

TAM TẠNG THÁNH KINH PHẬT GIÁO  
TẠNG KINH ( NIKÀYA )

---

*Thi Ha*

**TRUNG BỘ KINH**  
( Majjhima Nikàya )

Hòa Thượng THÍCH MINH CHÂU  
Dịch sang tiếng Việt từ Tam Tạng Pàli

Chuyển thể Thơ :

**Giới Lạc MAI LẠC HỒNG**

( Huynh Trưởng Cấp Tấn - GDPTVN tại Hoa Kỳ )

Email : honglacmai1@yahoo.com

( 5 KINH  
từ số 16 đến số 20 )

---

MỤC LỤC :

<i>Tên Kinh :</i>	<i>Trang :</i>
16) Kinh TÂM HOANG VU – Cetokhila sutta	237
17) Kinh KHU RỪNG – Vanapattha sutta	245
18) Kinh MẬT HOÀN – Madhupindika sutta	253
19) Kinh SONG TÂM – Dvedhavitaka sutta	267
20) Kinh AN TRÚ TÂM – Vitakkasanthana sutta	121

# 16. Kinh TÂM HOANG VU ( Cetokhila sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời nọ , Thế Tôn an trụ  
Kỳ Viên Tự – Chê-Tá-Va-Na  
Do Cấp-Cô-Độc tín gia

( A-Na-Thá-Pin-Đi-Ka ) cúng dường .

Tại đây, đấng Pháp Vương lên tiếng :

– “ Các Tỷ Kheo ! ”. Hiện diện Sa-môn

Vâng đáp lời của Thế Tôn

Cung kính nghe Phật ôn tồn giảng ngay

– “ Chư Tỷ Kheo ! Pháp này nên biết :

Tỷ Kheo nào chưa diệt trừ ngay

Năm tâm-hoang-vu lầm sai

Năm tâm triền phược đến nay chưa trừ

Mà vị ấy an như lớn mạnh

Và trưởng thành, hưng thịnh lâu dài

Trong pháp, luật của Ta đây,

Sự kiện như vậy không rày xảy ra .

Tâm-hoang-vu đó, là chi vậy ?

Mà cả năm chưa thấy đoạn trừ ?

- Là nghi ngờ bậc Đạo Sư .

- Nghi ngờ Pháp Bảo, - nghi ư Tăng-Già

- Các học-pháp nghi là khiếm khuyết .

Cả bốn điều chi tiết ở đây

Không có quyết đoán thẳng ngay

Nghi ngờ, do dự, lòng rày không tin

Tỷ Kheo nào chưa tin vào Phật

Vào Pháp, Tăng, chân thật tín thành

Nghi các học-pháp tịnh thanh

Thì tâm vị ấy không sanh chuyên cần

Không hướng phân kiên trì , nỗ lực

Không tinh tấn, cố sức đêm ngày

Bốn tâm-hoang-vu là đây.

Tỷ Kheo phần nọ, lòng đầy cuồng ngông

Đối với các vị đồng-phạm-hạnh

Không hoan hỷ, lộ tánh chống kình

Thì tâm người ấy bất minh

Không hướng nỗ lực, không tinh tấn gì

Không chuyên cần, kiên trì mọi việc

Tâm-hoang-vu được biết thứ năm ,

Chưa được diệt trừ cả năm .

Còn kể năm triền-phược-tâm thế nào ?

Và tại sao nó chưa được diệt ?

Này Chúng Tăng ! Cá biệt Tỷ Kheo

Đối với *các dục* , duyên theo

Vẫn còn tham ái cứ đeo bám vào

Không phải không dục cầu mọi chuyện

Không phải không ái luyện, khát khao

Không phải không tham ái nào

Không phải với dục không nao nhiệt tình,

Tâm vị ấy không sinh nỗ lực

Không kiên trì, cố sức đêm ngày

Tâm-triền-phược thứ nhất đây .

Chưa được đoạn tận do ngay vị này.

Tâm-triền-phược thứ hai chưa diệt

Tỷ Kheo biết với *tự thân* mình  
 Không phải không tham ái sinh  
 Dục cầu, ái luyến, nhiệt tình vẫn đeo .  
 Vị Tỷ Kheo với các *sắc pháp*  
 Còn tham ái, khao khát nhiệt tình .  
 Hoặc vì lợi dưỡng cho mình  
*Ăn uống* no nức mặc tình thỏa thuê  
 No đến nổi phải lê thân xác  
 Sống thiên về khoái lạc sàng tòa  
 Khoái lạc ngủ nghỉ đầy đà  
 Thụy miên khoái lạc cũng là đắm say,  
 Bốn triền-phược-tâm đây chưa diệt .  
 Rồi cần biết triền-phược thứ năm  
 Tuy sống phạm hạnh, vẫn thâm  
 Mong sanh Thiên giới, trong tâm nghĩ là :  
 “ Với giới và hạnh này ta có  
 Khổ hạnh khó, phạm hạnh ta hành  
 Nhất định ta sẽ được sanh  
 Chư Thiên các cõi trời dành cho ta ”  
 Với mong cầu mạnh nha như vậy  
 Triền phược ấy thứ năm, chưa trừ  
 Khi nào mà vị Phích-Khu  
 Chưa diệt các tâm-hoang-vu sớm chiều  
 Tâm-triền-phược năm điều chưa diệt  
 Mà có thể được biết vị đây  
 Lớn mạnh, tăng trưởng hằng ngày  
 Hưng thịnh trong pháp, luật này được sao ?  
 Sự kiện không thể nào có được !

\* Còn trái ngược, một vị Phích-Khu  
 Đã diệt năm tâm-hoang-vu

Năm tâm-triền-phược diệt trừ được nhanh  
 Thì có thể trưởng thành, lớn mạnh  
 Và hưng thịnh trong pháp, luật Ta  
 Sự kiện này có xảy ra .  
 Tâm hoang-vu ấy diệt qua thế nào ?  
 Chư Tỷ Kheo ! Thanh cao Phích-Khú (1)  
 Không nghi ngờ Điều Ngự Đạo Sư  
 Không hề do dự, khoan thư  
 Quyết đoán, tịnh tín do từ đức tin  
 Thời vị này thực tình hướng tới  
 Sự nỗ lực cùng với chuyên cần  
 Kiên trì, tinh tấn chánh chân  
 Vị Tỷ Kheo ấy mọi phần huân tu  
 Như vậy, tâm-hoang-vu thứ nhất  
 Được diệt trừ nghiêm mật thẳng ngay  
 - Lại nữa, vị Tỷ Kheo đây  
 Không nghi ngờ Pháp, không rày nghi Tăng  
 Không nghi ngờ về phần học-pháp  
 Không do dự, vương vấp điều chi  
 Có tính quyết đoán, kiên trì  
 Hướng về nỗ lực, thực thi tinh cần  
 Vị ấy đạt những phần như thế  
 Tâm-hoang-vu ba thể được trừ .  
 Lại nữa, vị ấy Phích-Khu (1)  
 Với đồng-phạm-hạnh ôn nhu thuận đồng  
 Không phần nô, giữ lòng hoan hỷ  
 Không chống đối, vị kỷ, cứng đầu  
 Thì tâm vị này hướng sâu

(1) : *Bhikkhu* – được âm là Tỷ Kheo hay Tỳ Khưu , nghĩa là Khất sĩ (từ *Bhik* có nghĩa là xin ăn ) là vị đã thọ Đại Giới hay Cụ-Túc-Giới .

Về sự nỗ lực thanh cao, tinh cần  
 Tâm-hoang-vu cả năm được diệt .

\* Còn triền-phược-tâm diệt thế nào ?

Chư Tỷ Kheo ! Ở nơi đâu  
 Tỷ Kheo không có *dục* cầu, ái tham  
 Không ái luyến, không ham khát ái  
 Không khao khát bám mãi *dục* tình  
 Tâm Tỷ Kheo ấy đỉnh ninh  
 Hướng về nỗ lực, luôn tinh tấn liền  
 Tâm-triền-phược đầu tiên đoạn diệt  
 Tiếp theo, biết đối với *tự thân*  
 Đối với *sắc pháp* các phần  
 Với *sự ăn uống* và cần nghỉ ngơi  
 Tức khoái lạc mọi thời ngủ nghỉ  
 Khoái sàng tọa, khoái chí thụy miên  
 Bốn tâm-triền-phược diệt liền .

Lại nữa, Phích-Khú cần chuyên hướng vào  
 Sống phạm-hạnh, không cầu mong được  
 Sinh thiên-giới hưởng phước lâu dài  
 Với ý : “Ta với giới này  
 Với phạm-hạnh, khổ hạnh này của ta  
 Sẽ được sinh vào tòa Thiên-giới ”.  
 Vì không cầu đạt tới điều này  
 Một lòng nỗ lực đêm ngày  
 Chuyên cần, tinh tấn, thẳng ngay, kiên trì  
 Tâm-triền-phược mọi thì , năm thứ  
 Được tuần tự đoạn tận như vậy .  
 Nay Tăng Chúng ! Tỷ Kheo này  
 Có thể hưng thịnh, từ đây trưởng thành  
 Trong pháp, luật tịnh thanh sáng tỏ

Sự kiện này là có xảy ra .

Vị này tu tập trải qua  
 Tứ như-ý-túc thật là diệu vi  
*Dục* thiên-định tức thì câu hữu  
 Rồi câu hữu với *tinh tấn* thiên  
 Thần-túc câu hữu *tâm* thiên  
 Như-ý-túc câu hữu liền *tư duy* .  
 Tinh cần hành, mọi thì gắng sức  
 Gắng hành với nỗ lực thứ năm  
 Tỷ Kheo đầy đủ mười lăm  
 Các pháp , cả nỗ lực ngâm gia tăng  
 Thời có đủ khả năng phá vỡ  
 Đủ khả năng khai mở trí minh  
 Đủ thành Chánh Giác uy linh  
 Đạt thành Vô Thượng quang vinh dễ dàng  
 Các ách phược đeo mang, dứt khỏi .

Các Tỷ Kheo ! Ta nói dụ này  
 Như có tám, mười, mười hai  
 Cái trứng gà ấp cả ngày lẫn đêm  
 Con gà mái nằm trên đồng trứng  
 Khéo ấp nóng, giữ vững thế nằm  
 Khéo đảo đều, để ý thăm  
 Dù gà mái không quan tâm ước là :  
 “ Mong rằng những con gà con ấy  
 Đâm thủng cái vỏ trứng giữ gìn  
 Với móng chân nhọn, mỏ mình  
 Các gà con được yên bình thoát ra ”.  
 Thì sự việc xảy ra vẫn thế  
 Gà con vẫn có thể thoát ra  
 Khỏi vỏ cứng của trứng gà

Một cách yên ổn, không qua mong cầu .

Chư Tỷ Kheo ! Dựa vào sự kiện  
Tỷ Kheo nào thực hiện đủ đây  
Mười lăm pháp kể trên đây  
Kể cả nỗ lực, thẳng ngay thực hành  
Thời có đủ khả năng phá vỡ  
Đủ khả năng khai mở trí minh  
Vô Thượng Chánh Giác đạt thành  
Khỏi các ác-phước, tịnh thanh siêu trần .  
Nghe Phật giảng từng phần; để được  
“Tâm hoang-vu”, “triền-phước” đoạn trừ  
Tín thọ lời Đấng Đại Từ  
Chư Tăng hoan hỷ an như phụng hành.

*Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật ( 3 L )*

\*  
\* \*

( *Chấm dứt Kinh TÂM HOANG VU – Cetokhila Sutta* )

# 17. Kinh **KHU RỪNG** ( Vanapattha sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời nọ, Thế Tôn an trú  
Kỳ Viên Tự – Chê-Tá-Va-Na  
Do Cấp-Cô-Độc tín-gia  
A-Na-Thá-Pin-Đi-Ka – cúng dường  
Tại đây, Đấng Pháp Vương liền gọi :  
– “ Chư Tỷ Kheo ! Ta nói pháp này  
Hãy nghe , suy nghiệm kỹ rày  
Về ‘Khu Rừng’, pháp Ta nay trình bày ”.  
Các Tỷ Kheo nơi đây vâng đáp  
Rồi lắng nghe thời pháp của Ngài .  
– “ Này chư Tỷ Kheo ! Ở đây  
Tỷ Kheo nào sống ở ngay khu rừng  
Các niệm nào chưa từng an trú  
Đã không được an trú tức thì  
Tâm tư chưa định tĩnh gì  
Không được định tĩnh mọi thì bình an  
Các lậu hoặc chưa hoàn toàn dứt  
Không hoàn toàn được dứt trừ nhanh  
Vô thượng an ổn tịnh thanh  
Khỏi các ác phược chẳng lành đáng chê  
Chưa chứng đạt, không hề chứng đạt  
Những vật dụng này, khác rất cần  
Cho người xuất gia, độc thân  
Phải sắm đầy đủ tự thân bốn phần :  
Thuốc trị bệnh, thức ăn khát thực

Cùng sàng tọa, y phục của Tăng  
Các vật dụng kiếm khó khăn  
Vị Tỷ Kheo ấy phải cần nghĩ suy :  
“ Khu rừng này mọi thì khó sống  
Khi ta sống đây chẳng dễ dàng  
Các niệm chưa được trú an  
Không được an trú hoàn toàn trong ta  
Tâm tư ta vốn chưa định tĩnh  
Vẫn không được định tĩnh an hòa  
Rồi các lậu-hoặc của ta  
Chưa hoàn toàn diệt, vẫn là còn nguyên  
Chưa chứng đạt hiện tiền vô thượng  
Khỏi ác phược các chướng chưa thành  
Không được chứng đạt, hoàn thành  
Về tứ-vật-dụng rất cần cho ta  
Khó kiếm được nếu ta vẫn sống  
Tại khu rừng sâu rộng như vậy ”  
Này Tăng Chúng ! Tỷ Kheo này  
Phải từ bỏ khu rừng ngay tức thì  
Không ở lại làm gì rừng đó  
Dù ban đêm hay ở ban ngày .

\* Mặt khác, vị Tỷ Kheo này  
Sống ở một khu rừng dày vắng teo  
Vị Tỷ Kheo sống nơi rừng ấy  
Tự cảm thấy niệm chưa trú an  
Thì niệm không được trú an  
Tâm chưa định tĩnh, không màng tĩnh an  
Các lậu hoặc chưa hoàn toàn dứt  
Không hoàn toàn được dứt trừ nhanh  
Vô thượng an ổn tịnh thanh

Khỏi các ác phược chẳng lành đáng chê  
 Chưa chứng đạt, không hề chứng đạt  
 Những vật dụng này, khác rất cần  
 Cho người xuất gia, độc thân  
 Phải sắm đầy đủ tự thân bốn phần :  
 Thuốc trị bệnh, thức ăn khát thực  
 Cùng sàng tọa, y phục của Tăng  
 Vật dụng kiếm không khó khăn  
 ( Vì có làng xóm khá gần rừng đây )  
 Tỷ Kheo này phải cần suy nghĩ :  
 “ Ta sở dĩ sống ở rừng này  
 Không vì vật-dụng hằng ngày  
 Y phục, vật thực nơi đây dư dùng  
 Thuốc trị bệnh tốt, cùng sàng tọa .  
 Ta là một hành-giả tu thiền  
 Các niệm không được trú yên  
 Không được định tĩnh, chướng duyên vẫn còn  
 Các lậu-hoặc không hoàn toàn dứt  
 An ổn, khỏi ách phược không thành  
 Thì sự lợi dưỡng phát sanh  
 Ích gì cho sự tu hành của ta !”  
 Tỷ Kheo sau khi qua suy nghĩ  
 Rốt cuộc chỉ chọn một con đường :  
 Từ bỏ, không ở lại rừng .

\* Nay Tỷ Kheo Chúng ! Đã từng trải qua  
 Vị Tỷ Kheo nào mà sống tại  
 Một khu rừng nào đầy cuu mang  
 Các niệm chưa được trú an  
 Thì được an trú dễ dàng tại đây  
 Tâm chưa định thì nay định tĩnh

Các lậu-hoặc mắc dính đoạn trừ  
 Vô thượng an ổn như như  
 Khỏi các ác phược, an từ chứng ngay  
 Nhưng tại đây khó khăn vật thực,  
 Thuốc trị bệnh, y phục khó khăn  
 Sàng tọa ngủ nghỉ ... các phần  
 Nói chung tứ sự khó khăn, thiếu nhiều .  
 Nhưng Tỷ Kheo đăm chiêu suy nghĩ :  
 “ Ta sống đây để chỉ tu hành  
 Tuy tứ-vật-dụng phát sanh  
 Thấy đều thiếu thốn sẵn dành cho ta  
 Nhưng đường tu của ta chứng đạt  
 Còn việc khác, lợi dưỡng không cần  
 Tỷ Kheo suy tính, quyết rằng  
 Phải nên ở lại tinh cần tịnh tu .

\* Còn Phích-Khu đã từng an trú  
 Tại một nơi rừng rú, tu thiền  
 Các niệm đã được trú yên  
 Tâm tư định tĩnh, an nhiên vô vàn  
 Các lậu-hoặc hoàn toàn diệt được  
 Khỏi ách phược, an ổn chứng rồi .  
 Thuốc trị bệnh dễ kiếm thôi  
 Thức ăn khát thực cũng dồi dào ra  
 Y phục và sàng tọa đầy đủ  
 Nói chung tứ-vật-dụng dễ dàng .  
 Tỷ Kheo ấy cần nghĩ rằng :  
 “ Nơi đây đáp ứng điều hằng ước mong  
 Bề tứ-sự thì không trở ngại  
 Đường tu hành cũng lại hanh thông  
 Chứng đạt được phần đời trông .

Vị ấy cần phải sống trong khu rừng  
Đến trọn đời nếu từng phát nguyện  
Không thôi chuyển rời bỏ rừng đây .

- \* Mặt khác, vị Tỷ Kheo này  
Sống tại làng mạc, sống ngay đô thành  
Tinh xá nào hay quanh thị trấn  
Trong địa phận một quốc gia nào  
Sống gần vị thiện hữu nào  
( Một vị Sư trưởng hay vào bạn tu )  
\* Trường hợp một, cho dù chuyên chú  
Các niệm không an trú, vọng tâm  
Tâm không định tĩnh, sóng ngầm  
Các lậu-hoặc không được thâm diệt đi  
Chưa chứng đạt những gì mong mỏi  
Về tứ sự các loại cần dụng :  
Vật thực, y phục , phụ tùng  
Thuốc men, sang tọa – nói chung thiếu nhiều .  
Vị Tỷ Kheo trọng điều chứng đắc  
Suy tính thật chu đáo ngọn ngành  
Cần phải bỏ chôn này nhanh  
Không cần xin phép vị hành giả kia .
- \* Trường hợp hai, cùng chia gian khổ  
Sống cùng chỗ phạm hạnh đồng tu  
Tỷ Kheo dù cố công phu  
Nhưng các niệm vẫn mịt mù không an  
Tâm chưa định, hoàn toàn không định  
Các lậu-hoặc mắc dính không trừ  
Không chứng đạt để an như  
Dù tứ-vật-dụng thường dư dả nhiều .  
Vị Tỷ Kheo trọng điều chứng đắc

Suy tính thật chu đáo ngọn ngành  
Cần phải bỏ chôn này nhanh  
Không cần xin phép vị hành giả kia .

- \* Trường hợp ba, không lìa phạm hạnh  
Cùng chung sống trong cảnh đạo tràng  
Tỷ Kheo các niệm trú an  
Tâm được định tĩnh hoàn toàn nghiêm trang  
Các lậu-hoặc hoàn toàn diệt được  
Khỏi ác phược chứng đạt chánh chân .  
Tứ-sự thì kiếm khó khăn  
Y phục, thuốc bệnh, thức ăn, sàng tọa .  
Nhưng Tỷ Kheo trải qua suy tính :  
‘ Vì mục đích giải thoát khổ này  
Dù tứ-vật-dụng nơi đây  
Khó kiếm, thiếu thốn hằng ngày cho ta ,  
Nhưng phải ở lại mà hành đạo  
Phải theo sát vị giáo-thọ này ’.
- \* Trường hợp thứ tư ở đây  
Vị Tỷ Kheo ấy hằng ngày cùng tu  
Vói vị thầy ôn nhu phạm hạnh  
Được thuận lợi trong cảnh đạo tràng  
Các niệm chưa được trú an  
Thì được an trú , tâm càng thanh thoi  
Tâm chưa định nay thời định tĩnh  
Các lậu-hoặc mắc dính, đoạn trừ  
Khỏi các ác phược, an như  
Chứng đạt vô thượng do từ điều đây .  
Tứ-vật-dụng nơi này đầy đủ  
Do khát thực, thí chủ cúng dường .  
Tỷ Kheo ấy cần am tường



Những gì mình được, phải thường suy tư :

“ Vị giáo-thọ hiền từ bên cạnh

Đồng phạm hạnh sách tấn cùng nhau

Kết quả tu tập tiến mau

Chúng đạt những pháp cao sâu mình cần

Tứ-vật-dụng các phần đầy đủ

Đây là nơi an trú tốt thay !”

Này Tăng Chúng ! Tỷ Kheo này

Cần phải theo sát vị thầy ở đây

Suốt trọn đời, không thay đổi ý

Không lìa bỏ , dù bị đuổi đi .

Nghe Phật thuyết giảng uy nghi

Chư Tăng tín thọ, hành trì pháp siêu .

*Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật ( 3 L )*

\*  
\* \*

*( Chấm dứt Kinh KHU RỪNG – Vanapattha Sutta )*

# 18. Kinh MẬT HOÀN ( Madhupindika sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời nọ, Thế Tôn an trụ  
Ka-Pì-La-Vát-Thú (1) thành này  
( Ca-Tỳ-La-Vệ (1) là đây )  
Giữa các thân quyến họ Ngài – Thích Ca  
Tại vườn Ni-Rô-Tha-Ra-Má (2)  
Vào buổi sáng, Giác Giả Phật Đà  
Mang bát, đắp y ca-sa  
Khất thực tại Ca-Tỳ-La-Vệ thành .  
Sau khất thực, tịnh thanh thọ thực  
Rồi Đại Lâm lập tức đi qua  
Ngồi nghỉ dưới cội tên là  
Bê-Lu-Vát-Thí-Ka (3) cây này .  
Có vị “gậy cầm tay” Sác-Ká (4)  
Là một gã du sĩ dạn dày  
Ngao du thiên hạ đó đây  
Lúc đó đi đến rừng này, Đại Lâm  
Gặp Thế Tôn, hỏi thăm theo lệ  
Xã giao, rồi đứng kể một bên  
Dựa trên cây gậy cứng bền  
Mà y thường trực cầm trên tay mình

(1) : Thành Kapilavatthu – Ca-Tỳ-La-Vệ , do vua Tịnh Phạn  
( Suddhodana - phụ vương của Đức Phật ) trị vì .

(2) : Vườn Nigrodharama . (3) : Cây Beluvalatthika .

(4) : Vị du sĩ tên Sakka , vì luôn luôn cầm trên tay một cây gậy  
nên có biệt danh là “ Gậy cầm tay ”.

Rồi Sác-Ka ứng thỉnh hỏi khó :

– “ Sa-môn có quan điểm thế nào ?  
Giảng thuyết những gì nhằm vào ? ”

– “ Hiền-giả ! Ta dạy nhằm vào sự duyên

Trong thế giới Chư Thiên, Ma-Rá (1)

Cùng Phạm Thiên, tất cả cõi Trời

Sa-môn, Bàn-môn (2), loài Người

Không có tranh luận mọi thời, mọi nơi

Với một ai ở đời này cả .

Các Tướng đã không ám ảnh gì

Với vị Bàn-môn, một khi

Không dục triền phược chấp trì, khiến sai

Không nghi ngờ, không hay do dự

Mọi hồi quá sẽ tự diệt đi .

Lại không có Tham ái chi

Với hữu, phi hữu mọi thì mọi nơi .

Này Hiền-giả ! Đó lời Ta giảng

Là quan điểm căn bản của Ta ”.

Khi nghe nói vậy, Sác-Ka

Lắc đầu, rồi liếm môi và khăn trương

Trán nổi lên ba đường nhăn đậm

Y chậm chậm chống gậy đi ra .

Sau đó Thiện Thệ Phật Đà

Về Ni-Rô-Thá-Ra-Ma tọa thiền

Vào buổi chiều, sau thiền-định xả

Ngài đứng dậy thông thả vào vườn

Ngồi nơi dành sẵn Pháp Vương

( ) : MARA tức Ma Vương .

(2) : Bàn-môn hay Phạm-chí tức là Bà-La-Môn .

Rồi Thế Tôn gọi các phương Tăng Già :  
 “ Chư Tỷ Kheo tịnh hòa an lạc !  
 Sáng nay, Ta mang bát đắp y  
 Vào thành khất thực hành trì  
 Ca-Tỳ-La-Vệ tức thì đến nơi .  
 Sau thọ thực, Ta rời nơi ấy  
 Đến Đại Lâm ở lại nghỉ trưa  
 Một người có tính hơn thua  
 Tên là Sắc-Ká cũng vừa đến nơi  
 Thích mọi thời ngao du thiên hạ  
 Rồi Sắc-Ká liền đến gần Ta  
 Bê-Lu-Va-Lát-Thí-Ka  
 Dưới cội cây đó, nơi ta đang ngồi  
 Chào xã giao, rồi thời liền hỏi  
 Ta thường nói quan điểm thế nào ,  
 Giảng thuyết những gì nhằm vào ?  
 Nhân đó, Ta đã trước sau giảng liền :  
 “Trong thế giới Chư Thiên, Ma-Rá  
 Cùng Phạm Thiên, tất cả cõi Trời  
 Sa-môn, Bàn-môn, loài Người  
 Không có tranh luận mọi thời, mọi nơi  
 Với một ai ở đời này cả .  
 Các Tướng đã không ám ảnh gì  
 Với vị Bàn-môn, một khi  
 Không dục triền phược chấp trì, khiến sai  
 Không nghi ngờ, không hay do dự  
 Mọi hời quá sẽ tự diệt đi .  
 Lại không có Tham ái chi  
 Với hữu, phi hữu mọi thì mọi nơi .  
 Nay Hiền-giả ! Đó lời Ta giảng

Là quan điểm căn bản của Ta ’.  
 Khi nghe nói vậy, Sắc-Ka  
 Lắc đầu, rồi liếm môi và khăn trương  
 Trán nổi lên ba đường nhăn đậm  
 Y chậm chậm chống gậy đi ra ”.  
 Khi nghe câu chuyện vừa qua  
 Một Tỷ Kheo đã hiền hòa thưa ra :  
 “ Bạch Phật Đà ! Thế nào lời dạy  
 Trong thế giới hết thầy Chư Thiên  
 Ma Vương và cả Phạm Thiên  
 Sa-môn, Phạm-chí , chẳng riêng loài Người  
 Mà Thế Tôn ở đời không muốn  
 Với một ai tranh luận làm gì .  
 Các Tướng không ám ảnh chi  
 Đến Thế Tôn cả, bởi vì Ngài đây  
 Dục triền phược không rày xâm nhập  
 Không do dự, xác lập, không nghi  
 Mọi hời quá đoạn diệt đi  
 Không tham ái với hữu, phi hữu nào ? ”  
 “ Nay Tỷ Kheo ! Hiểu vào tự sự  
 Do bất cứ là nhân duyên gì,  
 Và hý luận vọng tưởng chi  
 Ám ảnh đến một người thì ra sao ?  
 Nếu không có điều nào khả dĩ  
 Đáng tùy hỷ, chấp thủ tương liên  
 Vậy là sự đoạn tận liền  
 Tham, sân, nghi, kiến-tùy-miên của mình  
 Mạn, hữu tham, vô minh đoạn tận  
 Sự đoạn tận chấp trượng, đấu tranh  
 Chấp kiến, tránh tranh, luận tranh

Ly gián, vọng ngữ, kháng tranh diệt rày .  
 Chính ở đây, những bất thiện pháp &  
 Các ác pháp đều được diệt trừ  
 Vĩnh viễn không còn tàn dư ”.

Sau khi giảng vậy, Đại Từ đứng lên  
 Vào hương-thất tịnh yên để nghỉ .  
 Khi bậc Vô Thượng Sĩ đi rồi  
 Các vị Tỷ Kheo còn ngồi  
 Bàn luận : ‘ Thiện Thệ tùy thời giảng ra  
 Nhưng chúng ta vẫn còn thắc mắc  
 Về lời dạy tóm tắt của Ngài .

Nay ai có thể trình bày  
 Giải thích rộng rãi ý này cho ta ? ’  
 Rồi các vị nhớ ra Tôn Giả  
 Ngài Ma-Ha Kách-Chá-Da-Na  
 ( Đại Ca-Chiên-Diên cũng là )  
 Là vị được đức Phật Đà tán dương  
 Chư phạm-hạnh cũng thường kính trọng  
 Ngài có thể giảng rộng nghĩa màu  
 Vậy chúng ta hãy cùng nhau  
 Đến gặp Tôn-giả, thỉnh cầu giảng ra ”.

Những Tỷ Kheo ấy qua đến chỗ  
 Của Tôn-giả Kách-Chá-Da-Na .

Thi lễ, chúc tụng hỏi qua  
 Một bên ngồi xuống, thưa ra với ngài :  
 – “ Thưa Hiền-giả ! Chiều nay Thiện Thệ

(1) : Tôn-giả Mahà Kaccayana – Đại Ca-Chiên-Diên là một trong Thập Đại Đệ Tử của Đức Phật , được tôn xưng là bậc “Luận Nghị Đệ Nhất”.

Trong thời pháp, đã kể chuyện là  
 Có du-sĩ tên Sắc-Ka  
 Đến Đại Lâm, gặp Phật Đà tại đây  
 Du-sĩ này hỏi Ngài chi tiết  
 Quan điểm Ngài , giảng thuyết những gì ?  
 Thế Tôn trả lời tức thì  
 Nhưng du-sĩ không cách gì hiểu sâu  
 Y lắc đầu, liêm môi – trán hấn  
 Ba đường nhăn nổi hấn tức thì  
 Rồi y chống gậy ra đi.  
 Khi nghe Đấng Chánh Biến Tri kể rồi  
 Thì chúng tôi xin Ngài giảng rõ  
 Những điều đó diệu nghĩa thế nào ?  
 Để chúng tôi hiểu thâm sâu  
 Sau đó Ngài giảng đuôi đầu như sau :

“ Nay Tỷ Kheo ! Hiểu vào tự sự  
 Do bất cứ là nhân duyên gì,  
 Và hý luận vọng tưởng chi  
 Âm ảnh đến một người thì ra sao ?  
 Nếu không có điều nào khả dĩ  
 Đáng tùy hỷ, chấp thủ tương liên  
 Vậy là sự đoạn tận liên  
 Tham, sân, nghi, kiến-tùy-miên của mình  
 Mạn, hữu tham, vô minh đoạn tận  
 Sự đoạn tận chấp trượng, đấu tranh  
 Chấp kiến, tránh tranh, luận tranh  
 Ly gián, vọng ngữ, kháng tranh diệt rày .  
 Chính ở đây, những bất thiện pháp &  
 Các ác pháp đều được diệt trừ  
 Vĩnh viễn không còn tàn dư ”.

Sau khi giảng vậy, Đại Từ đứng lên  
Vào hương-thất tịnh yên để nghỉ .

Khi bậc Vô Thượng Sĩ đi rồi

Tất cả chúng tôi còn ngồi

Bàn luận : “Thiện Thệ tùy thời giảng ra

Nhưng chúng ta vẫn còn thắc mắc

Về lời dạy tóm tắt của Ngài

Nay ai có thể trình bày

Giải thích rộng rãi ý này cho ta ?”

Rồi chúng tôi nhớ ra Tôn Giả

Nên vội vã đến để nhờ ngài

Giải thích sâu ý nghĩa này ”.

– “ Nay chư Hiền-giả ! Cũng tày người kia

Ưa thích lối cây kia quý hiếm

Đi khắp nơi tìm kiếm lối cây

Gặp một cây lớn, thẳng ngay

Bên trong ắt có lối cây mình cần

Bỏ qua rễ, qua thân cây ấy

Y nghĩ phải tìm ở lá, cành .

Các vị hành động vội, nhanh

Đứng trước Thiện Thệ trọn lành, viên thông

Bỏ qua, không hỏi ngay Thiện Thệ

Nghĩ rằng để hỏi tôi việc này .

Chư Hiền ! Thế Tôn trí tài

Những gì cần biết thì Ngài biết ngay

Cần phải thấy thì Ngài thấy rõ

Ngài trở thành vị có mắt xa

Thành vị có trí hằng hà

Trở thành Chánh Pháp, hoặc là Phạm Thiên,

Vị thuyết-giả, vị chuyên diễn giải

Vị đem lại chân chánh mục tiêu

Trao cho bất tử tiêu diêu

Là vị Pháp Chủ, diệu siêu Phật Đà .

Phải tùy thời hỏi qua Thiện Thệ

Về ý nghĩa này, để hiểu mau

Những gì Thế Tôn giảng sâu

Y cứ như vậy, cùng nhau thọ trì ”.

– “ Thưa Hiền-giả ! Những gì Phật biết

Là nhất thiết vi diệu sâu xa

Chúng tôi nhất định hỏi qua

Ý nghĩa đó khi xảy ra hợp thời ,

Sẽ thọ trì những lời Ngài dạy .

Nhưng chúng tôi nhận thấy điều là

Tôn-giả Kách-Chá-Da-Na

Được Phật tán thán, Tăng-Già kính thương

Có thể thay Pháp Vương giảng giải .

Những lời dạy của Đức Phật Đà

Ngài nói vắn tắt, lược qua

Chúng tôi chưa hiểu sâu xa lời Ngài

Chúng tôi nay kính mong Tôn-giả

Hãy giảng rộng giải tỏa điều nghi

Thiết nghĩ việc không có gì,

Không hề bất kính với vị Thế Tôn ”.

– “ Vậy Chư Hiền Sa-Môn ! Nghe kỹ,

Khéo tác ý , tôi sẽ trình bày ”.

– “ Thưa vâng ! Xin ngài nói ngay ”.

– “ Chư Hiền-giả ! Phải nghĩ rày dẫn đo

Do nhân *mắt* và do *sắc-pháp*

*Nhãn-thức* sẽ thuận hạp khởi lên  
 Sự gặp gỡ ba pháp nền  
 Chính là Xúc , do xúc liền có ngay  
 Sự cảm thọ , do đây có tướng  
  
 Hễ có tướng thì có suy tầm  
 Hý luận do có suy tầm  
 Hý luận, vọng tưởng âm thầm mọi nơi .  
 Chúng ám ảnh một người này, khác  
 Đối với các sắc-pháp , xảy ra  
 Do con mắt nhận thức qua  
 Hiện tại, quá khứ cùng là tương lai .  
  
 Chư Hiền này ! Do nhân *tai* đó  
 Các *tiếng* có , nhĩ-thức khởi lên .  
  
 Do *mũi*, các *hương*, tạo nên  
 Khiến cho tỷ-thức khởi lên tức thì .  
 Do nhân *lưỡi* và vì các *vị*  
 Khiến thiệt-thức khả dĩ khởi lên .  
 Do *thân* và *xúc* tạo nên  
 Khiến cho thân-thức khởi lên đủ tròn .  
 Do nhân *ý* và do các *pháp*  
 Ý-thức liền thuận hạp khởi lên .  
  
 Tương tự với lý giải trên  
 Khi nào có mắt, có liền sắc đây  
 Và khi nào có ngay nhãn-thức  
 Sự thi thiết của xúc hiển bày,  
 Sự kiện này xảy ra ngay :  
 Khi có sự thi thiết rày *xúc* đây  
 Thì thi thiết *thọ* này hiển lộ .

Thi thiết *thọ* , thi thiết *tướng* bày .  
 Rồi xảy ra sự kiện này :  
 Thi thiết của *tướng* lộ ngay *suy tầm*  
 Thi thiết của *suy tầm* được biết  
 Khiến thi thiết *ám ảnh* hiển bày  
 Các *hý luận*, *vọng tưởng* ngay .  
 Cũng tương tự, sự kiện này đến nhanh :  
 Khi có tai, âm thanh, nhĩ-thức ...  
 Khi có mũi, tỷ-thức, mùi hương ...  
 Có lưỡi, thiệt-thức, vị thường ...  
 Có thân, thân-thức, tinh tướng xúc thân ...  
 Khi có ý, pháp trần, ý-thức ...  
 Có lục căn, lục thức, lục trần  
 Thân, khẩu, ý-thức ba phần  
 Ba pháp gặp gỡ tạo dần *xúc* ngay .  
 Do có xúc, có ngay *cảm thọ*  
 Có cảm thọ thời có *tướng* ngầm  
 Có tướng thì có *suy tầm*  
*Hý luận* do có suy tầm mà ra .  
 Sự kiện này xảy ra được biết :  
 Khi có sự thi thiết suy tầm  
 Thi thiết của ám ảnh, nhằm  
 Hý luận, vọng tưởng từ tâm hiển bày .  
 Nay Chư Hiền ! Ở đây như thế  
 Sự kiện này không thể xảy ra :  
 Khi nào không có mắt ta  
 Các sắc, nhãn-thức cũng là đều không  
 Thi thiết trong xúc này hiển lộ .  
 – Khi sự cố không thể có này :  
 Không có thi thiết Xúc đây  
 Mà sự thi thiết Thọ bày hiển ra .

- Không có qua thi thiết của Thọ  
Thì không có hiển lộ Tướng ra .  
Cũng như vậy, không xảy ra :
- Không thi thiết Tướng trải qua âm thầm  
Mà thi thiết suy tầm hiển lộ .
- Nếu không có thi thiết suy tầm  
Thì sự thi thiết không nhằm  
Vào sự ám ảnh một phần xảy ra  
Hiển lộ hý luận và vọng tưởng .
- \* Cũng như vậy, định hướng rõ ngay  
Tai, mũi, lưỡi, thân, ý này  
Tương tự như vậy, trình bày cho thông :  
Ví dụ như : Khi không có ý  
Không các pháp, không ý-thức ngay  
Sự thi thiết của xúc này  
Không được hiển lộ như vậy, ở đây  
Không thi thiết xúc này hiển lộ  
Thì không có thi thiết Thọ bày  
Không có thi thiết Thọ này  
Không có thi thiết Tướng đây hiển bày .  
Không có rày thi thiết của Tướng  
Không hiện tượng hiển lộ suy tầm  
Không có thi thiết suy tầm  
Thi thiết ám ảnh không nhằm lộ ra .  
Một số hý luận và vọng tưởng ’.
- Đấng Vô Thượng vẫn tất trình bày  
Rồi vào hương thất của Ngài .  
Một số Hiền-giả tại đây chưa tường  
Lời Pháp Vương thâm sâu khó hiểu,  
Nhưng tôi hiểu nghĩa lý như vậy

Nếu cần, hãy hỏi lại Ngài  
Thế Tôn giải đáp, theo đây thọ trì ”.

- Các Tỷ Kheo tức thì hoan hỷ  
Theo tôn ý ngài Kách-Cha-Na  
Đứng dậy, về gặp Phật Đà  
Sau khi đánh lễ, an hòa ngồi bên  
Hướng về Phật, nói lên ý kiến :
- “ Bạch Thế Tôn ! Câu chuyện Sắc-Ka  
Ngài đã vấn tất giảng ra  
Chúng con chưa hiểu nên qua thiên tòa  
Gặp Tôn-giả Kách-Cha-Da-Ná  
Xin Tôn-giả giảng rộng thêm ra  
Và Tôn-giả đã giảng qua  
Với những phương pháp trải qua thế này  
Những văn cú như vậy đơn cử,  
Những văn-tự súc tích như vậy,  
Bạch Thế Tôn ! Thật lành thay !  
Xin Ngài cho biết việc này ra sao ? ”.
- “ Chư Tỷ Kheo ! Nói vào thông tuệ  
Thì phải kể Đại Ca-Chiên-Diên  
Là bậc Tôn-giả trí hiền  
Là người đại tuệ , luận chuyên đại tài .  
Nếu có hỏi Như Lai nghĩa lý  
Ta cũng chỉ trả lời thế thôi .  
Như vậy chính nghĩa từng lời  
Hãy nên căn cứ làm nơi thọ trì ”.
- Nghe nói vậy, tức thì Tôn-giả  
A-Nan-Đa , vội vả thưa qua :
- “ Bạch Thế Tôn ! Giống như là

Một người đói lả , trải qua mệt nhoài .  
 Tìm trong ngoài, rất may gặp được  
 Một bánh mật như được thực này  
 Mỗi miếng vị ấy nếm đây  
 Vị ngọt, thơm ấy thấm đầy chân răng .  
 Bạch Thế Tôn ! Cũng hăng như đó  
 Tỷ Kheo có tri thức biệt tài  
 Mỗi phần suy tư pháp này  
 Hiểu nghĩa với trí tuệ, đầy hân hoan  
 Giống như đang nếm mùi hỷ-thực  
 Được thưởng thức thoải mái tâm hồn .  
 Kính bạch Đại Giác Thế Tôn !  
 Chúng con phải gọi pháp môn tên gì ? ”

Ta – “ Này A-Nan (1)! Phụng trì chân thật  
 Gọi pháp môn ‘Bánh Mật’ (Mật hoàn).

Nghe Phật thuyết giảng , hân hoan  
 A-Nan tín thọ lời vàng Thế Tôn .

*Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật ( 3 L )*

\* \* \*

( Châm dứt Kinh MẬT HOÀN – Madhupindika sutta )

---

(1) : Tôn-giả ANANDA hay A-Nan là con Hộc-Phạn Vương ( Sukodana – em Vua Tịnh Phạn - Suddhodana ), tức là em chú bác với Đức Phật . Xuất gia cùng với 6 vị vương-tử giòng Thích Ca khi đức Phật về thăm lại Ca-Tỳ-La-Vệ ( Kapilavatthu ) lần đầu tiên sau khi thành đạo . Tôn-giả là Thị giả hầu cận trung tín của Đức Phật suốt 30 năm trung-giác-thời và hậu-giác-thời của Phật . ( 15 năm tiền-giác-thời, đức Phật chưa có vị thị giả nào nhất định và chính thức ). Tôn-giả cũng là vị “Đa Văn Đệ Nhất” trong Thập Đại Đệ Tử của Đức Phật .



# 19. Kinh SONG TÂM ( Dvedhavitaka sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời nọ, Thế Tôn an trụ  
Kỳ Viên Tự – Chê-Tá-Va-Na

Do Cấp-Cô-Độc tín gia

( A-Na-Thá-Pin-Đi-Ka ) cúng dường .

Tại đây, đấng Pháp Vương lên tiếng :

– “ Các Tỷ Kheo ! ”. Hiện diện Sa-môn  
Vâng đáp lời của Thế Tôn  
Cung kính nghe Phật ôn tồn giảng ra :

- “ Chư Tỷ Kheo ! Khi Ta tìm đạo  
Chưa giác ngộ, thấu đáo sâu xa  
Chưa thành Chánh Giác Phật Đà  
Còn là Bồ-Tát ( 1 ), trải qua hành trì  
Ta nghĩ suy : “ Ta đang từng trải  
Suy tư, chia hai loại suy tâm :  
\* Phàm thể nào có dục-tâm  
Sân-tâm nào hoặc hại-tâm nào đây  
Phân loại này thành phần thứ nhất .  
\* Loại thứ hai này thật thanh cao  
Phàm có ly-dục-tâm nào  
Vô-sân-tâm, vô-hại-tâm nào trong .  
Chư Tỷ Kheo ! Ta không phóng dật

(1) : Bồ Tát : Bodhisattva , Tà u âm là Bồ-Đề-Tát-Đỏa , gọi tắt là Bồ-Tát , dịch nghĩa là Giác Hữu Tình , nguyên nghĩa là một chúng sinh ( hữu tình ) đang trên đường thực hành Ba-La-Mật để đạt được quả vị Chánh Giác .

Rất nhiệt tâm, chân thật, kiên trì  
Dục-tâm khởi, Ta tuệ tri :  
“ Dục tâm này khởi tức thì nơi Ta  
Nó thật là đưa đến tự hại  
Khiến hại người, khiến hại cả hai  
Diệt trí , phiền não sâu dày  
Không đưa đến Niết Bàn đầy lạc an ”.  
Chư Tỷ Kheo ! Khi đang suy nghĩ :  
“ Dục-tâm chỉ khiến tự hại thôi ”  
Dục-tâm biến mất tức thời .  
Khi Ta suy nghĩ : “ Chính nơi dục-tâm  
Sẽ âm thầm hại người là thật ”  
Dục-tâm sẽ biến mất đi ngay .  
Nghĩ : “ Dục-tâm hại cả hai  
Dục-tâm cũng biến ngay tức thì .  
Chư Tỷ Kheo ! Ta suy nghĩ tiếp :  
“ Dục-tâm diệt trí tuệ tức thời  
Dự phần vào phiền não rồi  
Và không đưa thẳng vào nơi Niết Bàn ”  
Dục-tâm ấy hoàn toàn biến mất .  
Ta thường nhật tiếp tục trừ đi  
Dục-tâm đoạn tận, xả ly .  
Trong khi Ta sống mọi thì nhiệt tâm  
Không phóng dật, tinh cần hướng tới  
Thì sân-tâm phát khởi lên mau  
Hại-tâm cũng khởi ào ào  
Ta tuệ tri đến nhằm vào điều trên :  
“ Sân & hại-tâm khởi lên như vậy  
Sẽ đưa đến tự hại, hại người  
Đưa đến hại cả hai thôi,

Nó diệt trí tuệ , là nơi não phiền  
 Không đến liền Niết Bàn tịch tịnh ”  
 Chư Tử Kheo ! Chân chính suy tư  
 Sân & hại-tâm này từ từ  
 Đưa đến tự hại cũng như hại người  
 Và đồng thời cả hai bị hại  
 Diệt trí tuệ , đầy đầy não phiền  
 Không đến Niết Bàn mãn viên,  
 Suy tư như vậy, mất liền cả hai  
 Sân-tâm này và hại-tâm đấy  
 Ta cứ vậy, tiếp tục trừ đi  
 Sân & hại-tâm diệt, xả ly .  
 Tử Kheo Chúng ! Vị hành trì Tử Kheo  
 Thường suy tư, duyên theo quán sát  
 Vấn đề gì , tâm ấy hướng ngay  
 Khuynh hướng về vấn đề này .  
 Nếu dục-tâm được vị này suy tư  
 Quán sát nhiều , sẽ từ bỏ hẳn  
 Ly-dục-tâm, vì nặng dục-tâm .  
 Nếu về sân-tâm , hại-tâm  
 Suy tư, quán sát, quan tâm điều này  
 Sẽ bỏ ngay vô-sân-tâm đó  
 Và từ bỏ vô-hại-tâm đây .  
 Khi tâm đạt nặng về hai  
 Sân & hại-tâm, khuynh hướng ngay một bề  
 Sân & hại-tâm u mê chấp thủ .  
 Chư Tử Kheo ! Ví dụ như vậy :  
 Cuối mùa mưa, mùa thu đây  
 Khi lúa đã trở hạt đầy ruộng nương  
 Một mục đồng ngày thường chăn dắt  
 Một đàn bò, quả thật gay go

Cầm roi đánh các con bò  
 Bên phải, bên trái, khiến cho chúng thuận  
 Chê ngự chúng và luôn ngăn chặn  
 Phải theo sự hướng dẫn mục đồng .  
 Vì sao vậy ? Vì nếu không  
 Các con bò sẽ chạy rông khắp đồng  
 Phá lúa chín đang trong mùa gặt  
 Người chủ ruộng sẽ bắt phạt, đền,  
 Đánh đập, tù tội cũng nên,  
 Có khi chết, bởi sân lên ngút trời  
 Do chủ ruộng nhất thời nóng giận .  
 Người mục đồng cẩn thận nhìn xa  
 Thấy do nhân duyên trải qua  
 Sự việc có thể xảy ra như vậy .  
 Nên người này không hề lơ đãng  
 Để mất đến, quán sát kỹ càng .  
 Cũng vậy, Tử Kheo các hàng  
 Phải luôn nhận thức, mọi đảng tuệ tri  
 Sự nguy hại cực kỳ, hạ liệt  
 Sự uế nhiễm, suy kiệt rõ bày  
 Của các bất thiện pháp đây .  
 Ngược lại, cũng thấy đạt ngay lợi liền  
 Sự viễn ly, an nhiên thanh tịnh  
 Của thiện pháp chân chính hành qua .

Chư Tử Kheo ! Trong khi Ta  
 Sống không phóng dật, luôn là nhiệt tâm  
 Rất tinh cần, thực hành như vậy  
 Ly-dục-tâm khi ấy khởi ngay.  
 Ta đã tuệ tri như vậy :  
 “ Nơi ta, ly-dục-tâm này khởi lên

Nó không đưa đến bên tự hại  
 Không hại người và hại cả hai  
 Tăng trưởng trí tuệ , biện tài  
 Không sinh phiền não, đưa ngay Niết Bàn”.  
 Ta ban đêm miên man suy nghĩ,  
 Quán sát kỹ ly-dục-tâm ngay  
 Không phải từ nhân duyên đây  
 Ta thấy sợ hãi việc này , nguy thay !  
 Nếu ban ngày hay ngày-đêm khác  
 Ta suy tư, quán sát gần xa  
 Về ly-dục-tâm trải qua  
 Không từ nhân duyên ấy, Ta sợ liền .  
 Do liên miên suy tư, quán sát  
 Thân phờ phạc, mỗi một mơ màng  
 Khiến tâm dao động, bất an  
 Tâm khó định tĩnh khi hằng động tâm  
 Biết như vậy, Ta thầm quyết định  
 Trấn an tâm, trấn tịnh tâm liền  
 Khiến đạt được nhất-tâm chuyên  
 Nên thành định tĩnh, ưu phiền lánh xa  
 Vì sao vậy ? Tâm ta không động .  
  
 Khi Ta sống không phóng dật nào  
 Nhiệt tâm, tinh cần, không nao  
 Vô-sân & vô-hại-tâm vào khởi lên  
 Ta tuệ tri móng nền sự việc  
 Và Ta biết : Vô-sân-tâm này  
 Cùng với vô-hại-tâm đây  
 Không khiến tự hại, không gây hại người  
 Và đồng thời , cả hai không hại  
 Tăng trí tuệ, đánh bại não phiền

Đưa đến Niết Bàn mãn viên  
 Không thể sai khác, đi liền nhân duyên  
 Nếu sự việc biến thiên sai bậy  
 Không từ nhân duyên ấy mà ra  
 Khi Ta quán sát, nghĩ xa  
 Ban ngày, đêm tối hay là ngày-đêm  
 Chư Tử Kheo ! Êm đềm tự tĩnh  
 Tự trấn-an, trấn-tịnh-tâm Ta  
 Khiến được nhất tâm, an hòa  
 Khiến thành định tĩnh, tâm ta thuần từ .  
 Nếu Tử Kheo suy tư, quán sát  
 Ly-dục-tâm, sẽ đạt điều chi ?  
 Từ bỏ dục-tâm tức thì .  
 Vị ấy khuynh hướng về ly-dục-tâm  
 Nếu quán sát vô-sân-tâm đó  
 Tử Kheo có quán sát, suy thâm  
 Có khuynh hướng vô-sân-tâm  
 Sau khi từ bỏ sân-tâm khư khư  
 Hoặc Tử Kheo suy tư, quán rõ  
 Vô-hại-tâm, từ bỏ hại-tâm  
 Khuynh hướng về vô-hại-tâm  
 Vì đặt nặng vô-hại-tâm thanh cao  
  
 Chư Tử Kheo ! Như vào cuối hạ  
 Khi tất cả lúa đã gặt xong  
 Đã đập, phơi lúa, lường đong  
 Cát vào kho thóc, hài long chủ nông .  
 Người mục đồng chăn bò ở ruộng  
 Ngồi gốc cây hay chuộng ngoài trời  
 Lòng không còn lo, thanh thoi  
 Chỉ nghĩ công việc ở nơi chăn bò

“Đây là những con bò” ta giữ .  
 Chư Tỷ Kheo ! Tương tự Ta đây  
 Có việc cần phải làm ngay  
 “Đây là những pháp” , như vậy ý Ta  
 Ta phát tâm thật là dũng mãnh  
 Tiêu cực tránh, tinh tấn, sẵn sàng  
 Niệm không tán loạn , trú an  
 Không có cuồng nhiệt, tâm toàn khinh an  
 Được nhất tâm, tâm đang định tĩnh  
 Chư Tỷ Kheo ! Thanh tịnh trong Ta  
 – Ly dục , ác pháp ly xa  
 Ly bất thiện pháp , thật là an nhiên  
 Chứng và trú vào Thiền đệ nhất  
 Tâm hỷ lạc do ly dục sanh .  
 Có tâm, có tứ danh rành .  
 – Diệt tâm, diệt tứ , chứng nhanh, trú vào  
 Thiền thứ hai , đạt mau trạng thái  
 Do định sanh, hỷ lạc vô ngân  
 Ở đây không tứ, không tâm  
 Đạt được nội tĩnh nhất tâm tức thì .  
 – Hỷ trú xả đã ly ; mặt khác  
 Có chánh niệm, tỉnh giác, an nhiên  
 Thân cảm sự lạc thọ liền  
 ‘Xả niệm lạc trú’, Thánh hiền gọi tên,  
 Chứng và trú Tam Thiền tại chỗ .  
 – Xả lạc và xả khổ , diệt ngay  
 Hỷ ưu cảm thọ trước đây ,  
 Tứ Thiền chứng, trú , không rày khổ, vui  
 Và êm xuôi xả niệm thanh tịnh .  
 Tâm định tĩnh như vậy trải qua

Ta đạt được Minh thứ ba  
 Mà Ta đã chứng canh ba đêm tàn .  
 Vô minh được hoàn toàn dứt khỏi  
 Minh sanh khởi, bóng tối mất tăm  
 Ánh sáng sanh khởi cao thâm  
 Khi không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần .

Chư Tỷ Kheo ! Lại nhân ví dụ  
 Trong khu rừng, cỏ thụ rậm cao  
 Có một hồ nước lớn, sâu  
 Bầy nai đông đảo từ lâu sống gần  
 Một kẻ tánh bất nhân, gặp chúng  
 Không muốn chúng lợi ích, vui an  
 Không muốn cho cả bầy đàn  
 Thanh thoi, hạnh phúc, như đang sống này.  
 Kẻ ác này chặn đường, rào cản  
 Lùa đàn nai khiến hoảng chạy càn  
 Chúng phải chạy vào con đàng  
 Đầy sự nguy hiểm, bất an sẵn dành  
 Người chẳng lành đặt con mồi dục  
 Và mồi cái thường trực tại đây  
 Để dụ đàn nai cả bầy  
 Vào đường định sẵn đầy đầy hiểm nguy  
 Với ác tâm, thực thi bất hảo  
 Cả bầy nai đông đảo ngày nào  
 Đã gặp ách nạn biết bao  
 Hao mòn, giảm sút, còn đâu đông vậy !  
 Trường hợp khác, có ngay một vị  
 Đến nơi này, hoan hỷ phát sanh  
 Thấy đàn nai đông, hiền lành  
 Muốn chúng lợi ích, được dành vui an

Muốn cả đàn sum vầy hạnh phúc  
 Khỏi ách nạn thẳng thức, khổ đau  
 Người ấy phát dọn đường nào  
 Có sự nguy hiểm nhằm vào đàn nai  
 Rồi thả ngay con mỗi đực, cái  
 Mở rộng đường, phải trái phát quang  
 Con đường yên ổn, an toàn  
 Như vậy, sau một thời gian mở đàn  
 Đàn nai đó lại càng tăng trưởng  
 Càng hưng thịnh, an hưởng sum vầy.

Chư Tỷ Kheo ! Ví dụ đây  
 Để giải thích ý nghĩa này như sau :  
 Hồ nước lớn thâm sâu, để chỉ  
 Cho các đực , đòi trụ bất minh  
 Đàn nai là các hữu tình .  
 Người ác muốn hại sinh linh, chẳng lành  
 Không muốn chúng an lành, hạnh phúc  
 Không tiếp tục lợi ích, yêu thương  
 Chỉ cho Ác Ma – Ma Vương .  
 Con đường nguy hiểm sẵn đương bày mỗi  
 Là chỉ nơi con đường tà đạo  
 Rất bất hảo, có đến tám chi  
 Tà tri kiến, tà tư duy  
 Tà ngữ, tà nghiệp đồng thì kể ra  
 Rồi tà mạng cùng tà tinh tấn  
 Tà niệm dẫn tà định cùng làm .  
 Con mỗi đực chỉ hỷ, tham  
 Mỗi cái để chỉ buộc giàm vô minh .

Chư Tỷ Kheo ! Người minh-trí tới  
 Muốn đàn nai được lợi ích thường

Muốn chúng hạnh phúc, yêu thương  
 Khỏi các ách nạn, bày dương trên đường  
 Để chỉ đấng Pháp Vương, Toàn Giác  
 A-La-Hán an lạc , Phật Đà .  
 Con đường yên ổn, hiền hòa  
 Đưa đến hoan hỷ, trải qua an lành  
 Chỉ con đường tám ngành Thánh Đạo  
 Đường an hảo, thấm đượm Từ bi :  
 Chánh tri kiến, chánh tư duy  
 Chánh ngữ, chánh nghiệp đồng thì kể ra  
 Chánh mạng và chánh chân tinh tấn  
 Chánh niệm dẫn chánh định thanh cao  
 Chư Tỷ Kheo ! Ta lúc nào  
 Cũng mở đường chánh thâm sâu sáng lòa  
 Đóng con đường ác tà nguy khó  
 Ta từ bỏ cả hỷ và tham  
 Diệt trừ Vô minh tối tăm  
 Vị Đạo Sư phải hành thâm như vậy ,  
 Vì thương tưởng, chỉ bày đệ tử  
 Con đường giữ đúng hướng thẳng ngay  
 Đây các chỗ trồng, gốc cây  
 Tinh cần Thiên-định đêm ngày đừng nao  
 Chớ phóng dật, về sau đừng tiếc  
 Lời giáo huấn cao khiết của Ta ”.

Nghe thuyết giảng của Phật Đà  
 Chư Tăng hoan hỷ, tin và vâng theo .

*Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật ( 3 L )*

\*  
 \* \*

( Chấm dứt Kinh SONG TÂM – Dvedhavitakka Sutta )

## 20. Kinh AN TRÚ TÂM ( Vitakkasanthana sutta )

Như vậy, tôi nghe :

Một thời nọ, Thế Tôn Thiện Thệ  
An trú tại Xá-Vệ (2) thành này  
Sa-Vát-Thí (2) cũng là đây  
Kỳ Viên Tinh Xá (3) hôm mai tịnh, hòa  
Còn có tên Chê-Ta-Va-Ná (3)  
Khu vườn do Trưởng giả tên là  
A-Na-Thá-Pin-Đi-Ka  
Tức Cấp-Cô-Độc, thuận hòa tín gia  
Mua lại từ Kỳ Đà thái tử  
Để cúng dường Điều Ngự Thế Tôn  
Cùng với Tăng đoàn Sa-môn  
Có nơi hoằng hóa pháp môn nhiệm huyền .

- (1) : Hai trong 10 danh hiệu ( Thập Hiệu ) do người đời tôn xưng Đức Phật : Thế Tôn ( Bhagava ) và Thiện Thệ ( Sugato ).  
(2) : Thành Xá Vệ tức Savatthi (Thất-La-Phiệt) một trung tâm văn hóa, thương mại và chính trị quan trọng tại Ấn Độ đương thời .  
(3) : Jetavanavihāra : Kỳ Viên hay Kỳ Hoàn Tinh Xá ,do Trưởng giả Cấp-Cô-Độc ( Anathapindika – tên thật là Sudatta – Tu-Đạt ) mua lại từ khu vườn của Thái Tử Kỳ Đà ( Jeta ) gần Thành Xá Vệ ( Savatthi ) dâng cho Đức Phật . Tại đây đức Phật đã nhập hạ nhiều lần và nhiều Kinh quan trọng đã được Phật thuyết ra . Vì Trưởng giả Cấp-Cô-Độc đã dùng vàng lót trên mặt đất để mua cho được khu vườn theo lời thách của Thái Tử Kỳ Đà , nên chùa này còn được gọi là Bồ Kim Tự (chùa trải vàng) . Cảm phục tấm lòng nhiệt tâm vì đạo của Trưởng Giả, Thái Tử hoan hỷ cúng toàn bộ cây trái trong vườn đến Phật và Tăng chúng , nên ngôi chùa thường được gọi với danh xưng : Jetavana Anāthapindikārāma – Kỳ Thọ Cấp-Cô-Độc Viên ( vườn Cấp-Cô-Độc, cây Kỳ Đà ) .

Lúc bấy giờ Phật liền cho gọi  
Chúng Tỷ Kheo câu hội đủ đều  
Phật gọi : “ Này các Tỷ Kheo ! ”  
Chúng Tăng cung kính vâng theo lời Ngài .  
– “ Các Tỷ Kheo ! Như Lai sẽ giảng  
Cho các người pháp tạng tịnh thanh  
Tỷ Kheo chân thực tu hành  
Tăng-thượng-tâm phải thực hành thường xuyên  
Tác ý liền vào trong năm tướng  
Hãy suy gẫm năm tướng là sao ?  
Tỷ Kheo y cứ tướng nào  
Hoặc là tác ý tướng nào trải qua  
Bất-thiện-tâm hay là nói khác  
Là các ác liên hệ *dục* ngay  
Liên hệ đến *sân*, *si* đây  
Ba thứ sanh khởi ở đây rần rần .  
Tỷ Kheo cần phải nên tác ý  
Một tướng khác khả dĩ khởi sanh  
Liên hệ đến thiện, tốt lành  
Nhờ tướng thiện đó tăng nhanh âm thầm  
Các ác-bất-thiện-tâm liên hệ  
Đến *dục*, *sân*, liên hệ đến *si*  
Sẽ bị diệt vong, khứ đi  
Nhờ chúng bị diệt, tức thì nội tâm  
Được an trú, nhất tâm, an tịnh  
Được định tĩnh, tự tại an nhiên,  
Ví như thợ mộc tinh chuyên  
Tay nghề thiện xảo, hay viên học trò  
Tính cẩn thận để cho hiệu quả  
Dùng cái nệm y đã làm ra  
Đóng bịt nệm khác vắng xa .

Cũng vậy, Phích-Khú (1) thiên-na (2) vững bền  
 Y cứ trên tướng nào, tác ý  
 Bất-thiện-tâm khả dĩ liên quan  
 Đến dục, đến si, đến sân  
 Cả ba sanh khởi rần rần trong tâm  
 Tỷ Kheo ấy phải cần tác ý  
 Một tướng khác khả dĩ không lia  
 Liên hệ thiện, khác tướng kia  
 Nhờ vậy, tam độc được lìa, mắt nhắm  
 Nhờ diệt chúng, nội tâm an tịnh  
 Được an trú, định tĩnh, nhất tâm .  
 Chư Tỷ Kheo ! Khi suy tầm  
 Tỷ Kheo tác ý âm thầm chẳng lay  
 Một tướng khác tướng đây như thế  
 Có liên hệ đến thiện, thẳng ngay  
 Mà bất-thiện-tâm ở đây  
 Liên hệ đến dục, sân này và si  
 Vẫn khởi lên mọi thì, chấp thủ  
 Thì hỡi Chư Phích-Khú ! Vị này  
 Cần tỉnh giác quán sát ngay  
 Nguy hiểm của những tâm này như sau :  
 “ Đây thuộc vào những tâm bất thiện  
 Những tâm khiến có tội đủ điều  
 Những tâm có khổ báo nhiều ”  
 Nhờ sự quán sát, diệt tiêu rõ ràng  
 Bất-thiện-tâm liên quan đến dục  
 Liên hệ sân, tiếp tục với si

(1) : *Bhikkhu – Tỷ Khưu hay Tỷ Kheo* , là vị đã thọ Đại Giới tức  
 Cụ Túc Giới , chính thức là thành viên của Sangha (Tăng Già).

(2) : *Thiên-na* được phiên âm từ *Jhana (Pali)* hay *Dhyana*  
*(Sanskrit)* tức pháp môn Thiền-định .

Nhờ diệt trừ chúng tức thì  
 Nội tâm an trú, vui vì nhất tâm  
 Được an tịnh, thâm trầm định tĩnh .  
 Ví như tính ưa thích điểm trang  
 Của một anh chàng, cô nàng  
 Thanh xuân tuổi trẻ, còn đang yêu đời  
 Nếu có người ác tâm nào đó  
 Quàng cổ họ xác răn tanh hôi  
 Hay một xác chó, xác người  
 Đã chết mấy bữa, nay thời thối tanh  
 Người thiếu nữ hay thanh niên đó  
 Quá ghê tởm, xấu hổ, sợ thay !  
 Vị Tỷ Kheo ấy cũng tày  
 Quán bất-thiện-tâm đây, hải hùng  
 Liên hệ cùng sân, si và dục  
 Nên kinh sợ, thu thúc, quán thường .  
 Nhờ quán sát chúng khổ trương  
 Nội tâm định tĩnh, an tường, nhất tâm .

Nhưng Tỷ Kheo gặp nhằm trường hợp  
 Khi quán sát, nơm nớp lo âu  
 Vì ác bất thiện tâm nào  
 Liên hệ dục hoặc thuộc vào sân, si  
 Vẫn khởi lên mọi thì như lũ,  
 Chư Tỷ Kheo ! Phích-Khú phải sao ?  
 Không ức niệm, tác ý vào  
 Những tâm bất thiện đang ào khởi lên .  
 Nhờ diệt trừ chúng, nên an tịnh  
 Nội tâm được định tĩnh, trú an .  
 Như người có mắt rõ ràng  
 Không muốn thấy sắc-pháp đang định hình

Trong tầm mắt của mình như vậy  
 Nên người ấy nhắm mắt lại liền,  
 Hay là ngó qua một bên .  
 Tỷ Kheo cũng vậy, không nên động lòng  
 Không ức niệm, cũng không tác ý  
 Bất-thiện-tâm mình nghĩ chẳng lành,  
 Nhờ thế chúng được diệt nhanh .

Nhưng khi Phích-Khú thực hành song song  
 Không ức niệm và không tác ý  
 Nhưng vẫn bị ác, bất-thiện-tâm  
 Liên hệ đến dục, si, sân  
 Vẫn khởi lên mạnh rần rần ở đây  
 Tỷ Kheo này phải cần tác ý  
 Cho thật kỹ hành-tướng các tâm  
 Cùng sự an trú các tâm  
 Nhờ vậy, ác, bất-thiện-tâm diệt mau .  
 Ví như người đi mau, tự nghĩ :  
 ‘Tại sao ta lại chỉ đi mau ?  
 Ta hãy chậm lại đi nào !’ .  
 Thấy mình đi chậm, trong đầu nghĩ suy :  
 ‘ Tại sao ta lại đi chậm thế ?  
 Hãy ngừng lại đây để nghỉ ngơi ’ .  
 Trong khi dừng lại, nghĩ thời :  
 ‘Tại sao dừng lại, hãy ngồi xuống đây’ .  
 Trong khi ngồi, người này suy nghĩ :  
 ‘Tại sao ta ngồi nghỉ như vậy  
 Ta hãy nằm xuống ngay’ .  
 Và cứ như vậy, người này nhắm vô  
 Bỏ dần các cứng thô cử chỉ  
 Các cử chỉ tế nhị thực hành .

Cũng vậy, Tỷ Kheo thuần thành  
 Cần phải tác ý đến “hành tướng” ngay .  
 Nhưng vị này trong khi tâm trí  
 Luôn tác ý hành-tướng các tâm  
 Và sự an trú các tâm  
 Nhưng các ác, bất-thiện-tâm liên quan  
 Đến dục, sân, si đang phát khởi  
 Tỷ Kheo ấy phải vội thực hành :  
 Dán lưỡi lên nóc họng mình  
 Nghiến chặt răng lại, giữ gìn bản tâm  
 Lấy tâm chế ngự tâm, nhiếp phục  
 Đánh bại tâm liên tục đêm ngày  
 Để ác, bất-thiện-tâm này  
 Đầy sân, si, dục được ngay diệt trừ  
 Nhờ diệt trừ chúng ngay như vậy  
 Nội tâm Tỷ Kheo ấy nhất tâm  
 An trú, định tĩnh thâm trầm ,  
 Như người lực sĩ chủ tâm nhất thời  
 Nắm lấy đầu một người ốm yếu  
 Hay là nín và nắm lấy vai  
 Dễ dàng quật ngã xuống ngay  
 Chế ngự, đánh bại người này dễ thôi .

Tỷ Kheo chẳng đổi dời ý chí  
 Nhờ nghiền răng, đối trị tự mình  
 Dán lưỡi lên nóc họng mình  
 Chế ngự, nhiếp phục tiến trình của tâm  
 Bất-thiện-tâm liên quan đến dục  
 Đến sân, si – liên tục diệt vong  
 Chính nhờ trừ diệt chúng xong  
 Nội tâm định tĩnh, một lòng trú an .



Chư Tỷ Kheo ! Mọi đàng như vậy  
Tỷ Kheo ấy an tịnh, nhất tâm  
An trú pháp môn đọa tâm  
Có thể tác ý đến tâm nào đây  
Mà vị này muốn mình tác ý ?  
Nếu không muốn tác ý tâm nào  
Có thể không tác ý vào  
Vị ấy trừ diệt khát-khao ái liền  
Giải thoát những hiện tiền kiết-sử  
Khéo chinh phục chấp thủ mạn kiêu,  
Châm dứt khổ đau mọi điều  
( Thân tâm an lạc, đạt nhiều ước mong )

Nghe Thế Tôn thuyết xong pháp quý  
Chư Tỷ Kheo hoan hỷ, an hòa  
Tín thọ lời đấng Phật Đà  
Thâm nguyện tinh tấn trải qua hành trì .

*Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật ( 3 L )*

\*  
\* \*

( *Châm dứt Kinh AN TRÚ TÂM – Vitakkasanthana Sutta* )

