

## Bát Chánh Đạo-MN 141

Điều để về con đường dẫn đến sự diệt khổ là gì? Đó chính là con đường tám phần cao thượng này, đó là—chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định.

Này hiền giả, “chánh kiến” là gì?

Đó là tri kiến về khổ, tri kiến về sự tập khởi của khổ, tri kiến về sự diệt khổ, tri kiến về con đường dẫn đến sự diệt khổ. Đó được gọi là “chánh kiến.”

Này hiền giả, “chánh tư duy” là gì?

Tư duy về sự xuất ly, tư duy về không ác ý, tư duy về không tàn ác. Này hiền giả, đây là “chánh tư duy.”

Này hiền giả, “chánh ngữ” là gì?

Tránh nói dối, tránh nói lời chia rẽ, tránh nói lời thô ác, tránh nói chuyện phù phiếm vô ích. Này hiền giả, đây được gọi là “Chánh Ngữ.”

Này hiền giả, “chánh nghiệp” là gì?

Tránh sát hại chúng sinh, tránh lấy của không được cho, tránh tà dâm. Này hiền giả, đây được gọi là “Chánh Nghiệp.”

Này hiền giả, “chánh mạng” là gì?

Ở đây, này hiền giả, một vị thánh đệ tử từ bỏ tà mạng và nuôi sống đời mình bằng chánh mạng. Đây được gọi là “Chánh Mạng.”

Này hiền giả, “chánh tinh tấn” là gì?

Ở đây, này hiền giả, một vị Tỳ-kheo khởi lên ý muốn, nỗ lực, phát động tinh tấn, đào sâu ý chí và cố gắng ngăn không cho các phẩm chất bất thiện, xấu ác chưa sinh khởi được sinh khởi.

khởi lên ý muốn, nỗ lực, phát động tinh tấn, đào sâu ý chí và cố gắng từ bỏ các phẩm chất xấu ác và bất thiện đã sinh khởi

khởi lên ý muốn, nỗ lực, phát động tinh tấn, đào sâu ý chí và cố gắng làm cho các phẩm chất thiện chưa sinh khởi được sinh khởi

khởi lên ý muốn, nỗ lực, phát động tinh tấn, đào sâu ý chí và cố gắng duy trì, không để mất đi, phát triển, mở rộng, và làm viên mãn các phẩm chất thiện đã sinh khởi.

Này hiền giả, đây được gọi là “chánh tinh tấn.”

Này hiền giả, “chánh niệm” là gì?

Ở đây, này hiền giả, một vị Tỳ-kheo sống quán thân trong thân, nhiệt tâm, hoàn toàn tỉnh giác, và niệm, đã loại trừ tham lam và khổ ưu đối với thế gian.

Vị ấy sống quán thọ trong thọ, nhiệt tâm, hoàn toàn tỉnh giác, và niệm, đã loại trừ tham lam và khổ ưu đối với thế gian.

Vị ấy sống quán tâm thức trong tâm thức, nhiệt tâm, hoàn toàn tỉnh giác, và niệm, đã loại trừ tham lam và khổ ưu đối với thế gian.

Vị ấy sống quán các phẩm chất trong các phẩm chất, nhiệt tâm, hoàn toàn tỉnh giác và niệm, đã loại trừ tham lam và khổ ưu đối với thế gian.

Này hiền giả, đây được gọi là “chánh niệm.”

Này hiền giả, “chánh định” là gì?

Ở đây, này hiền giả, một vị Tỳ-kheo ly dục, ly các phẩm chất bất thiện xảo, sống chứng nhập vào tầng định thứ nhất với tầm và tứ, với hỷ và lạc do viễn ly sinh.

Với sự lắng dịu của tầm và tứ, nội tâm an tịnh, ý chí đã lắng xuống và hợp nhất, vị ấy chứng nhập vào tầng định thứ hai không còn tầm và tứ, với hỷ và lạc do định sinh.

Với sự phai nhạt của hỷ, an trú trong sự quán sát, niệm và hoàn toàn tỉnh giác, cảm nhận lạc khắp toàn thân, điều mà các bậc thánh tuyên bố “Người này đang quán sát, niệm, và an trú trong lạc”—vị ấy chứng nhập vào tầng định thứ ba.

Với sự từ bỏ lạc, và sự từ bỏ khổ, với hỷ và ưu trước đó đã chấm dứt, được thanh tịnh nhờ quán sát và niệm, vị ấy chứng nhập vào tầng định thứ tư không khổ không lạc.

Này hiền giả, đây được gọi là “chánh định.”

*Majjhima Nikāya 141*