

THIỀN VIỆN PHƯỚC SƠN

METTĀ SUTTA (Kinh Rải Tâm Từ)

<p>Ahaṃ avero homi, abyāpajjo homi, anīgho homi; Sukhī attānaṃ pariharāmi.</p>	<p><i>Mong cho tôi thoát khỏi: Hận thù và hiểm nguy, Tâm nhiễm ô, phiền não, Thân đau khổ, đọa đày; Thân tâm được an lạc.</i></p>
<p>Mama mātāpitu ācariya ca, ñātimitthā ca, sābrahmācarino ca; Averā hontu, abyāpajjhā hontu, anīghā hontu; Sukhī attānaṃ pariharantu.</p>	<p><i>Mong cha mẹ, thầy tổ, Cùng thân quyến, bạn bè Không hiểm nguy, thù hận, Tâm trí hết muộn phiền, Khổ thân không còn nữa, An lạc cả thân tâm.</i></p>
<p>Imasmiṃ ārāme, sabbe yogino; Averā hontu, abyāpajjhā hontu, anīgha hontu; Sukkhī attānaṃ pariharantu.</p>	<p><i>Mong tất cả thiền sinh, Không hiểm nguy, thù hận, Tâm trí hết muộn phiền, Khổ thân không còn nữa, An lạc cả thân tâm.</i></p>
<p>Imasmiṃ ārāme, sabbe bhikkhu, sāmaṇera ca, upāsakā upāsikāyo ca; Averā hontu, abyāpajjhā hontu, anīgha hontu; Sukkhī attānaṃ pariharantu.</p>	<p><i>Mong toàn thể Tăng Ni, Cư sĩ nam và nữ, Không hiểm nguy, thù hận, Tâm trí hết muộn phiền, Khổ thân không còn nữa, An lạc cả thân tâm.</i></p>
<p>Amhākaṃ catupaccaya dāyakā; Averā hontu, abyāpajjha hontu, anīgha hontu; Sukkhī attānaṃ pariharantu.</p>	<p><i>Mong cho các thí chủ, Không hiểm nguy, thù hận, Tâm trí hết muộn phiền, Khổ thân không còn nữa, An lạc cả thân tâm.</i></p>
<p>Amhākaṃ ārakkha devatā; Imasmiṃ vihāre, imasmiṃ āvāse, imasmiṃ ārāme, ārakkha devatā; Averā hontu, abyāpajjhā hontu, anīgha hontu; Sukkhī attānaṃ pariharantu.</p>	<p><i>Mong chư thiên hộ Pháp, Cư ngụ tại nơi này, Không hiểm nguy, thù hận, Tâm trí hết muộn phiền, Khổ thân không còn nữa, An lạc cả thân tâm.</i></p>
<p>Sabbe sattā, sabbe pāṇā, sabbe bhūta; Sabbe puggalā sabbe attabhāva-pariyāpannā Sabbā itthiyo, sabbe purisā, sabbe ariyā, sabbe anariyā, sabbe devā, sabbe manussā, sabbe vinipātikā; Averā hontu, abyāpajjhā hontu, anīgha hontu; Sukkhī attānaṃ pariharantu, dukkhā muccantu; Yathā-laddha-sampattito, Mā vigacchantu kammaṣakā.</p>	<p><i>Mong tất cả chúng sanh; Có thân và có tâm, Giới nam hay giới nữ; Bạc Thánh hay phàm nhân, Chư thiên hay loài người, Những ai không hạnh phúc, Không hiểm nguy, thù hận, Tâm trí hết muộn phiền, Khổ thân không còn nữa, An lạc cả thân tâm, Hết khổ đau cả thân, Hạnh phúc không mất đi, chúng sinh là chủ nhân; Nghiệp lực do mình tạo.</i></p>
<p>Puratthimāya disāya, pacchimāya disāya, uttarāya disāya, dakkhiṇāya disāya; Puratthimāya anudisāya, pacchimāya anudisāya,</p>	<p><i>Nơi hướng Đông, hướng Tây, Hướng Nam hay hướng Bắc, Hướng Tây - Bắc, Đông - Nam, Hướng Tây - Nam, Đông - Bắc</i></p>

<p>uttarāya anudisāya, dakkhiṇāya anudisāya; Hetthimāya disāya, uparimāya disāya; Sabbe sattā, sabbe pāṇā, sabbe bhūta; Sabbe puggalā sabbe attabhāva-pariyāpannā Sabbā itthiyo, sabbe purisā, sabbe ariyā, sabbe anariyā, sabbe devā, sabbe manussā, sabbe vinipātikā; Averā hontu, abyāpajjhā hontu, anīgha hontu; Sukkhī attānaṃ pariharantu, dukkhā muccantu; Yathā-laddha-sampattito, Mā vigacchantu kammassakā.</p>	<p><i>Ở hướng dưới, hướng trên, Mong tất cả chúng sanh; có thân và có tâm, Giới nam hay giới nữ; Bạc Thánh hay phàm nhân, Chư thiên hay loài người, Những ai không hạnh phúc, Không hiểm nguy, thù hận, Tâm trí hết muộn phiền, Khổ thân không còn nữa, An lạc cả thân tâm, Hết khổ đau cả thầy, Hạnh phúc không mất đi, chúng sinh là chủ nhân, Nghịệp lực do mình tạo.</i></p>
<p>Uddhaṃ yāva, bhavaggā ca, adho yāva avīccito, samantā cakkavāḷesu, ye sattā pathavī carā, abyāpajjhā niverā ca, niddukkhā ca nupaddavā. Uddhaṃ yāva, bhavaggā ca, adho yāva avīccito, samantā cakkavāḷesu, ye sattā uduke carā, abyāpajjha niverā ca, niddukkhā ca nupaddavā. Uddhaṃ yāva, bhavaggā ca, adho yāva avīccito, samantā cakkavāḷesu, ye sattā ākāse carā, abyāpajjha niverā ca, niddukkhā ca nupaddavā.</p>	<p><i>Từ cảnh giới cao nhất; Đến cảnh giới thấp nhất, Toàn vũ trụ bao la, Bất cứ chúng sinh nào; di chuyển trên mặt đất, Mong thoát khổ thân tâm, Thoát hiểm nguy, thù hận. Từ cảnh giới cao nhất; Đến cảnh giới thấp nhất, Toàn vũ trụ bao la, Bất cứ chúng sinh nào, Di chuyển trong dòng nước, Mong thoát khổ thân tâm, Thoát hiểm nguy, thù hận. Từ cảnh giới cao nhất; Đến cảnh giới thấp nhất, Toàn vũ trụ bao la; Bất cứ chúng sinh nào, Di chuyển trong hư không, Mong thoát khổ thân tâm, Thoát hiểm nguy, thù hận.</i></p>
<p>Imāya dhammā-nudhamma-paṭipattiyā Buddhaṃ pūjemi. Imāya dhammā-nudhamma-paṭipattiyā Dhammaṃ pūjemi. Imāya dhammā-nudhamma-paṭipattiyā Saṅghaṃ pūjemi. Imāya dhammā-nudhamma-paṭipattiyā mātāpitaro pūjemi. Imāya dhammā-nudhamma-paṭipattiyā ācariye pūjemi.</p>	<p><i>Với việc hành chánh pháp, Con cúng dường Phật Bảo. Với việc hành chánh pháp, Con cúng dường Pháp Bảo. Với việc hành chánh pháp, Con cúng dường Tăng Bảo. Với việc hành chánh pháp, Con cúng dường cha mẹ. Với việc hành chánh pháp, Con cúng dường Thầy, Tổ.</i></p>
<p>Addhā imāya paṭipadāya jarāmarāṇamhā parimuccisāmi. Idaṃ me puññaṃ āsavakkhayāvahaṃ hotu. Idaṃ me sīlaṃ magga-phala-ñāṇassa paccayo hotu. Imaṃ no puññabhāgaṃ sabbasattānaṃ dema. Sabbe sattā sukhitā hontu! Sādhu! Sādhu! Sādhu!</p>	<p><i>Với việc hành thiền này, Nguyện cho tôi thoát khỏi; sự khổ của già, chết, Nguyện công đức của tôi; tận diệt hết lậu hoặc, Nguyện giới đức của tôi; dẫn đến Đạo và Quả. Xin hồi hướng phước báu, Đến tất cả chúng sanh; Được thân tâm an lạc. Lành thay! Lành thay! Lành thay!</i></p>