

Một vài phương pháp học tập của Chư Tăng trong Kinh tạng

ISSN: 2734-9195 09:05 17/05/2025

Tất cả các phương pháp thực ra chỉ là một, khi mà tất cả chư Tăng cùng sống trong một môi trường, được đức Phật giảng dạy tùy thuận theo căn cơ.

Dẫn nhập: Học gì cũng cần phải có phương pháp để ghi nhớ và thực hiện. Học Phật cũng vậy. Phương pháp (àkàra-paritakkà), là nói trên bề mặt ngôn ngữ, thực tế việc học của chư Tăng không cố định mà bất định.

Chư Tăng nỗ lực học tập những gì được chỉ dạy, thực hành để thấy mình phù hợp với phương pháp nào; nghe bằng tai, tụng đọc, quán sát, học tập từ bạn và hội chúng, phương pháp nào mà được ích lợi thì học và hành theo.

Từ khóa: Đức Phật, Kinh tạng, chư tăng, học tập...

1. Lắng nghe

Nghe bằng tai là bước học đầu tiên. Nisāmeti: lóng tai nghe, quan sát, chú ý đến. Khi nhĩ căn tiếp xúc với âm thanh thì nhĩ thức phát sinh. ‘Nhĩ thức’ là cái biết có một âm thanh vang lên như thế. ‘Nhĩ căn’ là công năng nghe, hay còn gọi là ‘thính lực’ của mỗi người.

Như vậy, sở dĩ có cái biết về âm thanh là nhờ có sự tiếp xúc giữa công năng nghe và âm thanh. Đây gọi là lý duyên khởi: cái này có nên cái kia có.

Nghe bằng tai thích hợp với những vị đệ tử có căn cơ lắng nghe, thích được nghe. Các Tỷ-kheo được học pháp và luật trực tiếp với đức Phật hoặc những vị đệ tử lớn như Ngài Ānanda, Sāriputta, Moggallāna... về giáo pháp hay giới luật. Mỗi khi thuyết giảng cho chúng đệ tử, đức Phật luôn dạy rằng: “Này các Tỷ-kheo, Ta sẽ thuyết cho các Ông về lý...hãy lắng nghe và suy nghiệm kỹ, Ta sẽ giảng”.

Ngài chỉ rõ cho chúng Tăng, nghe bằng tai là việc không hề dễ dàng, vị ấy phải khéo léo, biết cách nghe “Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo biết nghe? Ở

đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo khi pháp và luật do Như Lai thuyết giảng, sau khi nhiệt tâm tác ý hoàn toàn, chú tâm và lắng nghe. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo biết nghe”. (1) Việc nghe pháp rất quan trọng, người nghe cần phải tập trung tâm ý khi nghe để có thể ghi nhớ.

Ngoài việc dạy cách nghe pháp như thế nào, đức Phật cũng chỉ ra những lợi ích của việc nghe pháp để hàng đệ tử có niềm tin, nỗ lực trong việc nghe pháp của mình *“Này các Tỷ-kheo, nghe pháp có năm lợi ích này. Thế nào là năm? Được nghe điều chưa nghe, làm cho trong sạch điều được nghe, đoạn trừ nghi, làm cho tri kiến chính trực, làm cho tâm tịnh tín”. (2)*

Trong kinh Lăng Nghiêm, viên thông về nhĩ căn, được chép: *“Thưa Thế Tôn, tôi nhớ hằng hà kiếp về trước, có đức Phật ra đời, hiệu là Quán Thế Âm, từ đức Phật ấy, tôi phát tâm Bồ đề. Đức Phật ấy dạy tôi từ Nghe, Suy nghĩ và Tu, vào thấu Tam Ma Địa”. (3)* Không chỉ kinh Lăng Nghiêm mà kinh Pháp Hoa hay Du Già sư địa luận cũng đề cập tới việc nghe pháp như vậy.

Kinh tạng Nikāya hay kinh điển phát triển đều cho thấy đức Phật dạy chúng đệ tử cách nghe pháp rất kỹ như thế, hẳn nhiên nghe pháp là hết sức quan trọng, việc nghe pháp có thấu đáo, rõ ràng thì tư duy mới đúng và tu tập mới mang lại an lạc hạnh phúc. Chung quy lại khi nghe pháp, vị đệ tử có ba việc phải làm đó là: nhiệt tâm tác ý hoàn toàn (4), chú tâm (5) và lắng nghe.

Khi thân và tâm hoàn toàn yên tịnh, vị ấy nghe những lời dạy của đức Phật mà không có bất kì sự chi phối nào. Trong khi nghe pháp, vị ấy phải thân ngay thẳng, để niệm trước mặt, chú ý lắng nghe những gì đức Phật dạy. Trong ba giai đoạn mà người đệ tử nghe pháp thì lắng nghe là giai đoạn cuối cùng bởi vị ấy cần phải có những chuẩn bị cần thiết về thân và tâm để lắng nghe lời Phật dạy. Lắng nghe một cách chú tâm, xuyên suốt và ghi nhớ trong tâm.



Hình ảnh được tạo bởi AI

Chúng Tăng, ngoài việc lắng nghe pháp từ đức Phật, phải là người nghe nhiều, luôn lắng nghe những điều chưa được nghe, làm cho khởi lên những điều đã được nghe, phải biết nghĩa, biết pháp, thực hành pháp và tùy pháp thì những điều lắng nghe mới thực sự mang lại lợi ích. Ngài Ānanda, một vị đệ tử nghe nhiều của đức Phật, đã chia sẻ kinh nghiệm về việc nghe pháp chưa từng được nghe mà không đi đến rối loạn lại còn được lợi ích: *“Tỷ-kheo học thông suốt pháp, tức là Khế kinh, Ứng tụng, Ký thuyết, Phúng tụng, Vô vấn tự thuyết, Như thị thuyết, Bản sinh, Vị tăng hữu pháp, Trí giải hay Phương quảng. Vị ấy thuyết pháp cho các người khác một cách rộng rãi như đã được nghe, như đã được học thông suốt. Vị ấy khiến cho các người khác nói pháp một cách rộng rãi như đã được nghe, như đã được học thông suốt. Vị ấy tụng đọc pháp một cách rộng rãi như đã được nghe, như đã được học thông suốt”*. (6)

2. Được tụng đọc bằng lời

Tụng đọc là quá trình nhãn căn tiếp xúc với con chữ (trần). Trong thời đức Phật, chư Tăng không đọc tụng như thế mà đọc tụng những gì mình đã được nghe và học thuộc, cùng nhau ghi nhớ. Tụng đọc bằng lời là một trong những phương pháp thanh tịnh tam nghiệp, tụng đọc cũng là cách mà chúng Tăng trao đổi giáo pháp cũng như chỉnh sửa cho nhau nếu như vị nào đó đọc sai.

Đức Phật chỉ rõ những pháp mà Tỷ-kheo cần phải đọc tụng. Ai muốn tu tập, đều phải đi qua những pháp “Bốn niệm xứ, Bốn chính cần, Bốn như ý túc, Năm căn, Năm lực, Bảy giác chi, Tám thánh đạo”. (7) Ngoài ra, mỗi nửa tháng chư Tăng phải đọc tụng giới bốn Pātimokkha *“Này các Tỷ-kheo, bản tụng đọc này gồm hơn 150 học giới cần phải đọc nửa tháng một lần, ở đây các người thiện nam tử muốn được lợi ích, học tập bản tụng ấy. Này các Tỷ-kheo, tất cả được thấu nhiếp hợp lại thành ba học giới này”*. (8) Điều này cho thấy, việc đọc tụng giới luật cũng rất quan trọng.

Giới luật và pháp là hai hành trang không thể thiếu của một vị Tỷ-kheo nếu muốn đi trên con đường giải thoát, giống như con chim nếu không có đôi cánh thì không thể bay cao trên bầu trời. Việc đọc tụng Giới luật giúp cho chư Tăng ghi nhớ bốn phận, hành trang của mình để từ đó tinh tấn tu tập.

Phật cũng khuyên chư Tăng rằng không được dùng trọn cả ngày để đọc tụng pháp, bỏ phế cuộc sống độc cư an tịnh, không chuyên chú vào nội tâm an chỉ. Như thế không đưa đến giải thoát mà chỉ được gọi là vị Tỷ-kheo tụng đọc, không sống theo pháp: *“Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tụng pháp một cách rộng rãi như đã được nghe, như đã được học thuộc lòng. Vị ấy dùng trọn cả ngày để tụng đọc, bỏ phế sống độc cư an tịnh, không nỗ lực chuyên chú vào nội tâm an chỉ. Này Tỷ-kheo, đây gọi là Tỷ-kheo tụng nhiều, nhưng không sống theo pháp”* (9). Một Tỷ-kheo sống đúng pháp nên phải: *“Vị ấy không dùng trọn cả ngày để học thuộc lòng pháp, không phế bỏ sống độc cư an tịnh, nỗ lực chuyên chú vào nội tâm an chỉ. Này Tỷ-kheo, như vậy Tỷ-kheo sống theo pháp”*. (10) Sau khi tụng đọc pháp và luật, hành giả phải tư duy về những pháp và luật ấy. Chỉ tụng đọc mà không suy tư chân chính về các pháp sẽ không có lợi ích từ việc đọc tụng.

3. Quán sát

Vị đệ tử, sau khi được nghe pháp, đọc tụng pháp thì phải quán sát (upanijjhāyati) các pháp ấy với tâm ý thanh tịnh để tự mình tìm ra những kiến giải sau khi được nghe Thế Tôn giảng dạy. Tự mình tụng đọc cũng như đọc lại cho người khác, tìm hiểu ở các vị trưởng lão.

Điều này, cũng được Đức Phật lặp lại trong Trường bộ kinh, bài Kinh Phúng tụng nếu khi quán sát và hiểu được lời dạy của đức Phật hay của một đồng phạm hạnh nào sẽ có những lợi ích sau đây: *“Này các Hiền giả, khi vị Tỷ-kheo nghe bậc Đạo Sư hay một vị đồng phạm hạnh đáng kính nào thuyết pháp, vị ấy, đối với pháp ấy, hiểu được nghĩa lý và hiểu cả văn cú. Nhờ hiểu được nghĩa lý và hiểu cả văn cú, khoan khoái sinh. Nhờ khoan khoái, hỷ sinh. Nhờ hỷ tâm, thân*

khinh an sinh. Nhờ thân khinh an, lạc thọ sinh. Nhờ lạc thọ, tâm được định tĩnh”.
(11)

Quán sát, là quán sát ngữ nghĩa những gì mình được nghe, hành giả khi quán sát có thể hỏi các đồng phạm hạnh, các vị trưởng lão. Nếu chỗ nào nghi ngờ hoặc không hiểu, sau khi hỏi có thể so sánh với những gì mình hiểu để xem mình hiểu sai ở đâu, điều chỉnh lại quan điểm cũng như cách nhìn nhận, có như thế hành giả mới không sinh tâm nghi ngờ đối với giáo pháp cũng như đức Phật, các bậc đồng phạm hạnh. Đây cũng là một trong những nền tảng đưa đến trí tuệ như thật của một Tỷ-kheo.

Trong khi quán sát hành giả phải phân tích, so sánh... giữa những gì được nghe giảng và thực tế đang diễn ra đối với bản thân cũng như thế giới. Nhờ những yếu tố ấy trí tuệ phải hoạt động liên tục, thay đổi hoạt động từ ô nhiễm sang thanh tịnh, mê mờ đến sáng suốt. Sự tích tập như vậy lâu ngày dần dần hành giả có được trí tuệ như thật.

4. Học tập từ bạn và hội chúng

Những tưởng đời sống xuất gia là viễn ly, xa rời gia đình thì sẽ không có tình bạn. Nhưng không, tình bạn rất quan trọng đối với đời sống chư Tăng, đức Phật dạy rằng *“đây là toàn bộ đời sống phạm hạnh, đó là, tình bạn tốt đẹp, tình bạn đồng hành tốt đẹp, tình bạn đồng chí hướng tốt đẹp. Khi một Tỷ-kheo có một tình bạn tốt, một người đồng hành tốt, một người đồng chí hướng tốt, thì điều được mong đợi là vị ấy sẽ phát triển và tu tập Bát thánh đạo”*. (12) Như thế, một tình bạn tốt đẹp đóng vai trò rất quan trọng trong đời sống xuất gia, là động lực thúc đẩy sự đi tới của chư Tăng.



Hình ảnh được tạo bởi AI

Trong môi trường sống tập thể, chúng Tăng học tập từ bạn đồng phạm hạnh hay hội chúng mình đang ở là điều hết sức thuận lợi, nhưng cá nhân phải biết chọn bạn và hội chúng để học điều thiện và làm cho điều thiện tăng trưởng, loại bỏ điều ác đã có và không làm sinh khởi điều ác chưa sinh khởi, đó là cách để việc học được tăng trưởng tốt đẹp. Khi những người học điều thiện cùng cộng trú với nhau thì sẽ giúp nhau tăng trưởng điều thiện, giúp nhau học tập, không gây khổ não cho nhau.

Thân cận những người thiện, vị ấy không chỉ học được những lời dạy của đức Phật, mà còn học được giới đức, kinh nghiệm tu học để ngày một hoàn thiện hơn. Khi sống với những người thiện, được dạy bảo bởi những người thiện thì ác tâm sẽ không có cơ hội sinh khởi, lần lần được tiêu trừ, đó là một trong Bốn như ý túc được diễn ra một cách tự nhiên, không làm khó người học.

Bạn ảnh hưởng đến đời sống tu tập rất nhiều, nên đức Phật cũng dạy chư Tăng rất kỹ trong việc chọn bạn, trong rất nhiều kinh nói về những tiêu chí để một người được xem là bạn: *“Người ấy cho những gì khó cho, làm những gì khó làm, nhẫn nhục chịu đựng những gì khó chịu, tiết lộ những bí mật của mình cho bạn biết, che dấu những bí mật của bạn, không bỏ bạn khi gặp khó khăn, không khinh rẻ bạn khi bạn bị khinh hận, vị ấy vui tính và dễ chịu, vị ấy*

được kính trọng, vị ấy được ngưỡng mộ, vị ấy là một nhà thuyết pháp, vị ấy nhận nhục chịu đựng những chỉ trích của người khác, vị ấy thuyết giảng sâu sắc, vị ấy không thúc đẩy bạn làm những điều sai trái”. (13)

Quan điểm này cũng được nhắc đến trong Trường bộ kinh, Giáo thọ Ca Thi La Việt, nói về một người được xem là bạn “*Này Gia chủ tử, bốn loại bạn này phải được xem là bạn chân thật: Người bạn giúp đỡ phải được xem là bạn chân thật; người bạn chung thủy trong khổ cũng như trong vui phải được xem là bạn chân thật; người bạn khuyên điều lợi ích phải được xem là bạn chân thật; người bạn có lòng thương tưởng phải được xem là bạn chân thật*”.

Người bạn có trí tuệ mới có thể giúp chúng ta trên con đường tu tập, phát triển trí tuệ, còn nếu bạn không có trí tuệ thì không những không giúp được ta trên con đường tu tập mà còn có thể dẫn đi vào con đường lầm lạc, nên nếu không gặp người bạn có trí tuệ thì thà đi một mình chứ không thân cận những người như thế.

Trong kinh Pháp Cú, câu 78 dạy rằng:

Chớ thân cận bạn ác

Chớ thân kẻ tiểu nhân

Hãy thân người bạn lành

Hãy thân bậc thượng nhân.

Bên cạnh đồng tu phạm hạnh, chư Tăng còn có hội chúng. Trong hội chúng thì mỗi người mỗi nghiệp duyên, có người thông minh lanh lợi, có người khéo thuyết pháp và được yêu mến, có người nghiêm trì luật... không ai giống ai. Mỗi người cũng có pháp môn tu tập riêng, có người tu hạnh đầu đà, quán bất tịnh, tu đa văn... môi trường hội chúng là môi trường mà chư Tăng thuận lợi trong việc học tập lẫn nhau về hạnh nguyện cũng như cách tu tập, nhưng được như thế thì mỗi người phải biết chọn cho mình hội chúng tối thắng.

Tăng chúng là cộng đồng trí thức, tất cả đều được học giáo pháp với đức Phật hoặc các bậc đồng phạm hạnh, trong hội chúng ấy sẽ có các vị chứng đắc các quả vị hay giai

vị thiền. Đời sống ấy, không chỉ giúp chư Tăng nâng cao việc hiểu ngữ nghĩa lời dạy đức Phật mà còn nâng cao thực hành giáo pháp, cơ hội học hỏi lẫn nhau nhiều hơn.

Sống trong hội chúng, vị Tỷ-kheo luôn được nhắc nhở, sách tấn và ngăn ngại làm các việc sai trái. Đây là môi trường rèn luyện đức tính kham nhẫn, luôn tôn trọng người khác, khiêm nhường, nâng cao tinh thần hoà nhập với cộng đồng giúp cho hành giả dần xoá bỏ bản ngã. Môi trường Tăng chúng thuận lợi cho chư Tăng thực hành Tứ nhiếp pháp và sáu pháp lục hoà, làm cho đời sống Tăng chúng được hưng thịnh, là nơi nương tựa cho hàng tại gia.

5. Thể nhập với chính kiến và tự mình chứng ngộ lời Phật dạy

Trong quá trình lắng nghe, đọc tụng và quán sát những gì được đức Phật và các bậc đồng phạm hạnh thuyết giảng về pháp và luật, tự thân hành giả đã tự mình chiêm nghiệm, trải qua những lời dạy ấy thông qua việc tư duy, quán sát. Đó như là quá trình đầu tiên, mà vị ấy loại bỏ đi những tà kiến, kiến thủ; những tà tư duy; những ý niệm về chấp thủ, chấp ngã xưa nay đã bám rễ sâu chắc trong tâm. Thay bằng những cái nhìn đúng đắn như pháp và luật; giúp vị ấy có thể thẳng tri và liễu tri về ngũ uẩn, về sở kiến, sở văn, sở tri, sở tư niệm, về tam giới, niết bàn.

Khi nhìn các hiện hữu như thật, đó là sự thật qua duyên khởi, vô ngã qua liễu tri và thẳng tri mới thấy được dục hỷ là căn bản của đau khổ, từ hữu mà sinh khởi lên và già chết đã đến với hữu tình. Thấy được như vậy, hành giả mới có thể xả ly, đoạn tận tham ái để thể nhập vào dòng Thánh với Chính kiến thâm diệu. Cũng như đức Phật hỏi Ngài Ānanda: *“Này Hiền giả Ānanda, những pháp nào sự sinh khởi đã được thấy rõ, sự diệt mất được thấy rõ, trong khi tồn tại, sự biến đổi được thấy rõ, Ngài Anan trả lời “Này Hiền giả, trong sắc sự sinh khởi được thấy rõ, sự diệt mất được thấy rõ, trong khi tồn tại, sự biến đổi được thấy rõ. Trong thọ... Trong tưởng... Trong các hành... Trong thức, sự sinh khởi được thấy rõ, sự diệt mất được thấy rõ, trong khi tồn tại, sự biến đổi được thấy rõ”. (14)*



Hình ảnh được tạo bởi AI

Chính kiến đứng đầu trong tám chi phần của Bát chính đạo, đó là con đường giúp chúng sinh đi qua mọi khổ đau.

Đức Phật dạy về khổ, vô thường, vô ngã, duyên sinh không phải làm nhụt đi ý chí sống hay để con người nhìn đời bằng cái nhìn vô vọng, tuyệt vọng. Ngược lại, khi thấy được cuộc đời qua sự thật, con người sẽ được tự do không bị chính những pháp thế gian trói buộc.

Khi tự mình thể nhập các pháp với chính kiến qua việc học tập, chư Tăng cũng thể nghiệm những lời dạy của đức Phật bằng cách tự mình tu tập những gì đã được học. Đức Phật là người tìm ra con đường giải thoát, ai muốn giải thoát thì phải tự bước đi trên con đường ấy, bước đi như thế thì mỗi đoạn đường là mỗi cách đi khác nhau, người đi phải tự mình tìm cho mình cách đi đúng đắn. Thế nào là cách đi đúng đắn? Nếu đi mà không khởi lên tham, sân, si thì đó là cách đi đúng, còn nếu khởi lên tham, sân, si thì phải thay đổi cách đi sao cho không khởi lên tham, sân, si; đó là việc làm mà không ai có thể làm thay được. Trên con đường đi, chư Tăng phải tự mình là ngọn đèn, phải lấy pháp làm ngọn đèn như đức Phật dạy Ānanda: *"Hãy tự mình là ngọn đèn cho chính mình, hãy tự mình nương tựa chính mình, chớ nương tựa một điều gì khác. Dùng Chính pháp*

làm ngọn đèn, dùng Chính pháp làm chỗ nương tựa, chớ nương tựa một gì khác". (15)

Kết luận

Những phương pháp học tập chung của chư Tăng phần nào nói lên được tinh thần học tập của chư Tăng thời đức Phật còn tại thế. Tất cả các phương pháp thực ra chỉ là một, khi mà tất cả chư Tăng cùng sống trong một môi trường, được đức Phật giảng dạy tùy thuận theo căn cơ.

Hai phương pháp được sử dụng nhiều thời bấy giờ là lắng nghe và tụng đọc, những phương pháp còn lại thường được dùng hỗ trợ cho hai phương pháp này. Mối quan hệ duyên khởi có ngay trong những pháp học của chư Tăng, cái này có thì cái kia có, không tồn tại độc lập mà nương tựa vào nhau để cùng xây dựng một nền giáo dục hoàn thiện. Lắng nghe và tụng đọc không chỉ phù hợp xã hội cách đây hơn 2.600 năm, cho đến bây giờ hai phương pháp này vẫn còn được sử dụng, không chỉ cho giáo dục Phật giáo mà cả giáo dục thế tục cũng vậy.

Quan sát kỹ sẽ thấy rằng, chư Tăng trong lúc học đã có sự thực hành, hai quá trình này không hề tách riêng nhau hay có thứ tự học xong mới thực hành, hoặc thực hành rồi học. Chẳng hạn như phương pháp nghe bằng tai, trong lúc lắng nghe vị ấy phải ngồi tư thế kiết già hoặc bán già, chính niệm tỉnh giác để niệm trước mặt (điều hòa thân và tâm), chú tâm vào những lời dạy của đức Phật (chính niệm), tác ý và suy nghĩ về những lời Ngài dạy để có thể ghi nhớ (tư duy và quán sát). Đó cũng là cách thực hành cơ bản về thiền Tứ niệm xứ nhưng ở một hình thức khác, phù hợp với hoàn cảnh được diễn ra một cách tự nhiên và không gượng ép, đó là sự khéo léo trong hướng dẫn của đức Phật và sự thực hành của chư Tăng.

Học và hành cùng song hành như thế sẽ không có việc nắm giữ kiến thức mà không lo thực hành, hay thực hành mà không thuộc những học pháp. Người học trước hết học và hành vô ngã, vô thường, duyên khởi ngay trong cách học.

Tác giả: **Ni sinh Tuệ Đức** - Chuyên ngành Hán Nôm Phật học Khóa II, Học viện PGVN tại Huế

Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 5/2025

Chú thích:

- (1) Tăng chi bộ kinh II, Chương Bốn pháp, Phẩm Kesi, Con voi, Thích Minh Châu dịch, tr.36.
- (2) Tăng chi bộ kinh II, Phẩm Kimbila, Nghe pháp, Thích Minh Châu dịch, tr.709.
- (3) Nhẫn Tể Thiên Sư dịch, Kinh Lăng nghiêm tông thông, tr.503.
- (4) Nhiệt tâm tác ý hoàn toàn: Nhiệt tâm (ātappa), là trạng thái nhiệt tình, tinh cần, tinh tấn của tâm. Tác ý (manaskāsa), tức tâm ý đột nhiên cảnh giác, chuyên chú vào một chỗ nào đó để sinh khởi hoạt động. Nhiệt tâm tác ý hoàn toàn là trạng thái mong muốn được nghe pháp một cách nhiệt tình và hoàn toàn tác ý vào những lời dạy của đức Phật.
- (5) Chú tâm (manasikaroti), chú tâm suy xét, hay còn được gọi là chính niệm (satimā= mindful). Tâm ý cột chặt vào những lời dạy
- (6) Tăng chi bộ kinh III, Chương Sáu pháp, Phẩm Dhammika, Ananda, Thích Minh Châu dịch, tr.135.
- (7) Trường bộ kinh II, Kinh Thanh tịnh, Thích Minh Châu dịch, tr.456.
- (8) Sđd, tr.457.
- (9) Tăng chi bộ kinh II, Chương Năm pháp, Phẩm Chiến sĩ, Sống theo pháp 1, Thích Minh Châu dịch, tr.447. (10) Sđd, tr. 447-448.
- (11) Trường bộ kinh, Kinh Phúng tụng, Thích Minh Châu dịch, tr.609-610.
- (12) Bikkhu Bodhi, Lời Phật dạy về sự hoà hợp trong cộng đồng và xã hội, Nguyên Nhật Trần Như Mai dịch, tr.149
- (13) Bhikhu Bodhi, Lời Phật dạy về sự hoà hợp trong cộng đồng và xã hội, Nguyên Nhật Trần Như Mai dịch, tr.147-147
- (14) Tương ưng bộ kinh II, Chương I, Phẩm Không phải của các ông, Ānanda, Thích Minh Châu dịch, tr.76.
- (15) Trường bộ kinh I, Đại bát Niết-bàn, Thích Minh Châu dịch, tr.584.