# THE BUDDHA – ĐỨC PHẬT



# THE BUDDHA

# ĐỨC PHẬT

**VESAK 2020 – PL 2564**

# CONTENTS

Lời ngỏ

## THE BUDDHA

1 The Birth of the Buddha 11
2 The Great Renunciation 17
3 The Search 23
4 The Enlightenment 29
5 The First 7 Weeks after the Enlightenment 35
6 Deciding to Teach 41
7 The Buddha's Missionary Work 49
8 The Buddha's Greatness 57
9 The Buddha's Parinibbāna 63
10 The Benefits of Taking Refuge in the Triple Gem 69

**SUPLEMENTARY LESSONS** 75
**KEY** 83

# LỜI NGỎ

Ngày nay nhu cầu học và đọc các tác phẩm Phật giáo bằng tiếng Anh, tiếng Pāḷi ngày càng nhiều. Các bài pháp thoại, các bài báo, kinh sách nghiên cứu của các vị cao Tăng nổi tiếng trên thế giới cũng được các học giả uyên bác Việt Nam dịch thuật. Tuy nhiên, tự mình đọc và hiểu được những điều thú vị, mới mẽ bằng chính ngôn ngữ gốc chắc chắn sẽ tuyệt vời hơn.

Vạn sự khởi đầu nan! Thành công nào cũng cần trải nghiệm, tìm tòi với niềm say mê và quyết tâm bền vững. Với mong ước nhen "một đốm lửa nhỏ" vào tâm người đang tu học Phật pháp, chúng tôi cố gắng trích dẫn từ những tác phẩm của các học giả nổi tiếng để mọi người có thể làm giàu thêm kiến thức của mình về ĐỨC PHẬT (The Buddha), GIÁO PHÁP (The Dhamma) và TĂNG ĐOÀN (The Saṅgha).

Chúng tôi tra cứu những thuật từ Phật học, gợi ý một số bài tập làm thêm và giới thiệu những bài dịch tiếng Việt để các vị dễ hiểu và dễ theo dõi. Ngoài ra còn có một số bài tham khảo thú vị nữa!

Hy vọng bộ sách (ba cuốn) này là một thuận duyên giúp các vị có thể tìm hiểu sâu hơn về Tam Bảo và từ đó vun đắp thêm niềm tin không lay chuyển vào ĐỨC PHẬT, GIÁO PHÁP và TĂNG ĐOÀN.

Phước thiện pháp thí thanh cao này không viên mãn nếu không có sự động viên và hỗ trợ của các thiện hữu tri thức. Dù rất cẩn trọng nhưng bộ sách vẫn khó tránh khỏi những sai sót. Kính mong quí vị lượng thứ và chỉ bảo để sách được hoàn thiện

hơn. Mọi sự phản hồi về những sai sót vui lòng gởi email: kimdungav1@gmail.com

Cùng với các bạn hữu, chúng con thành tâm chia phần phước-thiện pháp-thí thanh cao này đến thân quyến từ kiếp hiện tại đến vô lượng kiếp trong quá khứ, chư Thiên các cõi trời, cùng chúng sanh trong vạn loại. Kính mong tất cả các vị hoan hỷ nhận phần phước-thiện pháp-thí thanh cao này, từ đó thoát khỏi mọi khổ đau, được an lạc và sớm tu đến ngày giải thoát.

Cầu xin năng lực phước-thiện pháp-thí thanh cao này là phước báu Ba-la-mật hỗ trợ chúng con trên đường giải thoát khỏi tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Vesak 2020 – PL 2564

Citta Pali
(Kim Dung)

**NAMO TASSA BHAGAVATO ARAHATO SAMMĀ-SAMBUDDHASSA**

**Homage to the Blessed One, the Worthy Conqueror, the Fully Self-Enlightened Buddha**

Chúng con thành kính đảnh lễ Đức Thế Tôn,
Bậc A-la-hán cao thượng - Bậc Chánh Đẳng Chánh Giác

***Nguyện cho những ai có chí tu học Dhamma đều thấy được Chân lý***

***Kính ngưỡng dâng công đức biên soạn đến tất cả Chư Thiên hộ trì Chánh pháp,***
***đến ông bà cha mẹ đã quá vãng,***
***đến toàn thể chúng sinh hữu hình và vô hình luôn được an vui trong cảnh Quả phước như ý nguyện mong cầu.***

# 1
# THE BIRTH OF THE BUDDHA

Gotama Buddha, the **founder** of what came **to be known as** Buddhism, lived in Northern India in the 6th century B.C. He was born at *Lumbinī* park, Nepal on the full moon day of *Vesak* (May) in 623 B.C. He was the son of King *Suddhodana* and Queen *Mahāmāyā*. His **personal** name is *Siddhattha*, which means "**Wish-fulfilled**" and family name is *Gotama.*

The name "Buddha" was given to Him after He **attained Enlightenment** and **realized** the **Truth**. "Buddha" is a *Pāḷi* word, which literally means "The Knower" or "The **Awakened** One" or "The Enlightened One" of the Four Noble Truths. The Awakened One is a person who has already awakened from the sleep of **ignorance**.

After the birth, the King invited eight *Brahmins* to **predict** the prince's future. The youngest *Brahmin Koṇḍañña* raised one finger and predicted precisely that the prince would certainly become a Buddha, while the other seven raising two fingers and **prophesied** that prince would become either a Buddha or **a Universal Monarch.**

## I. VOCABULARY

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | find – found - found (v) | [faind] [faund] | *discover, khám phá* |
| 2 | found-founded | | establish, *thành lập* |
| | founder (n) | ['faundə] | creator, *người sáng lập* |
| 3 | be known sb/ sth as sb/sth | | be regarded as sb/sth *được xem là, đặt tên là* |
| 4 | personal (a) | ['pə:sənl] | individual, *cá nhân* |
| | person (n) | ['pə:sn] | human, *chúng sanh* |
| 5 | wish-fulfilled (n) | [wiʃ'fulfild] | *nguyện vọng viên thành, viên mãn* |
| 6 | attain (v) | [ə'tein] | achieve, *chứng đắc* |
| | attainment (n) | [ə'teinmənt] | *sự thành đạo* |
| 7 | enlighten (v) sb about sth | [in'laitn] | *làm sáng tỏ hay khai sáng ai về điều gì* |
| | enlightenment (n) | [in'laitnmənt] | insight, *sự giác ngộ,* |
| 8 | realize (v) | ['riəlaiz] | comprehend, *liễu ngộ* |
| | realization (n) | [,riəlai'zeiʃn] | *sự nhận thức* |
| 9 | Truth (n) | [tru:θ] | reality, *Chân lý, sự thật* |
| | truthful (a) | [tru:θful] | honest, *trung thực* |
| 10 | awaken (v) | [ə'weikən] | arouse, *tỉnh thức,* |
| 11 | ignorance (n) | ['ignərəns] | delusion, *vô minh* |
| | ignorant (a) | ['ignərənt] | delusive, *si mê* |
| 12 | predict (v) | [pri'dikt] | foretell, *tiên đoán, dự đoán, tiên tri* |
| | predictable (a) | [pri'diktəbl] | *có thể tiên đoán* |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | prediction | (n) | [pri'dikʃn] | *sự đoán trước* |
| 13 | prophesy | (v) | ['prɒfəsai] | predict, *tiên tri* |
| | prophecy | (n) | ['prɒfəsi] | prediction, *lời tiên tri*, |
| 14 | precise | (a) | [pri'sai] | exact, *đúng, rõ ràng* |
| | precisely | (adv) | [pri'saisli] | *một cách chính xác* |
| 15 | monarch | (n) | ['mɒnək] | emperor, king, *đại đế* |
| 16 | a Universal Monarch | | ['ju:ni'və:sl] | *Chuyển Luân Vương* |

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. Who is the founder of Buddhism?
2. When and where did He live at that time?
3. When and where was He born?
4. What were His parents' names?
5. What is His personal name?
6. When was the name "Buddha" given to him?
7. What does "Buddha" mean?
8. What does "the Awakened One" mean?
9. How many Brahmins predicted that the prince would become either a Buddha or a Universal Monarch?
10. Who predicted exactly that the prince would certainly become a Buddha?

**B. Choose the best answer**

QUEEN MAHĀMĀYĀ

About 2.500 years ago, in Kapilavatthu at the base of the Himalaya Mountains in a place now (1) _____ Nepal, lived the Sakya clan, ruled by King Suddhodana. He had two (2) _____, Queen Mahāmāyā and her younger sister, Gotamī. King Suddhodana and his wives were very kind, good people, but they had no (3) _____. One night, Queen Mahāmāyā (4) _____ that she was carried by four heavenly beings to the Himalaya Mountains, where she bathed in a lake and wore heavenly (5) _____ and was adorned with flowers. She lay (6) _____ a couch, with a silver mountain nearby. A white elephant (7) _____, holding in its trunk a white flower and went around the Queen's couch three (8) _____, and then disappeared inside her. When she awoke, she told the King (9) _____the dream. At the time of that dream, the Bodhisatta (one who will become a Buddha) came from a heaven-world and became Queen Mahāmāyā's (10) _____.

1. A. known B. been C. called D. called off
2. A. sisters B. wives C. wife D. daughters
3. A. child B. son C. children D. daughter
4. A. dreamt B. recalled
   C. wished D. remembered
5. A. cloth B. uniform
   C. clothes D. clothe
6. A. in B. at C. above D. on

7. A. appeared B. looked
   C. seemed D. manifested
8. A. steps B. times C. time D. periods
9. A. to B. for C. with D. about
10. A. boy B. princess
    C. sons D. child

## III. TRANSLATION

**A. Translate the text into Vietnamese.**

**B. Translate the following sentences into English.**

1. Trong số những nhà sáng lập tôn giáo, Đức Phật là vị Thầy độc nhất đã không tự xưng mình là ai ngoài là một con người.

2. Đức Phật tuyên bố tất cả những gì Ngài chứng ngộ, đạt được và thành tựu đều hoàn toàn do nỗ lực và trí tuệ con người.

3. Mọi người đều mang trong mình khả năng thành Phật nếu họ muốn và nỗ lực.

# 2

# THE GREAT RENUNCIATION

According to their custom, he was married at the age of sixteen to a beautiful princess named *Yasodharā*. The young prince and His wife lived in palace with every luxury and enjoyed the royal life for thirteen years. One day, he saw the Four Great **Omen**s on his journey around the city, i.e an old man, a sick man, a dead man and a **recluse**. The first three sights convincingly proved to him, the **inexorable nature of life**, and the universal **ailment** of **humanity.** The fourth **signified** the means to overcome **the ills of life** and to attain calm and peace. These four unexpected sights served to increase the **urge** in him to **loathe** and renounce the world.

Realizing the **worthlessness** of **sensual pleasures**, so highly prized by the **worldling**, and appreciating the **value** of **renunciation** in which the wise seek delight, he decided to leave the world in search of Truth and **Eternal** Peace.

At the age of twenty- nine, soon after the birth of His only child, *Rāhula*, he left the kingdom and became an ascetic.

In the eyes of this young Prince, the whole world was **burning** with **greed, anger, delusion** and other **defilements**. He saw each and all living beings in this world, including his wife and child, suffering from all sorts of **physical and mental ailments**. He understood the nature of life and felt compassionate for all human beings who have to face the suffering of old age

and death. He renounced the world not for **his own sake** or convenience but for freedom from suffering of humanity. To him the whole of mankind is one family. He renounced the world and searched for the ultimate truth.



## I. VOCABULARY

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | omen | (n) | ['əumən] | event, *sự kiện* |
| 2 | recluse | (n) | [ri'klu:s] | hermit, *đạo sĩ, ẩn sĩ,* |
| 3 | ascetic | (n) | [ə'setik] | monk, *sa môn* |
| 4 | inexorable | (a) | [in'eksərəbl] | heartless, *tàn nhẫn,* |
| | inexorably | (adv) | [in'eksərəbli] | *không lay chuyển* |
| 5 | nature of life | | [‘neitʃə(r)] | *bản chất của cuộc sống* |
| 6 | ail | (v) | [eil] | feel pain, *làm đau đớn, gây phiền não* |
| | ailment | (n) | ['eilmənt] | sickness, *sự đau ốm* |
| 7 | humanity | (n) | [hju:'mæniti] | *nhân loại* |
| | human | (a/n) | ['hju: mən] | *thuộc về con ngươi* |
| | human being | | | *chúng sanh* |
| 8 | signify | (v) | [‘signifai] | manifest, *biểu hiện* |
| | signification | (n) | [,signifi’keiʃn] | denotation, *biểu thị* |
| 9 | urge | (n/v) | [ɜ:dʒ] | compulsion, *sự thôi thúc, thúc giục* |
| 10 | the ills of life | | | *đời sống khó khăn,* |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | the troubles of life |
| 11 | loathe | (v) | [louð] | detest, hate, *ghê tởm* |
| | loathsome | (a) | [‘louðsəm] | hateful, *không ưa* |
| 12 | renounce | (v) | [ri'nauns] | abandon, *từ bỏ* |
| | renouncement | | [ri'naunsmənt] | renunciation, |
| | renunciation | (n) | [ri,nʌnsi’eiʃn] | *sự xuất ly* |
| 13 | worth | (n) | [wə:θ] | value, price, *giá trị* |
| | worthy of sth | (a) | [wə:ði] | valuable, *xứng đáng* |
| | worthless | (a) | ['wə:θlis] | valueless, *vô giá trị* |
| | worthlessness | (n) | ['wə:θlisnis] | valuelessness |
| 14 | sensual | | [‘senʃuəl] | sense-pleasure |
| | pleasure | | ['pleʤə] | *lạc thú trần gian* |
| 15 | worldling | (n) | ['wə:ldliŋ] | earthman, *phàm phu người trần tục*, |
| 16 | eternal | (a) | [i:'tə:nl] | everlasting,*vĩnh cữu* |
| | eternalize | (v) | [i:'tə:nlaiz] | endless, *bất diệt* |
| | eternity | (n) | [,i:tə:'niti] | perpetuity, *bất tử* |
| 17 | burn-burned-burnt | (v) | [bə:n - bə:nd-bə:nt] | be on fire, *đốt cháy , thiêu hủy* |
| 18 | greed | (n) | [gri:d] | *tính tham lam* |
| | greedy | (a) | [‘gri:di] | covetous, *tham lam* |
| 19 | anger | (n) | ['æŋgə] | ill will, *sự giận dữ* |
| | angry | (a) | ['æŋgri] | *tức giận* |
| 20 | delusion | (n) | [di'lu:ʒn] | ignorance, *vô minh* |
| | delusive | (a) | [di'lu:siv] | ignorant, *hão huyền* |
| 21 | defile | (v) | [di'fail] | poison, *làm ô nhiễm* |
| | defilement | (n) | [di'failmənt] | *lậu hoặc / cấu uế* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 22 | physical & mental ailment | [‘fizikl & mentl'eilmənt] | *đau đớn thể xác & tinh thần* |
| 23 | one’s own sake (idm) | [seik] | *vì lợi ích của bản thân* |

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. What is the name of the young prince’s wife?
2. How many years did they enjoy the luxurious life?
3. What Great Omens did he see on his journey around the city?
4. Which omen made him understand the nature of the life?
5. Which omen showed him to find the way out?
6. Why did he decide to leave the world in search of Truth and Eternal Peace?
7. When did he leave the kingdom and become an ascetic?
8. How was the world according to the young prince?
9. He renounced the world for his own sake, didn’t he?
10. What did he search for when renouncing the world?

### B. Fill in each blank with a suitable preposition

THE YOUNG PRINCE

One day, King Suddhodana went to a ploughing ceremony (1) _____ the young Prince Siddhattha and the lady took care (2) _____ him. The King went to participate (3) _____ the ceremony while the ladies looked (4)_____ the young Prince. The ladies spread a soft rug (5) _____ the ground and placed

the young Prince (6) _____ it. The ladies wanted to see the singing, dancing and music (7) _____ the ceremony, so they went closer (8) _____ the ceremony and forgot (9) _____ little Siddhattha. After some time, the ladies return to look (10) _____ Prince Siddhattha, but he was no longer on the rug.

## III. TRANSLATION

### A. Translate the text into Vietnamese.

### B. Translate the following sentences into English.

1. Hình ảnh vị Sa môn đánh thức trong Ngài sự ưa thích đời sống sa-môn. Ngài phát nguyện: "Ta sẽ trở thành vị Sa môn ngay trong ngày hôm nay."

2. Do có sanh thì chắc chắn là có hiện khởi sự già, bịnh và chết.

3. Trong vô số kiếp luân hồi, chúng sanh phải chịu nhiều khổ đau. Tuy vậy, họ vẫn không biết con đường thoát khỏi sanh, già, bịnh và chết.

# 3
# THE SEARCH OF TRUTH

The ascetic Gotama **wandered** about the valley of the Ganges, at first approaching famous teachers, *Ālāra Kālāma* and *Uddaka Rāmaputta*, and following their teachings. But their methods did not lead to super-knowledge, **awakening**, so he **turned away** from them. Next he joined a group of five ascetics (*Kondañña*, the youngest Brahmin who predicted his future, and four sons of the other sages – *Bhaddiya, Vappa, Mahānāma and Assaji*) and practiced the most **severe** ways of life for six years. Because he gave up food, he grew **thin**ner and thinner, but still he did not reach his goal. These **misleading** practices only **led** him almost to **the verge of** death – his golden colored skin turned pale, blood dried up, sinews and muscles **shriveled**, his eyes were **sunk** and **blurred**.

Then, he recalled how when his father was **engaged in** ploughing, he sat in a cool shade of the rose-apple tree, having attained to the first **Ecstasy**. He thought – this is the Path to Enlightenment! He realized that Enlightenment could not be gained with an exhausted body. Then he gave up the two extremes, **indulgence in** sensual pleasures and **self-mortification** and followed the Middle Path. He decided to take some food. The five ascetics who attended on him, disappointed at this unexpected change of method, **deserted** him and went to

Isipatana, saying that ‘the ascetic Gotama had ceased from striving and had returned to a life of comfort.”

After a **substantial** meal offered by Sujātā, a generous lady, he **made a firm resolve** not to rise from his seat until he attained Buddhahood.

## I. VOCABULARY

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | wander (v) | ['wɒndə(r)] | meander, *đi lang thang* |
| 2 | awake- awoke | [ ə'weik] | arouse, *đánh thức* |
| | awoken (v) | | cause sb to wake up |
| | awakening (n) | [ə'weikəniŋ] | *sự tỉnh thức* |
| 3 | turn away (v) | [ tɜ:n] | refuse, *từ chối* |
| | turn away from | | *quay lưng lại* |
| 4 | severe (a) | [ si'viə(r)] | harsh, *nghiêm khắc* |
| | severity (n) | [si'verəti] | strictness, *khắc nghiệt* |
| 5 | thin (a) | [θin] | skinny, slim, *gầy yếu,* |
| | thinness (n) | [‘θinis] | *sự thanh mãnh* |
| 6 | lead - led (v) | [li:d – led] | head, *dẫn, đưa đến* |
| 7 | mislead sb | [mis'li:d] | misinform, *làm cho ai* |
| | about sth (v) | | *lạc lối* |
| | misleading (a) | [mis'li:diŋ] | ambiguous, *sai lạc* |
| 8 | the verge of… | [və:dʒ] | the edge of, *gần kề, ven*. |
| 9 | shrivel (v) | ['ʃrivl] | wither, dry up, *héo quắt* |
| | shriveled (a) | | *nhăn nhó* |
| 10 | sink- sank- | [siŋ] | *(mắt) hõm sâu* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | sunk (v) | | |
| 11 | blur (v/n) | [blə:] | make hazy, *(mắt) mờ, nhòe,* steam, *sương mù* |
| 12 | engage in (v) | [in'geiʤ] | join in, *tham gia vào* |
| 13 | ecstasy (n) | ['ekstəsi] | *jhāna*, *tầng thiền* |
| 15 | indulge in sth (v) | [in'dʌlʤ] | swallow in, *đắm chìm* |
| | indulge in sensual pleasures | | *đắm chìm trong lợi dưỡng* |
| 16 | self-mortification | | self-torture, *tu khổ hạnh* |
| 17 | The Middle Path | [mɔ:tifikei'ʃn] | *con đường Trung đạo* |
| 18 | desert (v) | ['dezət] | leave, *bỏ mặc, quay đi* |
| 19 | substantial (a) | [səb'stænʃəl] | *bổ (món ăn)* |
| 20 | make a firm resolve *idm* | [fɜ:m] [ri'zɔlv] | *quyết tâm* *kiên định* |

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. Who are the first teachers of ascetic Gotama?
2. Why did he leave them?
3. With whom did he practice self-mortification? How long?
4. List the five ascetics' names.
5. Why did He grow thinner and thinner after practicing the most severe way of life for six years?

6. These practices led him to enlightenment, didn't they?
7. When did He attain to the first Ecstasy?
8. The Enlightenment could be gained with a healthy body, couldn't it?
9. Why did the five ascetics desert him and go to Isipatana?
10. Who offered him a substantial meal?

**B. Fill in each blank a suitable word**

THE SEARCH

Siddhattha walked to the city of Rājagaha, and in the (1) _____, holding his bowl, he went up to some (2) _____ in the city and (3) _____ at the door silently. People (4) _____ him food and put it in his bowl. Many people seeing him thought he was a (5) _____ (heavenly being), because he (6) _____ so handsome, young and noble, and he walked very slowly and dignified, like a (7) _____-controlled person, with his eyes looking (8) _____ only a few feet in front of him. After receiving the food, Siddhattha walked to the Pandara Mountain, (9) _____ he sat down to eat. The food was all mixed together in the bowl, and when he tasted it, he felt (10) _____. He always got the best fancy foods served to him neatly on plates at the (11) _____, and he did not like this mixed up food. He (12) _____, "I wanted to be a (13) _____, which means I must eat the (14) _____ that people offered me. Why am I so repulsed? What is the meaning of this (15)

_____?” He thought about why he was disgusted the food, and controlled his thoughts so he could eat it with contentment.

## III. TRANSLATION

**A. Translate the text into Vietnamese.**

**B. Translate the following sentences into English.**

1. Thái tử Siddhattha, con trai của vua Suddhodana, sau khi tận mắt trông thấy bốn điềm tướng rồi từ bỏ thế gian để trở thành sa-môn, chứng đắc Chánh đẳng giác và trở thành Bậc tối thượng trong ba cõi.

2. Sau khi trở thành sa-môn với mục đích thành đạt Niết bàn, Ngài an cư trong rừng sâu để thực hành pháp khổ hạnh ngõ hầu chứng đắc chính trạng thái Niết bàn một cách nhanh chóng.

3. Trong thế gian này, những bậc được gọi là sa-môn mà nội tâm bị phiền não và không xa lìa các vật dục không giác ngộ được Đạo Quả.

# 4

# THE ENLIGHTENMENT

After sitting down under the Bodhi tree, Siddhattha determined that he would not leave until he attained Enlightenment. He concentrated his mind and meditated deeply until his mind was perfectly calm. He concentrated on breathing. Then in the first part of the night, he remembered his previous lives. In his inner vision he could see his many past lives over **eons** of time. He knew the way he looked, the food he ate, what pleasure and pains he experienced, the way he died, how he was reborn, what his name was in that life, and the details of so many of his lives.

In the middle part of the night, he developed the '**divine eye**' that can see the past and future of different beings. He could see that they die and take a new birth according to the good deeds and bad deeds they have done. Depending on their deeds they were pretty or ugly, intelligent or not, happy or unhappy, lucky or unlucky. Depending on how good or bad their deeds were, they were born in **heaven**, **hell**, or as animals or humans.

In the last part of the night, he could understand the deepest mysteries and laws of life. He understood how to destroy wrong behavior and suffering. All of his ignorance

disappeared. With his pure mind, he suddenly knew **the Four Noble Truths**, which are:

(1) **Suffering** (*dukkha*)

(2) **The cause of suffering** (*samudaya*)

(3) **The cessation of suffering** (*nirodha*), and

(4) **The way to the cessation of suffering** (*magga*).

That is, he knew that all living beings feel suffering, that the reason for suffering is craving, and that the end of suffering is Nibbāna. He suddenly knew that the way to the cessation of suffering is by these eight factors: **right view, right thought, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness** and **right concentration.** He knew that was the ancient **Noble Eighfold Path** discovered by all of the past Buddhas from ages ago.

He also realized that he was fully Enlightenment, that he reached the goal of life. The first words that came to his mind were: “For many births I was travelling to find the builder of this house, that is, the cause of birth over and over again, which is so painful. I have seen the house builder (the cause of birth), he shall not build the house again (shall not cause rebirth). The roof has been broken. My mind has attained Nibbāna and reached the end of every kind of craving.” Siddhattha had now become a Buddha, which means a person who discovers by himself the Dhamma, including the Four Noble Truths, and becomes fully enlightened. He was then known as Gotama Buddha.

# I. VOCABULARY

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | eon / aeon (n) | [‘i:ən] | *niên kỷ, thời gian dài vô tận* |
| 2 | divine eye | [di’vain] | divine vision, inner vision – *thiên nhãn* |
| 3 | heaven (n) | [‘hevn] | paradise,*thiên đường* |
| 4 | hell (n) | [hel] | *địa ngục* |
| 5 | The Four Noble Truths | | *Tứ Thánh Đế* |
| 6 | Suffering (n) | [‘sʌfəriŋ] ***Dukkha*** | *Khổ đế* |
| 7 | The cause of suffering | ***Samudaya*** | *Nhân sanh khổ / Tập đế* |
| 8 | The cessation of suffering | ***Nirodha*** | *Diệt đế* |
| 9 | The way to the cessation of suffering | ***Magga*** | *Đạo đế* |
| 10 | The Noble Eightfold Path | | *Bát Thánh Đạo* |
| 11 | Right view | ***sammādiṭṭhi*** | *Chánh kiến* |
| 12 | Right thought | ***sammāsaṇkappo*** | *Chánh tư duy* |
| 13 | Right speech | ***sammāvācā*** | *Chánh ngữ* |
| 14 | Right action | ***sammākammanto*** | *Chánh nghiệp* |
| 15 | Right livelihood | ***sammājīvo*** | *Chánh mạng* |
| 16 | Right effort | ***sammāvāyāmo*** | *Chánh tinh tấn* |

17 R. mindfulness ***sammāsati*** *Chánh niệm*
18 R. concentration ***sammāsamādhi*** *Chánh định*

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. Where did he sit on the full moon day after eating the milk-rice?
2. What did he concentrate on?
3. What did he remember in the first part of the night?
4. What did he see in the middle part of the night?
5. What could he understand in the last part of the night?
6. What did he suddenly know with his pure mind?
7. By which can human beings end of suffering?
8. The Noble Eightfold Path was only discovered by the Buddha, wasn't it?
9. Who is the house builder according to him?
10. What does a Buddha mean?

### B. Fill in each blank with a suitable word

THE MIDDLE WATCH OF THE NIGHT

During the (1) _____ watch of the night he (2) _____the supernormal knowledge of remembering all his past (3) _____.

During the (4) _____ watch of the night he gained the supernormal knowledge by which he could see beings (5)

_____ in one existence and being reborn in (6) _____ existence according to his own kamma. This being is reborn in hell as a result of the (7) _____ deeds he did in the previous life. And this being is reborn in the celestial world as a result of the (8) _____ deeds he did in a previous life and so on. So the (9) _____ could see all these beings dying and being reborn as if it were on a screen. This helped the Buddha to formulate the Law of Kamma. He saw the Law of Kamma and Dependent Origination before he became the (10) _____.

## III. TRANSLATION

### A. Translate the text into Vietnamese.

### B. Translate the following sentences into English.

1. Dưới cây Bồ Đề thiêng liêng, thái tử Siddhattha trở thành Phật, bậc Đạo sư của tất cả chúng sanh.

2. Ngài thấy những chúng sanh giàu có, thịnh đạt do bởi phước quá khứ của họ có nền tảng là vô tham và những chúng sanh nghèo khổ do những ác nghiệp quá khứ của họ sanh lên từ tâm tham.

3. Chúng sanh tái sanh trong địa ngục hay cõi Thiên giới do kết quả của nghiệp bất thiện hay thiện lành mà họ đã làm trong kiếp trước.

# 5
# THE FIRST 7 WEEKS AFTER THE ENLIGHTENMENT

After the Buddha became enlightened, He stayed sitting under the Bodhi Tree for one week, experiencing the **Bliss of Emancipation** (*Vimutti Sukha*, i.e. The Fruit of Arahantship). He concentrated the causes and effects (results) of many things. He knew exactly how suffering arises, and how it can end. He knew that everything has a cause, and everything changes; nothing of the world lasts forever – '**The Dependent Origination**' (*Paticca Samuppāda*)

The second week after His enlightenment, He got up and stood near the Bodhi Tree for seven days, looking at it with gratitude to the tree for sheltering Him during His enlightenment.

The third week, the Buddha created instantly a golden bridge with jewels on it, and He walked on the bridge for one week to show the Devas that He was completely enlightened.

The fourth week, the Buddha spent in a jeweled chamber contemplating the **intricacies** of **the *Abhidhamma* (Higher Teaching).** Books state that His mind and body were so purified when He pondered on **the Book of Causal Relations (*Paṭṭhāna*),** the seventh treatise of the Abhidhamma, that six colored rays emitted from His body (blue, yellow, red, white, orange and a mixture of these five colors).

The fifth week, the Buddha walked to the Ajapāla Banyan Tree, where He enjoyed the Bliss of Emancipation (*Vimuttisukha*). According to **the Jātaka commentary** it was during this week that the daughters of Māra made a vain attempt to tempt the Buddha by their charms.

The sixth week, the Buddha walked to another tree. A big storm came, with big dark clouds, wind and rain. Mucalinda, who is a great royal **Nāga**, a celestial being in the form of a huge snake, came from his celestial world and coiled his body around the Buddha's body seven times, and spread the great hoods with his five heads over the Buddha to protect him from the storm.

The seventh week, the Buddha went from the Mucalinda Tree to the Rājāyatana Tree and stayed there for seven days, meditating and feeling the Peace of Enlightenment.

At the end of the seventh week, two **merchants**, named Tapassa and Bhalluka, heard a message from a relative who had passed away and been born as a **Deva**. They approached the Buddha and offered Him rice cake and honey, and they will **be blessed with** welfare and happiness. The Buddha accepted the rice cake and honey into one of the bowls of **the Devas of the four directions**. Then Tapassa and Bhalluka said, "We **go for refuge to** the Buddha and to the Dhamma. From today may the Buddha consider us as his followers."

- ***Tapassa and Bhalluka were the first laymen to refuge the Buddha and Dhamma.***

## I. VOCABULARY

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | The Bliss of Emancipation | [blis] [ˌimænsi'peiʃn] | *Hạnh phúc Giải thoát* **Vimutti Sukha** |
| 2 | The Dependent Origination | [di'pendənt] [ə,ridʒi'neiʃn] | *Lý Duyên Khởi – Thập nhị nhân duyên* **Paticca Samuppāda** |
| 3 | intricacy (n) | ['intrikəsi] | complexity,*phức tạp* |
| 4 | The Higher Teaching | **Abhidhamma** | *Thắng pháp/ Vi diệu pháp, Tạng Luận* |
| 5 | The book of Causal Relations | ['kɔ:zl] ri'leiʃnz] | *Bộ Phát thú* **Paṭṭhāna** |
| 6 | a great royal | ['rɔiəl] | *Long vương* - **Nāga** |
| 7 | bless (v) be blessed with | [bles] ['blesid] | bestow, *ban phước được ban phước với* |
| 8 | the Devas of the Four Directions | [di'rekʃn] | *Tứ thiên vương* |
| 9 | go for refuge to (sb) | ['refju:dʒ] | *quy y (với ai)* |

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. Why did the Buddha stay sitting under the Bodhi Tree for one week after He became enlightened?

2. What did He concentrate on the first week?
3. What did He do in the second week?
4. What did He do in the third week?
5. What did He contemplate to make His body emit six colored rays?
6. What week did the daughters of Māra attempt to attract to the Buddha by their charms? Did they succeed in their attempt?
7. Why did Mucalinda appear in the sixth week?
8. Where did the Buddha stay in the seventh week?
9. Why did two merchants know that the Buddha appeared in the world?
10. Who were the first laymen to refuge the Buddha and the Dhamma?

**B. Choose the best answer**

WALKING JUST TO WALK

Under the shadows of the green bamboo, the young bhikkhu, Svasti, sat cross-legged, (1) _____ on his breath. He had been (2) _____ for more than an hour in the Bamboo Forest Monastery, while hundreds (3) _____ other bhikkhus were also practicing under the shade of the bamboo trees or in their own thatched huts.

Svasti rubbed his eyes and smiled. His legs were still tender as he slowly uncrossed them. Twenty-one years old, he had been (4) _____three days earlier by the Venerable Sariputta, one

of the Buddha's senior (5) _____. During the ordination (6) _____, Svasti's thick brown hair was shaved off.

A bhikkhu was one who left his family in order to follow the Buddha (7) _____ a teacher, the Dhamma as the path which leads to (8) _____ and the Sangha as the community that supports one along the path. A bhikkhu's life was also a means to be in contact (9) _____ others and help them (10) _____ the Way of Love and Understanding which the Buddha taught.

(extracted from Old Path White Clouds)

1. a) to concentrate b) concentrating
   c) concentrate d) concentrated
2. a) meditating b) meditated
   c) meditate d) to meditate

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 3. | a) in | b) on | c) of | d) at |
| 4. | a) ordain | b) ordaining | c) to ordain | d) ordained |
| 5. | a) suppoters | b) follower | c) disciples | d) devotee |
| 6. | a) festival | b) holiday | c) celebration | d) ceremony |
| 7. | a) so as | b) as | c) like | d) just as |
| 8. | a) awakening | b) awaring of | c) enlightened | d) letting off |
| 9. | a) into | b) about | c) of | d) with |
| 10. | a) saw | b) see | c) seeing | d) seen |

## III. TRANSLATION

### A. Translate the text into Vietnamese.

## B. Translate the following sentences into English.

1. Đức Phật ngồi dưới cây Bồ đề quán tưởng về nguyên nhân và kết quả của vạn pháp.

2. Đức Phật đứng bên cạnh cây Mucalinda suy ngẫm về sự phức tạp của tạng Luận.

3. Đức Phật hoàn toàn hiểu được sự sanh khởi của khổ đau và cách đoạn diệt nó.

# 6
# DECIDING TO TEACH

**A)** After the merchants Tapassa and Bhalluka became his first followers, the Buddha left the Rajayatana Tree and went back to the Ajapāla Banyan Tree and sat under it. The Buddha thought, "This Dhamma which I have realized is indeed **profound**, difficult to **perceive**, difficult to comprehend, **tranquil**, **exalted**, not within **the sphere of logic**, subtle, and is to be understood by the wise. These beings are attached to **material pleasures**. This causally connected "Dependent Origination' is a subject which is difficult to comprehend. And this Nibbāna – the **cessation** of the **conditioned**, the abandoning of all **passions**, the **destruction** of craving, the **non-attachment** – is also a matter not easily comprehensible. If I were to teach this Dhamma, the others would not understand me. That will be **wearisome** to me that will be tiresome to me.

With difficulty have I comprehended the Dhamma. There is no need to proclaim it now. This Dhamma is not easily understood by those who are **dominated** by **lust** and **hatred**. The lust people who were **shrouded** in darkness do not see this Dhamma because it was against the stream."

**B)** In **Brahmā-world** there was a Brahma named Sahampati who in a past life was a monk **ordained** by the Buddha Kassapa. Knowing the Buddha's thoughts, Brahma Sahampati thought, "The world will be lost, totally lost, if **the Perfect Fully Enlightened One** does not teach the Dhamma."

He immediately vanished from the brahmā-world and appeared with his palms together before the Buddha, saying, "Lord, teach the Dhamma. There are beings with little dust in their eyes, who, not hearing the Dhamma, will fall away. There will be those who understand the Dhamma. Let them hear the Dhamma you have found. O **Wise One**, see the humans who are suffering. O **Victorious Hero**, arise and wander in the world. Teach the Dhamma for some that will understand."

The Buddha felt compassion for all of the suffering beings in the world, and with his divine eye he could see beings who had very little ignorance and those with a lot of ignorance, those who were **pure** and those who were **impure**, those who were easy to teach and those who were difficult to teach, just like there are lotuses growing under the water, and other lotuses that grow up onto the surface of the water, and other lotuses that grow up out of the water and bloom without getting wet. He decided to teach the Dhamma. So, Brahma Sahampati was happy, bowed and vanished back to the brahmā-world.

**C)** The Buddha thought about teaching his former teachers, Ālāra Kālāma and Uddaka Rāmaputta but some devas told that they had just died. Then the Buddha thought about the five ascetics who were very helpful to him for the six years in the forest, and with his divine eye, He could see that they were in **the Deer Park** near Bārāṇasī (known as Sārnāth today).

Then the Buddha arrived at the Deer Park to see the five ascetics and after convincing them, they agree to listen to the Dhamma. The Buddha taught them the First Dhamma **discourse**,

which set **the Wheel of Dhamma** in motion. He taught them that monks should avoid the two extremes of sensual pleasures and self-mortification, both of which are harmful and not noble. **The Middle Way** avoids the two extremes, and gives knowledge, peace, enlightenment and Nibbāna. He taught them the Four Noble Truths and the Eightfold Path.

While the Buddha was giving this teaching, one of the five ascetics, Venerable Kondañña, the eldest, fully understood the Dhamma that everything that arises must end. He attained the first stage of **Sainthood.** After receiving further instructions, the other four attained ***Sotapatti*** later. On hearing the ***Anattalakkhana Sutta*** which deals with soullessness, all the five ascetics became **Arahants**, humans who are fully enlightened and will never take another birth.

- ***The five ascetics were the first group who established the Sangha. From then, there are the Buddha, the Dhamma and the Sangha in the world.***

## I. VOCABULARY

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | cessation | (n) | [se'seiʃn] | ceasing, *sự chấm dứt* |
| 2 | destroy | (v) | ['destrɔi] | devastate, *phá hoại* |
| | destructive | (a) | [dis'trʌktiv] | devastating, *phá hoại* |
| | destruction | (n) | [dis'trʌk ʃn] | demolition, *sự hủy diệt* |
| 3 | abandon | (v) | [ə'bændən] | give up, *bỏ phế, từ bỏ* |
| | abandonment | (n) | [ə'bændənmənt] | devastation, *sự từ bỏ* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 4 profound | (a) | [prə'faund] | thoughtful, *sâu sắc* |
| profundity | (n) | [prə'fʌndəti] | profoundness, *sự uyên thâm* |
| 5 perceive | (v) | [pə'si:v] | recognize, *nhận thức, lĩnh hội* |
| perceivable | (a) | [pə'si:vəbl] | comprehensible, *có thể nhận thức* |
| 6 tranquil | (a) | ['træŋkwil] | serene, calm, *tĩnh lặng* |
| tranquility | (n) | ['træŋkwi-ləti] | stillness, *sự yên tĩnh* |
| 7 exalt | (v) | [ig'zɔ:lt] | praise, *tán tụng* |
| exalted | (a) | [ig'zɔ:ltid] | superior, *cao thượng* |
| 8 the sphere of logic | | ['sfiə] ['lɒdʒik] | *phạm vi lý luận* |
| 10 material pleasures | | [mə'tiəriəl] ['pleʒəIz] | sensual pleasures *dục lạc ngũ trần* |
| 11 causal | (a) | ['kɒ:ʒəl] | *thuộc về nhân quả* |
| causally | (n) | ['kɒ:ʒəli] | *nhân quả* |
| causal relation | | | *quan hệ nhân quả* |
| 12 the conditioned | (n) | [kən'diʃnd] | *pháp hữu vi* |
| 13 passion | (n) | ['pæʃn] | emotion, *cảm xúc* |
| passionate | (a) | ['pæʃnət] | fervent, *nồng nhiệt* |
| 14 attach | (v) | [ə'tætʃ] | fasten, *cột, buộc, trói* |
| attachment | (n) | [ə'tætʃmənt] | fastening, *sự dính mắc, sự chấp thủ* |
| non-attachment | | | detachment, *sự buông xả* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 16 | wearisome (a) | [‘wiərisəm] | tiresome,*mệt mỏi, chán ngắt, tẻ nhạt* |
| 17 | dominate (v) | [‘dɔmineit] | govern, *thống trị* |
| | domination (n) | [dɔmi’neiʃn] | government, *sự thống trị* |
| 18 | lust (v/n) | [lʌst] | crave, desire, *khao khát, dục ái* |
| 19 | hatred (n) | [‘heitrid] | ill will, *sân hận* |
| 20 | shroud (v/n) | [ʃraud] | *che dấu/tấm vải liệm* |
| 21 | abstruse (a) | [əb’stru:s] | unthinkable, *khó hiểu, thâm thúy, sâu sắc* |
| | abstrusely (adv) | [əb’stru:sli] | |
| 22 | Brahmā-world | | *cõi Phạm thiên* |
| | a Brahma | | *vị Phạm thiên* |
| 23 | ordain (v) | [ɔ:’dein] | go forth, *xuất gia* |
| | ordination (n) | [ˌɔ: di’neiʃn] | ordination ceremony, *lễ xuất gia* |
| | grant to sb ordination as a bhikkhu | | *làm lễ thọ giới xuất gia cho ai* |
| 24 | The Perfect Fully Enlightened One | | *Bậc Chánh Đẳng Chánh Giác* |
| 26 | The Wise One | | *bậc Trí Tuệ* |
| 27 | The Victorious Hero | [vik’tɔ:riəs] | *The Conqueror bậc Tối Thắng* |
| 28 | lotus (n) | [‘loutəs] | *hoa sen* |
| 29 | pure ≠ impure | [‘pjuər] | undefiled,*trong sạch ≠* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | defiled, *ô nhiễm* |
| | purify (v) | [‘pjuərifai] | *làm cho trong sạch* |
| | purity ≠ impurity | [‘pjuəriti] | *sự trong sạch ≠ sự nhiễm ô* |
| 30 | the Deer Park | | *vườn Nai (Lộc Uyển)* |
| 31 | discourse (n) | [dis’kɔ:s] | sutta, sermon, *kinh* |
| 32 | The Wheel of Dhamma in motion | [‘mouʃn] | *Kinh Chuyển Pháp Luân* **Dhammacakka-ppavattana Sutta** |
| 33 | The Four Noble Truths | [‘noubl tru:θs] | *Tứ Diệu Đế* **Cattāri Ariyasaccāni** |
| 34 | Doctrine of Anatta | [‘dɔktrin] | *Kinh Vô Ngã* **Anattalakkhana Sutta** |
| 35 | Sainthood | [‘seinthu:d] | *Thánh quả A-la-hán* |

## II. COMPREHENSION

**Fill in each blank with a suitable word.**

REALIZE THE NOBLE TRUTH

In the (1) _____ part of night, he could understand the deepest of mysteries and laws of (2) _____. He understood (3) _____ to destroy wrong behavior and suffering. All of his ignorance (4) _____. With his pure (5) _____, he suddenly knew the Four Noble Truths, which are (a) Suffering, (b) The (6) _____ of Suffering, (c) The end of Suffering, and (d) The way to the

end of Suffering. That is, he knew that all living (7) _____ feel suffering, that the (8) _____ for suffering is craving, and the (9) _____ of (10) _____ is Nibbāna.

1. A. first B. early C. last D. second
2. A. things B. phenomena C. lives D. life
3. A. what B. how C. when D. why
4. A. disappeared B. appeared
   C. manifest D. showed
5. A. mind B. intelligence C. memory D. thought
6. A. reason B. cause C. purpose D. excuse
7. A. human B. being C. beings D. humanity
8. A. reason B. cause C. purpose D. excuse
9. A. finish B. put an end C. stop D. end
10. A. misery B. sorrow C. suffering D. grief

## III. TRANSLATION

### A. Translate the text into Vietnamese

### B. Translate the following sentences into English

1. Chúng sanh nhiều tham ái và sân hận đến nỗi họ không thể liễu ngộ được Giáo pháp sâu sắc và uyên thâm.

2. Sau khi trải nghiệm khổ hạnh sáu năm trong rừng già, Đức Phật thấu hiểu được con đường Trung đạo đưa đến giác ngộ.

3. Năm vị đạo sĩ chứng đắc A la hán đạo sau khi lắng nghe bài kinh Vô Ngã tướng, chấm dứt mãi mãi con đường sinh tử luân hồi.

# 7
# THE BUDDHA'S MISSIONARY WORK

## A. The Dhamma

The Buddha did not claim to have 'created' worldly conditions, universal phenomena, or the **Universal Law** which we call the "Dhamma'. Although He was described as *lokavidu* or '**Knower of the worlds'**, he was not regarded as the sole **custodian** of the Universal Law. He freely acknowledged that the Dhamma, together with the working of the **cosmos**, is timeless; it has no creator and is independent in **the absolute sense**. Every conditioned thing that exists in the cosmos is subject to **the operation of Dhamma**. What the Buddha did (like all the other Buddhas before Him) was to *rediscover* this **infallible** Truth and make it known to mankind. In discovering the Truth, He also found the means whereby one could ultimately free oneself from being subjected to the endless cycle of conditioning.

## B. The Order of Monks and Nuns

The Buddha sent first sixty *Arahant* disciples into the world. The Buddha said:

"Go forth, O Bhikkhus, for the good of the many, for the happiness of the many, out of compassion for the world, for the good, benefit, and happiness of devas and man. Let not two go

by one way. Preach, O Bhikkhus, the Dhamma, excellent in the beginning, excellent in the middle, excellent in the end, both in the spirit and in the letter. Proclaim the Holy Life, together perfect and pure.

There are beings with little dust in their eyes, who, not hearing the Dhamma, will fall away. There will be those who understand the Dhamma.

**Hoist the Flag** of **the Sage**. Preach the Sublime Dhamma. Work for the good of others. You have done your duties."

As a result of His efforts, the Order of *Sangha* grew quickly into a large body of devoted spiritual volunteers. All those monks helped the Buddha to spread His teachings among the masses, receiving more and more members into the Order.

The Buddha is the Omniscient, the Fully Enlightened One, but He never forced His disciples to obey what He said, He urged them to think freely for themselves, without blind belief. He is the Omniscient who has endowed all powerful but He rarely resorted to miracle because He thought that the best and greatest miracle is the *Dhamma*. This *Dhamma* is compared to the ship by which man can cross the ocean of *samsarā*. The Buddha also did not refer to the so-called God or anyone else as the highest authority. He always exhorted His followers to depend on themselves and tread the Path for "the Buddhas are only the teachers."

## C. Human beings

Since Enlightenment until the last moment of his life, the Buddha tirelessly devoted his time, energy and with his universal compassion and infinite love to the benefits of mankind and *Devas*.

The Exalted One was full of compassion (*karuṇā*) and wisdom (*paññā*), knowing how and what to teach each individual for his own benefits according to his level and capability. He is known to have walked long distance to help one single person recognizing the true Path.

The Buddha formed the existing social **norms** to fight **superstition** and social **injustice**. He preached that a person was **high or low**, **noble or ignoble**…, not because of his birth, his wealth or social status, but because of his own actions. Such noble teaching, indeed, represented a revolution idea at the time. It had left a deep impression on Indian social thoughts and it still rings truth to the world nowadays.

The Buddha taught all classes of men and women, kings and peasants, Brahmins and outcasts, etc. without making the slightest distinction between them. He **challenged** the caste system, raised the status of women, taught **religious freedom** and **free inquiry**, opened the gate of deliverance to all, in every condition of life, high or low, saint or sinner, and ennobled the lives of criminals like *Angulimāla* and courtesans like *Ambapāli*.

He **towered** in **intellect** and wisdom. Every problem was **analyzed** in details and then **reassembled** in logical order. None could **defeat** him in dialogue. He is an **unequalled** teacher. He

still is the foremost analyst of the mind and phenomena even up to the present day.

For the first time in history of religion, he said that human beings are the owners of themselves and showed that a man can reach to the highest knowledge and supreme Enlightenment by his own efforts.

He was moved by human sufferings and determined to free men from its **fetters** by a rational system of thought and the way of living.

After forty-five years of ministry, the Buddha passed away at the age of eighty in Kusinara, leaving behind thousands of followers, monks and nuns, and **vast** treasure store of Dhamma teaching. The **impact** of his great works, love and dedication is still felt today.

## I. VOCABULARY

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | The Universal Law | [ju:ni'vɜ:sl] [lɔ:] | *Pháp – Quy luật của Vũ trụ* |
| 2 | Knower of the worlds | | *Bậc Thế gian giải* ***Lokavidu*** |
| 3 | custodian (n) | [kʌs'toudjən] | guardian, *người canh giữ hay gìn giữ* |
| 4 | cosmos (n) | ['kɔzmɔs] | universe, *vũ trụ* |
| 5 | the absolute sense | ['æbsəlu:t] [sens] | the ultimate sense, *nghĩa Tối thượng / Chân đế* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 6 the operation of Dhamma | | [ˌɔpə’reiʃn] | *sự vận hành của Pháp* |
| 7 infallible | (a) | [in'fæləbl] | flaultless, perfect, *không thể sai lầm, hoàn hảo* |
| 8 hoist | (v) | [hɔist] | *kéo lên* |
| 9 a flag | (n) | [flæg] | *ngọn cờ* |
| 10 the sage | (n) | [seidʒ] | the wise, *bậc hiền nhân* |
| 11 sage | (a) | | wise, *khôn ngoan, thận trọng* |
| 12 norm | (n) | [ nɔ:m] | rule, *qui tắc, tiêu chuẩn* |
| 13 superstition | (n) | [ˌsju:pə'stiʃn] | *delusion, sự mê tín* |
| 14 injustice | (n) | [in’jʌstis] | inequity, *sự bất công* |
| 15 high & low | (a) | | *cao thượng & hạ liệt* |
| 16 noble & ignoble | | [‘nəubl] | *cao quý & thấp hèn* |
| 17 distinction | (n) | [dis’tiŋʃn] | discrimination, *sự phân biệt* |
| 18 challenge | (v) | [‘tʃæləndʒ] | dispute, *thách thức* |
| 19 revolution | (n) | [ˌrevə'lu:ʃn] | *cuộc cách mạng* |
| 20 religious freedom | | [ri’lidʒəs] [fri:’dəm] | *tự do tôn giáo* |
| 21 free inquiry | | [in’kwaiəri] | *tự do nghiên cứu* |
| 22 tower | (v) | [tauə(r)] | overtop, *đạt đỉnh cao* |
| 23 intellect | (n) | [‘intəlekt] | intelligence,*trí thế gian* |
| 24 analyze | (v) | [‘ænəlaiz] | *phân tích* |
| analyst | (n) | [‘ænəlist] | *nhà phân tích* |
| 25 reassemble | (v) | [riə’sembl] | bring together,*thu thập* |
| 26 defeat | (v) | [di’fi:t] | overcome, *vượt qua* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 27 unequalled | (a) | [ˌʌn’i:kwəld] | unrivalled, unmatched, *vô song, vô thượng* |
| 28 fetter | (n/v) | [‘fetə(r)] | *phiền trược, kiết sử /* tie, bind sb, *trói buộc* |
| 29 rational | (a) | [‘ræʃnəl] | logical, sensible, *hợp lý* |
| 30 vast | (a) | [va:st] | immense, *khổng lồ* |
| 31 impact on | (v) | [‘impækt] | influence on, *tác động, ảnh hưởng* |

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. What does Dhamma mean?
2. What is the synonym of *lokavidu* in English?
3. According to the absolute sense, what did the Buddha acknowledge to the Dhamma?
4. What is every conditioned thing subject to when existing in the cosmos?
5. What was the Buddha rediscover?
6. What did He also find while rediscovering the ultimate Truth?
7. How many the Arahant disciples were sent into the world by the Buddha?
8. What did the Buddha say to them?
9. Who helped the Buddha spread His teachings among the masses?
10. Who is the Buddha?

11. Why did the Buddha rarely resort the miracle?
12. What is the Dhamma compared to?
13. What did He always exhort to His followers?
14. What did He form the existing society at that time?
15. What idea represented a revolution one at that time?
16. He is still the foremost analyst of the mind and phenomena until the present day, isn't He?
17. What did He say in the first time in history of religion?
18. Why was He determined to free men from their fetters?
19. Where did the Buddha pass away after forty-five years of ministry?
20. The impact of His great works, love and dedications seems to be disappeared today, doesn't it?

**B. Fill the blank with a suitable word.**

ONE of THE FOUR OMENS

Prince Siddhattha reached the (1) _____ of twenty eight and one day He went to the royal garden for sports. On his (2) _____ to the garden and He saw an (3) _____ man. He did not know (4) _____ He was looking at as that was the (5) _____ time in his life that He saw an old man of this type.

'What is that, Channa?" He asked his driver. "That really cannot be a man! Why is he all bent? What is he trembling for? Why is his hair silver grey, not (6) _____ like mine? What is (7) _____ with his eyes? Where are his teeth? Is that how

some men are born? Tell me, O, good Channa, what does this (8) _____?"

Channa told the Prince: "That it was an old man but he (9) _____ not born like that. When young he was like us and now due to his old age he has become like this." He told the Prince to forget this man. But the Prince was not satisfied.

"Everyone in the (10) _____, if he lives long enough becomes like this man. It cannot be stopped," said Channa.

## III. TRANSLATION

### A. Translate the text into Vietnam

### B. Translate the following sentences into English

1. Bố thí là nhân của hạnh phúc trong kiếp hiện tại, kiếp tương lai và Niết bàn.

2. Giống như chiếc thuyền để vượt qua bể khổ, bố thí là vị thần hộ mạng, là chỗ nương náu an toàn.

3. Đức Phật khuyến giáo như vầy, "Chư Bồ tát, sau khi biết rõ về việc phước của sự bố thí, đã cho đi cả thân mạng của họ."

# 8
# THE BUDDHA'S GREATNESS

The Buddha was a Unique Being. He was the profoundest of thinkers, the most persuasive of speakers, the most energetic of workers, the most successful of reformers, the most compassionate and tolerant of teachers, the most efficient of administrators, and above all – the Holiest of the Holiest.

- **The Buddha and the Caste System**

According to the Buddha, caste or color does not **preclude** one from becoming a Buddhist or entering the Order. Fishermen, **scavengers**, **courtesan**s, together with warriors and Brahmin, were freely admitted into the Order and enjoyed equal **privileges** and were equally given positions of rank.

Upāli, the **barber**, for instance, was made, in preference to all others, the chief in matters pertaining to **Vinaya**. The timid Sunīta, the scavenger, was admitted by the Buddha Himself into the Order. The **courtesan** Ambapāli entered the Order and attained Arahantship. Subhā was the daughter of a **smith**. Punnā was a slave girl. Cāpā was the daughter of a **deer-stalker**. Such instances could be multiplied to show that the portals of Buddhism were wide open to all without any distinction.

- **The Buddha and Women**

The Buddha raised the status of women and brought them to a realization of their importance to society. He did not humiliate women, but only regarded them as weak by nature. He saw the **innate** good of both men and women and assigned to them their due place in His Teaching. Sex is no obstacle to attaining Sainthood.

Although at first the Buddha refused to admit women into the Order, yet later He was persuaded by the **entreaties** of the Venerable Ānanda and founded the Order of Bhikkhunis (Nuns) The Arahants Khemā and Uppalavannā were made the two chief female disciples in the Order of Nuns. Many other female disciples too were named by the Buddha Himself as amongst His most **distinguished** and devout followers.

- **His Tolerance towards Animals**

The tolerance of the Buddha was extended not only to men and women but to animals as well. For it was the Buddha who banned the sacrifice of poor **beasts** and admonished His followers to extend their Loving-Kindness (Metta) to all living beings. No man has the right or power to destroy the life of another living animal even for the sake of one's stomach as life is precious to all.

His will, wisdom, compassion, service, renunciation, perfect purity, **exemplary** personal life, the blameless methods that were employed to **propagate** the Dhamma, and His final success – all these factors have contributed to **hail** the Buddha as the greatest religious Teacher that ever lived on earth

## I. VOCABULARY

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 preclude | (v) | [pri'klu:d] | prevent from,*ngăn cản* |
| 2 scavenger | (n) | ['scævindʒə(r)] | *phu quét đường* |
| 3 privilege | (n/v) | ['privəlidʒ] | advantage, *đặc quyền / ban đặc quyền* |
| 4 courtesan | (n) | [kɔ:ti'zæn] | *kỹ nữ* |
| 5 warrior | (n) | ['wɒriə(r)] | *chiến binh* |
| 6 deer-stalker | (n) | [diə 'stɔ:kə(r)] | hunter, *thợ săn* |
| 7 smith | (n) | [smiθ] | blacksmith, *thợ rèn* |
| 8 humiliate | (v) | [hju:'milieit] | put to shame, *làm nhục, làm bẽ mặt* |
| 9 innate | (a) | [i'neit] | natural, inborn, *thiên phú, bẩm sinh* |
| 10 entreaty | (n) | [in'tri:ti] | request, *sự khẩn cầu* |
| 11 distinguish (between A & B) | (v) | [dis'tiŋwiʃ] | differentiate, *phân biệt (giữa A và B)* |
| distinguished | (a) | [dis'tiŋwiʃt] | eminent, *được nổi tiếng* |
| 12 beast | (n) | [bi:st] | animal, *súc vật, gia súc,* |
| 13 exemplary | (a) | [ig'zempləri] | cautionary,*gương mẫu, kiểu mẫu* |
| 14 hail | (v) | [heil] | call sb, *gọi người nào* |
| 15 propagate | (v) | ['prɒpəgeit] | spread, *truyền bá* |

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. Who was the Buddha?
2. Do someone's caste or color preclude him from becoming a Buddhist according to the Buddha?
3. Give some examples to prove that the portals of Buddhism were wide open to all without any distinction.
4. Did the Buddha humiliate women?
5. What did the Buddha help women to realize in society?
6. Is sex obstacle to attaining Sainthood?
7. Who persuaded the Buddha to admit women into the Order?
8. Who are the two chief female disciples in the Order of Nuns?
9. Why does no man have the right and power to destroy the life of another living animal?
10. What factors have contributed to hail the Buddha as the greatest religious Teacher?

### B. Fill in each blank with a suitable word

THE RAINY SEASON

There were many bhikkhus in the Sangha, and they travelled in large group from place to (1) _____ by walking (2) _____foot whether it was hot, cold and (3) _____ weather. When the bhikkhus travelled in large groups, they made a path on the (4) _____, trampling the grass and other plants and creating muddy areas when it rained. The Buddha felt loving (5) _____ to the small creatures and tender plants that were being

trampled in the mud. And he knew that it was (6) _____ for people to find the bhikkhus when they were so often travelling. But, the Buddha knew that it was important for the monks to travel around so (7) _____ many people can hear the (8) _____ and have an opportunity to (9) _____ the monks.

He decided to (10) _____ the monks to stay in one place for the rainy (11) _____ (*vassa*). From that time onward, the bhikkhus stayed in one place (12) _____ the three or four months of Vassa. The people always knew (13) _____ the bhikkhus would be during the rainy season, so the people could (14) _____ visit them and hear them to teach the Dhamma. And the people could easily supply the monks with their (15) _____ like food, shelter and medicine.

## III. TRANSLATION

**A. Translate the text into Vietnamese**

**B. Translate the following sentences into English**

1. Đức Phật đã khám phá và chỉ cho nhân loại con đường giải thoát đến Niết bàn. Nhưng chúng ta phải tự thân đi trên con đường đó.

2. Trong lịch sử tôn giáo, không có tôn giáo nào có quyền tự do tư tưởng như Phật giáo.

3. Vị Đại đế Phật tử Asoka của xứ Ấn độ tuyên bố: “Sự hoà hợp là tốt đẹp. Mọi người nên lắng nghe và sẵn lòng lắng nghe giáo lý của người khác.”

# 9
# THE BUDDHA'S PARINIBBĀNA

The Buddha was a human being. As a man He was born, as a man He lived, and as a man His life came to an end. Though human, He became an **extraordinary** man – *Acchariya manussa*.

For forty – five years, the Buddha worked hard to enlighten people, to correct the wrong in the society and to establish the religion that became a worldwide spiritual force attracting the attention of people in all spheres of life. At that time, the religion was completed with **the four assemblies**, i.e. *Bhikkhus Bhikkhunis*, male lay-devotees and female lay-devotees.

When the Buddha was living at *Pavala* near *Vesāli,* on the full moon day of the month *Magha* (February –March), the Buddha informed Venerable *Ānanda* that he would pass away in three months from that day. Despite His failing health, the Buddha never ceased to dedicate to mankind. From *Vesāli* He went to *Kusinārā,* doing all He could teach people along way. Then He and His disciples moved to S*āla* grove. Though not in flower season, all trees brought forth lovely flowers to **venerate** Him. Between two tall *Sāla* trees, *Venerable Ānanda* spread a sheet of cloth and there the Buddha laid down.

Although His physical body exhausted He was always enthusiastic, He gave the last opportunity for people to ask Him any question that may be on their minds, but they were too sad to say anything at all. On that occasion, the Buddha also **granted ordination to** Subhadda, an ascetic of another **sect**, who was His

last disciple. When the last moment arrived, He preached His followers to strive ceaselessly for their enlightenment and His final words were: "Bhikkhus, I **exhort** you! Subject to change are all component things. Strive on with your **diligence**."

At the age of eighty, on the Full Moon Day of *Vesākha,* the Buddha entered into *Parinibbāna* at *Kusinārā*, leaving behinds thousands of followers, monks and nuns, and a vast treasure store of *Dhamma.* His sacred body was cremated and His **relics** were divided into eight **portions** for eight powerful countries at that time.

The Buddha passed away but the sublime teaching, which He expounded during His long and successful ministry and which He **unreservedly bequeathed** to humanity still exist in its *pristine* purity.

## I. VOCABULARY

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 extraordinary | (a) | [iks'trɔ:dnri] | exceptional, *phi thường* |
| 2 exhort | (v) | [ig'zɔ:t] | encourage,*khuyến bảo* |
| exhortation | (n) | [igzɔ:'teiʃn] | persuation, *sự khích lệ* |
| 3 the (four) assembly (ies) | | [ə'sembli] | *(tứ )chúng* |
| 4 bring forth | | [briŋ fɔ:θ] | nở hoa (flowers) |
| 5 venerate | (v) | ['venəreit] | worship, *tôn kính* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 6 enthusiastic | (a) | [in,θju:zi'æstik] | wholehearted, *hăng hái, nhiệt tình* |
| 7 opportunity for sth<br>have/get/find/<br>create an opportunity | | [ɒpə'tju:nəti] | chance, *cơ hội*<br>có/ giành được/ tìm được/ tạo ra cơ hội |
| 8 grant ordination to sb | | [gra:nt ɔ:di'nei ʃn] | làm lễ xuất gia cho ai |
| 9 sect<br>another sect | (n) | [sekt] | *giáo phái*,<br>outcast, *ngoại đạo* |
| 10 diligence | (n) | ['dilidʒəns] | *chuyên cần* |
| 11 cremate | (v) | [krə'meit] | *hỏa táng* |
| 12 unreservedly | (adv) | [ʌnri'zɜ:vidli | totally, completely |
| 13 bequeath | (v) | [bi'kwi: ð] | *truyền lại cho đời sau* |
| 14 pristine | (a) | [pristi:n] | spotless, *tinh túy* |
| 15 relic | (n) | ['relik] | *xá lợi* |

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. What did the Buddha become in spite of being a man?
2. What is 'an extraordinary man' called in Pāḷi?
3. What did the Buddha do during 45 years?
4. How many assemblies were there at that time? What were they?
5. Where and when did the Buddha inform to Venerable Ānanda that He would pass away in three months from that day?

6. Where did He enter into Parinibbāna?
7. Who was the Buddha's the last disciple?
8. What did He preach to His disciples at the last moment?
9. When did He enter into Parinibbāna?
10. How many countries were His relics divided for?

## B. Choose the best word

NANDĀ, THE DAUGHTER of VEN. GOTAMĪ

Nandā, the daughter of Ven. Gotamī was (1) _____ beautiful. She knew that the Buddha teaches that (2) _____ is not important, and that he does not speak well about beauty, so she did not want to (3) _____ him. So she listened to the Buddha's teachings from others telling her what they (4) _____. The Buddha one day said that a person should come personally to listen to his advice. When Nandā heard that, she went to see the Buddha for the (5) _____ time. When she arrived, she saw a beautiful woman fanning the Buddha. This woman was an image created by the Buddha's (6) _____ for Nanda to see. The woman's appearance started to change. She started looking tired, then she looked older, wrinkles formed on her (7) _____, and her hair started to turned (8) _____. Then she started looking extremely old and feeble. Then Nanda started to think deeply about getting old and losing beauty. She understood (9) _____ attached she was to her beauty; and how painful it will be to lose her beauty, and she learned that to

avoid that pain, she should not be so concerned (10) _____ beauty.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. | A. extremely | B. immensely | C. highly | D. remarkably |
| 2. | A. pretty | B. lovely | C. nice | D. beauty |
| 3. | A. saw | B. met | C. visit | D. dropped by |
| 4. | A. know | B. heard | C. hear | D. understand |
| 5. | A. third | B. beginning | C. first | D. second |
| 6. | A. powers | B. imagination | C. energies | D. abilities |
| 7. | A. head | B. face | C. body | D. front |
| 8. | A. pale | B. white | C. silvery | D. grey |
| 9. | A. what | B. why | C. when | D. how |
| 10. | A. at | B. about | C. on | D. in |

## III. TRANSLATION

**A. Translate the context into Vietnamese**

**B. Translate the following sentences into English**

1. Tinh thần khoan dung thông cảm từ khởi thủy đã là một trong những lý tưởng được yêu chuộng nhất trong văn hóa và văn minh Phật giáo.

2. Phật giáo đã truyền bá một cách an bình trong lục địa châu Á suốt lịch sử 2500 năm, và hiện nay có trên 500 triệu tín đồ.

3. Những đức tính và cảm xúc của con người như tình yêu, bác ái, từ bi, khoan hồng, kiên nhẫn, tình bạn, ham muốn, thù hận, ngu si, tự phụ v.v.. không thuộc về một tôn giáo nào cả.

# 10
# THE BENEFITS of TAKING REFUGE in THE TRIPLE GEM

As a result of taking refuge in the Three Gems, a Buddhist cannot be reborn in **the four lower realms**. In addition, if he is reborn as a human being or a *Deva*, he will **excel in** ten qualities over other human beings or devas (the ten qualities are: **longevity**, fine physical appearance, physical and mental well-being, good companionship, power and enjoyment of the five senses).

The Buddha preached in the *Velama Sutta* that a Buddhist who has **established himself** in the Triple Gem will enjoy more benefits than a person who makes unlimited offerings. The King Ajātassattu was in a state of great **agitation** for his **patricide**. Having **paid homage to** the Buddha and took refuge in the Triple Gems, his destiny was changed from being reborn in a *Maha Avi* (**the lowest in eight *nirayas***) to *Cobakumbai* (**cauldron hell**). Thanks to taking refuge in the Triple Gem and supporting the first Buddhist Council, in the future he will be a *Pacceka* Buddha by the name of *Vijitavi*.

As the Buddha instructed**,** one who takes refuge in three Gems can enjoy the eight benefits in his future existences as follows:

1. Being honored by men.
2. **Being endowed with** great wisdom.

3. Having **influence on** others to **conform** to one's wish.
4. Having great wealth.
5. Having a fair golden complexion.
6. Being loved by many people.
7. Having good and loyal friends, and
8. Having great reputation.

The ten qualities are: longevity, fine physical appearance, physical and mental well-being, good companionship, power and enjoyment of the five senses.

In brief, taking refuge in the Triple Gem is the beginning of **treading** on the gateway to the Middle Path that leads to liberation from *saṃsāra*. It is the **initial** excellence of being a Buddhist.

## I. VOCABULARY

| | | |
|---|---|---|
| 1 The four lower realms | [relmz] | *4 cõi thấp (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và a-tu-la)* |
| 2 excel in / at sth(a) | [ik'sel] | good at, *xuất sắc về* |
| 3 longevity (n) | [lɔ:n'dʒevəti] | long life, *trường thọ* |
| 4 establish oneself in (v) | [eks'tæbliʃ] | *an trú vào* |
| 5 well-being (n) | | general health & happiness, sức khỏe & *hạnh phúc* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 6 agitate (v)<br>agitation (n) | ['ædʒiteɪ] | make sb anxious, *gây lo lắng, bối rối* |
| 7 patricide (n) | ['pætrɪsaɪd] | killing one's own father, *hành động giết cha* |
| 8 pay homage to sb (v) | ['hɒmɪdʒ] | *đảnh lễ* |
| 9 the lowest in eight nirayas | **Mahā Avi** | *Đại A tỳ (thấp nhất trong tám tầng địa ngục)* |
| 10 cauldron hell | **Cobakumbai** | *địa ngục vạc dầu* |
| 11 be endowed with (a) | ['indaʊd] | *được (Trời) phú cho khả năng* |
| 12 influence on (n/v) | ['ɪnflu: əns] | effect/ affect, *ảnh hưởng* |
| 13 conform (v) | [kən'fɔ:m] | obey, keep to, *tuân theo, phù hợp* |
| 14 tread – trod-trodden (v) | [tred] | set down the foot, *bước chân lên, giẫm lên* |
| 15 initial (a) | [ɪ'nɪʃl] | beginning, primary, *khởi thủy, đầu tiên* |

The ten qualities are: longevity, fine physical appearance, physical and mental well-being, good companionship, power and enjoyment of the five senses.

*10 đức tính: sống lâu, xinh đẹp, khỏe mạnh về thể chất và tinh thần, tình cảm thân thiện với hội chúng, đủ đầy 5 giác quan.*

## II. COMPREHENSION

### A. Answer the questions

1. Why can't a Buddhist be reborn in the 4 lower realms?
2. List ten qualities a Buddhist will have if he is reborn a human being or a Deva.
3. What did the Buddha say in the Velama Sutta?
4. Why wasn't the King Ajātassattu reborn in a *Maha Avi?*
5. Will the King Ajātassattu become a Pacceka Buddha? Why?
6. List the 8 benefits a Buddhist can enjoy in hereafter?
7. Is taking refuge in the Triple Gem the first step to the Middle Path?
8. What leads to liberation from *saṃsāra*?
9. What should you do if you want to become lay Buddhists?
10. What is the initial excellence of being a Buddhist?

### B. Fill in each blank with a suitable word

TAKING REFUGE IN TRIPPLE GEM

Buddhists take refuge in the Buddha because He is the Enlightened (1) _____, who has shown the Noble (2) _____ leading to emancipation. Buddhists respect the Buddha. They are indirectly elevating their own mind so (3) _____ one day they also will get enlightenment.

Buddhists take refuge in the (4) _____ because it is the way leading (5) _____ happiness in the (6) _____ and hereafter. The Buddha stated: “Those who live in accordance (7) _____ the Dhamma will be (8) _____ by that Dhamma.” Buddhist take refuge in the Saṅgha because Saṅgha is the Holy (9) _____ who always strive for deliverance and set good examples in moral conduct. Buddhists can accumulate great (10) _____ by venerating the Saṅgha.

## III. TRANSLATION

**A. Translate the text into Vietnamese**

**B. Translate these sentences into English**

1. Tăng đoàn là nơi mà chúng sinh ba cõi gieo hạt giống phước của họ nên được gọi là phước điền vô song của thế gian.

2. Chỉ khi nào những hành động có tác ý về sự bố thí được thực hiện, khi ấy mới có thể có sự thành tựu về bất cứ điều gì mà người ta mong ước về quả phước của nó.

3. Pháp hành chân chánh là bức thông điệp thật sự của Đức Phật, là nét đặc sắc trong toàn bộ Giáo pháp của Ngài.

# SUPPLEMENTARY LESSONS

# 1

# A STORY OF TREE DEVAS

There was once a very wise deva king. He ruled over the tree devas. One day he called all the devas and told them to choose whatever tree or bush suited them best, but he gave them this advice. Choose the trees that stand close together in the forest. I have chosen the great Oak tree that stands in the middle of the forest for my home; you had better live as close to me as possible. In any case avoid the trees that stand in the open.

The wise devas followed the advice of their good king and chose the trees that stood together, but the foolish ones said:

"Why should we dwell so close together? Let us go instead to the trees that grow in the fields outside the city."

One day a great storm swept over the country. The trees that grew in the fields near the city were torn up by the roots for they had no shelter, but in the forest the trees were not injured for they stood so close together and so close to their king that the wind could not blow them down.

The poor devas whose trees were blown down went to the forest and told their troubles to the king. "It was because you would not listen to me," he said.

"United forest-like should people stand. The storm blows down the lonely tree."

# 2

# THE WISHES OF KING YAMA

Every kamma has energy. Even though one may be born in a woeful state because of unwholesome kamma, one's wholesome kamma can be one's safeguard for one's return to human life. The lifespan in the human world and in a woeful state is different. The lifespan in the woeful state depends on kamma. As long as there is kamma, a being on a woeful state will not die. People's lives do not depend on kamma. As it is said, 'life is guarded by wisdom.'

Seeing the beings in the hell (one of the four possible woeful state), the king of the hell (king Yama) wished them to get a human life. He felt pity for them. They can escape from the suffering only when they get a human life. He revealed his wishes: "What a good condition they will have, if they can meet the Buddha when they are born as human beings. It would be very well also, if the Buddha could teach me and if I understand the Dhamma preached by the Buddha."

('World from the Heart'
by Ven. Sayadaw Dr.Nandamālābhivaṃsa)

# 3

# THE LAW OF CHANGE

A man once set out upon a journey. After several days traveling he came to a ranging stream. He had no boat and for some time it seems as if there were no way for him to cross. Suddenly the idea of making a raft occurred to him.

He cut branches of trees and bound them together and after much effort, made himself a raft which bore him to safety across the raging torrent. Having found the raft so useful he was unwilling to throw it away and heavy as it was, strapped it to his shoulders and continued his journey.His way led up a steep mountain on the slopes of which was a thick forest. The raft on his shoulders was very heavy and constantly caught on the branches of these trees making it very hard for him to climb.

Suddenly a man appeared before the traveler and said to him, “Friend, why are you carrying such a heavy burden upon your shoulders; surely it would be easier for you to climb this mountain if you were to throw it away?”“O! It is far too useful. It brought me in safety across the raging torrent which you see in the valley below.” “True”, replied the stranger, “But I see no torrents here on the mountain side and a stout stick would serve your purpose better on your journey this time. Take my advice and discard that raft which has now became useless and take in its stead a strong stick.”The traveler listened to the advice of the stranger and threw away the raft. He was surprised to see how quickly he advanced along his journey with the aid of the stick.

We must learn to use a thing as long as it helps us on our journey and to give it up the minute it becomes a hindrance to our progress.

Those who will not learn this lesson suffer because they are trying to hold on to things which, because of the Law of Change and Becoming, must pass.

(The Buddha and His Teaching – Ernest K.S. Hunt)

# 4
# LEAVE THE RUBBISH & TAKE THE ESSENCE

There is nothing in our body that can be called an essence and there is nothing in our mind because it arises and disappears quickly. However, if we can manage to get the essence that appears based on mind, then we can understand the essence of body.

If we can distinguish between what is essential and what is not, we are able to choose to give much time to the essential things and not so much to the opposite, the rubbish.

The essential qualities that we should develop in this life are faith (*saddhā*), morality (*sīla*), listening to lessons preached by the Buddha (*sutta*), offering (*sāga*), wisdom (*paññā*). If we do not know how to attain these essentials of life, we will get non-essence.

Things that are not essential mainly impress people. Many people in the world are impressed by property and authority, which last only a certain length of time and is not permanent. People search for them every day and are attached to them. They do not know that it is worrisome that there is the loss of saddhā, morality and so on. What really should be worried about is only losing morality and wisdom.

('World from the Heart'
by Ven. Sayadaw Dr. Nandamālābhivaṃsa)

# 5
# WISE CONSIDERATION

When we get the life of a human being, the most important thing for the cultivation of wholesomeness is to improve one's attitude, one's mind. Wholesomeness appears only if we know how to use our mind properly. If not, it will not appear.

How do we use our mind properly to increase wholesomeness? When we see a thing (through our eyes) that can cause craving (*lobha*), we must contemplate, 'It is not good if I crave for other's things. I must not crave.' As soon as we contemplate like that, *lobha* disappears and wholesomeness arises. This is called wise consideration.

For example, when you see a person you do not like, you can think, 'because I hate him, it will not matter for him but my mind will be dirty or impure with hatred and I will accumulate unwholesomeness. There is no benefit to hate others, "This is a wise consideration."

*Yonisomanasikara* – wise consideration means thinking reasonably and leads towards the arising of wholesomeness.

('World from the Heart'
by Ven. Sayadaw Dr. Nandamālābhivaṃsa)

# 6
# TO CONTEMPLATE CAREFULLY & IMPROVE ONESLEF

There are three ways of contemplation:

1. Contemplate yourself carefully.
2. Contemplate the surrounding world carefully.
3. Contemplate the Dhamma carefully.

How to contemplate?

1. “When I get the life of an intelligent human being, I will try my best to improve my moarality and to be good. I will observe Uposatha (Sabbath) on every Uposatha day. I will try to offer *dāna* (offering).” With these contemplations, one should take care of oneself and by proper actions, one removes unwholesomesness and increases wholesomeness in oneself.

2. “I am not alone in this world. There are also powerful beings that see what I hide. If they see what I did it will be shameful.” By such thought, one should consider one’s surrounding, contemplate and avoid unwholesomeness and evoke wholesomeness only.

3. One should respect the Dhamma that one is practicing. Any way of practicing Dhamma will have a certain result. It will help to achieve your ambitions. Respecting this ability of Dhamma one should try to remove unwholesomeness and increase wholesomeness in order to improve oneself.

(‘World from the Heart’
by Ven. Sayadaw Dr. Nandamālābhivaṃsa)

CHAPTER II

# TRANSLATIONS
# &
# KEY

# 1
# ĐỨC PHẬT ĐẢN SANH

Đức Phật Gotama, người sáng lập ra đạo Phật, sống ở vùng Bắc Ấn vào thế kỷ thứ VI trước Tây lịch. Ngài ra đời tại công viên Lumbinī, Nepal vào ngày rằm tháng Vesak (tháng năm), năm 623 trước Công Nguyên. Phụ thân của Ngài là vua Suddhodana (Tịnh Phạn) và mẹ là hoàng hậu Māyā (Ma-gia). Tên của Ngài là Siddhattha (Tất-Đạt-Đa) nghĩa là "nguyện vọng viên thành" và họ Gotama (Cồ-đàm).

Sau khi chứng đắc Giác ngộ và nhận ra Chân lý, Ngài có danh hiệu là ‘Đức Phật.’ ‘Buddha’ là từ Pali, nghĩa nguyên thủy là “Bậc Hiểu biết” hay “Bậc Tỉnh thức” hay “Bậc Giác Ngộ” Tứ Diệu Đế. Bậc Tỉnh Thức là người đã thức tỉnh khỏi giấc ngủ vô minh.

Đức vua mời tám vị Bà-la-môn tiên đoán tương lai của hoàng tử. Vị Bà-la-môn Koṇḍañña trẻ tuổi nhất đưa một ngón tay và tiên đoán chính xác rằng hoàng tử chắc chắn sẽ trở thành một vị Phật, trong khi bảy vị kia đưa hai ngón tay và tiên tri rằng hoàng tử sẽ trở thành vị Phật hay vị Chuyển Luân Vương.

- **Translate these sentences into English**

1. Among the founders of religions the Buddha was only the teacher who did not claim to be other than a human being.

2 He stated that all his realization, attainments and achievements were completely taken by human effort and intelligence.
3 Every man has within himself the potentiality of becoming a Buddha if he wishes and makes effort.



# 2
# CUỘC XUẤT LY VĨ ĐẠI

Theo phong tục, năm 16 tuổi hoàng tử kết hôn với nàng công chúa xinh đẹp tên Yasodharā. Vị hoàng tử trẻ cùng vợ sống trong một cung điện xa hoa và thọ hưởng cuộc sống vương giả suốt mười ba năm. Một ngày nọ, hoàng tử chứng kiến Bốn Sự kiện vĩ đại trong chuyến du hành quanh kinh thành, một người già, một người ốm, một xác chết và một vị sa môn. Ba hình ảnh đầu minh chứng cho Ngài bản chất vô tình của cuộc sống và nỗi khổ đau của nhân loại. Hình ảnh của vị sa môn biểu hiện phương cách vượt qua đời sống khổ đau đạt được sự an tĩnh và hạnh phúc. Bốn hình ảnh ngẫu nhiên này khiến hoàng tử cảm thấy ghê sợ, thôi thúc Ngài xuất ly thế gian.

Nhận ra những dục lạc mà được kẻ thế gian xem trọng thật là vô ích và sự xuất ly mà người trí tìm kiếm mới có chân giá trị, hoàng tử quyết định từ bỏ đời sống thế gian để tìm kiếm Chân lý và Niềm An lạc Vĩnh cửu.

Năm 29 tuổi, ngay khi đứa con trai duy nhất Rāhula ra đời, hoàng tử rời bỏ vương quốc và trở thành sa môn.

Trong mắt của vị hoàng tử trẻ, toàn thế gian đang bừng cháy với nỗi tham lam, sân hận, vô minh và những phiền não khác. Ngài thấy mỗi người và tất cả chúng sinh trong thế gian này, cả vợ và con trai của Ngài, đang chịu đựng sự khổ đau tinh thần lẫn thể xác. Hoàng tử liễu ngộ rõ bản chất của cuộc sống và lòng bi mẫn đối với tất cả chúng sinh đang đối diện với nỗi khổ của tuổi già và cái chết.

Ngài xuất ly thế gian không vì lợi ích của bản thân mà vì muốn giải thoát khổ đau cho nhân sinh. Đối với Ngài toàn thể nhân loại là một gia đình.

Ngài xuất ly thế gian và đi tìm kiếm Chân lý tối thượng.

- **Translate these sentences into English**

1. The sight of the omen of a recluse awakened in him a liking for the life of a recluse; and He made resolution: “I shall become a recluse this very day.”
2. Because of the arising of birth, there is bound to be the arising of ageing, illness and death.
3. In the repeated samsāra, human beings are subjected to great suffering. And yet, they do not know the way out of birth, ageing, sickness and death.

# 3
# TẦM ĐẠO

Sa môn Gotama du hành khắp nơi trong thung lũng sông Hằng, khởi đầu Ngài gặp hai vị đạo sư nổi tiếng, *Ālāra Kālāma* và *Uddaka Rāmaputta* và theo sự hướng dẫn của họ. Nhưng phương pháp của họ không dẫn đến tri kiến và sự tỉnh thức, thế nên Ngài ra đi. Kế tiếp, Ngài cùng năm vị sa môn (*Kondañña*, vị bà-la-môn trẻ nhất đã tiên đoán tương lai của hoàng tử, và bốn người con của các bậc hiền nhân khác - *Bhaddiya, Vappa, Mahānāma* và *Assaji*) thực hành những lối sống khắc nghiệt nhất trong sáu năm. Vì ăn quá ít nên hoàng tử gầy ốm nhưng vẫn không đạt được mục đích. Việc tu tập sai lầm này dẫn Ngài đến bờ vực của cái chết – nước da màu hoàng kim của Ngài đã nhợt nhạt, máu như khô cạn, gân và cơ héo quắt lại, mắt hõm sâu và mờ đi.

Nhớ lại thời gian vua cha tiến hành lễ Hạ điền, ngồi dưới bóng mát của cây táo hồng Ngài chứng đắc được tầng thiền đầu tiên. Ngài suy nghiệm rằng – đây là Con đường đưa đến sự Giác ngộ! Ngài nhận ra rằng không thể chứng đắc Giác ngộ với một cơ thể suy nhược nên Ngài từ bỏ hai cực đoan (tham đắm lợi dưỡng và khổ hạnh ép xác) rồi hướng theo con đường Trung đạo. Ngài quyết định ăn uống bình thường lại. Năm vị đạo sĩ cùng thực hành với Ngài, do thất vọng với sự thay đổi bất ngờ này họ rời bỏ Ngài đi đến Isipatana, nói rằng, ‘Sa môn Gotama không còn tinh tấn và đã trở lại đời sống tiện nghi.’

Sau khi thọ nhận bữa ăn bổ dưỡng do nàng Sujātā hào phóng cúng dường, Ngài quyết tâm không rời khỏi chỗ ngồi cho đến khi đạt được Quả vị Phật.

- **Translate these sentences into English**

1. Prince Siddhattha, the son of King Suddhodana, after seeing the Four Omens with his own eyes, and renouncing the world to become a recluse, would attain Perfect Self-Enlightenment, the Supreme Leadership in the three realms / worlds.
2. Having become a recluse with the aim to achieve Nibbāna, He would retreat to the forest for practice of self-mortification in order to attain that very state of Nibbāna speedily.
3. In this world, the so-called recluses whose minds are full of sufferings and who do not stay away from sensual objects do not realize the Path and Fruition.



# 4
# CHỨNG ĐẮC GIÁC NGỘ

Sau bữa ăn, Ngài ngồi kiết già dưới gốc cây Bồ đề (cây Giác ngộ), mặt hướng về phía Đông và quyết tâm mạnh mẽ rằng "Dù cho làn da, thần kinh và xương khớp của Ta suy kiệt và dòng máu nuôi mạng bị khô cạn, Ta sẽ không rời khỏi nơi

đây cho đến khi đạt được tri kiến gọi là sự Giác ngộ tối thượng dẫn đến niềm Hạnh phúc vĩnh cửu."

Vào đêm rằm tháng Vesak, Ngài đã thực hành thiền định hơi thở ra vào. Trong giai đoạn thiền định hơi thở ra vào, nhiều ý nghĩ xấu ác xuất hiện trong tâm – ham muốn những điều trần tục, không ưa thích đời sống thanh tịnh và tốt đẹp, cảm thấy khao khát và tham muốn, ái dục – nỗi khát khao mãnh liệt, ước muốn mọi thứ, e sợ những điều như ma quỷ, ác quỷ, nỗi hoài nghi, sự vô minh; mong bản thân có mọi thứ, muốn được ca ngợi, tôn vinh và làm điều nỗi tiếng; đánh giá cao bản thân và xem thường người khác… những tư duy này bắt đầu quấy rối khả năng định tâm của Ngài, nhưng Ngài vững vàng hơn bao giờ hết. Ngài càng trở nên kiên trì hơn và tiếp tục định tâm.

Những suy nghĩ giờ đã trở nên tinh khiết, thoát khỏi tham ái, thanh tịnh, vững chắc, không thể lay chuyển được, Ngài hướng tâm về tuệ giác liên quan đến – Trí nhớ những kiếp quá khứ (Túc mạng minh- Tuệ nhớ kiếp quá khứ). Đây là Tuệ giác đầu tiên Ngài chứng ngộ vào canh một.

Phá tan lớp vô minh liên quan đến quá khứ, Ngài hướng tâm thanh tịnh về "Trí biết về sự sanh diệt của chúng sanh" (Thiên nhãn minh), với tuệ nhãn Ngài nhận thấy chúng sanh chết từ kiếp này rồi tái sanh trong kiếp khác; Ngài chứng kiến người sang kẻ hèn, người đẹp kẻ xấu, người hạnh phúc kẻ đau khổ… tùy thuộc vào hành vi của họ. Đây là Tuệ giác thứ hai Ngài chứng ngộ trong canh giữa.

Phá tan lớp vô minh có liên quan đến tương lai, Ngài hướng tâm thanh tịnh đến "Tuệ hiểu biết về sự chấm dứt hoàn toàn mọi ô nhiễm" (Lậu tận minh). Ngài nhận định theo đúng thực tại: 'Đây là Khổ', 'Sự Sanh khởi Khổ', 'Sự Chấm dứt Khổ, 'Con đường dẫn đến sự Chấm dứt Khổ". Nhận thức như vậy, tâm Ngài giải thoát khỏi dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu. Sau khi giải thoát, Ngài biết rằng, "Ta đã được giải thoát." và Ngài nhận thức, "Tái sanh đã chấm dứt, đời sống Phạm hạnh đã viên thành, mọi việc cần làm đã làm xong, không còn trở lại trạng thái này nữa." Đây là Tuệ giác thứ ba mà Ngài đã chứng ngộ vào canh cuối.

Màn vô minh đã được xua tan, và trí tuệ phát sanh lên; bóng tối biến mất và ánh sáng tràn đến.

Ngài trở thành Đức Phật, bậc Tỉnh thức Toàn Giác, bậc Chiến thắng, mở Cánh cửa Bất tử, Niết bàn cho tất cả chúng sinh.

- **Translate these sentences into English**

1. Under the sacred Boddhi tree, the prince Siddhattha became the Buddha, the Teacher of all human beings.
2. He saw beings who are rich and prosperous because of their past deeds of merit based on absence of greed, and those who are poor because of their past deeds of demerit / evil based on greed.

3. Human beings are reborn in the hell or the celestial world as a result of the bad / unwholesome or good / wholesome deeds they did in previous lives.



# 5
# BẢY TUẦN LỄ ĐẦU TIÊN SAU KHI GIÁC NGỘ

Sau khi chứng đắc, Đức Phật ngồi lại dưới cây Bồ đề một tuần lễ. Ngài cảm thọ niềm Hạnh phúc Giải thoát (Thánh quả A-la-hán). Ngài quán về nhân và quả của các pháp. Ngài hiểu chính xác sự khổ đau phát sinh như thế nào và cách nó chấm dứt. Ngài biết các pháp đều có nhân duyên và luôn đổi thay, không có gì trên thế gian này tồn tại vĩnh cửu – 'Thập Nhị Nhân Duyên' (*Paticca Samuppāda*)

Vào tuần lễ thứ hai, Ngài đứng cạnh cây Bồ đề suốt bảy ngày, nhìn nó với lòng biết ơn cội cây đã che chở cho Ngài trong suốt quá trình giác ngộ.

Vào tuần lễ thứ ba, Đức Phật hóa ra cây cầu bằng vàng đầy châu báu và dạo chơi trên cây cầu trong một tuần để báo với chư Thiên rằng ngài đã hoàn toàn chứng đắc.

Tuần lễ thứ tư, Đức Phật ở trong tòa bảo điện quán tưởng về sự vi tế của Abhidhamma – Giáo lý cao siêu. Kinh sách ghi nhận rằng khi Ngài suy tưởng về lý Nhân Quả Tương Quan (Paṭṭhāna), bộ khái luận thứ bảy của Tạng Vi Diệu Pháp, tâm và thân Ngài hoàn toàn tinh khiết đến độ phát ra vầng hào quang sáu màu (xanh, vàng, đỏ, trắng, cam và màu pha trộn 5 màu).

Tuần lễ thứ năm, Đức Phật rời khỏi cây Bồ đề và đi đến cây Ajapāla, chứng nghiệm Hạnh phúc Giải thoát. Theo Chú giải Túc sanh truyện, trong tuần lễ này những người con gái của Ma vương cố gắng quyến rũ Đức Phật nhưng đều thất bại.

Tuần thứ sáu, Đức Phật đi đến cội cây khác. Một cơn bão kéo đến, bầu trời xám xịt mây đen, mưa gió vần vũ. Mucalinda, Long Vương, vị thiên từ cõi Thiên giới hiện xuống trong hình dáng mãng xà vương, cuộn tròn thân nó quanh người Đức Phật bảy lần và xòe năm cái đầu khổng lồ che trên đầu Đức Phật để bảo vệ Ngài khỏi cơn bão.

Tuần lễ thứ bảy, Đức Phật đi từ cây Mucalinda đến cây Rājāyatana và ở đó bảy ngày, thiền định và thọ hưởng niềm an lạc của sự giác ngộ.

Vào cuối tuần lễ thứ bảy, hai người thương buôn, tên Tapassa và Bhalluka nhận được tin báo từ một người họ hàng đã qua đời và tái sanh làm vị thiên. Họ tìm đến Đức Phật cúng dường bánh gạo và mật ong và được ban phúc sự lợi lạc và hạnh phúc. Đức Phật nhận bánh gạo và mật ong đặt  trong bát của Tứ Đại Thiên Vương. Sau đó, Tapassa và Bhalluka thưa rằng, "Chúng con xin quy y Đức Thế Tôn và Giáo Pháp. Từ nay cầu xin Đức Phật xem chúng con là đệ tử của Ngài."

***Tapassa và Bhalluka là những cư sĩ đầu tiên quy y Phật bảo và Pháp bảo (Nhị bảo).***

- **Translate these sentences into English**

1. The Buddha sat under the Bodhi tree contemplating the causes and effects of many things.
2. The Buddha stood by next the Mucalinda tree thinking about the intricacies of the Abhidhamma.
3. The Buddha completely comprehended the arising of suffering and the way to eliminate it.



# 6
# QUYẾT ĐỊNH GIẢNG PHÁP

Sau khi thương nhân Tapassa và Bhalluka trở thành hai đệ tử cư sĩ đầu tiên của Đức Phật, Ngài rời cây Rajayatana và ngồi dưới gốc cây Ajapāla. Đức Phật suy nghiệm, "Ta đã chứng ngộ Giáo pháp thật thâm diệu, khó nhận thức, khó liễu ngộ, tĩnh lặng, cao thượng, không nằm trong phạm vi lý luận, thật vi tế mà chỉ có bậc trí mới hiểu được. Chúng sanh còn luyến ái với dục lạc ngũ trần. Nhân quả tương quan đến Lý duyên Khởi (Thập Nhị Nhân Duyên) là một giáo lý rất khó lĩnh hội. Và Niết bàn – sự đoạn diệt các pháp hữu vi, từ bỏ mọi khát vọng, tiêu diệt mọi khát ái, buông xả - cũng là một vấn đề thật khó lãnh hội. Nếu Như Lai truyền dạy giáo pháp này, chúng sanh ắt không thể hiểu. Điều này thật phí hoài và mệt mỏi cho Ta.

Như Lai khó khăn lắm mới chứng ngộ được Giáo pháp. Thế nên giờ không cần để tuyên bố Pháp. Người còn mang nặng tham ái và sân hận không dễ gì liễu ngộ được Giáo pháp. Người

tham ái chìm đắm trong đêm tối, họ không thấy được Giáo pháp vì Giáo pháp đi ngược dòng tham ái."

Trong cõi giới Phạm thiên, có một vị Phạm thiên tên Sahampati mà kiếp quá khứ đã xuất gia tỳ khưu dưới thời kỳ Đức Phật Kassapa. Hiểu được suy nghĩ của Đức Phật, Phạm thiên Sahampati nghĩ rằng, "Thế giới này sẽ bị hoại diệt, hoàn toàn hoại diệt nếu Đức Thế Tôn, bậc Chánh đẳng Chánh giác không giảng Pháp." Ngay lập tức, Phạm thiên Sahampati biến mất từ cõi Phạm thiên rồi xuất hiện chấp hai tay đứng trước mặt Đức Phật, bạch rằng, "Bạch Đấng Thế Tôn, xin Ngài giảng pháp. Chúng sanh vướng ít bụi vào mắt (chỉ một ít người vô minh), không có cơ hội nghe Pháp, họ sẽ bị sa đọa. Có một số chúng sanh hiểu được Giáo pháp. Xin hãy để họ được cơ hội nghe Pháp mà Ngài đã khám phá. Thưa Bậc Trí tuệ, hãy nhìn xem chúng sanh đau khổ. Thưa, bậc Chiến thắng, xin hãy du hành khắp thế gian. Xin hãy thuyết giảng Giáo pháp cho những ai có thể liễu ngộ được."

Đức Phật cảm thấy bi mẫn cho tất cả chúng sanh đau khổ trong thế gian và với thiên nhãn, Ngài nhìn thấy chúng sanh, người có chút trí tuệ và kẻ nhiều si mê, người thanh tịnh và kẻ nhiễm ô, người dễ hướng dẫn và kẻ khó dạy, giống như hoa sen đang mọc dưới nước, hoa sen khác vươn lên mặt nước, hoa sen khác thì vượt khỏi mặt nước và nở hoa mà không chút bùn nhơ. Ngài quyết định thuyết giảng Giáo pháp. Phạm thiên Sahampati vui mừng, đảnh lễ và biến về cõi Phạm thiên.

Đức Phật nghĩ đến việc thuyết giảng cho hai thầy cũ, Ālāra Kālāma và Uddaka Rāmaputta nhưng chư thiên báo rằng họ vừa

qua đời. Đức Phật nghĩ về năm vị đạo sĩ đã hỗ trợ Ngài rất nhiều trong suốt sáu năm ở rừng già. Với thiên nhãn, Ngài thấy họ đang ở vườn Nai, gần Bārāṇasī (ngày nay gọi là Sārnāth).

Rồi Đức Phật đi đến Vườn Nai gặp năm vị đạo sĩ và sau khi Ngài thuyết phục, họ đồng ý lắng nghe Giáo pháp. Đức Phật thuyết giảng bài Pháp đầu tiên, Kinh Chuyển Pháp luân. Ngài dạy rằng các sa môn nên tránh hai cực đoan là lợi dưỡng và khổ hạnh, cả hai đều có hại và không thánh thiện. Con đường Trung đạo là tránh hai cực đoan và làm trí tuệ phát sanh, đưa đến an tịnh, giác ngộ và Niết bàn. Ngài thuyết giảng Tứ Thánh đế và Bát Chánh đạo.

Khi Đức Phật đang giảng bài pháp này, một trong năm vị đạo sĩ, tôn giả Kondañña, vị lớn tuổi nhất, liễu ngộ được Pháp rằng mọi pháp sanh lên phải diệt mất. Tôn giả chứng đắc Thánh quả đầu tiên. Khi nhận được thêm sự hướng dẫn, bốn vị còn lại chứng thánh quả Nhập lưu. Sau khi nghe Kinh Vô ngã tướng về pháp Vô ngã, tất cả các vị đạo sĩ đều chứng đắc A la hán, là những vị hoàn toàn giác ngộ và không bao giờ còn tái sanh kiếp khác nữa.

- **Translate these sentences into English**

1. Human beings have so a lot of craving and hatred that they can’t understand the profound and thorough Dhamma.
2. Having experienced the self-mortification for six years in the forest, the Buddha fully comprehended the Middle Way to lead to the enlightenment.

3. The five ascetics attained Arahantship after listening to the Anattalakkhana sutta and they ended samsāra forever.



# 7
# CÔNG VIỆC HOẰNG PHÁP

- **Giáo pháp**

Đức Phật không cho rằng Ngài đã tạo ra 'vạn pháp thế gian', hiện tượng phổ quát, hay Luật vũ trụ mà chúng ta gọi là "Pháp". Ngài được tôn xưng là *Lokavidu* hay 'Bậc Thế gian giải", nhưng Ngài không xem Ngài là người duy nhất gìn giữ Luật Vũ trụ. Ngài thừa nhận rằng Pháp, cùng với sự vận hành của vũ trụ, là vô tận; không có người sáng tạo Pháp và Pháp độc lập theo nghĩa tối thượng ( chân đế). Mọi pháp hữu vi tồn tại trong vũ trụ đều phải chịu sự vận hành của Pháp. Những gì Đức Phật đã làm (giống như tất cả chư Phật trước Ngài) là khám phá lại Chân lý hoàn hảo này và dạy cho loài người. Trong việc khám phá Chân lý, Ngài cũng tìm thấy những phương tiện mà nhờ đó người ta cuối cùng có thể tự giải thoát mình hoàn toàn khỏi sự chịu đựng chu kỳ vô tận của các pháp hữu vi , với những trợ giúp bất thiện của việc không thỏa mãn.

- **Tăng và Ni đoàn**

Đức Phật đã gửi 60 đệ tử A-La-Hán đầu tiên vào thế giới. Đức Phật nói:"Hãy đi, này các Tỳ khưu, vì lợi ích của nhiều người, vì hạnh phúc của nhiều người, vì lòng bi mẫn thế gian, vì lợi ích, sự lợi lạc và hạnh phúc của chư thiên và loài người. Mỗi người

đi một con đường. Này các Tỳ khưu hãy giảng dạy Giáo pháp, trọn vẹn ở đầu, trọn vẹn ở phần giữa, trọn vẹn ở phần cuối, cả về tinh thần lẫn trong văn tự. Hãy tuyên bố đời sống thiêng liêng cao thượng, vừa toàn thiện và trong sạch.

Có những chúng sanh còn vướng ít bụi trong mắt, nếu không nghe được Giáo pháp họ sẽ sa đọa. Cũng sẽ có những người am hiểu Giáo Pháp.

Hãy phất lên lá cờ của bậc Hiền Nhân. Hãy truyền dạy Giáo Pháp tối thượng. Hãy làm việc vì lợi ích của người khác. Các con đã hoàn thành nhiệm vụ của mình. ”

Do kết quả những nỗ lực của Ngài, Tăng đoàn đã phát triển nhanh chóng thành một Tăng chúng rộng lớn với các tình nguyện viên tâm linh tận tụy. Chư Tăng đã truyền bá những Giáo pháp đến số đông dân chúng, tiếp nhận ngày càng nhiều thành viên vào Tăng đoàn.

Đức Phật là Đấng Toàn Giác, Bậc Chánh Đẳng Giác nhưng Ngài không bao giờ buộc các môn đồ phải tuân theo lời Ngài, Ngài kêu gọi họ tự suy nghĩ giải thoát cho chính họ chứ không tin tưởng mù quáng. Ngài là Bậc Đại Oai Lực có tất cả sức mạnh nhưng Ngài hiếm khi dùng đến phép lạ vì Ngài nghĩ rằng phép lạ tuyệt vời nhất và vĩ đại nhất là Giáo Pháp. Giáo pháp này được so sánh với con tàu mà với con tàu này con người có thể vượt qua đại dương luân hồi sanh tử. Đức Phật cũng không ám chỉ đến cái gọi là Thượng đế hay bất cứ ai có thẩm quyền cao nhất. Ngài luôn khuyến khích những đệ tử của Ngài nương vào chính họ và đi theo con đường Đạo vì “chư Phật chỉ là những bậc đạo sư.”

- **Nhân loại**

Từ khi Giác Ngộ cho đến sát na cuối cùng của cuộc đời, Đức Phật đã không ngừng cống hiến thời gian, năng lượng, lòng bi vô tận và lòng từ vô lượng của mình vì lợi ích của nhân loại và chư Thiên.

Đức Thế Tôn tràn đầy lòng bi mẫn (*karuṇā*) và trí huệ (*paññā*), biết cách nào và điều gì để dạy cho từng cá nhân vì lợi ích riêng tùy theo trình độ và căn cơ của họ. Người ta biết rằng Ngài đã đi bộ quãng đường dài để giúp một người duy nhất nhận ra Con đường Chánh pháp.

Đức Phật đã hình thành các tiêu chuẩn xã hội hiện có để chống lại mê tín dị đoan và những bất công xã hội. Ngài giảng rằng một người cao quý hay thấp hèn, phàm phu hay phạm hạnh không phải vì dòng dõi, giàu sang hay địa vị xã hội của họ, mà vì những hành động của chính họ. Lời giảng dạy cao quý như thế, thật vậy, đã đại diện cho một ý tưởng đột phá vào thời điểm đó. Ý tưởng đã để lại một ấn tượng suy tư sâu sắc trong xã hội Ấn Độ và vẫn còn ngân lên tiếng chuông chân lý cho thế giới ngày nay.

Đức Phật giảng dạy tất cả các tầng lớp nam và nữ, vua chúa và nông dân, Bà la môn và những ngoại đạo, v.v.. mà không có bất kỳ sự phân biệt nào. Ngài đương đầu với hệ thống giai cấp, nâng cao vị thế của phụ nữ, dạy tự do tôn giáo và tự do đặt câu hỏi, mở cánh cổng giải thoát cho tất cả, trong mọi điều kiện của cuộc sống, cao thượng hay hạ liệt, thánh nhân hay tội đồ, và làm cho cuộc sống của tội phạm như Angulimāla và những kỹ nữ như Ambapāli trở nên thánh thiện.

Ngài đạt đến đỉnh cao của trí tuệ. Mọi vấn đề đều được phân tích chi tiết và rồi được tập hợp lại theo thứ tự logic. Không ai có thể đánh bại Ngài trong cuộc đối thoại. Ngài là một bậc đạo sư vô song. Ngài là nhà phân tích quan trọng nhất về danh và sắc cho đến ngày nay.

Lần đầu tiên trong lịch sử tôn giáo, Ngài nói rằng con người là chủ sở hữu của chính họ và cho thấy rằng một người có thể đạt tới tri kiến và sự giác ngộ tối cao bằng những nỗ lực của chính mình.

Ngài xúc động trước những đau khổ của con người và quyết tâm giải thoát họ khỏi những kiết sử bằng một hệ thống tư tưởng và cách sống hợp lý.

Sau bốn mươi lăm năm hoằng pháp, Đức Phật đã qua đời ở tuổi tám mươi ở Kusinara, để lại hàng vạn tín đồ, Tăng Ni, và kho tàng giáo pháp vĩ đại. Tác động của quá trình hoằng pháp vĩ đại, tình yêu thương và lòng tận tụy của Ngài đến hôm nay vẫn còn cảm nhận được.

- **Translate these sentences into English**

1. Charity (Dāna) is the cause of happiness in the present existence, in the next existence and of the bliss of Nibbāna.
2. Like a ship for crossing over the misery of suffering, charity is a good deva (guardian), a place of safety (a resort and refuge).

3. The Buddha gave the advice thus: “The Boddhisattas, having known well about the merit of charity (dāna), even gave away their lives in charity.”



# 8
# TÍNH CÁCH VĨ ĐẠI CỦA ĐỨC PHẬT

Đức Phật là một ‘Chúng sanh Độc nhất Vô nhị ’. Ngài là nhà tư tưởng sâu sắc nhất, một diễn giả thuyết phục nhất, một người lao động năng động nhất, nhà cải cách thành công nhất, bậc đạo sư từ bi và khoan dung nhất, nhà quản lý hiệu quả nhất, và trên hết – Bậc Phạm hạnh nhất trong các bậc Phạm hạnh.

- **Đức Phật với hệ thống giai cấp**

Theo Đức Phật, giai cấp hay màu da không ngăn cản một người trở thành một Phật tử hay gia nhập Giáo hội. Ngư dân, phu quét đường, kỹ nữ, các chiến binh và Bà la môn, được tự do gia nhập Tăng đoàn, được hưởng những đặc quyền bình đẳng và được trao cho vị trí thứ hạng ngang nhau.

Ví dụ, Upāli, thợ cắt tóc, vị đứng đầu trong các vấn đề liên quan đến Tạng Luật. Sunīta rụt rè, phu quét đường, được Đức Phật nhận gia nhập Tăng chúng. Nàng kỹ nữ Ambapāli bước vào Ni đoàn và chứng đắc được Đạo Quả A la hán. Subhā là con gái của một thợ rèn. Punnā là một cô gái nô lệ. Cāpā là con gái của

một người thợ săn. Những trường hợp như vậy có thể được nhân lên để cho thấy rằng cánh cổng Đạo Phật rộng mở cho tất cả mọi người mà không có bất kỳ sự phân biệt nào.

- **Đức Phật đối với người nữ**

Đức Phật đã nâng cao vị thế của phụ nữ và trao cho họ tầm nhận thức sự quan trọng của họ đối với xã hội. Ngài xem người phụ nữ là yếu đuối vì bản chất của họ chứ không khinh thường họ. Ngài nhìn thấy bản chất tốt lành của cả người nam và nữ và giao cho họ vị trí thích hợp trong Giáo pháp của Ngài. Giới tính không phải là chướng ngại để đạt được quả vị Thánh.

Mặc dù lúc đầu, Đức Phật từ chối nhận phụ nữ vào Giáo hội, nhưng sau đó Ngài đã bị thuyết phục bởi những lời cầu khẩn của Tôn giả Ānanda và cho thành lập Ni đoàn.

Khemā và Uppalavannā là hai vị Thánh nữ A-la-hán, hai nữ đệ tử Thượng thủ Thanh văn trong Ni đoàn. Nhiều đệ tử nữ khác cũng được chính Đức Phật tán thán là một trong số những đệ tử  nỗi bật và được tôn kính nhất.

- **Tâm bi mẫn của Đức Phật đối với động vật**

Tâm bi mẫn của Đức Phật trao đến không chỉ cho con người mà còn cho cả động vật nữa. Vì điều này,  Đức Phật đã cấm việc cúng tế những con thú tội nghiệp và khuyên nhủ những môn đệ của Ngài mở rộng tâm từ của họ (Metta) đến tất cả chúng

sinh. Không ai có quyền hoặc sức mạnh để tiêu diệt cuộc sống của một con vật khác ngay cả vì lợi ích của đời sống, vì cuộc sống rất quý giá đối với tất cả mọi người.

Ý chí, trí tuệ, lòng từ bi, sự phục vụ, sự ly khai, sự thuần khiết hoàn hảo, cuộc sống cá nhân gương mẫu, những phương pháp hoàn hảo đã được sử dụng để truyền bá Giáo Pháp và thành công cuối cùng của Ngài - tất cả những yếu tố này đã đóng góp cho Đức Phật thành một bậc Đạo sư của một tôn giáo lớn nhất đang hiện hữu trên trái đất.

- **Translate these sentences into English**

1. The Buddha discovered and showed to human beings the Path to Liberation. But we must tread the Path ourselves.

2. There is no religion having the freedom of thought as Buddhism in the history of religions.

3. The great Buddhist Emperor Asoka of India declared: “Concord is good. Let all listen, and be willing to listen to the doctrines professed by others.

# 9
# ĐỨC PHẬT NIẾT BÀN

Đức Phật là một con người như chúng ta. Ngài sinh ra là một con người, sống như một người và từ giã cõi đời như một người. Tuy là người, Ngài là một người phi thường - *Acchariya manussa*.

Trong bốn mươi lăm năm, Đức Phật luôn thuyết giảng để khai sáng cho mọi người, sửa chữa sai lầm trong xã hội và thành lập một tôn giáo đã trở thành một lực lượng tâm linh trên toàn thế giới thu hút sự chú ý của mọi người trong mọi lĩnh vực của cuộc sống. Vào thời điểm đó, tôn giáo đã được hoàn thành với bốn hội chúng, tức là chư Tăng, chư Ni, những thiện nam và tín nữ.

Khi Phật đang sống tại Pavala gần Vesāli, vào ngày trăng tròn của tháng Magha (tháng Hai), Đức Phật đã thông báo cho Tôn giả *Ānanda* rằng trong ba tháng kể từ ngày đó, Ngài sẽ nhập diệt. Mặc dù sức khỏe đã yếu ớt, Đức Phật không ngừng cống hiến cho nhân loại. Từ Vesāli đi đến Kusinārā, trên đường đi Ngài đã làm tất cả những gì để khuyến tấn mọi người. Rồi Ngài và các môn đệ của Ngài chuyển đến rừng Sāla. Tuy không phải mùa hoa, tất cả các cây đều nở hoa đáng yêu để tôn kính Ngài. Giữa hai cây Sāla cao vút, Tôn giả *Ānanda* trải một tấm vải và Đức Phật nằm xuống nghỉ ngơi.

Mặc dù sức Ngài đã  mòn mõi Ngài vẫn luôn tận tình, trao cơ hội cuối cùng cho những ai muốn hỏi Ngài bất kỳ câu hỏi nào nảy sinh trong tâm của họ, nhưng tất cả quá ưu buồn nên không

ai hỏi gì cả. Nhân đó, Đức Phật cũng xuất gia cho Subhadda, một du sĩ ngoại đạo, là đệ tử cuối cùng của Ngài. Đến giây phút cuối cùng, Ngài dặn dò các môn đệ phấn đấu không ngừng cho sự giác ngộ của họ và những lời cuối cùng của Ngài là: **"Này các tỳ khưu, Như Lai khuyên các con! Tất cả pháp hữu vi đều vô thường. Hãy tận lực chuyên cần. "**

Năm tám mươi tuổi, vào ngày trăng tròn của Vesākha, Đức Phật đã nhập Parinibbāna tại Kusinārā, để lại phía sau hàng ngàn đệ tử, chư Tăng và Ni, và một kho tàng quý báu của Giáo Pháp. Báu thân của Ngài được hỏa táng và xá lợi được chia thành tám phần cho tám quốc gia hùng mạnh vào thời điểm đó. Đức Phật đã nhập diệt nhưng giáo lý cao siêu mà Ngài đã dày công hoằng dương còn lưu lại đến ngày nay cho nhân loại vẫn trọn vẹn và hoàn toàn tinh túy.

- **Translate these sentences into English**

1. The spirit of tolerance and understanding from the beginning has been one of the most cherished ideals of Buddhist culture and civilization.
2. Buddhism spread peacefully all over the continent of Asia during its long history of 2500 years, having more than 500 million adherents today.
3. Human qualities and emotions like love, charity, compassion, tolerance, patience, friendship, desire, hatred, ignorance, conceit, etc., belong to no particular religions.

# 10
# NHỮNG LỢI LẠC TRONG VIỆC QUY Y TAM BẢO

Người Phật tử không rơi xuống khổ cảnh khi quy y Tam Bảo. Hơn nữa, nếu tái sanh thì sẽ tái sanh làm người hay chư thiên, người này sẽ sở hữu mười đức tính vượt trội (sống lâu, xinh đẹp, khỏe mạnh về thể chất và tinh thần, tình cảm thân thiện với hội chúng, đủ đầy 5 giác quan).

Đức Phật giảng trong kinh Velama rằng một Phật tử an trú vào Tam Bảo sẽ thọ hưởng nhiều lợi lạc hơn người cúng dường vô lượng. Vua Ajàtassattu (A-xà-thế) luôn trong tâm trạng hối lỗi vì tội giết cha. Sau khi đảnh lễ Đức Phật và quy y Tam Bảo, số phận của ông đã thay đổi, không bị đọa xuống Đại A-tỳ mà sanh vào địa ngục vạc dầu. Nhờ vào quy y Tam Bảo và hộ trì kỳ Kiết tập lần thứ nhất, trong tương lai đức vua sẽ trở thành Đức Phật Độc Giác tên là Vijitavi.

Theo lời Đức Phật, người quy y Tam Bảo có thể thọ hưởng tám điều lợi lạc trong những kiếp vị lai như sau:

1. Được mọi người kính trọng
2. Có trí tuệ.
3. Có ảnh hưởng khiến người khác giúp mình hoàn thành tâm nguyện.
4. Có tài sản.
5. Có nước da vàng xinh đẹp
6. Được nhiều người yêu mến.
7. Có bạn tốt và chung thủy
8. Có danh thơm tiếng tốt

Tóm lại, việc quy y Tam Bảo là bắt đầu đi trên con đường đến cánh cổng Trung đạo dẫn tới giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Đây là điểm khởi thủy tuyệt vời của người Phật tử.

- **Translate these sentences into English**

1. The Ariyan Saṅgha where all the three worlds sow their seeds of merit is called the incomparably fertile field of the whole world.
2. Only when volitional acts of giving are done, there can be the fulfillment of whatever one may aspire / wish to as the result / their merits.
3. The right practice is the Buddha's true message, the essential feature of His entire Teachings.

# KEY

**Lesson 1**

**III. Comprehension**

**B**. 1C 2B 3C 4A 5C 6D 7A 8B 9D 10D

**Lesson 2**

**III. Comprehension**

**B**. 1 with 2 of 3 in 4 after 5 on
6 on 7 of 8 to 9 about 10 for

**Lesson 3**

**III. Comprehension**

**B**. 1 morning 2 houses 3 stood 4 offered 5 deva
6 looked 7 self- 8 down 9 where 10 sick
11 palace 12 thought 13 recluse 14 food 15 repulsion

**Lesson 4**

**III. Comprehension**

**B.** 1 first 2 gaind 3 lives 4 middle 5 dying 6 another
7 unwholesome 8 wholesome 9 Bodhisatta 10 Buddha

**Lesson 5**

**III. Comprehension**

**B.** 1A 2A 3C 4D 5C 6D 7B 8A 9D 10B

**Lesson 6**

**Comprehension**

1C 2D 3B 4A 5A 6B 7C 8A 9D 10C

**Lesson 7**

**III. Comprehension**

**B**. 1 age 2 way 3 old 4 what 5 first
6 black 7 wrong 8 mean 9 was 10 world

**Lesson 8**

**III. Comprehension**

**B**. 1 place 2 on 3 rainy 4 ground 5 kindness
6 difficult 7 that 8 dhamma 9 serve/ offer
10 allow 11 season 12 during 13 where
14 easily 15 needs

**Lesson 9**

**III Comprehension**

**B.** 1A 2D 3C 4B 5C 6A 7B 8D 9D 10B

**Lesson 10**

**III. Comprehension**

**B**. 1 One 2 Path 3 that 4 Dhamma 5 to
6 world 7 with 8 protected 9 Order 10 merits

# SÁCH THAM KHẢO

**A Manual of Buddhism**, by ***Narada***, published by Buddhist Cultural Centre, Sri.Lanka.

**The Buddha's Ancient Path**, by ***Piyadassi Thera***, published by Bushist Publication Society, Sri.Lanka.

**The Great Chronicles of Buddhas,** by ***the Most Venerable Mingun Sayadaw***, Singapore Edition.

**Đại Phật Sử**, **The Great Chronicles of Buddhas,** by ***the Most Venerable Mingun Sayadaw***, Sư Minh Huệ dịch.

**The Fundamentals of Buddhism**, by ***Sayadaw U. Silananda***, published by Dhammachakka Meditation Centre, California, USA.

**Old Path White Clouds: walking in the footsteps of the Buddha, by *Thich Nhat Hanh*,** published by Unified Buddhist Church, California, USA.

**The Buddha and His Teachings**, by ***Nārada Maha Thera***, published by Singapore Buddhist Meditation Centre, Mandalay, Myanmar.

**Good and bad – Which side are you on?** by ***Sayadaw Dr. Nandamālābhivaṃsa,*** published by the Dhamma Sahāya Sāsana Centre, Mandalay, Myanmar.

**Word from the Heart**, by ***Sayadaw Dr. Nandamālābhivaṃsa,*** published by the Dhamma Sahāya Sāsana Centre.

**Guide to the study of Theravada Buddhism,** Book 1 to Book 5, published by The Colombo Y.M.B.A, Sri Lanka.

**The Buddha and His Teachings,** by **Ernest K.S. Hunt.**

**The Buddha and His Teachings**, by **Narada Maha Thera,** published by Singapore Buddhist Meditation Centre.

**Con đường cổ xưa,** by ***Piyadassi Thera, Tỳ kheo Pháp Thông*** dịch, nhà Xuất bản Tôn Giáo.

**How to live as a good Buddhist**, by ***Uhan Htay and Uchit Tin,*** printed in the Union of Myanmar.

**The life of Buddha and His Teachings**, by ***Min Yu Wai,*** Tỳ khưu Đức Hiền dịch.

**The Dhammapada** – A Translator Guide, by ***K.T.S Sarao,*** published by Munshiram Manoharlal Pubhisher, New Delhi, India.

**The Dhamapada** – translated by *DawMya Tin*, M.A., edited by The Editorial Committee, Myanmar Pitaka Assocation, Yangon, Myanmar

**Kinh Pháp Cú – Tỳ Khưu Thích Minh Châu.**

**Chú giải Kinh Pháp Cú** – **Trưởng lão Pháp Minh** dịch, nhà XB TP HCM.

**Handbook of Abhidhamma Studies,** by ***Sayadaw U. Silananda***, printed by Selangor Buddhist Vipassana Meditation Society, West Malaysia.

**The Essence of Buddha Abhidhamma**, by ***Dr. Mehm Tin Mon***, published by Shwe Zin Kyaw Press, Yangon.

**Longman English Grammar Practice (for intermediate students )** by ***L.G Alexander*** distributed in the United States of America by Longman publisching, New York.

**Longman English Grammar *by L.G Alexander,*** distributed in the United States of America by Longman publisching, New York.

## *Sharing Merits*

May all beings share this merit
Which we have thus acquired
For the acquisition of
All kinds of happiness
May beings inhabiting space and earth,
Devas and nagas of mighty power
Share this merit of ours
May they long protect the Teachings!

## *Hồi Hướng Công Đức*

Nguyện cho tất cả chúng sanh
Cùng chia trọn vẹn phước lành hôm nay
Nguyện cho tất cả từ đây
Mọi điều hạnh phúc, mọi thời bình yên
Nguyện cho chư vị Long Thiên
Trên trời dưới đất oai thiêng phép mầu
Cùng chia công đức dầy sâu
Hộ trì Chánh pháp bền lâu muôn đời!