ở sáu cửa và 42 thể phần theo đặc tính biến đổi chung, rồi quán và nhận biết theo một trong các cách:

EN

When you can gather the material phenomena at each door or in each component and discern and distinguish them with wisdom, gather all the concrete and non-concrete material phenomena at the six doors and in the forty-two components according to their common characteristic of alteration. Discern them in one of these ways:

VI

1. “Đây là sắc, sắc.”
2. “Sắc pháp, sắc pháp.”
3. “Sắc, sắc.”

EN

1. “This is materiality, materiality.”
2. “Material phenomena, material phenomena.”
3. “Materiality, materiality.”

VI

Đặc tính biến đổi. Do những điều kiện đối nghịch như nóng hay lạnh, dòng sắc phát sinh khác đi, đổi sang dạng khác. Khi nhiệt tăng quá mức, các dòng sắc có nhiều tính nóng sinh nối tiếp. Khi lạnh tăng quá mức, các dòng sắc có nhiều tính lạnh sinh nối tiếp. Đó là nghĩa biến đổi ở đây. Còn các pháp chân đế như địa đại trong mỗi dòng sắc ấy vẫn có đặc tính riêng của chúng, như cứng hay chảy. Vì đặc tính riêng ấy không đổi nên chúng được gọi là chân đế.

EN

The characteristic of alteration. Owing to adverse conditions such as heat or cold, the material continuum arises differently, changing to another form. When heat becomes excessive, material continua with more heat arise in succession. When cold becomes excessive, material continua with more cold arise in succession. That is the meaning of alteration here. Ultimate phenomena such as the earth element in each of these continua retain their own characteristics, such as hardness or flowing. Because their own characteristics do not change, they are called ultimate realities.

Điều cần ghi nhớ khi quán sắc / Points to remember in discerning materiality

Miến / Burmese 158

VI

1. Trước khi thấy các nhóm sắc, khi lấy từng đặc tính riêng của bốn đại làm cảnh để phát triển định, với niệm và tỉnh giác, cho đến cận định, hãy chỉ quán bốn đại: địa đại, thủy đại, hỏa đại và phong đại.

EN

1. Before seeing material clusters, take each individual characteristic of the four elements as an object to develop concentration, with mindfulness and clear comprehension, as far as access concentration. At this stage discern only earth, water, fire and wind.

VI

2. Khi đã thấy và phân tích được các nhóm sắc, hãy nhận biết các sắc trong từng nhóm đến mức chân đế, như địa, thủy, hỏa, phong, màu, mùi, vị, dưỡng chất, mạng quyền và nhãn tịnh sắc. Hãy nhận biết theo từng nhóm như vậy.

EN

2. Once you can see and analyse the clusters, discern the material phenomena in each cluster at the ultimate level: for example, earth, water, fire, wind, colour, odour, taste, nutritive essence, life faculty and eye sensitivity. Discern them cluster by cluster.

VI

3. Khi có thể gom các sắc trong một cửa, một thể phần, hoặc tất cả sắc trong toàn thân thuộc sáu cửa và 42 thể phần, theo đặc tính biến đổi chung, hãy quán và nhận biết theo một trong các cách:

EN

3. When you can gather material phenomena at one door or in one component, or all the material phenomena throughout the body at the six doors and in the forty-two components, by their common characteristic of alteration, discern them in one of these ways:

VI

1. “Đây là sắc, sắc.”
2. “Sắc pháp, sắc pháp.”
3. “Sắc, sắc.”

EN

1. “This is materiality, materiality.”
2. “Material phenomena, material phenomena.”
3. “Materiality, materiality.”

VI

Hãy thúc đẩy sự tinh cần. Trong bài kinh Đại Người chăn bò (Mahāgopālakasutta) thuộc Trung Bộ, và trong Chú giải của bài kinh ấy, có nói đến vị tỳ-khưu hành thiền như sau…

EN

Rouse diligence. In the Great Discourse on the Cowherd (Mahāgopālakasutta) in the Majjhima Nikāya and its commentary, the meditating bhikkhu is discussed as follows … (Majjhima Nikāya, vol. 1, p. 282; Majjhima Commentary, vol. 2, pp. 163–164.)

Dẫn thư in trên trang này: Ma, tập 1, tr. 282; Ma-ṭṭha, tập 2, tr. 163–164.

Biết sắc theo số lượng và nguồn sinh / Knowing materiality by number and origin

Miến / Burmese 159

VI

1. Biết tất cả sắc gồm sắc đại chủng và sắc y sinh theo số lượng là 28 sắc.

EN

1. Know all materiality, the great elements and derived materiality, as twenty-eight kinds.

VI

2. Biết theo nguyên nhân và nguồn sinh:
(a) Những sắc nào do nghiệp sinh.
(b) Những sắc nào do tâm sinh.
(c) Những sắc nào do thời tiết sinh.
(d) Những sắc nào do vật thực sinh.
(e) Những sắc nào sinh do một nguyên nhân.
(f) Những sắc nào sinh do hai nguyên nhân.
(g) Những sắc nào sinh do ba nguyên nhân.
(h) Những sắc nào sinh do cả bốn nguyên nhân.
(i) Những sắc nào không sinh do bất kỳ nguyên nhân nào, tức bốn sắc đặc tướng.

EN

2. Know their causes and origins:
(a) Which are kamma-produced.
(b) Which are consciousness-produced.
(c) Which are temperature-produced.
(d) Which are nutriment-produced.
(e) Which arise from one cause.
(f) Which arise from two causes.
(g) Which arise from three causes.
(h) Which arise from all four causes.
(i) Which are not produced by any cause, namely the four characteristics of materiality.

VI

Nếu không dùng tuệ phân tích và quán như vậy thì không thể thấy. Nếu không thấy thì không thể biết. Nếu không biết thì không thể nhận biết rõ. Nếu không thể nhận biết rõ thì không thể đạt đạo, quả và Niết-bàn. Chỉ khi quán được, thấy được, biết được, nhận biết được và dùng tuệ phân biệt được thì mới có thể đạt đến đạo, quả và Niết-bàn. (Ma 1,282; Ma-ṭṭha 2,163–164.)

EN

Without analysing and discerning in this way with wisdom, one cannot see. Without seeing, one cannot know. Without knowing, one cannot discern clearly. Without clear discernment, one cannot attain path, fruition and Nibbāna. Only when one can discern, see, know, recognize clearly and distinguish with wisdom can one attain path, fruition and Nibbāna. (Majjhima Nikāya, vol. 1, p. 282; Majjhima Commentary, vol. 2, pp. 163–164.)

VI

Vì thế, hành giả mong cầu pháp cao quý và an tịnh là Niết-bàn hãy dùng tuệ phân tích các sắc hiện rõ do bốn nguyên nhân là nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực, đến từng yếu tố chân đế trong mỗi nhóm sắc…

EN

Therefore a meditator aspiring to the noble and peaceful state of Nibbāna should analyse with wisdom the material phenomena that are evident as produced by kamma, consciousness, temperature and nutriment, down to each ultimate constituent of each material cluster …

Dẫn thư in trên trang này: Ma, tập 1, tr. 282; Ma-ṭṭha, tập 2, tr. 163–164.

Tinh cần để biết sắc đúng như thật / Diligence in knowing materiality as it really is

Miến / Burmese 160

VI

…Hãy nhận biết và phân biệt bằng tuệ từng yếu tố, đến mức thấy chân đế. Chỉ khi có thể nhận biết và dùng tuệ phân biệt sắc trong sáu cửa và 42 thể phần như đã trình bày, hành giả mới có thể biết đúng như thật cả số lượng 28 sắc lẫn nguồn sinh của từng sắc.

EN

… Discern and distinguish each constituent with wisdom until ultimate reality is seen. Only when you can discern and distinguish materiality at the six doors and in the forty-two components as described can you know as it really is both the number of the twenty-eight kinds and the origin of each.

VI

Nếu chưa thấy các nhóm sắc bằng tuệ, hoặc tuy thấy mà chưa thể dùng tuệ phân biệt đến mức chân đế, thì việc biết 28 sắc và biết sắc nào sinh từ nguyên nhân nào còn xa như trời với đất. Vì vậy, nếu mong cầu Niết-bàn mà Đức Phật chỉ dạy, và mong có tuệ minh sát chính xác đưa đến Niết-bàn, hãy tinh cần để dùng tuệ nhận biết và phân biệt sắc theo cả hai phương diện: số lượng và nguồn sinh, như được trình bày trong Chánh văn, Chú giải và Sớ giải.

EN

If you have not seen the clusters with wisdom, or have seen them but cannot distinguish their constituents at the ultimate level, knowing the twenty-eight kinds and which arises from which cause remains as far off as the sky is from the earth. Thus, if you aspire to the Nibbāna taught by the Buddha and to the accurate insight knowledge that leads to it, strive diligently to discern and distinguish materiality with wisdom in both respects, number and origin, as presented in the canonical text, commentary and subcommentary.

VI

Nếu hành giả cho rằng tuy chưa biết đúng như thật:

EN

If a meditator holds that even without knowing as it really is:

VI

1. Số lượng 28 sắc.
2. Nguồn sinh, tức sắc nào do nguyên nhân nào sinh.

EN

1. The number of the twenty-eight kinds of materiality.
2. Their origin, that is, which material phenomenon arises from which cause.

VI

…mà vẫn có thể đạt tuệ minh sát…

EN

… insight knowledge can nevertheless be attained …

Kết phần quán sắc / Conclusion of the discernment of materiality

Miến / Burmese 161

VI

…và đạt đạo, quả, Niết-bàn, thì theo quan điểm ấy hành giả sẽ phải cùng Đức Phật Chánh Đẳng Giác, bậc có tuệ toàn tri, dựng nên một giáo pháp đối nghịch. Nếu muốn bác bỏ những lời giáo huấn mà Ngài đã dùng tuệ toàn tri phân tích và giảng dạy, thì trước hết trong dòng tâm của chính hành giả phải có một thứ tuệ cao hơn cả tuệ toàn tri ấy.

EN

… and path, fruition and Nibbāna can be reached, then on that view the meditator would have to establish a teaching opposed to that of the Perfectly Enlightened Buddha, who possessed omniscient knowledge. To reject the instructions that he analysed and taught with omniscient knowledge, the meditator would first need to possess in their own continuum a kind of wisdom superior to that omniscient knowledge.

VI

EN

Phần oai nghi và tỉnh giác / Postures and clear comprehension

Miến / Burmese 162

VI

Phần oai nghi (iriyāpatha) và tỉnh giác (sampajañña).

EN

The section on postures (iriyāpatha) and clear comprehension (sampajañña).

Cách quán oai nghi và tỉnh giác / How to contemplate postures with clear comprehension

Miến / Burmese 163

VI

“Kiñcāpi hi yaṃ kiñci kammaṭṭhānaṃ satassa sampajānasseva sampajjati.” Bất cứ đề mục thiền nào cũng chỉ thành tựu nơi người có niệm và tỉnh giác. (Thanh tịnh đạo, tập 1, tr. 276.)

EN

“Kiñcāpi hi yaṃ kiñci kammaṭṭhānaṃ satassa sampajānasseva sampajjati.” Any meditation subject succeeds only for one who is mindful and clearly comprehending. (Visuddhimagga, vol. 1, p. 276.)

VI

Theo lời Chú giải ấy, dù tu đề mục thiền chỉ hay đề mục minh sát, đều nên quán có hệ thống theo phương pháp ở phần oai nghi và phần tỉnh giác. Sau đây trình bày tóm lược cách quán ấy.

EN

According to this commentary, whether practising a subject of tranquillity or insight, the meditator should contemplate systematically according to the methods in the sections on postures and clear comprehension. A brief account follows.

VI

“Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu —
1. Gacchanto vā ‘gacchāmī’ti pajānāti.
2. Ṭhito vā ‘ṭhitomhī’ti pajānāti.
3. Nisinno vā ‘nisinnomhī’ti pajānāti.
4. Sayāno vā ‘sayānomhī’ti pajānāti.”

EN

“Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu —
1. Gacchanto vā ‘gacchāmī’ti pajānāti.
2. Ṭhito vā ‘ṭhitomhī’ti pajānāti.
3. Nisinno vā ‘nisinnomhī’ti pajānāti.
4. Sayāno vā ‘sayānomhī’ti pajānāti.” (Majjhima Nikāya, vol. 1, p. 71.)

Dẫn thư in trên trang này: Visuddhimagga, tập 1, tr. 276; Ma, tập 1, tr. 71.

Bốn oai nghi và bảy nhóm hoạt động có tỉnh giác / The four postures and seven groups of activities

Miến / Burmese 164

VI

Lại nữa, này các tỳ-khưu, vị tỳ-khưu hành thiền:

EN

Again, bhikkhus, the meditating bhikkhu:

VI

1. Khi đi, biết rõ “tôi đi”.
2. Khi đứng, biết rõ “tôi đứng”.
3. Khi ngồi, biết rõ “tôi ngồi”.
4. Khi nằm, biết rõ “tôi nằm”.

EN

1. When walking, clearly knows, “I am walking.”
2. When standing, clearly knows, “I am standing.”
3. When sitting, clearly knows, “I am sitting.”
4. When lying down, clearly knows, “I am lying down.” (Majjhima Nikāya, vol. 1, p. 71.)

VI

Đây là cách quán ở phần oai nghi.

EN

This is the method of contemplation in the section on postures.

VI

“Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu —
1. Abhikkante paṭikkante sampajānakārī hoti.
2. Ālokite vilokite sampajānakārī hoti.
3. Samiñjite pasārite sampajānakārī hoti.
4. Saṅghāṭipattacīvaradhāraṇe sampajānakārī hoti.
5. Asite pīte khāyite sāyite sampajānakārī hoti.
6. Uccārapassāvakamme sampajānakārī hoti.
7. Gate ṭhite nisinne sutte jāgarite bhāsite tuṇhībhāve sampajānakārī hoti.”

EN

“Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu —
1. Abhikkante paṭikkante sampajānakārī hoti.
2. Ālokite vilokite sampajānakārī hoti.
3. Samiñjite pasārite sampajānakārī hoti.
4. Saṅghāṭipattacīvaradhāraṇe sampajānakārī hoti.
5. Asite pīte khāyite sāyite sampajānakārī hoti.
6. Uccārapassāvakamme sampajānakārī hoti.
7. Gate ṭhite nisinne sutte jāgarite bhāsite tuṇhībhāve sampajānakārī hoti.” (Majjhima Nikāya, vol. 1, p. 72.)

VI

Lại nữa, này các tỳ-khưu, vị tỳ-khưu hành thiền:

EN

Again, bhikkhus, the meditating bhikkhu:

VI

1. Khi đi tới, đi lui, làm với tỉnh giác.
2. Khi nhìn thẳng, nhìn quanh, làm với tỉnh giác.
3. Khi co, duỗi, làm với tỉnh giác.
4. Khi mang y hai lớp, bình bát và y, làm với tỉnh giác.
5. Khi ăn, uống, nhai và nếm, làm với tỉnh giác.
6. Khi đại tiện, tiểu tiện, làm với tỉnh giác.

EN

1. Acts with clear comprehension when going forward and returning.
2. Acts with clear comprehension when looking ahead and looking around.
3. Acts with clear comprehension when bending and stretching.
4. Acts with clear comprehension when carrying the outer robe, bowl and robes.
5. Acts with clear comprehension when eating, drinking, chewing and tasting.
6. Acts with clear comprehension when defecating and urinating.

Dẫn thư in trên trang này: Ma, tập 1, tr. 71; Ma, tập 1, tr. 72.

Mối liên hệ giữa oai nghi và tỉnh giác / The relation between postures and clear comprehension

Miến / Burmese 165

VI

7. Khi đi, đứng, ngồi, ngủ, thức, nói và im lặng, làm với tỉnh giác.

EN

7. Acts with clear comprehension when walking, standing, sitting, sleeping, waking, speaking and remaining silent. (Majjhima Nikāya, vol. 1, p. 72.)

VI

Đây là cách quán ở phần tỉnh giác.

EN

This is the method of contemplation in the section on clear comprehension.

VI

Trong hai đoạn trên, đoạn thứ nhất là cách quán sơ khởi thuộc phần oai nghi, đoạn thứ hai là cách quán sơ khởi thuộc phần tỉnh giác. Hai cách quán liên hệ với nhau. Chú giải và Sớ giải giải thích rộng cách thực hành phù hợp với ý của Đức Phật. Nay trình bày tóm lược những lời giải thích ấy.

EN

Of these two passages, the first sets out the preliminary method of contemplation under postures and the second that under clear comprehension. The two methods are related. The commentary and subcommentary explain in detail how to practise in accordance with the Buddha's intention. These explanations are summarized here.

VI

"Gacchanto vā gacchāmīti pajānāti, ṭhito vā ṭhitomhīti pajānāti, nisinno vā nisinnomhīti pajānāti, sayāno vā sayānomhīti pajānātī"ti imasmiñhi ṭhāne addhānairiyāpathā kathitā. "Abhikkante paṭikkante ālokite vilokite samiñjite pasārite"ti imasmiṃ majjhimā. "Gate ṭhite nisinne sutte jāgarite"ti idha pana khuddakacuṇṇikairiyāpathā kathitā. Tasmā etesupi vuttanayeneva sampajānakāritā veditabbā. (Majjhima-aṭṭhakathā, tập 1, tr. 273.)

Ở phần oai nghi, bản văn nói đến các oai nghi kéo dài. Ở đoạn đi tới, đi lui, nhìn thẳng, nhìn quanh, co và duỗi, bản văn nói đến các oai nghi có độ dài trung bình. Ở đoạn đi, đứng, ngồi, ngủ và thức, bản văn nói đến các oai nghi ngắn. Ở đây cũng nên hiểu cách làm với tỉnh giác theo phương pháp đã trình bày.

EN

“Gacchanto vā gacchāmīti pajānāti, ṭhito vā ṭhitomhīti pajānāti, nisinno vā nisinnomhīti pajānāti, sayāno vā sayānomhīti pajānātī”ti imasmiñhi ṭhāne addhānairiyāpathā kathitā. “Abhikkante paṭikkante ālokite vilokite samiñjite pasārite”ti imasmiṃ majjhimā. “Gate ṭhite nisinne sutte jāgarite”ti idha pana khuddakacuṇṇikairiyāpathā kathitā. Tasmā etesupi vuttanayeneva sampajānakāritā veditabbā.

In the passage on knowing that one is walking, standing, sitting or lying down, sustained postures are explained. Going forward and returning, looking ahead and looking around, bending and stretching are postures of intermediate duration. In the passage on walking, standing, sitting, sleeping and waking, brief postures are explained. Acting with clear comprehension should be understood here too according to the method already stated. (Majjhima Commentary, vol. 1, p. 273.)

VI

Trong phần oai nghi, Đức Phật dạy quán minh sát trong các oai nghi đi, đứng, ngồi và nằm. Trong phần tỉnh giác, Ngài lại dạy quán minh sát trong các động tác như đi tới, đi lui. Cũng trong phần tỉnh giác, với các chữ “khi đi, khi đứng” v.v., Ngài lại dạy quán minh sát trong các oai nghi đi, đứng, ngồi và nằm. Như vậy có một lần ở phần oai nghi, hai lần ở phần tỉnh giác. Cả ba lần đều liên hệ đến đi, đứng…

EN

In the section on postures the Buddha teaches insight while walking, standing, sitting and lying down. In the section on clear comprehension he teaches insight during activities such as going forward and returning. Then, in that same section, with the words “when walking, when standing” and so on, he again teaches insight in the postures of walking, standing, sitting and lying down. Thus it occurs once under postures and twice under clear comprehension. All three concern walking, standing …

Dẫn thư in trên trang này: Ma, tập 1, tr. 72; Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 273.

Ba phạm vi quán oai nghi / Three durations of posture

Miến / Burmese 166

VI

…ngồi, nằm. Đức Phật dạy quán minh sát trong những lúc ấy. Chú giải giải thích lời dạy ấy như đã dẫn. Ý chính như sau.

EN

… sitting and lying down. The Buddha taught insight contemplation on these occasions. The commentary explains the teaching as just cited. Its substance is as follows.

VI

1. Trong phần oai nghi, bốn oai nghi đi, đứng, ngồi, nằm chỉ những oai nghi kéo dài. Khi đi, đứng, ngồi hoặc nằm lâu, hãy nhận biết các pháp danh sắc thuộc năm uẩn. Hãy quán minh sát các pháp danh sắc thuộc năm uẩn cùng các duyên của chúng dưới ba đặc tính.

EN

1. The four postures of walking, standing, sitting and lying down in the section on postures refer to sustained postures. When walking, standing, sitting or lying down for a long time, discern the mental and material phenomena of the five aggregates. Contemplate those phenomena and their conditions under the three characteristics.

VI

2. Sáu việc “đi tới, đi lui, nhìn thẳng, nhìn quanh, co và duỗi” chỉ những oai nghi có độ dài trung bình. Trong những lúc thực hiện các động tác ấy, như khi đi khất thực, cũng hãy nhận biết các pháp danh sắc thuộc năm uẩn và quán minh sát chúng cùng các duyên dưới ba đặc tính.

EN

2. The six activities of going forward, returning, looking ahead, looking around, bending and stretching refer to postures of intermediate duration. While engaged in these activities, for example when going for alms, discern the mental and material phenomena of the five aggregates and contemplate them and their conditions under the three characteristics.

VI

3. Năm việc “khi đi, đứng, ngồi, ngủ và thức” ở mục 7 phần tỉnh giác chỉ những oai nghi ngắn, như đi từ chỗ này sang chỗ kia trong tu viện, đi kinh hành, dịch tới hoặc dịch lui trong lúc ngồi thiền. Ngay trong những oai nghi ngắn ấy ở tu viện, như đi, đứng, ngồi và nằm, hành giả cũng hãy nhận biết các pháp danh sắc thuộc năm uẩn và quán chúng cùng các duyên dưới ba đặc tính…

EN

3. The five activities of walking, standing, sitting, sleeping and waking in the seventh item of clear comprehension refer to brief postures, such as walking from one place to another in the monastery, walking in meditation, or shifting forward or back during sitting meditation. Even in these brief postures at the monastery, whether walking, standing, sitting or lying down, discern the mental and material phenomena of the five aggregates and contemplate them and their conditions under the three characteristics …

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 273.

Quán trong lúc thực hiện và sau khi thực hiện / Contemplation during and after an activity

Miến / Burmese 167

VI

…mà tu tập minh sát. (Majjhima-aṭṭhakathā, tập 1, tr. 273.)

EN

… in the practice of insight. (Majjhima Commentary, vol. 1, p. 273.)

VI

Trong Chú giải cũng nêu quan điểm của Trưởng lão Mahāsīva ở Rohaṇa. Quan điểm của ngài như sau.

EN

The commentary also gives the view of the Elder Mahāsīva of Rohaṇa. His view is as follows.

VI

Trong các oai nghi đi, đứng, ngồi, nằm ở phần oai nghi, và trong những động tác đi tới, đi lui, nhìn thẳng, nhìn quanh, co và duỗi ở phần tỉnh giác, lời dạy nhằm chỉ việc nhận biết các pháp danh sắc thuộc năm uẩn ngay trong khi làm những việc ấy, rồi quán minh sát các pháp danh sắc cùng các duyên dưới ba đặc tính.

EN

In the postures of walking, standing, sitting and lying down, and in the activities of going forward, returning, looking ahead, looking around, bending and stretching, the instruction is to discern the mental and material phenomena of the five aggregates while actually doing those things and contemplate them and their conditions under the three characteristics.

VI

Còn lời dạy ở mục 7, “gate ṭhite nisinne sutte jāgarite bhāsite tuṇhībhāve”, chỉ việc làm với tỉnh giác sau khi đã đi, đã đứng, đã ngồi, đã ngủ, đã thức, đã nói hoặc đang giữ im lặng. Khi động tác đã xong, hãy nhận biết và quán minh sát các pháp danh sắc đã sinh trong lúc làm động tác đó. Chú giải trình bày lời Trưởng lão Mahāsīva theo cách ấy. (Có thể xem phần giải thích rộng trong Chú giải.) (Majjhima-aṭṭhakathā, tập 1, tr. 273–274.)

EN

The instruction in the seventh item, “gate ṭhite nisinne sutte jāgarite bhāsite tuṇhībhāve,” concerns clear comprehension after walking, standing, sitting, sleeping, waking or speaking, or while remaining silent. After completing the activity, discern and contemplate with insight the mental and material phenomena that arose during it. The commentary presents the Elder Mahāsīva’s explanation in this way. See the commentary for the fuller account. (Majjhima Commentary, vol. 1, pp. 273–274.)

VI

1. Theo những chỉ dẫn này, trong lúc đi, đứng, ngồi, nằm, đi tới, đi lui, nhìn thẳng, nhìn quanh, co hay duỗi, hành giả hãy nhận biết và quán minh sát các pháp danh sắc đang hiện hữu.

EN

1. Following these instructions, while walking, standing, sitting, lying down, going forward, returning, looking ahead, looking around, bending or stretching, discern and contemplate with insight the mental and material phenomena then present.

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 273; Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 273–274.

Sự biết có khả năng đoạn trừ tưởng về chúng sinh / The knowing that relinquishes the notion of a being

Miến / Burmese 168

VI

2. Sau khi đã đi, đứng, ngồi, ngủ (nằm) hoặc thức, hành giả hãy nhận biết và quán minh sát các pháp danh sắc quá khứ đã sinh trong những lúc đi, đứng, ngồi, ngủ, nằm hoặc thức ấy.

EN

2. After walking, standing, sitting, sleeping or waking, discern and contemplate with insight the past mental and material phenomena that arose while walking, standing, sitting, sleeping, lying down or waking.

VI

Trong khi đi, hãy quán minh sát các pháp danh sắc hiện hữu. Sau khi đã đi, lại hãy nhận biết và quán minh sát các pháp danh sắc đã sinh trong lúc đi. Quán bằng cách nào? Câu trả lời như sau.

EN

While walking, contemplate with insight the mental and material phenomena then present. After walking, discern and contemplate those that arose during the walk. How is this done? The answer is as follows.

VI

Tattha kāmaṃ soṇasiṅgālādayopi gacchantā ‘gacchāmā’ti jānanti. Na panetaṃ evarūpaṃ jānanaṃ sandhāya vuttaṃ. Evarūpañhi jānanaṃ sattūpaladdhiṃ na pajahati, attasaññaṃ na ugghāṭeti, kammaṭṭhānaṃ vā satipaṭṭhānabhāvanā vā na hoti. Imassa pana bhikkhuno jānanaṃ sattūpaladdhiṃ pajahati, attasaññaṃ ugghāṭeti, kammaṭṭhānañceva satipaṭṭhānabhāvanā ca hoti. Idañhi “ko gacchati, kassa gamanaṃ, kiṃ kāraṇā gacchatī”ti evaṃ sampajānanaṃ sandhāya vuttaṃ. Ṭhānādīsupi eseva nayo. (Majjhima-aṭṭhakathā, tập 1, tr. 255–256.)

EN

Tattha kāmaṃ soṇasiṅgālādayopi gacchantā ‘gacchāmā’ti jānanti. Na panetaṃ evarūpaṃ jānanaṃ sandhāya vuttaṃ. Evarūpañhi jānanaṃ sattūpaladdhiṃ na pajahati, attasaññaṃ na ugghāṭeti, kammaṭṭhānaṃ vā satipaṭṭhānabhāvanā vā na hoti. Imassa pana bhikkhuno jānanaṃ sattūpaladdhiṃ pajahati, attasaññaṃ ugghāṭeti, kammaṭṭhānañceva satipaṭṭhānabhāvanā ca hoti. Idañhi “ko gacchati, kassa gamanaṃ, kiṃ kāraṇā gacchatī”ti evaṃ sampajānanaṃ sandhāya vuttaṃ. Ṭhānādīsupi eseva nayo.

Even dogs and jackals know, as they walk, “We are walking.” The instruction was given with a different kind of knowing in mind. That ordinary knowing does not relinquish the notion of a being or uproot the perception of self, and it does not constitute a meditation subject or the development of the establishments of mindfulness. The knowing of this bhikkhu relinquishes the notion of a being, uproots the perception of self, and constitutes both a meditation subject and the development of the establishments of mindfulness. The instruction refers to clear comprehension in this sense: “Who walks? Whose walking is it? For what reason does walking occur?” The same applies to standing and the other postures. (Majjhima Commentary, vol. 1, pp. 255–256.)

VI

Trong cách quán oai nghi và tỉnh giác ấy, ngay cả loài vật như chó nhà và chó rừng cũng biết, khi đi, rằng “chúng tôi đi”. Nhưng Đức Phật dạy cách quán oai nghi và tỉnh giác vì một sự biết khác. Sự biết của các loài vật ấy không loại trừ quan niệm chấp có một chúng sinh, không nhổ bỏ tưởng chấp có tự ngã, cũng không phải là đề mục minh sát hay tu tập các niệm xứ. Còn sự biết của vị tỳ-khưu hành thiền này…

EN

In the contemplation of postures and clear comprehension, even animals such as dogs and jackals know, when they walk, “We are walking.” The Buddha’s teaching concerns a different kind of knowing. The animals’ knowing does not remove the view that there is a being, uproot the perception of self, or constitute an insight meditation subject or the development of the establishments of mindfulness. The knowing of the meditating bhikkhu …

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 255–256.

Ai đi, sự đi của ai, và do đâu mà đi / Who walks, whose walking it is, and why it occurs

Miến / Burmese 169

VI

…loại trừ quan niệm chấp có một chúng sinh và nhổ bỏ tưởng chấp có tự ngã. Đó là đề mục minh sát và cũng là tu tập các niệm xứ. Quả vậy, vị tỳ-khưu biết theo ba câu hỏi:

EN

… removes the notion of a being and uproots the perception of self. It constitutes both an insight meditation subject and the development of the establishments of mindfulness. The bhikkhu understands through three questions:

VI

1. Ai đi?
2. Sự đi là của ai?
3. Do nguyên nhân nào mà đi?

EN

1. Who walks?
2. Whose walking is it?
3. For what reason does walking occur?

VI

Chính vì muốn chỉ sự biết như vậy mà Đức Phật dạy cách quán oai nghi và tỉnh giác. Với đứng và các oai nghi còn lại, phương pháp cũng vậy. (Majjhima-aṭṭhakathā, tập 1, tr. 255–256.)

EN

It was with this knowing in mind that the Buddha taught contemplation of postures and clear comprehension. The same method applies to standing and the other postures. (Majjhima Commentary, vol. 1, pp. 255–256.)

VI

Tattha ko gacchatīti na koci satto vā puggalo vā gacchati. Kassa gamananti na kassaci sattassa vā puggalassa vā gamanaṃ. Kiṃ kāraṇā gacchatīti cittakiriyavāyodhātuvipphārena gacchati. Tasmā esa evaṃ pajānāti: ‘gacchāmī’ti cittaṃ uppajjati, taṃ vāyaṃ janeti, vāyo viññattiṃ janeti. Cittakiriyavāyodhātuvipphārena sakalakāyassa purato abhinīhāro gamananti vuccati. Ṭhānādīsupi eseva nayo. (Majjhima-aṭṭhakathā, tập 1, tr. 256.)

EN

Tattha ko gacchatīti na koci satto vā puggalo vā gacchati. Kassa gamananti na kassaci sattassa vā puggalassa vā gamanaṃ. Kiṃ kāraṇā gacchatīti cittakiriyavāyodhātuvipphārena gacchati. Tasmā esa evaṃ pajānāti: ‘gacchāmī’ti cittaṃ uppajjati, taṃ vāyaṃ janeti, vāyo viññattiṃ janeti. Cittakiriyavāyodhātuvipphārena sakalakāyassa purato abhinīhāro gamananti vuccati. Ṭhānādīsupi eseva nayo.

Here, “Who walks?” No being or individual walks. “Whose walking is it?” It is not the walking of any being or individual. “For what reason does walking occur?” It occurs through the activity of the wind element set in motion by consciousness. The meditator understands that the thought “I will walk” arises, generates wind, and the wind generates intimation. The advance of the whole body through this activity of the wind element is called walking. The same applies to standing and the other postures. (Majjhima Commentary, vol. 1, p. 256.)

VI

Vāyaṃ janetīti vāyodhātuadhikaṃ rūpakalāpaṃ janeti. Adhikatā cettha sāmatthiyato, na pamāṇato. Gamanacittasamuṭṭhitaṃ sahajātarūpakāyassa thambhanasandhāraṇacalanānaṃ paccayabhūtena ākāravisesena pavattamānaṃ vāyodhātuṃ sandhāyāha “vāyo viññattiṃ janetī”ti.

“Làm sinh phong” là làm sinh nhóm sắc có phong đại trội về năng lực. Phong đại do tâm muốn đi sinh, khi diễn tiến theo một cách đặc thù, làm duyên cho việc làm cứng, nâng đỡ và chuyển động của thân sắc đồng sinh. Theo nghĩa ấy, Sớ giải nói “phong làm sinh biểu tri”. (Majjhima-ṭīkā, tập 1, tr. 352.)

EN

Vāyaṃ janetīti vāyodhātuadhikaṃ rūpakalāpaṃ janeti. Adhikatā cettha sāmatthiyato, na pamāṇato. Gamanacittasamuṭṭhitaṃ sahajātarūpakāyassa thambhanasandhāraṇacalanānaṃ paccayabhūtena ākāravisesena pavattamānaṃ vāyodhātuṃ sandhāyāha “vāyo viññattiṃ janetī”ti.

To generate wind means to generate a cluster in which the wind element predominates in efficacy. The expression “wind generates intimation” refers to the wind element produced by the intention to walk, as it occurs in a particular mode that conditions the stiffening, support and movement of the co-arising material body. (Majjhima Subcommentary, vol. 1, p. 352.)

VI

1. Đối với câu “Ai đi?”, không có chúng sinh hay cá nhân nào đi…

EN

1. As to “Who walks?”, no being or individual walks …

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 255–256; Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 256; Ma-ṭīkā, tập 1, tr. 352.

Tâm muốn đi và phong đại / The intention to walk and the wind element

Miến / Burmese 170

VI

…(không có một cá nhân hay chúng sinh thực thể làm người đi).

EN

… there is no substantial individual or being acting as the walker.

VI

2. Đối với câu “Sự đi là của ai?”, đó không phải là sự đi của bất kỳ chúng sinh hay cá nhân nào.

EN

2. As to “Whose walking is it?”, it is not the walking of any being or individual.

VI

3. Vậy do nguyên nhân nào mà đi? Do tâm, tức tâm muốn đi, làm sinh phong đại. Các nhóm sắc có sức phong đại trội lan khắp thân và sự đi xảy ra. Nói cách khác, danh sắc làm cho động tác đi được thực hiện. Vì thế vị tỳ-khưu hành thiền biết như sau:

EN

3. For what reason does walking occur? The consciousness that intends to walk generates the wind element. Material clusters in which the force of the wind element predominates spread throughout the body and walking occurs. In other words, mentality and materiality bring about the action. The meditating bhikkhu therefore knows as follows:

VI

1. Tâm muốn đi sinh lên. Các pháp tương ưng có tâm đứng đầu cũng sinh lên.
2. Tâm ấy làm sinh phong đại, tức làm sinh các nhóm sắc có sức phong đại trội. “Trội” ở đây nói về tính chất và năng lực tác động của phong đại, chứ không nói phong đại nhiều hơn về số lượng hay lớn hơn về kích thước.
3. Phong đại có sức tác động trội ấy làm sinh thân biểu tri, tức làm sinh tập hợp các sắc thuộc nhóm chín sắc có thân biểu tri hoặc nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v.
4. Phong đại do tâm làm sinh, có sức tác động trội ấy…

EN

1. The consciousness intending to walk arises, together with its associated phenomena.
2. That consciousness generates the wind element, that is, it produces material clusters in which the force of the wind element predominates. Predominance here refers to its characteristic and efficacy, rather than its quantity or size.
3. The predominant wind element generates bodily intimation, producing either the bodily-intimation nonad or the dodecad with bodily intimation, lightness and the other qualities.
4. The consciousness-produced wind element with predominant efficacy …

Sắc làm chuyển động và sắc được chuyển động / Materiality that brings about movement and materiality that is moved

Miến / Burmese 171

VI

…tức các nhóm sắc và các pháp sắc có phong đại trội, lan khắp thân và làm cho động tác đi xảy ra.

EN

… namely, the clusters and material phenomena with predominant wind, spreads throughout the body and brings about walking.

VI

5. Việc toàn thể sắc thân thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện theo cách được đưa về phía trước, tức các tập hợp sắc sinh liên tiếp ở những vị trí mới về phía trước, được gọi là đi. (Ma-ṭṭha 1,256.)

EN

5. The appearance of the entire material body of the four origins as though carried forward, with collections of material phenomena arising successively at new locations ahead, is called walking. (Majjhima Commentary, vol. 1, p. 256.)

VI

Chỉ dẫn này của Chú giải sẽ dễ thực hành đối với hành giả đã nhận biết rành rẽ sắc thuộc bốn nguồn sinh ở sáu cửa và 42 thể phần, nhất là sắc do tâm sinh. Tuy nhiên, cần đặc biệt lưu ý rằng pháp chân đế không di chuyển từ nơi này sang nơi khác. Khi quán theo cách này, cũng đừng quên rằng các sắc chân đế sinh theo từng tập hợp gọi là nhóm sắc. Cần biết phân biệt hai loại sắc:

EN

This instruction is easier for a meditator already skilled in discerning materiality of the four origins at the six doors and in the forty-two components, especially consciousness-produced materiality. It is important to remember that ultimate phenomena do not move from one place to another, and that ultimate material phenomena arise in collections called material clusters. Distinguish two kinds of materiality:

VI

1. Sắc làm chuyển động.
2. Sắc được chuyển động.

EN

1. Materiality that brings about movement.
2. Materiality that is moved.

VI

Cũng cần phân biệt hai loại sắc:

EN

Also distinguish two kinds:

VI

1. Sắc nổi bật (padhāna).
2. Sắc không nổi bật (appadhāna).

EN

1. Prominent materiality (padhāna).
2. Less prominent materiality (appadhāna).

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 256.

Hai cách phân biệt sắc trong oai nghi / Two ways of distinguishing materiality in postures

Miến / Burmese 172

VI

Trong phần quán oai nghi, Đức Phật dạy hai cách. Cách thứ nhất bắt đầu bằng “Gacchanto vā ‘gacchāmī’ti pajānāti”, khi đi biết rõ “tôi đi”. Cách thứ hai bắt đầu bằng “Yathā yathā vā panassa…”. Theo cách thứ nhất:

EN

In the section on postures the Buddha taught two methods. The first begins, “Gacchanto vā ‘gacchāmī’ti pajānāti,” when walking, one clearly knows, “I am walking.” The second begins, “Yathā yathā vā panassa…”. In the first method:

VI

1. Các sắc trong nhóm chín sắc có thân biểu tri và nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v., gọi là sắc oai nghi, là sắc nổi bật. Đây là sắc làm chuyển động.
2. Các sắc thuộc bốn nguồn sinh còn lại, hiện diện khắp thân ở sáu cửa và 42 thể phần, là sắc không nổi bật. Đây là sắc được chuyển động.

EN

1. The material phenomena in the bodily-intimation nonad and the dodecad with bodily intimation, lightness and the other qualities are called posture materiality and are prominent. They bring about movement.
2. The remaining materiality of the four origins throughout the body, at the six doors and in the forty-two components, is less prominent. It is the materiality that is moved.

VI

Còn trong cách thứ hai, được dạy bắt đầu bằng “Yathā yathā vā panassa…”:

EN

In the second method, taught with the words “Yathā yathā vā panassa…”:

VI

1. Các sắc trong nhóm chín sắc có thân biểu tri và nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v., gọi là sắc oai nghi, là sắc không nổi bật. Chúng vẫn là sắc làm chuyển động.
2. Các sắc thuộc bốn nguồn sinh còn lại, hiện diện khắp thân, là sắc nổi bật. Chúng vẫn là sắc được chuyển động.

EN

1. The material phenomena in the bodily-intimation nonad and the dodecad with bodily intimation, lightness and the other qualities are called posture materiality and are less prominent. They still bring about movement.
2. The remaining materiality of the four origins throughout the body is prominent. It is still the materiality that is moved.

VI

Ở đây, các sắc làm chuyển động có thật sự mang các sắc thuộc bốn nguồn sinh từ nơi này sang nơi khác…

EN

Do the material phenomena that bring about movement actually carry the materiality of the four origins from one place to another …

Các sắc sinh ở vị trí mới / Material phenomena arise at new locations

Miến / Burmese 173

VI

…hay không? Không phải như vậy. Các sắc thuộc bốn nguồn sinh cũng không thực sự bị mang đi. Do sức tác động của phong đại trong các nhóm sắc do tâm sinh, vốn sinh từ tâm muốn đi và các tâm đang đi, các sắc thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện theo cách như thể được chuyển đi. Chúng không sinh trở lại tại chỗ cũ, mà sinh tại những vị trí mới.

EN

… or not? They do not. Materiality of the four origins is not actually carried away. Through the force of the wind element in consciousness-produced clusters, produced by the intention to walk and by the consciousnesses involved in walking, materiality of the four origins appears as though it were moved. It does not arise again at the old location but arises at new locations.

VI

Purato abhinīhāro purato bhāgena kāyassa pavattanaṃ, yo “abhikkamo”ti vuccati.
(Majjhima-ṭīkā, tập 1, tr. 352.)

EN

Purato abhinīhāro purato bhāgena kāyassa pavattanaṃ, yo “abhikkamo”ti vuccati.

The subcommentary explains that carrying forward means the continuation of the body in a forward direction, which is called advancing. (Majjhima Subcommentary, vol. 1, p. 352.)

VI

Đưa về phía trước nghĩa là tập hợp các sắc thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện ở phía trước. Chính sự sinh theo cách ấy gọi là bước tới hay đi về phía trước.

EN

Carrying forward means that collections of material phenomena of the four origins appear in front. This mode of arising is called stepping forward or advancing.

VI

Trong các sắc xuất hiện theo cách làm chuyển động có sắc thân biểu tri, còn gọi là sắc oai nghi. Đó là sắc thuộc nhóm chín sắc có thân biểu tri và nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v. Chúng là sắc do tâm sinh. Mặt khác, các sắc xuất hiện theo cách được chuyển động gồm sắc thuộc bốn nguồn sinh, trong đó cũng có sắc do tâm sinh. Để tránh lẫn lộn, xin giải thích thêm như sau.

EN

Among the phenomena appearing as that which brings about movement is bodily intimation, also called posture materiality. It occurs in the bodily-intimation nonad and the dodecad with bodily intimation, lightness and the other qualities. These are consciousness-produced. Material phenomena appearing as that which is moved are of all four origins, including consciousness-produced materiality. To avoid confusion, the distinction is explained further below.

VI

1. Tất cả 75 tâm được gọi là ý giới và ý thức giới, còn lại sau khi trừ bốn tâm quả vô sắc và mười tâm ngũ song thức, nương vào sắc ý vật mà sinh. Từ hữu phần đầu tiên trở đi, ở mỗi sát-na sinh chúng làm sinh sắc có tâm làm nguồn sinh, tức nhóm tám sắc có dưỡng chất do tâm sinh…

EN

1. All seventy-five consciousnesses known as mind element or mind-consciousness element, after excluding the four immaterial resultants and the ten instances of fivefold sense consciousness, arise dependent on the heart-base. From the first life-continuum onwards, at each arising submoment they produce consciousness-originated materiality, namely consciousness-produced nutritive octads …

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭīkā, tập 1, tr. 352.

Những tâm làm sinh và nâng đỡ sắc oai nghi / Consciousnesses that produce and sustain posture materiality

Miến / Burmese 174

VI

…Khi làm sinh sắc, tâm chỉ có sức làm sinh trong sát-na sinh, theo bản tính của tâm. Tâm chỉ làm sinh sắc do tâm sinh vào sát-na sinh, và không thể làm sinh sắc vào sát-na trụ hoặc diệt. Một lần tâm sinh có thể làm sinh nhiều nhóm sắc do tâm sinh, chứ không chỉ một nhóm.

EN

… By its nature, consciousness can produce materiality only at its arising submoment. It cannot produce consciousness-originated materiality during presence or dissolution. A single arising of consciousness can produce many consciousness-produced clusters.

VI

“Hetū hetusampayuttakānaṃ dhammānaṃ taṃsamuṭṭhānānañca rūpānaṃ hetupaccayena paccayo.” Các nhân làm duyên cho các pháp tương ưng với nhân và các sắc do chúng làm sinh bằng nhân duyên. (Paṭṭhāna, tập 1, tr. 1.)

EN

“Hetū hetusampayuttakānaṃ dhammānaṃ taṃsamuṭṭhānānañca rūpānaṃ hetupaccayena paccayo.” Roots condition the phenomena associated with them and the material phenomena originating from them by way of root condition. (Paṭṭhāna, vol. 1, p. 1.)

VI

“Cittādhipati cittasampayuttakānaṃ dhammānaṃ taṃsamuṭṭhānānañca rūpānaṃ adhipatipaccayena paccayo.” Tâm làm trưởng duyên cho các pháp tương ưng với tâm và các sắc do chúng làm sinh. (Paṭṭhāna, tập 1, tr. 2.)

EN

“Cittādhipati cittasampayuttakānaṃ dhammānaṃ taṃsamuṭṭhānānañca rūpānaṃ adhipatipaccayena paccayo.” Predominant consciousness conditions the phenomena associated with it and the material phenomena originating from it by way of predominance condition. (Paṭṭhāna, vol. 1, p. 2.)

VI

Trong các lời dạy ấy, đối với sắc do tâm sinh, dùng số nhiều “taṃsamuṭṭhānānañca rūpānaṃ”, tức “các sắc do chúng làm sinh”. Các lời ấy chỉ rằng một tâm có thể làm sinh nhiều nhóm sắc do tâm sinh.

EN

These teachings use the plural “taṃsamuṭṭhānānañca rūpānaṃ,” the material phenomena originating from them, when speaking of consciousness-produced materiality. They indicate that one consciousness can produce many consciousness-produced clusters.

VI

2. Hai mươi sáu đổng lực an chỉ đại hành và siêu thế, khi sinh trong cõi có năm uẩn, cũng làm sinh các nhóm tám sắc có dưỡng chất do tâm sinh. Chúng có thể nâng đỡ oai nghi đã có, giữ cho oai nghi bền vững, nhưng không làm sinh oai nghi mới.

EN

2. The twenty-six exalted and supramundane absorption impulsions, when arising in a realm of five aggregates, also produce consciousness-produced nutritive octads. They can sustain an existing posture and keep it steady but do not produce a new posture.

VI

3. Hai mươi hai tâm gồm tâm hướng ý môn, các đổng lực dục giới và tâm sinh tiếu:
(a) Làm sinh nhóm tám sắc có dưỡng chất do tâm sinh.
(b) Giữ vững oai nghi đã có.
(c) Làm sinh cả hai sắc biểu tri, tức cũng có thể làm sinh sắc oai nghi mới. (Abhi-ṭṭha 1,361–362.)

EN

3. The twenty-two consciousnesses comprising mind-door adverting, sense-sphere impulsions and smile-producing consciousness:
(a) Produce consciousness-produced nutritive octads.
(b) Sustain an existing posture.
(c) Produce both kinds of intimation and can thus produce new posture materiality.
(Abhidhamma Commentary, vol. 1, pp. 361–362.)

Dẫn thư in trên trang này: Paṭṭhāna, tập 1, tr. 1; Paṭṭhāna, tập 1, tr. 2; Abhi-ṭṭha, tập 1, tr. 361–362.

Sắc do tâm sinh có mặt ở cả hai bên / Consciousness-produced materiality occurs on both sides

Miến / Burmese 175

VI

Theo sự phân loại ấy, hai nhóm sắc do tâm sinh có chứa sắc oai nghi, tức sắc biểu tri, do những tâm có khả năng làm sinh sắc oai nghi tạo ra, thuộc phía các sắc xuất hiện theo cách làm chuyển động. Các nhóm tám sắc có dưỡng chất do những tâm còn lại làm sinh thuộc phía các sắc xuất hiện theo cách được chuyển động. Vì vậy, sắc do tâm sinh có mặt ở cả hai phía.

EN

According to this classification, the two consciousness-produced clusters containing posture materiality, that is, intimation, generated by consciousnesses capable of producing posture materiality, belong to the material phenomena appearing as that which brings about movement. The nutritive octads generated by the remaining consciousnesses belong to the material phenomena appearing as that which is moved. Thus consciousness-produced materiality occurs on both sides.

VI

Trong cách quán oai nghi này, sắc nổi bật là sắc oai nghi, tức các sắc có chứa biểu tri. Chúng làm cho sắc thuộc bốn nguồn sinh, được gọi là thân, xuất hiện theo cách đi. Tuy vậy, không có việc chuyên chở thật sự. Điều này chỉ có nghĩa các sắc sinh nối tiếp, hết lượt này đến lượt khác ở những vị trí mới, khiến hiện tượng có vẻ như được mang đi. Các pháp chân đế không chuyển từ nơi này sang nơi khác. Chúng diệt ngay nơi sinh.

EN

In this method of contemplating posture, prominent materiality is posture materiality, the material phenomena containing intimation. They make the materiality of the four origins called the body appear to walk. No actual carrying takes place. The phenomena arise in succession at new locations and thereby appear to be carried. Ultimate phenomena do not move from one place to another. They cease where they arise.

VI

Chừng nào sức trợ của nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực chưa hết, các sắc mới lại sinh nối tiếp hết lượt này đến lượt khác nhờ sự trợ giúp của các duyên ấy. Chúng không sinh lại ở đúng vị trí cũ mà sinh ở vị trí mới. Sự sinh nối tiếp không gián đoạn ở các vị trí mới như thế nhờ sức của các sắc đại chủng có phong đại trội trong các nhóm chín sắc có thân biểu tri và nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v…

EN

As long as the supporting power of kamma, consciousness, temperature and nutriment has not run out, new material phenomena continue to arise in succession with the support of those conditions. They arise at new locations rather than at exactly the same location. This uninterrupted succession at new locations is due to the power of the great elements with predominant wind in the bodily-intimation nonads and the dodecads with bodily intimation, lightness and the other qualities …

Cách thực hành khi đứng rồi đi / Practising while standing and then walking

Miến / Burmese 176

VI

…Thân biểu tri trong các nhóm sắc làm chuyển động hỗ trợ cho sắc sinh mới tại những nơi cần sinh theo ý muốn của tâm.

EN

… Bodily intimation in the clusters that bring about movement supports the arising of new materiality at the locations required by the intention of the mind.

VI

Cách quán. Hành giả hãy đứng ở một chỗ và từng bước phát triển định đã đạt cho đến tứ thiền. Khi ánh sáng trở nên mạnh và rực rỡ, hãy xác định bốn đại và nhận biết, tức dùng tuệ phân biệt, các sắc hiện diện ở sáu cửa và 42 thể phần. Sau đó hãy nhận biết sự trong sáng của hữu phần và quán để thấy tâm muốn đi. Hãy đi một chút. Hãy quán để thấy các nhóm chín sắc có thân biểu tri và nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v. sinh do tâm muốn đi. Hãy nhận biết chúng đến mức chân đế. Đó là các sắc oai nghi.

EN

The method of discernment. Stand in one place and progressively develop the concentration already attained up to the fourth jhāna. When the light is strong and bright, define the four elements and discern with wisdom the materiality present at the six doors and in the forty-two components. Then discern the clarity of the life-continuum and the consciousness that intends to walk. Walk a little. Discern the bodily-intimation nonads and the dodecads with bodily intimation, lightness and the other qualities produced by the intention to walk. Discern them at the ultimate level. They are posture materiality.

VI

Hãy thấy thân biểu tri là biểu hiện của động tác đi, do bốn đại đồng sinh, trong đó phong đại có sức tác động trội. Khi đã hiểu, hãy ưu tiên nhận biết những sắc nổi bật xuất hiện theo cách làm chuyển động, tức các sắc trong nhóm chín sắc có thân biểu tri và nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v. Khi tuệ sắc bén hơn, tiếp tục nhận biết các sắc thuộc bốn nguồn sinh ở sáu cửa và 42 thể phần xuất hiện theo cách được chuyển động, tức các sắc không nổi bật. Hãy nhận biết riêng sắc làm chuyển động và sắc được chuyển động. Khi có thể gom tất cả lại mà nhận biết…

EN

See bodily intimation as the expression of walking, due to the four co-arising great elements with the wind element predominant in efficacy. Once this is understood, give priority to the prominent material phenomena appearing as that which brings about movement, namely the bodily-intimation nonads and the dodecads with bodily intimation, lightness and the other qualities. As wisdom becomes sharper, discern the materiality of the four origins at the six doors and in the forty-two components appearing as that which is moved, namely the less prominent materiality. Discern separately materiality that brings about movement and materiality that is moved. When you can gather all of it together and discern it …

Biết thân đang ở oai nghi nào / Knowing the posture of the body

Miến / Burmese 177

VI

…hãy nhận biết theo một trong các cách:

EN

… discern it in one of the following ways:

VI

1. “Đây là sắc, sắc.”
2. “Sắc pháp, sắc pháp.”
3. “Sắc, sắc.”

EN

1. “This is materiality, materiality.”
2. “Material phenomena, material phenomena.”
3. “Materiality, materiality.”

VI

Hãy quán tương tự khi đứng, ngồi và nằm.

EN

Contemplate similarly when standing, sitting and lying down.

VI

“Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti”

EN

“Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti”

VI

Cách quán oai nghi vẫn còn một phần nữa. Đức Phật lại dạy một cách quán oai nghi như sau.

EN

The contemplation of postures has a further part. The Buddha taught another way of contemplating posture as follows.

VI

“Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānāti.” Thân vị tỳ-khưu, tức tập hợp các pháp sắc, được đặt, hiện hữu hay sinh theo cách nào, vị ấy biết rõ, quán để biết rõ thân ấy theo cách nó được đặt, hiện hữu hay sinh.

EN

“Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānāti.” However the bhikkhu’s body, a collection of material phenomena, is disposed, exists or arises, he clearly knows it in that way. (Majjhima Nikāya, vol. 1, p. 71.)

VI

Chú giải và Sớ giải giải thích ý chính của cách quán ấy như sau.

EN

The commentary and subcommentary explain the substance of this contemplation as follows.

VI

“Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānātī”ti sabbasaṅgāhikavacanametaṃ. Idaṃ vuttaṃ hoti: yena yena vā ākārena tassa kāyo ṭhito hoti, tena tena naṃ pajānāti. Gamanākārena ṭhitaṃ gacchatīti pajānāti. Ṭhānanisajjāsayanākārena ṭhitaṃ sayānoti pajānātīti.

Ý là thân ở theo cách nào, vị ấy biết rõ theo cách ấy. Thân ở theo cách đi, vị ấy biết thân đi. Thân ở theo cách đứng, ngồi hoặc nằm, vị ấy biết thân đứng, ngồi hoặc nằm. (Majjhima-aṭṭhakathā, tập 1, tr. 257.)

EN

“Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānātī”ti sabbasaṅgāhikavacanametaṃ. Idaṃ vuttaṃ hoti: yena yena vā ākārena tassa kāyo ṭhito hoti, tena tena naṃ pajānāti. Gamanākārena ṭhitaṃ gacchatīti pajānāti. Ṭhānanisajjāsayanākārena ṭhitaṃ sayānoti pajānātīti.

The meaning is that however the body is disposed, he knows it in that way. If the body is walking, he knows that it is walking. If it is standing, sitting or lying down, he knows it accordingly. (Majjhima Commentary, vol. 1, p. 257.)

Dẫn thư in trên trang này: Ma, tập 1, tr. 71; Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 257.

Một câu kinh bao quát cả bốn oai nghi / A discourse phrase that includes all four postures

Miến / Burmese 178

VI

Sabbasaṅgāhikavacananti sabbesaṃ catunnampi iriyāpathānaṃ saṅgaṇhanavacanaṃ. Pubbe visuṃ visuṃ iriyāpathānaṃ vuttattā idaṃ tesaṃ ekajjhaṃ gahetvā vacananti attho.

Lời Sớ giải nói đến việc bao quát cả bốn oai nghi. Trước đó từng oai nghi đã được nói riêng. Do đó, ở đây câu kinh được nói để gom cả bốn lại. (Majjhima-ṭīkā, tập 1, tr. 353.)

EN

Sabbasaṅgāhikavacananti sabbesaṃ catunnampi iriyāpathānaṃ saṅgaṇhanavacanaṃ. Pubbe visuṃ visuṃ iriyāpathānaṃ vuttattā idaṃ tesaṃ ekajjhaṃ gahetvā vacananti attho.

The subcommentary explains that all four postures are included without exception. Earlier, the postures were stated individually. Here, the discourse phrase brings all four together. (Majjhima Subcommentary, vol. 1, p. 353.)

VI

“Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānāti.” Thân vị tỳ-khưu, tức tập hợp các pháp sắc, được đặt, hiện hữu hay sinh theo cách nào, vị ấy biết rõ, quán để biết rõ thân ấy theo cách nó được đặt, hiện hữu hay sinh. Lời dạy này bao quát cả bốn oai nghi. Trước đó, ở phần quán oai nghi, Đức Phật đã dạy riêng từng oai nghi bằng những câu như “Gacchanto vā ‘gacchāmī’ti pajānāti”, khi đi biết rõ “tôi đi”. Vì thế, câu kinh sau bắt đầu bằng “Yathā yathā vā panassa…” là lời dạy nhắc lại và gom cả bốn oai nghi.

EN

“Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānāti.” However the bhikkhu’s body, a collection of material phenomena, is disposed, exists or arises, he clearly knows it in that way. This instruction covers all four postures. Earlier the Buddha taught each posture separately in such phrases as “Gacchanto vā ‘gacchāmī’ti pajānāti,” when walking, he clearly knows, “I am walking.” Thus the subsequent phrase beginning “Yathā yathā vā panassa…” restates the teaching and brings the four postures together. (Majjhima Nikāya, vol. 1, p. 71.)

VI

Ý chính của lời dạy ấy là như sau. Thân của vị tỳ-khưu hành thiền, tức tập hợp các sắc, hiện hữu theo cách nào thì hãy quán để biết rõ theo cách đang hiện hữu ấy. Với sắc thân đang hiện hữu theo cách đi, hãy quán để biết rõ là đi. Với sắc thân đang hiện hữu theo cách đứng, ngồi hay nằm, hãy quán để biết rõ là đứng, ngồi hay nằm. (Ma-ṭṭha 1,257; Ma-ṭīkā 1,353.)

EN

The point is that however the body of the meditating bhikkhu, a collection of material phenomena, exists, it should be discerned as it exists. If the material body is walking, discern it as walking. If it is standing, sitting or lying down, discern it as standing, sitting or lying down. (Majjhima Commentary, vol. 1, p. 257; Majjhima Subcommentary, vol. 1, p. 353.)

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭīkā, tập 1, tr. 353; Ma, tập 1, tr. 71; Ma-ṭṭha, tập 1, tr. 257.

Một cách giải thích của vị Sớ giải sư / An explanation by the subcommentator

Miến / Burmese 179

VI

Purimanayo vā iriyāpathappadhāno vuttoti tattha kāyo appadhāno anunipphādīti idha kāyaṃ padhānaṃ appadhānañca iriyāpathaṃ anunipphādaṃ katvā dassetuṃ dutiyanayo vuttoti evampettha dvinnaṃ nayānaṃ viseso veditabbo.

Lời Sớ giải nói rằng cách trước lấy oai nghi làm chính, thân là phụ, và cách sau lấy thân làm chính, oai nghi là phụ. Sự khác nhau giữa hai cách cần hiểu như vậy. (Majjhima-ṭīkā, tập 1, tr. 353.)

EN

Purimanayo vā iriyāpathappadhāno vuttoti tattha kāyo appadhāno anunipphādīti idha kāyaṃ padhānaṃ appadhānañca iriyāpathaṃ anunipphādaṃ katvā dassetuṃ dutiyanayo vuttoti evampettha dvinnaṃ nayānaṃ viseso veditabbo.

According to the subcommentary, the earlier method treats posture as primary and the body as secondary, while the later method treats the body as primary and posture as secondary. This is the distinction between them. (Majjhima Subcommentary, vol. 1, p. 353.)

VI

Ý của Sớ giải là như sau. Với câu "Gacchanto vā 'gacchāmī'ti pajānāti", khi đi biết rõ "tôi đi", Đức Phật dạy cách quán oai nghi thứ nhất, lấy sắc oai nghi, tức các sắc có thân biểu tri xuất hiện theo cách làm chuyển động, làm sắc nổi bật. Theo cách này, tập hợp các sắc thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện theo cách được chuyển động là phụ, tức không nổi bật. Tuy vậy, khi lấy sắc oai nghi làm chính và ưu tiên quán các sắc làm chuyển động ấy, hành giả cũng có thể lần lượt hoàn tất việc nhận biết và quán tập hợp các sắc thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện theo cách được chuyển động, tức các sắc phụ, không nổi bật.

EN

The meaning is as follows. In "Gacchanto vā 'gacchāmī'ti pajānāti," when walking, he clearly knows, "I am walking," the Buddha teaches the first method. It takes posture materiality, the phenomena containing bodily intimation and appearing as that which brings about movement, as prominent. In this method the collection of materiality of the four origins appearing as that which is moved is secondary and less prominent. Even while giving priority to posture materiality and discerning that which brings about movement, the meditator can go on to discern fully the collection of materiality of the four origins appearing as that which is moved, namely the secondary and less prominent phenomena.

VI

Mặt khác, với câu "Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānāti", thân vị tỳ-khưu, tức tập hợp các pháp sắc, được đặt, hiện hữu hay sinh theo cách nào, vị ấy quán để biết rõ thân theo cách ấy, Đức Phật lại dạy cách thứ hai. Theo cách thứ hai, sắc thân thuộc bốn nguồn sinh, tức tập hợp các sắc xuất hiện theo cách được chuyển động…

EN

On the other hand, with “Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānāti,” however the bhikkhu’s body, a collection of material phenomena, is disposed, exists or arises, he discerns it accordingly, the Buddha teaches the second method. In this method the material body of the four origins, that is, the collection of material phenomena appearing as that which is moved …

Dẫn thư in trên trang này: Ma-ṭīkā, tập 1, tr. 353.

Quán sắc nổi bật và sắc không nổi bật trong bốn oai nghi / Discerning prominent and less prominent materiality in the four postures

Miến / Burmese 180

VI

…được lấy làm chính để tiếp tục quán và nhận biết. Sắc thân thuộc bốn nguồn sinh ấy là các sắc nổi bật được lấy làm chính trong cách thứ hai. Khi ưu tiên quán và nhận biết các sắc thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện theo cách được chuyển động, hành giả cũng có thể lần lượt hoàn tất việc nhận biết và quán sắc oai nghi xuất hiện theo cách làm chuyển động, tức các sắc phụ, không nổi bật.

EN

… is given priority for further contemplation and discernment. This material body, comprising materiality of the four origins, is prominent in the second method. By first discerning the materiality of the four origins that is moved, the meditator can in due course also discern fully the posture materiality that brings about movement. Here the latter is secondary and less prominent.

VI

Vì muốn chỉ cách thực hành này mà Đức Phật dạy thêm cách thứ hai, bắt đầu bằng “Yathā yathā vā panassa…”. Đó là điểm khác nhau giữa hai cách. (Đây là ý chính của lời Sớ giải đã dẫn.)

EN

To show this way of practising, the Buddha also taught the second method, beginning with “Yathā yathā vā panassa…”. This is how the two methods differ. This is the substance of the subcommentary just cited.

VI

Vì vậy, hành giả hãy thực hành như sau.

EN

The meditator should therefore practise as follows.

VI

1. Khi đi, quán để biết rõ sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
2. Khi đứng, quán để biết rõ sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
3. Khi ngồi, quán để biết rõ sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
4. Khi nằm, quán để biết rõ sắc nổi bật và sắc không nổi bật.

EN

1. When walking, contemplate so as to discern the prominent and less prominent materiality.
2. When standing, contemplate so as to discern the prominent and less prominent materiality.
3. When sitting, contemplate so as to discern the prominent and less prominent materiality.
4. When lying down, contemplate so as to discern the prominent and less prominent materiality.

VI

Hãy ghi nhớ rằng các sắc ấy thuộc sắc uẩn, tức tập hợp các pháp sắc.

EN

Remember that these phenomena belong to the materiality aggregate (rūpakkhandha), the collection of material phenomena.

Khi nêu ví dụ trong đời thường / An everyday simile

Miến / Burmese 181

VI

Để dễ hiểu, hãy lấy một ví dụ trong đời thường. Giả sử có một người đàn ông mang một bao gạo. Người có cả mắt thường và con mắt trí tuệ, nếu chăm chú nhìn người mang bao gạo, dần dần cũng có thể thấy bao gạo được mang. Ngược lại, nếu chăm chú theo dõi bao gạo được mang, dần dần cũng có thể thấy người mang bao gạo.

EN

To make this easier to understand, take an everyday simile. Suppose a man is carrying a sack of rice. Someone with both ordinary eyesight and the eye of knowledge can attend closely to the man carrying the sack and gradually come to see the sack being carried as well. Conversely, by closely following the sack being carried, they can gradually come to see the man who carries it.

VI

Người đàn ông mang bao ví như các sắc xuất hiện theo cách mang đi, gồm sắc oai nghi trong nhóm chín sắc có thân biểu tri và nhóm mười hai sắc có thân biểu tri, tính nhẹ v.v. Bao gạo được mang ví như các sắc thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện theo cách được mang đi.

EN

The man carrying the sack corresponds to the material phenomena appearing as that which carries, namely posture materiality in the bodily-intimation nonad and the dodecad with bodily intimation, lightness and the other qualities. The sack being carried corresponds to materiality of the four origins appearing as that which is carried.

VI

Cũng vậy, nếu hành giả lấy các sắc xuất hiện theo cách mang đi làm chính để nhận biết và quán, thì dần dần cũng có thể nhận biết và quán đầy đủ các sắc thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện theo cách được mang đi. Đây là cách quán oai nghi thứ nhất.

EN

Likewise, if the meditator gives priority to discerning and contemplating the material phenomena appearing as that which carries, in due course they can also fully discern and contemplate materiality of the four origins appearing as that which is carried. This is the first method of contemplating postures.

VI

Ngược lại, nếu lấy các sắc thuộc bốn nguồn sinh xuất hiện theo cách được mang đi làm chính để nhận biết và quán, thì dần dần cũng có thể nhận biết và quán đầy đủ các sắc xuất hiện theo cách mang đi, gồm sắc oai nghi và sắc biểu tri. Đây là cách quán oai nghi thứ hai, được dạy bằng câu “Yathā yathā vā panassa…”

EN

Conversely, if the meditator gives priority to discerning and contemplating materiality of the four origins appearing as that which is carried, they can in due course also fully discern and contemplate the material phenomena appearing as that which carries, including posture materiality and intimation. This is the second method of contemplating postures, taught with the words “Yathā yathā vā panassa…”.

Những trường hợp quán tương tự / Similar cases of contemplation

Miến / Burmese 182

VI

Thiện hữu muốn nhận biết và quán oai nghi và tỉnh giác cho đến khi con mắt trí tuệ thấu đến chân đế nên ghi nhớ vững chắc những chỉ dẫn trong Chánh văn, Chú giải và Sớ giải. Tuy có tuệ, đôi khi vẫn quên. Thiếu niệm thì dễ bỏ sót. Hãy có niệm.

EN

A good friend who wishes to discern and contemplate postures and clear comprehension until the eye of knowledge reaches ultimate reality should firmly bear in mind the instructions in the canonical text, commentary and subcommentary. Even one with wisdom may sometimes forget. Without mindfulness, one tends to overlook things. Be mindful.

VI

Những trường hợp quán tương tự:

EN

Similar cases of contemplation:

VI

1. Khi đi tới, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
2. Khi đi lui, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
3. Khi nhìn thẳng, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
4. Khi nhìn quanh, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
5. Khi co tay chân, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
6. Khi duỗi tay chân, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
7. Khi mang y hai lớp, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
8. Khi mang bình bát, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
9. Khi mang y dưới và y mặc trên thân, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
10. Khi ăn, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
11. Khi uống, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
12. Khi nhai thức nhai, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
13. Khi liếm thức liếm, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
14. Khi đại tiện, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
15. Khi tiểu tiện, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
16. Khi đi, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
17. Khi đứng, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.

EN

1. When going forward, prominent and less prominent materiality.
2. When going back, prominent and less prominent materiality.
3. When looking straight ahead, prominent and less prominent materiality.
4. When looking around, prominent and less prominent materiality.
5. When bending the limbs, prominent and less prominent materiality.
6. When stretching the limbs, prominent and less prominent materiality.
7. When carrying the outer robe, prominent and less prominent materiality.
8. When carrying the bowl, prominent and less prominent materiality.
9. When carrying the lower and upper robes, prominent and less prominent materiality.
10. When eating, prominent and less prominent materiality.
11. When drinking, prominent and less prominent materiality.
12. When chewing what is to be chewed, prominent and less prominent materiality.
13. When licking what is to be licked, prominent and less prominent materiality.
14. When defecating, prominent and less prominent materiality.
15. When urinating, prominent and less prominent materiality.
16. When walking, prominent and less prominent materiality.
17. When standing, prominent and less prominent materiality.

Bốn loại tỉnh giác / Four kinds of clear comprehension

Miến / Burmese 183

VI

18. Khi ngồi, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
19. Khi ngủ, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
20. Khi thức dậy, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
21. Khi nói, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.
22. Khi giữ im lặng, sắc nổi bật và sắc không nổi bật.

EN

18. When sitting, prominent and less prominent materiality.
19. When sleeping, prominent and less prominent materiality.
20. When waking, prominent and less prominent materiality.
21. When speaking, prominent and less prominent materiality.
22. When remaining silent, prominent and less prominent materiality.

VI

Hãy nhận biết các sắc ấy và dùng tuệ phân biệt chúng.

EN

Discern these material phenomena and distinguish them with wisdom.

VI

Có bốn loại tỉnh giác:
1. Tỉnh giác về lợi ích (sātthakasampajañña).
2. Tỉnh giác về sự thích hợp (sappāyasampajañña).
3. Tỉnh giác về cảnh hành (gocarasampajañña).
4. Tỉnh giác không mê lầm (asammohasampajañña).
(Chú giải Trung Bộ, tập 1, tr. 258.)

EN

There are four kinds of clear comprehension:
1. Clear comprehension of benefit (sātthakasampajañña).
2. Clear comprehension of suitability (sappāyasampajañña).
3. Clear comprehension of the domain (gocarasampajañña).
4. Clear comprehension of non-delusion (asammohasampajañña).
(Majjhima Commentary, vol. 1, p. 258.)

VI

1. Tỉnh giác về lợi ích. Việc làm tăng trưởng các pháp thiện, những pháp thực sự tốt lành đưa đến thoát khỏi luân hồi, là việc có lợi ích. Việc làm tăng trưởng các pháp bất thiện là việc không có lợi ích. Tuệ biết phân biệt hai loại việc ấy, từ bỏ việc không có lợi ích và chọn làm việc có lợi ích, gọi là tuệ tỉnh giác về lợi ích.

EN

1. Clear comprehension of benefit. Activities that increase wholesome qualities, the genuinely good qualities that lead out of the round of rebirths, are beneficial. Activities that increase unwholesome qualities are unbeneficial. The knowledge that distinguishes the two, abandons what is unbeneficial and chooses what is beneficial is called clear comprehension of benefit.

VI

2. Tỉnh giác về sự thích hợp. Ngay cả khi một việc có lợi ích, vẫn cần phân biệt điều thích hợp (sappāya) và điều không thích hợp (asappāya). Tuệ biết từ bỏ hoàn cảnh không thích hợp và chỉ chọn điều thích hợp để thực hành gọi là tuệ tỉnh giác về sự thích hợp.

EN

2. Clear comprehension of suitability. Even when an activity is beneficial, distinguish what is suitable (sappāya) from what is unsuitable (asappāya). The knowledge that abandons unsuitable circumstances and chooses only what is suitable for practice is called clear comprehension of suitability.

Tỉnh giác về cảnh hành và tỉnh giác không mê lầm / Clear comprehension of the domain and of non-delusion

Miến / Burmese 184

VI

3. Tỉnh giác về cảnh hành. Hãy mang theo đề mục thiền khi đi khất thực và khi từ làng trở về. Tuệ luôn giữ tâm tu tập trong một cảnh của đề mục thiền chỉ hoặc minh sát gọi là tuệ tỉnh giác về cảnh hành. Nếu thường xuyên tu tập một đề mục thiền chỉ và luôn giữ tâm tu tập trong cảnh ấy thì đã đầy đủ tuệ tỉnh giác về cảnh hành. Nếu đã đến giai đoạn có thể tu tập minh sát, và tiếp tục tu tập minh sát trong lúc đi khất thực và trở về, thì cũng đầy đủ tuệ tỉnh giác về cảnh hành. Vị ấy cũng sẽ đầy đủ tuệ tỉnh giác không mê lầm.

EN

3. Clear comprehension of the domain. Carry the meditation subject along when going for alms and when returning from the village. The knowledge that continually keeps the meditating mind within the object of a tranquillity or insight meditation subject is called clear comprehension of the domain. One who regularly develops a tranquillity subject and continually keeps the meditating mind on its object possesses this clear comprehension. One who has reached the stage of developing insight and continues to practise it on the way out for alms and on the way back also possesses it, and will possess clear comprehension of non-delusion as well.

VI

4. Tỉnh giác không mê lầm (asammohasampajañña).

EN

4. Clear comprehension of non-delusion (asammohasampajañña).

VI

Paramatthato hi dhātūnaññeva gamanaṃ, dhātūnaṃ ṭhānaṃ, dhātūnaṃ nisajjanaṃ, dhātūnaṃ sayanaṃ. Tasmiṃ tasmiṃ koṭṭhāse saddhiṃ rūpena —
Aññaṃ uppajjate cittaṃ, aññaṃ cittaṃ nirujjhati.
Avīcimanusambandho, nadīsotova vattatīti.
Evaṃ abhikkamādīsu asammuyhanaṃ asammohasampajaññaṃ nāmāti.
(Chú giải Trung Bộ, tập 1, tr. 265.)

EN

Paramatthato hi dhātūnaññeva gamanaṃ, dhātūnaṃ ṭhānaṃ, dhātūnaṃ nisajjanaṃ, dhātūnaṃ sayanaṃ. Tasmiṃ tasmiṃ koṭṭhāse saddhiṃ rūpena —
Aññaṃ uppajjate cittaṃ, aññaṃ cittaṃ nirujjhati.
Avīcimanusambandho, nadīsotova vattatīti.
Evaṃ abhikkamādīsu asammuyhanaṃ asammohasampajaññaṃ nāmāti.
(Majjhima Commentary, vol. 1, p. 265.)

VI

Theo chân đế, chỉ các giới sắc và giới danh đi, đứng, ngồi và nằm. Thật vậy, trong từng phần tương ứng với đi, đứng, ngồi và nằm …

EN

In ultimate terms, only material and mental elements walk, stand, sit and lie down. Indeed, in each corresponding part of walking, standing, sitting and lying down …

Dòng tâm nối tiếp và tỉnh giác không mê lầm / The succession of consciousness and clear comprehension of non-delusion

Miến / Burmese 185

VI

… cùng với các sắc, một tâm khác sinh lên, và một tâm khác diệt đi. Giữa tâm này và tâm kia, không có một pháp nào xen vào dù chỉ trong chốc lát. Như dòng sông chảy không dứt, các tâm khác nhau sinh liên tục, trước sau nối nhau, không có khoảng hở. Biết không mê lầm như vậy trong các động tác như bước tới gọi là tuệ tỉnh giác không mê lầm. Các sắc tồn tại mười bảy sát-na tâm. Do đó, tâm cùng sinh với một nhóm sắc là một tâm, còn tâm cùng diệt với nhóm sắc ấy là một tâm khác. Hãy quán để biết như vậy.

EN

… together with materiality, one consciousness arises and another ceases. Between one consciousness and the next there is no intervening phenomenon, even for an instant. Like the unbroken flow of a river, successive consciousnesses arise without a gap. Knowing this without delusion when stepping forward and in other activities is called clear comprehension of non-delusion. Material phenomena last for seventeen mind-moments. Thus the consciousness that arises together with a material cluster is one consciousness, and the consciousness that ceases together with it is another. Contemplate so as to know this.

VI

Để đầy đủ tỉnh giác không mê lầm, thiện hữu hãy quán:

EN

To develop clear comprehension of non-delusion, the good friend should discern:

VI

1. Khi đi, danh và sắc, tức năm uẩn.
2. Khi đứng, danh và sắc, tức năm uẩn.
3. Khi ngồi, danh và sắc, tức năm uẩn.
4. Khi nằm, danh và sắc, tức năm uẩn.
5. Khi đi tới, danh và sắc, tức năm uẩn.
6. Khi đi lui, danh và sắc, tức năm uẩn.
7. Khi nhìn thẳng, danh và sắc, tức năm uẩn.
8. Khi nhìn quanh, danh và sắc, tức năm uẩn.
9. Khi co tay chân, danh và sắc, tức năm uẩn.
10. Khi duỗi tay chân, danh và sắc, tức năm uẩn.
11. Khi mang y hai lớp, danh và sắc, tức năm uẩn.
12. Khi mang bình bát, danh và sắc, tức năm uẩn.

EN

1. When walking, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
2. When standing, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
3. When sitting, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
4. When lying down, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
5. When going forward, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
6. When going back, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
7. When looking straight ahead, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
8. When looking around, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
9. When bending the limbs, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
10. When stretching the limbs, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
11. When carrying the outer robe, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
12. When carrying the bowl, mentality and materiality, that is, the five aggregates.

Quán năm uẩn trong các oai nghi và hoạt động / Discerning the five aggregates in postures and activities

Miến / Burmese 186

VI

13. Khi mang y dưới và y mặc trên thân, danh và sắc, tức năm uẩn.
14. Khi ăn, danh và sắc, tức năm uẩn.
15. Khi uống, danh và sắc, tức năm uẩn.
16. Khi nhai thức nhai, danh và sắc, tức năm uẩn.
17. Khi liếm thức liếm, danh và sắc, tức năm uẩn.
18. Khi đại tiện, danh và sắc, tức năm uẩn.
19. Khi tiểu tiện, danh và sắc, tức năm uẩn.
20. Khi đi, danh và sắc, tức năm uẩn.
21. Khi đứng, danh và sắc, tức năm uẩn.
22. Khi ngồi, danh và sắc, tức năm uẩn.
23. Khi ngủ, danh và sắc, tức năm uẩn.
24. Khi thức dậy, danh và sắc, tức năm uẩn.
25. Khi nói, danh và sắc, tức năm uẩn.
26. Khi giữ im lặng, danh và sắc, tức năm uẩn.

EN

13. When carrying the lower and upper robes, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
14. When eating, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
15. When drinking, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
16. When chewing what is to be chewed, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
17. When licking what is to be licked, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
18. When defecating, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
19. When urinating, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
20. When walking, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
21. When standing, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
22. When sitting, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
23. When sleeping, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
24. When waking, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
25. When speaking, mentality and materiality, that is, the five aggregates.
26. When remaining silent, mentality and materiality, that is, the five aggregates.

VI

Như vậy, hãy tiếp tục quán để biết danh và sắc, tức năm uẩn, trong từng trường hợp thuộc phần oai nghi và phần tỉnh giác. Chỉ khi nhận biết các pháp danh sắc ấy có hệ thống đến mức chân đế và phân biệt được bằng tuệ thì mới bắt đầu có tuệ tỉnh giác không mê lầm. Hiện giờ, thiện hữu mới có thể nhận biết và quán các sắc gọi là sắc uẩn trong năm uẩn. Vì vậy, trong các oai nghi và hoạt động thuộc phần tỉnh giác, hãy nhận biết và quán các sắc nổi bật và sắc không nổi bật. Chừng ấy vẫn chưa đủ. Sau khi dùng tuệ phân biệt và nhận biết đầy đủ năm uẩn ấy …

EN

Continue in this way to discern mentality and materiality, the five aggregates, in each case of posture and clear comprehension. Clear comprehension of non-delusion begins only when one can discern those mental and material phenomena systematically at the ultimate level and distinguish them with wisdom. At present the good friend has reached the stage of discerning and contemplating the material phenomena called the materiality aggregate among the five aggregates. Therefore, in the postures and activities of clear comprehension, discern and contemplate prominent and less prominent materiality. This is still incomplete. After distinguishing and fully discerning the five aggregates with wisdom …

Tóm lược những điểm cần ghi nhớ khi quán / Summary of points to remember in contemplation

Miến / Burmese 187

VI

… hãy tìm và nhận biết các duyên của chúng. Rồi quán minh sát năm uẩn, tức các pháp danh sắc, cùng với các duyên của chúng dưới ba đặc tính. Để có thể quán như vậy, tác giả còn phải trình bày bốn phần lớn: đề mục thiền về danh, duyên khởi, bốn phương diện bắt đầu bằng đặc tính (lakkhaṇādi-catukka), và minh sát.

EN

… seek out and discern their conditions. Then contemplate the five aggregates, the mental and material phenomena, together with their conditions under the three characteristics. To enable such contemplation, four major sections are still to be presented: meditation on mentality, dependent origination, the four aspects beginning with characteristic (lakkhaṇādi-catukka), and insight.

VI

Tóm lược những điểm cần ghi nhớ khi quán

EN

Summary of points to remember in contemplation

VI

1. Nếu đang tu tập một đề mục thiền chỉ như niệm hơi thở, hãy tiếp tục tinh cần tu tập chính đề mục ấy trong các oai nghi và hoạt động thuộc phần tỉnh giác, như đi, đứng, ngồi, nằm, đi tới và đi lui. Nếu có thể thực hành như vậy thì đã đầy đủ tỉnh giác về cảnh hành.

EN

1. If you are developing a tranquillity subject such as mindfulness of breathing, continue diligently with that same subject in the postures and activities of clear comprehension, such as walking, standing, sitting, lying down, going forward and going back. If you can practise in this way, you possess clear comprehension of the domain.

VI

2. Nếu đang tu tập đề mục tứ đại, lúc đang quán một đại, hai đại, ba đại hoặc cả bốn đại, hãy tiếp tục quán chính một, hai, ba hoặc cả bốn đại ấy trong các oai nghi và hoạt động thuộc phần tỉnh giác.

EN

2. If you are developing four-elements meditation and are discerning one, two, three or all four elements, continue to discern those same one, two, three or four elements in the postures and activities of clear comprehension.

VI

3. Khi đã có thể nhận biết các sắc hiện diện ở sáu cửa và 42 thể phần đến mức chân đế …

EN

3. When you can discern the material phenomena present at the six doors and in the forty-two bodily components at the ultimate level …

Kết thúc phần đề mục thiền về sắc / Conclusion of meditation on materiality

Miến / Burmese 188

VI

… và phân biệt chúng bằng tuệ, trong mỗi trường hợp thuộc phần oai nghi và tỉnh giác hãy luân phiên ưu tiên nhận biết sắc nổi bật và sắc không nổi bật, tức các sắc xuất hiện theo cách mang đi và các sắc xuất hiện theo cách được mang đi. Sau đó hãy nhận biết và quán chung tất cả các sắc nổi bật và không nổi bật ấy.

EN

… and distinguish them with wisdom, in each case of posture and clear comprehension give priority in turn to discerning prominent and less prominent materiality, namely the material phenomena appearing as that which carries and those appearing as that which is carried. Then discern and contemplate all those prominent and less prominent material phenomena together.

VI

Hành giả còn phải tiếp tục nhận biết các pháp danh có khả năng làm phát sinh sắc oai nghi và sắc thuộc các hoạt động có tỉnh giác ấy, tức các tâm nối tiếp trong lộ đổng lực ý môn. Vì vậy, để có thể nhận biết các pháp danh ấy, thiện hữu hãy tiếp tục nỗ lực thực hành phần đề mục thiền về danh.

EN

The meditator must then go on to discern the mental phenomena capable of producing the materiality of these postures and activities of clear comprehension, namely the succession of consciousnesses in the mind-door impulsion process. To be able to discern those mental phenomena, the good friend should continue diligently with the section on meditation on mentality.

VI

Pa-Auk Tawya Sayadaw
Tu viện núi Cittala
Pa-Auk Tawya
Niên lịch Miến Điện 1367

EN

Pa-Auk Tawya Sayadaw
Cittala Hill Monastery
Pa-Auk Tawya
Myanmar Era 1367

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 189 / Index in Burmese alphabetical order — 189

VI

Sáu giới trong suốt — 52

EN

Six kinds of sensitivity — 52

VI

Tưởng thô — 43

EN

Coarse perception — 43

VI

Những khó khăn — 48

EN

Difficulties — 48

VI

Được gọi là vật thực bên trong — 125

EN

Called internal nutriment — 125

VI

Ý chính của Chú giải — 166

EN

Meaning of the commentary — 166

VI

Ý chính của lời giải thích trong Chú giải và Sớ giải — 134

EN

Meaning of the explanations in the commentary and subcommentary — 134

VI

Ý chính của Chú giải và Sớ giải — 121

EN

Meaning of the commentary and subcommentary — 121

VI

Chú giải Aṭṭhasālinī — 17

EN

Aṭṭhasālinī commentary — 17

VI

Chấp kiến về tự ngã — 71

EN

Clinging to the view of self — 71

VI

Sự trợ giúp tốt — 112

EN

Favourable support — 112

VI

Vầng hào quang vô biên — 70

EN

Halo of boundless light — 70

VI

Bệnh do thuốc sinh — 34

EN

Illness caused by medicine — 34

VI

Sắc không gắn với các quyền — 106

EN

Materiality unbound to faculties — 106

VI

Tạm bỏ qua điều chưa hiện rõ — 27

EN

Temporarily leaving aside what is unclear — 27

VI

Quán theo thứ tự (anupubbato) — 24

EN

Contemplating in sequence (anupubbato) — 24

VI

Sự phân định khoảng giữa (antarapariccheda) — 108

EN

Delimitation of the interval (antarapariccheda) — 108

VI

Nghiệp cho quả từ đời sau trở đi (aparāpariyavedanīya) — 143

EN

Kamma ripening in later lives (aparāpariyavedanīya) — 143

VI

Ngăn tâm tán ra cảnh bên ngoài — 25

EN

Preventing distraction towards external objects — 25

VI

Đừng mắc kẹt ở danh xưng chế định — 27

EN

Do not get caught in conventional names — 27

VI

Sắc làm nhân cho nam tính và nữ tính — 82

EN

Materiality underlying masculinity and femininity — 82

VI

Các sắc nổi bật — 103

EN

Prominent material phenomena — 103

VI

Sắc phi sắc (arūparūpa) — 106

EN

Arūparūpa — 106

VI

Phạm vi cận định và ánh sáng — 38

EN

Range of access concentration and light — 38

VI

Các loại ánh sáng — 42

EN

Kinds of light — 42

VI

Các sắc được quán — 83

EN

Material phenomena to be contemplated — 83

VI

Sắc không có đặc tướng riêng (alakkhaṇarūpa) — 106

EN

Materiality without its own characteristic (alakkhaṇarūpa) — 106

VI

Những trường hợp quán tương tự — 182

EN

Similar cases of contemplation — 182

VI

Sắc không có tự tính (asabhāvarūpa) — 106

EN

Materiality without its own nature (asabhāvarūpa) — 106

VI

Sắc phi thực (asammasanarūpa) — 106

EN

Materiality unsuitable for insight (asammasanarūpa) — 106

VI

Sắc không thích hợp để quán — 107

EN

Materiality unsuitable for contemplation — 107

VI

Tuệ tỉnh giác không mê lầm — 185

EN

Knowledge of clear comprehension of non-delusion — 185

VI

Để đầy đủ tỉnh giác không mê lầm — 185

EN

Developing clear comprehension of non-delusion — 185

VI

Ba loại âm thanh — 148

EN

Three kinds of sound — 148

VI

Nhóm chín sắc có âm thanh do tâm sinh trong hơi thở — 146

EN

Consciousness-produced sound nonad in breathing — 146

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 190 / Index in Burmese alphabetical order — 190

VI

Nhóm mười hai sắc có âm thanh và tính nhẹ v.v. trong hơi thở — 146

EN

Breath dodecad with sound and lightness — 146

VI

Các sắc được mang đi — 172

EN

Material phenomena that are carried — 172

VI

Trước khi thấy hư không giới — 108

EN

Before seeing the space element — 108

VI

Hư không giới là gì — 108

EN

What the space element is — 108

VI

Thủy đại — 3

EN

Water element — 3

VI

Được gọi là sự nhận biết cảnh — 69

EN

What is called cognition of an object — 69

VI

Nhóm tám sắc do vật thực sinh — 84

EN

Nutriment-produced octad — 84

VI

Các nhóm sắc có dưỡng chất do vật thực sinh — 123

EN

Clusters with nutriment-produced nutritive essence — 123

VI

Dưỡng chất do vật thực sinh — 131

EN

Nutriment-produced nutritive essence — 131

VI

Hai nhóm sắc do vật thực sinh — 149

EN

Two nutriment-produced clusters — 149

VI

Cách quán sắc do vật thực sinh — 115

EN

How to discern nutriment-produced materiality — 115

VI

Vật thực là gì — 116

EN

What nutriment is — 116

VI

Một sắc vật thực — 105

EN

The single material phenomenon of nutriment — 105

VI

Cách quân bình năm quyền — 31

EN

How to balance the five faculties — 31

VI

Cách quán oai nghi và tỉnh giác — 22, 163

EN

Contemplating postures and clear comprehension — 22, 163

VI

Nhóm tám sắc do thời tiết sinh — 84

EN

Temperature-produced octad — 84

VI

Tập hợp các sắc có dưỡng chất do thời tiết sinh — 117

EN

Collection of materiality containing temperature-produced nutritive essence — 117

VI

Dưỡng chất do thời tiết sinh — 131

EN

Temperature-produced nutritive essence — 131

VI

Bốn nhóm sắc do thời tiết sinh — 147

EN

Four temperature-produced clusters — 147

VI

Cách quán sắc do thời tiết sinh — 110

EN

How to discern temperature-produced materiality — 110

VI

Được gọi là thời tiết — 110

EN

What is called temperature — 110

VI

Đề mục thiền ở mức cận định — 23

EN

Meditation subject at access concentration — 23

VI

Được gọi là cận định — 58

EN

What is called access concentration — 58

VI

Nghiệp cho quả đời kế tiếp (upapajjavedanīya) — 143

EN

Kamma ripening in the next life (upapajjavedanīya) — 143

VI

Cách nhận biết sắc y sinh — 72

EN

How to discern derived materiality — 72

VI

Được gọi là sắc y sinh — 103

EN

What is called derived materiality — 103

VI

Sắc do nghiệp sinh được chấp thủ — 134

EN

Clung-to kamma-produced materiality — 134

VI

Xả giác chi — 37

EN

Equanimity awakening factor — 37

VI

Dưỡng chất là phần tinh của vị — 80

EN

Nutritive essence is the extract of taste — 80

VI

Ví dụ sợi dây xơ dừa — 154

EN

The coir rope simile — 154

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 191 / Index in Burmese alphabetical order — 191

VI

Được gọi là đoàn thực — 122

EN

What is called edible nutriment — 122

VI

Tên gọi đoàn thực — 117

EN

The name edible nutriment — 117

VI

Dưỡng chất do nghiệp sinh — 129

EN

Kamma-produced nutritive essence — 129

VI

Chín nhóm sắc do nghiệp sinh — 142

EN

Nine kamma-produced material clusters — 142

VI

Thân tịnh sắc — 92, 94

EN

Body sensitivity — 92, 94

VI

Nhóm mười sắc thân — 84

EN

Body decad — 84

VI

Nhóm chín sắc có thân biểu tri — 143

EN

Bodily-intimation nonad — 143

VI

Nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v. — 145

EN

Dodecad with bodily intimation and lightness — 145

VI

Sự trợ giúp tốt của nghiệp — 111

EN

Favourable support of kamma — 111

VI

Ví dụ về thai nhi — 127

EN

The fetus as an example — 127

VI

Cách nói lưỡng lự “quạ cũng chẳng phải, gà cũng chẳng phải” — 26

EN

The expression “neither a crow nor a chicken” — 26

VI

Thô cứng, thô ráp — 7

EN

Coarseness or roughness — 7

VI

Quán khắp toàn thân — 13

EN

Surveying the whole body — 13

VI

Cách phân tích nhóm sắc tại sáu cửa — 91

EN

Analysing material clusters at the six doors — 91

VI

Sắc làm cảnh gồm bảy loại — 104

EN

Seven kinds of objective materiality — 104

VI

Tuệ tỉnh giác về cảnh hành — 184

EN

Knowledge of clear comprehension of the domain — 184

VI

Bốn loại khối — 67

EN

Four kinds of compactness — 67

VI

Tỷ tịnh sắc — 96

EN

Nose sensitivity — 96

VI

Nhóm mười sắc mũi — 86

EN

Nose decad — 86

VI

Tỷ tịnh sắc (ghānapasāda) — 96

EN

Nose sensitivity (ghānapasāda) — 96

VI

Khi muốn nhận biết và quán nhãn tịnh sắc — 93

EN

When wishing to discern eye sensitivity — 93

VI

Nhãn tịnh sắc — 92

EN

Eye sensitivity — 92

VI

Nhóm mười sắc mắt — 84

EN

Eye decad — 84

VI

Ví như một nắm cơm — 59

EN

Like a lump of cooked rice — 59

VI

Nhóm tám sắc do tâm sinh — 84

EN

Consciousness-produced octad — 84

VI

Dưỡng chất do tâm sinh — 130

EN

Consciousness-produced nutritive essence — 130

VI

Hỏa đại do tâm sinh — 113

EN

Consciousness-produced fire — 113

VI

Tám nhóm sắc do tâm sinh — 143

EN

Eight consciousness-produced material clusters — 143

VI

Cách quán sắc do tâm sinh — 109

EN

How to discern consciousness-produced materiality — 109

VI

Ví như một bộ máy — 29

EN

Like a mechanism — 29

VI

Một trường hợp trong Giáo pháp — 161

EN

A case concerning the Dispensation — 161

VI

Đề mục thiền về nước — 14

EN

Water meditation subject — 14

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 192 / Index in Burmese alphabetical order — 192

VI

Bệnh phát sinh do thuốc — 34

EN

Illness arising from medicine — 34

VI

Ví như hòa bột gạo và bột nghệ trong nước — 45, 52

EN

Like mixing rice flour and turmeric powder in water — 45, 52

VI

Hòa bột gạo và bột nghệ cho đều — 91

EN

Mixing rice flour and turmeric powder evenly — 91

VI

Thiệt tịnh sắc — 97

EN

Tongue sensitivity — 97

VI

Giới tịnh sắc của lưỡi — 97

EN

Tongue sensitivity element — 97

VI

Nhóm mười sắc lưỡi — 87

EN

Tongue decad — 87

VI

Nhóm chín sắc mạng quyền — 91

EN

Life-faculty nonad — 91

VI

Mạng quyền duy trì sắc — 81

EN

Life faculty sustains materiality — 81

VI

Một sắc mạng quyền — 105

EN

The single material phenomenon of life faculty — 105

VI

Ánh sáng của trí — 131

EN

Light of knowledge — 131

VI

Bàn tay trí tuệ — 3

EN

The hand of knowledge — 3

VI

Thanh gươm trí tuệ — 9

EN

The sword of knowledge — 9

VI

Người có tuệ sắc bén — 102

EN

One with sharp wisdom — 102

VI

Dành cho người có tuệ còn non — 101

EN

For one whose wisdom is still immature — 101

VI

Một cách giải thích của vị Sớ giải sư — 179

EN

An explanation by the subcommentator — 179

VI

Gọi là ý môn theo cách chuyển tên theo chỗ nương — 90

EN

Mind door by figurative usage based on the locus — 90

VI

Bốn thể phần thuộc hỏa đại — 139

EN

Four bodily components of the fire element — 139

VI

Hỏa đại — 3

EN

Fire element — 3

VI

Hỏa đại, tức thời tiết, và dưỡng chất — 133

EN

Fire, or temperature, and nutritive essence — 133

VI

Bốn thể phần có hỏa đại trội — 139

EN

Four fire-predominant bodily components — 139

VI

Cách biết của loài vật — 168

EN

The knowing of animals — 168

VI

Hãy thúc đẩy sự tinh cần — 158

EN

Arouse diligence — 158

VI

Tục ngữ “cơm nuôi mạng sống bảy ngày” — 126

EN

The saying “rice sustains life for seven days” — 126

VI

Sự chống đỡ — 8

EN

Supporting — 8

VI

Sự nâng đỡ — 22

EN

Sustaining — 22

VI

Những giải thích thêm — 42

EN

Further explanations — 42

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 193 / Index in Burmese alphabetical order — 193

VI

Đến kiến thanh tịnh — 25, 61

EN

Reaching purification of view — 25, 61

VI

Khoảng một đấu (doṇamatta) — 59

EN

About one measure (doṇamatta) — 59

VI

Tinh tấn giác chi — 36

EN

Energy awakening factor — 36

VI

Trong Chánh văn Dhammasaṅgaṇī — 16

EN

In the canonical Dhammasaṅgaṇī — 16

VI

Giới, được gọi là đại chủng — 103

EN

Elements, called great elements — 103

VI

Phần tác ý đến các giới — 2

EN

Attention to the elements — 2

VI

Tuệ tu tập tác ý đến các giới — 40

EN

Meditative wisdom in attending to the elements — 40

VI

Định tu tập tác ý đến các giới — 29

EN

Meditative concentration in attending to the elements — 29

VI

Quán xét theo giới — 69

EN

Discerning by way of elements — 69

VI

Phương pháp tóm lược của đề mục tứ đại — 1

EN

Brief method of four-elements meditation — 1

VI

Phương pháp chi tiết của đề mục tứ đại — 138

EN

Detailed method of four-elements meditation — 138

VI

Phần đề mục tứ đại — 1

EN

Section on four-elements meditation — 1

VI

Quán để các đại quân bình — 14

EN

Contemplate to balance the elements — 14

VI

Kéo các đại từ nơi này sang nơi khác — 15

EN

Drawing the elements from one place to another — 15

VI

Không quá chậm (nātisaṇikato) — 24

EN

Not too slowly (nātisaṇikato) — 24

VI

Không quá nhanh (nātisīghato) — 24

EN

Not too quickly (nātisīghato) — 24

VI

Nhĩ tịnh sắc — 96

EN

Ear sensitivity — 96

VI

Sắc thực (nipphannarūpa) — 105

EN

Concrete materiality (nipphannarūpa) — 105

VI

Ví như phân định bằng ánh nắng — 74

EN

Like delimiting by sunlight — 74

VI

Nguyên nhân được ví như ánh nắng — 75

EN

The cause likened to sunlight — 75

VI

Dưỡng chất của chư thiên — 127

EN

Celestial nutritive essence — 127

VI

Tưởng về con bò — 63

EN

Perception of a cow — 63

VI

Ví dụ người đồ tể — 62

EN

The butcher simile — 62

VI

Ví dụ đời thường để so sánh — 181

EN

An everyday simile for comparison — 181

VI

Vượt qua chế định (paññattisamatikkamanato) — 27

EN

Going beyond concepts (paññattisamatikkamanato) — 27

VI

Địa đại — 3

EN

Earth element — 3

VI

Con mắt trí tuệ thấy chân đế — 63

EN

The eye of wisdom that sees ultimate reality — 63

VI

Người chưa biết sắc chân đế — 77

EN

One who has not yet discerned ultimate materiality — 77

VI

Được gọi là sắc giới hạn — 106

EN

What is called delimiting materiality — 106

VI

Một sắc giới hạn — 106

EN

The single delimiting material phenomenon — 106

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 194 / Index in Burmese alphabetical order — 194

VI

Tịnh sắc, tức sắc trong suốt, gồm năm loại — 103

EN

Five kinds of sensitivity or transparent materiality — 103

VI

Được gọi là tịnh sắc — 44, 52

EN

What is called sensitive materiality — 44, 52

VI

Trạch pháp giác chi — 37

EN

Investigation-of-phenomena awakening factor — 37

VI

Hỷ — 39

EN

Joy — 39

VI

Hỷ giác chi — 37

EN

Joy awakening factor — 37

VI

Không có cá nhân hay chúng sinh — 64

EN

There is no individual or being — 64

VI

Sắc biểu hiện nam tính — 83

EN

Materiality expressing masculinity — 83

VI

Tính dễ vỡ — 15

EN

The nature of breaking — 15

VI

Ngôi nhà sắp đổ — 8

EN

A house about to collapse — 8

VI

Tính biến đổi — 157

EN

The characteristic of alteration — 157

VI

Thế nào là tính biến đổi — 157

EN

What alteration means — 157

VI

Diệt ngay tại nơi sinh — 118

EN

Ceasing where it arises — 118

VI

Sự sinh lan đến bên ngoài — 112

EN

Production extending externally — 112

VI

Được gọi là vật thực bên ngoài — 126

EN

What is called external nutriment — 126

VI

Quân bình bảy giác chi — 36

EN

Balancing the seven awakening factors — 36

VI

Hữu phần cũng được gọi là ý môn — 90

EN

The life-continuum is also called the mind door — 90

VI

Sự trong sáng của ý môn hữu phần và thân tịnh sắc — 100

EN

Clarity of the life-continuum mind door and body sensitivity — 100

VI

Nhóm mười sắc giới tính — 84

EN

Sex decad — 84

VI

Hai sắc giới tính — 104

EN

Two kinds of sex materiality — 104

VI

Bụi đất tơi — 21

EN

Loose dust — 21

VI

Trình tự lời dạy của Đức Phật — 12

EN

Sequence of the Buddha’s teaching — 12

VI

Tạm để qua những đại chưa hiện rõ — 27

EN

Set aside elements that are not yet evident — 27

VI

Sự trong sáng của ý môn — 53

EN

Clarity of the mind door — 53

VI

Ý môn và sắc ý vật — 99

EN

Mind door and heart-base — 99

VI

Ý môn là gì — 90

EN

What the mind door is — 90

VI

Nửa tin nửa ngờ — 33

EN

Half believing and half doubting — 33

VI

Mahāgopālakasutta — 158

EN

Mahāgopālaka Sutta — 158

VI

Bốn sắc đại chủng — 3, 103

EN

The four great elements — 3, 103

VI

Được gọi là sắc đại chủng — 103

EN

What are called the great elements — 103

VI

Mahārāhulovādasutta — 50

EN

Mahārāhulovāda Sutta — 50

VI

Quan điểm của Trưởng lão Mahāsīva — 167

EN

The Elder Mahāsīva’s view — 167

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 195 / Index in Burmese alphabetical order — 195

VI

Cứng, nhám, nặng và mềm, trơn, nhẹ — 16

EN

Hardness, roughness, heaviness, softness, smoothness and lightness — 16

VI

Vật thực người mẹ ăn — 127

EN

Nutriment eaten by the mother — 127

VI

Ví như bị hơ nóng bằng lửa — 18

EN

Like being heated by fire — 18

VI

Ví như trời và đất — 77, 160

EN

Like sky and earth — 77, 160

VI

Ví như người bán bánh — 9

EN

Like a cake seller — 9

VI

Ví như bột — 59

EN

Like flour — 59

VI

Một ví dụ quán ở mắt — 128

EN

An example of discernment at the eye — 128

VI

Nhóm cháu — 115, 133

EN

Grandchild cluster — 115, 133

VI

Nhóm chắt — 115

EN

Great-grandchild cluster — 115

VI

Sức mạnh của những tâm thù thắng — 114

EN

Power of superior consciousness — 114

VI

Ví như người bắt bằng tên — 7

EN

Like one catching with an arrow — 7

VI

Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito — 177

EN

Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito — 177

VI

Phần đề mục thiền về sắc — 1

EN

Section on meditation on materiality — 1

VI

Phân tích các nhóm sắc theo giới — 54

EN

Analyse the material clusters by elements — 54

VI

Ba loại khối sắc — 64

EN

Three kinds of material compactness — 64

VI

Cách sắc sinh và diệt — 151

EN

How materiality arises and dissolves — 151

VI

Cách nhận biết các sắc — 91

EN

How to discern material phenomena — 91

VI

Khi nào quán “sắc, sắc” — 156

EN

When to contemplate “materiality, materiality” — 156

VI

Trong sắc giới không có khối về cảnh — 67

EN

No compactness of object in materiality — 67

VI

Hai mươi tám sắc — 103

EN

Twenty-eight material phenomena — 103

VI

Tóm lược những điểm cần ghi nhớ khi quán — 187

EN

Summary of points to remember in contemplation — 187

VI

Quán ưu tiên đặc tính riêng (lakkhaṇato) — 28

EN

Give priority to the individual characteristic (lakkhaṇato) — 28

VI

Sắc đặc tướng là gì — 108

EN

What characteristic materiality is — 108

VI

Cách quán bốn sắc đặc tướng — 150

EN

Discerning the four characteristics of materiality — 150

VI

Bốn loại sắc đặc tướng — 107

EN

Four kinds of characteristic materiality — 107

VI

Nhóm mười hai sắc có thân biểu tri và tính nhẹ v.v. — 145

EN

Dodecad with bodily intimation and lightness — 145

VI

Ví như bụi bay lên trong không trung — 18

EN

Like dust rising into the air — 18

VI

Bốn mươi hai thể phần — 138

EN

Forty-two bodily components — 138

VI

Chấp “tự ngã” trong cách nói thế gian — 71

EN

Clinging to self in conventional usage — 71

VI

Khi nêu ví dụ trong đời thường — 181

EN

An everyday simile — 181

VI

Điểm cốt yếu cần ghi nhớ — 133

EN

A point to remember — 133

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 196 / Index in Burmese alphabetical order — 196

VI

Cách quán trong thực hành — 127

EN

How to discern in practice — 127

VI

Như viên hồng ngọc đặt trong lòng bàn tay — 14

EN

Like a ruby resting in the palm — 14

VI

Một nguyên tắc cần tuân theo khi thực hành — 6

EN

A principle to follow in practice — 6

VI

Một quy tắc cần tuân theo — 25

EN

A rule to follow — 25

VI

Các quy tắc cần tuân theo — 23

EN

Rules to follow — 23

VI

ဝ

EN

ဝ

VI

Bắt đầu từ chữ “ဝ” tròn — 5

EN

Begin with the round letter “ဝ” — 5

VI

Phong đại — 3

EN

Wind element — 3

VI

Sáu thể phần có phong đại trội — 140

EN

Six bodily components in which the wind element predominates — 140

VI

Năm hoặc ba sắc biến hóa — 106

EN

Five or three kinds of alteration of materiality — 106

VI

Ngăn tâm tán ra ngoài (vikkhepapaṭibāhanato) — 25

EN

Preventing distraction (vikkhepapaṭibāhanato) — 25

VI

Hai sắc biểu tri — 106

EN

Two kinds of intimation — 106

VI

Người hay phê bình — 33

EN

A person given to criticism — 33

VI

ɔɔ

EN

ɔɔ

VI

Những người giỏi phân biệt các chân lý — 34

EN

People skilled in distinguishing the truths — 34

VI

Niệm giác chi — 36

EN

Mindfulness as a factor of awakening — 36

VI

Điều cần lưu ý — 134, 137

EN

A point to note — 134, 137

VI

Những điểm cần lưu ý — 14

EN

Points to note — 14

VI

Điều cần ghi nhớ khi quán sắc — 158

EN

A point to remember when discerning materiality — 158

VI

Tưởng về chúng sinh và tưởng về tự ngã đã tan — 61

EN

Perceptions of a being and of a self have fallen away — 61

VI

Tưởng về chúng sinh và tưởng về tự ngã sẽ tan — 71

EN

Perceptions of a being and of a self will fall away — 71

VI

Tỉnh giác về sự thích hợp — 183

EN

Clear comprehension of suitability — 183

VI

Tuệ tỉnh giác về sự thích hợp — 183

EN

Knowledge of clear comprehension of suitability — 183

VI

Bát vỡ, thân giập — 26

EN

The bowl breaks and the body is bruised — 26

VI

Sắc có thực tính — 105

EN

Materiality with its own nature — 105

VI

Khi chưa tu tập theo lối lấy thiền chỉ làm cỗ xe — 22

EN

When one has yet to practise with tranquillity as the vehicle — 22

VI

Định giác chi — 37

EN

Concentration as a factor of awakening — 37

VI

Cách gọi theo sự thật quy ước — 119

EN

Naming according to conventional truth — 119

VI

Bốn loại tỉnh giác — 183

EN

Four kinds of clear comprehension — 183

VI

Sắc để quán (sammasanarūpa) — 106

EN

Materiality suitable for contemplation (sammasanarūpa) — 106

VI

Sắc có đặc tướng — 105

EN

Materiality with characteristics — 105

VI

Tỉnh giác về lợi ích — 183

EN

Clear comprehension of benefit — 183

VI

Một mốc chỉ dẫn trong giáo pháp — 74

EN

A landmark in the Dispensation — 74

VI

Cách sắc do thời tiết và vật thực sinh qua các thế hệ con cháu — 136

EN

How temperature- and nutriment-produced materiality arise in successive generations — 136

VI

Thế hệ con — 115

EN

Offspring generation — 115

VI

Sản phẩm trực tiếp — 126

EN

Direct offspring — 126

VI

Các nhóm con — 133

EN

Offspring clusters — 133

VI

Lạc (sukha) — 39

EN

Pleasure (sukha) — 39

Chỉ mục theo thứ tự chữ cái Miến — 197 / Index in Burmese alphabetical order — 197

VI

Ba bài kinh — 31

EN

Three discourses — 31

VI

Hành giả thuần minh sát — 19

EN

A pure-insight practitioner — 19

VI

Nhĩ tịnh sắc — 95

EN

Ear-sensitivity — 95

VI

Nhóm mười sắc tai — 85

EN

Ear-decad — 85

VI

Ví như bóng cây — 77

EN

Like the shade of a tree — 77

VI

Thế nào là quán — 56

EN

What is meant by apprehending — 56

VI

Các sắc có phận sự mang đi — 172

EN

Material phenomena that carry — 172

VI

ဌ

EN

ဌ

VI

Một sắc tim — 104

EN

One kind of heart materiality — 104