

Bodhicaryavatàra
NHẬP HẠNH BỒ TÁT



Sàntideva (Tôn giả Tịch Thiên)
Việt dịch: Nguyễn Hiền
Hiệu đính: Lê Triều Phương
TUỆ QUANG FOUNDATION
Ấn bản điện tử, Xuân 2009

---o0o---

Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 26-07-2009

Người thực hiện :

Nam Thiên - namthien@gmail.com

[Link Audio Tai Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)

Mục Lục

LỜI NÓI ĐẦU

LỜI THƯA VỀ VIỆC HIỆU ĐÍNH (1)

LỜI THƯA (2)

TIỂU SỬ TÔN GIẢ TỊCH THIÊN (SÀNTIDEVA)

CHƯƠNG MỘT - LỢI ÍCH CỦA TÂM BỒ ĐỀ

Đối tượng và mục đích

Lợi ích của tâm bồ đề

Hai loại tâm Bồ đề

Ca ngợi tâm Bồ đề

CHƯƠNG HAI - SÁM HỐI TỘI NGHIỆP

Nghi lễ Bồ Tát

Cúng dường

Quy y

Sám hối

CHƯƠNG BA - PHÁT TÂM BỒ ĐỀ

Vui theo hạnh lành

Thỉnh cầu chánh Pháp

Thỉnh cầu bậc Chiến Thắng ở lại thế gian

Hồi hướng công đức

Tự hiến thân mình

Phát tâm Bồ đề

Phần thưởng của sự phát tâm

CHƯƠNG BỐN - THỰC HÀNH TÂM BỒ ĐỀ

Trách nhiệm của Bồ tát

Giá trị của cuộc sống

Diệt trừ ái dục

CHƯƠNG NĂM - CHÁNH NIỆM, TỈNH GIÁC

Gìn giữ tâm ý

Chánh niệm và tỉnh giác

Thân

Nguyên tắc ứng xử

Nguồn gốc giới luật

CHƯƠNG SÁU - NHÃN NHỤC

Sân hận

Nhẫn nhục

Nhẫn nhục trước bất công

Nhẫn nhục qua nhận thức thực tại

Ganh tỵ

Kẻ thù là ân nhân

CHƯƠNG BẢY - TINH TẤN

Những lực đối kháng

Phương pháp hỗ trợ cho sự tu tập Tinh tấn

Tự tin

Các năng lực

Nhu cầu làm điều thiện

Quyết tâm

Hoan hỷ

Quên mình

Hoàn toàn quên mình

CHƯƠNG TÁM - THIỀN QUÁN

Sống ẩn dật

Thân sống thoát ly
Từ bỏ luyến ái
Từ bỏ lợi danh
Sống nơi hoang vắng
Tâm sống thoát ly
Ái dục
Thiền quán
Quán chiếu bình đẳng
Hoán vị giữa ta với người
Tổng kết

CHƯƠNG CHÍN - TRÍ TUỆ

Dẫn nhập
Hai chân lý
Trình độ nhận thức khác nhau
Phản bác lập trường chấp vào thật hữu
Phản bác lập trường Duy Thức
Phương pháp của Trung Quán

MỤC ĐÍCH GIẢI THOÁT CỦA TIỂU THỪA CŨNG CẦN PHẢI CÓ NHẬN THỨC VỀ TÁNH KHÔNG

Tính chân chánh của Đại thừa
Sự chưa trọn của Tiểu Thừa
Chớ sợ Tánh Không

CHỨNG MINH VỀ TÁNH KHÔNG

Chứng minh về sự Vô ngã của một "Cái Ta" có thật
Ngã cũng không phải là tinh thần – Phản bác phái Số Luận
Phản bác phái Thường Luận
Không cần có "Cái Ta" cũng có được nhân quả của công đức
Không có "Cái Ta" cũng có thể phát triển được tâm từ bi
Chứng minh về tính Vô ngã của vạn pháp thông qua Bốn Niệm Xứ: thân, thọ, tâm, pháp

CHỨNG MINH BẰNG BIỆN LUẬN VỚI 4 VỊ THỂ

Sự vật không thể tự sinh nếu không có nguyên nhân
Không từ vi trần (nguyên tử)
Không từ vật chất tối sơ vĩnh cửu - Phản bác phái Số Luận
Biện luận về sự phát sinh qua "duyên"
Bác thuyết Hữu Nhân và Vô Nhân - Biện luận về sự phát sinh của Hữu và Vô

TỔNG KẾT VÀ LỜI KHUYÊN CUỐI CÙNG

CHƯƠNG X - HỒI HƯỚNG

---o0o---

LỜI NÓI ĐẦU

Ngài Santideva (Tịch Thiên, 691-743) viết luận này tại Học Viện Nalanda, Ấn Độ vào thế kỷ 8. Ngài diễn giảng đường tu hạnh Bồ Tát, hạnh Lục độ và tu mười đại hạnh của Phổ Hiền Bồ Tát. Đọc tụng luận này, hành giả có thêm hùng tâm dũng chí để giúp Đạo, cứu đời.

Dịch giả đã tham cứu các bản dịch dưới đây:

- Bản Hán dịch của Trần Ngọc Giao
- Bản Pháp dịch của Georges Driessens
- Bản Anh dịch của Kate Crosby và Andrew Skilton
- **Bản Việt dịch của Thích Nữ Trí Hải**

Luận này là sách gối đầu giường của Tăng, Ni, Phật tử theo lối tu Đại thừa ở Ấn Độ, Tây Tạng, Mông Cổ và Trung Hoa. Vì dịch theo lối thi kệ để dễ tụng đọc và dễ nhớ cho nên quá súc tích và quá ngắn gọn, vì vậy không thể tránh khỏi có chỗ vụng về và tối nghĩa. Xin chư tôn đức cùng quý Phật tử cao minh từ bi chỉ giáo để khi tái bản dịch phẩm này được hoàn chỉnh hơn.

Xin chân thành cảm tạ hai Pháp hữu Tâm Zen và Như Pháp Trí đã giúp phân hiệu đính và hoàn thành dịch phẩm này. Xin hồi hướng công đức đến pháp giới chúng sanh thoát ly luân hồi khổ não, viên thành Phật đạo.

California, Mùa Phật Đản 2459-2005
Nguyễn Hiền

---o0o---

LỜI THƯA VỀ VIỆC HIỆU ĐÍNH (1)

Tập Luận „Nhập Hạnh Bồ Tát,“ của Tôn giả Santideva, do cư sĩ Nguyễn Hiền dịch sang Việt ngữ năm 2005, theo thể kệ, đã đến tay tôi trong một hoàn cảnh đầy kỷ niệm. Năm 2005, chúng tôi bị một bệnh nặng hành hạ suốt nửa năm dài. Hàng ngày đau nhức vô cùng. Chúng tôi chưa đồng ý để bác sĩ mổ và kham nhẫn chịu đựng. Hàng ngày niệm Phật và thỉnh thoảng đọc phẩm Phổ Môn.

Một ngày nọ, năm người bạn từ phương xa đến thăm vì muốn „tiếp sức“ cho chúng tôi. Lúc ấy chúng tôi đang nằm ở bệnh viện trong tình trạng nửa tỉnh nửa mê. Các bạn phải trò chuyện cùng nhau nơi hành lang của bệnh viện. Cuối cùng chúng tôi gặp mặt nhau khoảng 15 phút rồi chia tay. Riêng đạo hữu Nguyễn Định đã đem theo để tặng và khuyên chúng tôi nên đọc tập Luận nói trên. Chúng tôi đọc lướt qua và thấy nội dung vô cùng ý nghĩa.

Một buổi tối, sau bữa ăn chiều, chúng tôi đọc lại tập Luận kỹ hơn. Bỗng dung trong đầu chúng tôi vang lên âm thanh như dòng nhạc của những câu kệ trong phẩm Phổ Môn, ví dụ như

*Bi thể giới lôi chán,
Từ ý diệu đại vân,
Chú cam lồ pháp vũ
Diệt trừ phiền não diệt “
(Lòng từ bi như sấm,
Ý tứ diệu dường mây,
Xối mưa pháp cam lồ,
Dứt trừ lửa phiền não)*
(Bản dịch của HT Trí Tịnh)

hoặc
*Diệu âm, Quán thế âm,
Phạm âm, hải triều âm,
Thắng bi thể gian âm,
Thị cố tu thường niệm “.*
(*Diệu âm, Quán thế âm,
Phạm âm, hải triều âm,
Tiếng hơn thế gian kia,
Cho nên thường phải niệm)*
(Bản dịch của HT Trí Tịnh)

Lòng chúng tôi bỗng nổi lên cảm hứng chỉnh sửa ngay lại một số câu trong bản dịch của cư sĩ Nguyễn Hiền, với ước muốn mình có riêng một bản Luận đọc nghe êm nhẹ hơn, dù không bằng những câu ví dụ trong phẩm Phổ Môn.

Chúng tôi vừa đọc vừa ghi chép cho đến khi cảm thấy buồn ngủ. Kim đồng hồ cho biết đã hơn 2 giờ khuya. Chúng tôi vô cùng kinh ngạc: Tại sao mình đã mất cảm giác đau nhức và mệt mỏi suốt 6 tiếng đồng hồ? Có gì linh

thiên và huyền nhiệm tỏa ra từ những dòng kệ „Nhập Hạnh Bồ Tát“chăng? Chúng tôi đi ra hành lang bệnh viện để kiểm lại thì giờ. Đồng hồ cho biết đã hơn 2 giờ khuya.

Hôm sau, đạo hữu Nguyên Châu, trong nhóm những người đã đến thăm chúng tôi, gọi điện thoại hỏi về bệnh tình. Chúng tôi thuật lại chuyện kỳ diệu đã trải qua trong đêm. Đạo hữu liền kể ngay cho tôi biết lược sử của Tôn giả Santideva và cho biết Phật tử Tây Tạng rất sùng kính Luận „Nhập Hạnh Bồ Tát“ như Phật tử châu Á sùng kính phẩm Phổ Môn. Nhiều Phật tử đã cảm nhận được sức mạnh thiêng liêng toát ra từ tập Luận. Cuối cùng đạo hữu đã khuyên chúng tôi nên cố gắng „đánh bóng“ công trình việt dịch của cư sĩ Nguyên Hiền vì điều này vừa giúp cho bản thân chúng tôi giảm được sự đau khổ của thân xác trong lúc đau bệnh và biết đâu bạn bè nhờ đó mà có được một bản dịch dễ tụng hơn. Chúng tôi đã hứa sẽ theo đuổi việc „đánh bóng“ ấy. Động cơ quan trọng nhất đã thúc đẩy việc làm của chúng tôi là đạo hữu Nguyên Hiền đã cho phép chúng tôi hiệu đính lại bản dịch của anh.

Những ngày hôm sau chúng tôi lần lượt nhận được 5 bản dịch khác do bạn bè gửi đến với lời khuyên khích làm công việc hiệu đính. Đó là bản Đức ngữ „Eintritt in das Leben zur Erleuchtung“ do G.S. Ernst Steinkellner chuyên ngữ năm 1981, ba bản Việt ngữ gồm có: „[Bồ Tát Hạnh](#)“, do [Thượng Tọa Thích Trí Siêu \(Pháp\) dịch năm 1990](#), „[Nhập Bồ Tát Hạnh](#)“ do [Ni Sư Thích Nữ Trí Hải dịch năm 1998](#) và „Một tia chớp sáng trong đêm tối“ do đức Dalai Lama giảng giải và do Đoàn Phụng Mệnh dịch năm 1999 và bản Anh ngữ „Engaging in Bodhisattva Behavior“ do ông Alexander Berzin dịch năm 2005. Sáu bản dịch rất công phu với những chú giải rõ ràng mà chúng tôi đọc được, đã soi sáng cho chúng tôi thấy được nội dung và ý nghĩa của con đường đi của các bậc Bồ Tát. Nơi đây, chúng tôi chân thành bày tỏ sự tri ân sâu sắc của chúng tôi đến tất các vị dịch giả và giảng giải.

Hôm nay, sau gần một năm rưỡi, chúng tôi hoàn thành bản hiệu đính với tâm trạng khinh an, mặc dù vẫn còn nhiều khuyết điểm. Chúng tôi xin hồi hướng công đức đến tất cả chúng sinh và cầu mong cho tất cả đều đạt được mục đích giác ngộ và giải thoát.

Chúng tôi cũng xin bày tỏ sự cảm ơn sâu sắc đến hiền nội và bằng hữu đã khuyên khích và hỗ trợ việc hiệu đính, hỗ trợ tìm tài liệu, đánh vi tính và sửa lỗi chính tả.

Göttingen, Germany, ngày 14.01.2007
Lê Triều Phương

---o0o---

LỜI THƯA (2)

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật,

Năm 2005 nhờ đọc Luận và hiệu đính Nhập Hạnh Bồ Tát của Tôn Giả Tịch Thiên (Santideva) mà chúng tôi thoát qua cơn đau khổ của bệnh ung thư vào thời kì chót. Sau một năm rưỡi hiệu đính bản dịch của Nguyên Hiễn, tập Nhập Hạnh Bồ Tát được ấn hành vào đầu năm 2007.

Cuối năm 2007 tôi lại lâm vào tình trạng nguy kịch. Năm thêm thiệp trên giường bệnh, chúng tôi được nghe quý Thầy, người thân và bạn bè đã tụng kinh cầu an. Cơn đau đã được lời kinh làm êm dịu và tâm hồn chúng tôi được thanh thản an lành. Nhưng vì lý do nào đã khiến chúng tôi tóm lược Luận Nhập Hạnh Bồ Tát?

Lý do thứ nhất, bên cạnh sự cầu an, có lẽ Kinh Nhập Hạnh Bồ Tát đã tác động vào tôi như dòng nước Cam lồ tắm mát thân tôi. Sau mỗi lần cầu an như vậy, thân quyến và bạn bè chúng tôi đều nhận định và nhất trí rằng kinh Nhập Hạnh Bồ Tát đã vực tôi dậy sau hai lần đứng trên bờ sinh tử. Nhân đây chúng tôi xin trân trọng cảm ơn chư Tăng tại ba Chùa sau đây:

Một là Thượng Tọa trụ trì Thích Đồng Đạo và Tăng sĩ Chùa An Linh, Q. 12, TP Hồ Chí Minh. Quý vị đã cầu an nhiều đợt, mỗi đợt nhiều ngày và có khi 9 đêm liền. Ngoài các kinh khác, cả Luận Nhập Hạnh Bồ Tát cũng được đọc tụng.

Hai là Sư Ông Thích Viên Mãn và đệ tử Đại Đức Thích Chúc Minh tại Chùa Hòn Đỏ, Nha Trang và Thượng Tọa Thích Phước An, Nha Trang.

Ba là Đại Đức Thích Như Hoàng trụ trì Chùa Sắc Tứ Thiên Tứ tại Hòn Đất, Ninh Hòa, Nha Trang. Ngoài việc cầu chư Phật và Bồ Tát, Đại Đức còn cầu Bồ Tát Thích Quảng Đức cứu độ chúng tôi. Hòn Đất là nơi ẩn tu của ba vị Thiền Sư đắc đạo.

Lý do thứ hai, 3 khối u lớn dưới da bụng chúng tôi lần lượt tự hủy, dịch theo vết mổ gan cũ thoát ra ngoài. Chúng tôi không còn uống thuốc

chống đau với liều lượng ngày càng lớn nữa. Chúng tôi vẫn an nhiên chấp nhận không chống thì chày, 1 trong 5 khối u còn lại có thể kết liễu đời chúng tôi, mặc dù chúng đã teo nhỏ lại hơn xưa.

Mười chương trong Nhập Hạnh Bồ Tát đã toả rộng niềm bình an trong những đêm cầu an của bằng hữu. Chúng tôi thà mong ước rằng nếu tập Nhập Hạnh Bồ Tát gói trọn được trong 3 giờ tụng niệm, mỗi lần trong vòng 1 giờ, thì lòng chúng tôi sẽ vô cùng hoan hỷ, an lạc khi nghe được lời kinh vang vọng và tâm tư thấm nhuần thêm một số lời dạy trong kinh. Và chúng tôi đã dốc tâm làm việc đó. Đây không phải là việc chỉnh sửa mà chỉ là tóm gọn để tiện dụng.

Lý do thứ ba, trong thế giới hiện đại, thời gian sẽ vô cùng quý báu cho nên chúng tôi xin hồi hướng tập Nhập Hạnh Bồ Tát này đến các bạn tuổi trẻ để các bạn tiết kiệm thời gian đi sâu vào thế giới tâm linh an lành của chúng ta.

Thanh Lộc, 30-02-2008

Lê Triều Phương

(TS Lê Văn Tâm)

qua đời ngày 12/06/2008.

---o0o---

TIỂU SỬ TÔN GIẢ TỊCH THIÊN (SÀNTIDEVA)

Thích Trí Siêu (Pháp)

Theo truyền thuyết tôn giả Sàntideva sinh ở miền Nam Ấn, vùng Sri Nagara vào khoảng thế kỷ thứ 7. Ngài là thái tử con vua Surashtra. Từ những kiếp quá khứ, ngài đã cúng dường phụng thờ nhiều đức Phật và đã tích tụ nhiều căn lành đưa đến giải thoát. Nhờ phước đức ấy nên ngay từ lúc ấu thơ, ngài đã nhiều lần chiêm bao thấy Văn Thù Bồ Tát.

Lớn lên, đến tuổi sắp được vua cha truyền ngôi, một hôm ngài nằm mộng thấy hai vị Bồ tát: Văn Thù và Tara. Bồ tát Văn Thù ngồi trên ngai vàng, bảo ngài rằng: "Ở đây không có chỗ cho hai người". Bồ tát Tara tưới nước nóng trên đầu ngài và nói rằng: "Vương quyền chính là nước sôi bỏng của địa ngục. Ta đang tấn phong cho ngươi về nước này đây."

Tỉnh dậy, ngài hiểu rằng đó là sự khuyến cáo của hai vị Bồ tát, nên đêm hôm trước khi ngài lên ngôi, ngài rời bỏ cung thành trốn vào rừng sâu. Sau 21 ngày lang thang trong rừng, vừa khát vừa đói, ngài gặp được một con suối, sắp sửa định uống thì có một thiếu nữ xuất hiện bảo ngài đừng uống vì đó là nước độc, sau đó thiếu nữ dâng cho ngài một thứ nước thơm ngọt như cam lồ. Giải khát xong, ngài hỏi thiếu nữ: ” Cô ở đâu đến?” . Thiếu nữ trả lời: ”Ở giữa khu rừng mênh mông này là nơi thầy tôi ở, ngài rất đạo đức, từ bi và đã thành tựu phép tam muội của Văn Thù Kim Cang Sư Lợi (Sri Manjuvajra). Tôi từ đó đến đây”.

Vừa nghe như thế, tôn giả Sântideva mừng rỡ như kẻ nghèo bắt được vàng, yêu cầu thiếu nữ dẫn ngài đến gặp vị thầy kia. Đến nơi ngài thấy đó là một vị hành giả (Yogi) sống trong một chòi lá, ngài liền đánh lễ, xưng tán cúng dường và cầu xin được truyền phép tam muội của Văn Thù Bồ Tát. Sau 12 năm ở đó tu tập, ngài chứng được phép tam muội trên, thấy được vị thầy kia chính là Văn Thù và thiếu nữ kia chính là Tara. Kể từ đó ngài luôn luôn được thấy Văn Thù Bồ Tát.

Sau đó ngài đi về phương Đông, xin vào làm việc trong triều của vua Pancamasimha. Nhờ tài giỏi và thông minh nên ngài được vua trọng vọng cho làm Thừa Tướng. Để tỏ lòng thành kính nhớ ơn vị thần linh chủ hộ của mình, tức Văn Thù Bồ Tát, ngài luôn đeo trên mình một thanh kiếm gỗ. Ngài giúp vua trị vì đúng theo Phật pháp và truyền dạy nhiều kỹ nghệ mới lạ. Điều đó khiến các vị đại thần khác ganh tức, tìm cách gièm pha và hãm hại ngài. Họ bảo vua rằng: ”Thừa tướng là một người gian xảo, luôn đeo trên mình một thanh kiếm mà không bao giờ rút ra cho ai xem cả. Chúng tôi biết thanh kiếm ấy làm bằng gỗ. Gặp lúc nguy biến làm sao Thừa tướng có thể cứu nguy cho Bệ hạ được? Xin Bệ hạ hãy khám nghiệm lại”. Vua tin lời cho triệu Thừa tướng vào bắt phải rút kiếm ra khỏi vỏ cho vua xem. Thừa tướng nói: ” Kiếm của tôi, Bệ hạ không thể nhìn được, nếu không Bệ hạ sẽ hối hận”. Nghe vậy, vua càng nghi ngờ nhất quyết đòi xem.

Cuối cùng, Thừa tướng nói với vua: ”Nếu Bệ hạ nhất quyết muốn xem thì hãy theo tôi đến chỗ vắng, lấy tay che mắt phải lại, chỉ nhìn bằng mắt trái thôi”. Vua chấp thuận và Thừa tướng rút kiếm ra, hào quang lóe lên quá mạnh khiến con mắt trái của vua rơi xuống đất. Vua liền ăn năn hối hận, biết ngài là một người đặc đạo, một Đại thành tựu giả nên cầu xin sám hối. Biết vua đã ăn năn, Thừa tướng nhặt mắt trái của vua bỏ vào tròng lại khiến vua khỏi mù.

Sau đó tôn giả bỏ chức Thừa tướng, tìm đến tu viện Nalanda, xuất gia thọ giới, được đặt tên là Sàntideva. Sau khi nghe hết ba tạng kinh điển, tôn giả thâm biên soạn 3 bộ luận: Siksàsamuccaya, Sùtrasamuccaya và Bodhicaryavatàra.

Ngài tu mật hạnh, học trực tiếp với Văn Thù Bồ tát trong thiền định. Tất cả thời ăn, ngủ, đi, đứng, ngài đều thiền quán về Thanh Quang. Tuy vậy, chúng tăng bên ngoài thấy ngài chỉ ăn với ngủ, không chịu văn, tư, tu gì cả. Thấy thế một số Thượng toạ học giả họp nhau lại định tổng khứ ngài ra khỏi tu viện. Có người cho ý kiến: Nếu chúng ta họp lại, bắt mỗi người phải tuần tự trùng tuyên lại Kinh Luận ; ban đầu ngài từ chối, nói rằng không biết gì. Chúng tăng muốn làm nhục ngài nên làm bộ nài nỉ, cuối cùng ngài nói: "Nếu vậy, phải làm cho tôi một toà sư tử tôi mới trùng tuyên". Nghe vậy có vài người đâm ra nghi ngờ, nhưng đa số chấp thuận vì tin rằng ngài không thể trùng tuyên Kinh Luận gì được.

Sau khi lên ngôi toà sư tử, ngài hỏi: "Các vị muốn tôi tụng lại Kinh Luận đã có từ trước hay những sáng tác mới sau này?". Vì muốn chế giễu ngài nên đại chúng nói: "Những sáng tác mới sau này". Thế là ngài bắt đầu tụng lên Bồ Tát Hạnh (Bodhisattava-caryavatara). Khi tụng đến câu: Khi Có và Không không còn khởi lên trong tâm..... thì ngài bay lên hư không rồi từ từ biến mất, nhưng tiếng của ngài còn vọng lại cho đến câu kệ cuối cùng của Bồ Tát Hạnh. Không thấy ngài nữa, Tăng chúng hỏi hận trở về phòng ngài tìm kiếm, thấy trên bàn để lại ba quyển: Sutràsamuccaya (Tập kinh luận), Siksàsamuccaya (Tập Bồ Tát học luận) và Bodhicaryavatàra (Nhập Bồ đề hành luận).

---o0o---

CHƯƠNG MỘT - LỢI ÍCH CỦA TÂM BỒ ĐỀ

Đối tượng và mục đích

1. Con trân trọng cúi đầu
Đảnh lễ các đức Phật¹
Cùng các vị Thừa Kế²
Và những bậc đáng kính;
Con nương lời Phật dạy
Xin nêu lên ngấn giọt
Lối vào hạnh Bồ Tát

2. Luận này nghĩa chẳng mới
Vân điệu cũng không hay
Chẳng dám vì lợi tha
Viết ra chỉ nhắc nhở
Và thấm nhuần tâm mình.

3. Nhờ sự nhắc nhở này
Mà tín tâm tăng trưởng
Ai cùng một tin tưởng
Cũng được lợi ích nhiều.

---o0o---

Lợi ích của tâm Bồ đề

4. Hạnh phúc thay gặp duyên
Sinh ra thân con người
Nay không nhân cơ hội
Đề tu hành giải thoát
Sau này tìm đâu ra.

5. Như đêm mây dày đặc
Được lờ chớp chiếu soi
Nhờ thần lực chư Phật
Tâm lạnh thoáng khởi lên.

6. Đức hạnh rất yếu mềm
Trước sức mạnh điều ác
Chỉ có tâm Bồ đề
Mới cưỡng lại, đứng vững.

7. Trái bao kiếp tư duy
Phật thấy tâm Bồ đề
Có công đức vô lượng
Cứu vô số chúng sinh
Thoát ra ngoài biển khổ.

8. Muốn thoát khổ của đời
Trừ tai ương muôn loài
Muôn hưởng chân hạnh phúc
Chớ rời tâm Bồ đề

9. Người người trong sanh tử
Phát khởi tâm Bồ đề
Được gọi là con Phật
Xứng đáng được tôn kính

10. Nước phép tâm Bồ đề
Gội sạch thân ô trược
Thành thân Phật vô giá
Hãy giữ Bồ đề tâm

11. Đấng Đạo sư thấy rõ
Tâm Bồ đề quý báu
Muốn vượt thoát ba cõi
Phải giữ vững tâm này.

12. Làm lành như cây chuối
Quả hết rồi héo khô
Tâm Bồ đề to lớn
Như đại thụ xum xuê
Luôn sinh quả tươi tốt.

13. Người đời phạm tội nặng
Nhờ thế lực che chở
Biết sự nghiệp đã tạo
Sao chẳng tìm chỗ nương?

14. Đức Di Lặc đã giảng
cho Thiện tài biết rằng
Tâm Bồ đề kỳ diệu
Như lửa thời hoại kiếp
Đốt tan bao tội nặng
Chỉ trong một sát na.

---o0o---

Hai loại tâm Bồ đề

15. Tâm Bồ đề bao gồm
Hai nguyện để tu tập:
Trước là nguyện phát tâm
Sau thực hiện tâm ấy.

16. Ai cũng đều biết rằng
“Muốn đi“ khác với “đi“
Người trí nên biết rõ
Sự khác biệt như vậy.

17. Nguyện phát tâm Bồ đề
Tuy sinh kết quả lớn
Song không thể sánh bằng
Nguyện thực hiện tâm này.

---o0o---

Ca ngợi tâm Bồ đề

18-19. Những ai đã quyết tâm
Cứu độ mọi chúng sinh
Phải luôn luôn tinh tấn
Thực hiện tâm Bồ đề;
Từ lúc ấy trở đi
Ngay cả khi ngủ nghỉ
Phước đức vẫn liên tục
Tăng lớn như hư không

20. Để người tin Tiểu thừa
Không ngừng bước tiến lên
Trong Kinh Ván Diệu Lý
Đấng Như Lai đã dạy
Công đức tâm Bồ đề
Thật rộng lớn vô biên.

21-22. Chỉ nghĩ cách chữa lành
Đầu mọi người khỏi nhức
Là phát tâm chân thành
Đem lại bao phước đức.

Phước đức càng thâm sâu
Khi cứu giúp chúng sinh
Thoát ưu phiền thông khổ
Đạt được cõi an lành.

23. Có cha nào, mẹ nào
Đã phát tâm như vậy?
Tiên, chư Thiên, Phạm Thiên
Đã có chưa tâm ấy?

24. Xưa nay dù trong mơ
Chưa ai nguyện như thế
Dù vì lợi cho mình
Nói chi đến phát nguyện
Cứu độ cho người khác.

25. Làm sao có thể tìm
Được một vị Bồ Tát
Như viên ngọc hi hữu
Giữa chúng sinh ích kỷ
Chẳng biết làm điều lành
Vì lợi ích chúng sinh!

26. Tâm Bồ đề trân quý
Là mầm móng an vui
Là linh dược diệt khổ
Tạo phước đức vô lường.

27. Ý nghĩ làm lợi người
Đã hơn phước cúng Phật
Huống chi luôn nỗ lực
Làm lợi lạc muôn loài.

28. Có biết bao chúng sinh
Tuy cầu mong an vui
Song hủy diệt nguồn cội
Sản sinh ra hạnh phúc
Như tận diệt kẻ thù.

29. Chúng sinh thiếu niềm vui
Lại chịu nhiều đau khổ
Tâm nguyện Bồ đề này
Đem vui và diệt khổ.

30. Tâm Bồ đề có thể
Trừ diệt sự ngu si

Có bạn lành nào sánh
Còn phước nào lớn hơn?

31. Bồ tát luôn bố thí
Dầu không ai cậy nhờ
Với tâm hạnh như vậy
Đáng ca ngợi xiết bao!

32. Kẻ bố thí thức ăn
Giúp chúng sinh đỡ đói
Dù họ no nửa ngày
Đã là người đáng trọng

33. Bồ tát thường ban cho
Niềm vui của chánh giác
Làm thỏa mãn tất cả
Nguyện vọng mọi hữu tình .

34. Đức Phật đã dạy rằng
Bồ tát cứu muôn loài
Nên đáng được tôn quý
Ai phỉ báng Bồ tát
Sẽ sa đại địa ngục

35. Ngược lại, ai tín thành
Cung kính chư Bồ tát
Sẽ hưởng phước đức lớn
Bồ Tát dù gian nan
Việc ác vẫn không làm
Càng hăng làm việc thiện.

36. Tôi kính xin đánh lễ
Người phát tâm Bồ đề
Đem vui cho chúng sinh
Cho cả kẻ hại mình;
Tôi cúi đầu kính lạy
Và xin được quy y
Nơi chư vị Bồ tát
Cội nguồn chân hạnh phúc.

---o0o---

CHƯƠNG HAI - SÁM HỎI TỘI NGHIỆP

Nghi lễ Bồ Tát

Ca ngợi

1. Để con nắm giữ được
Tâm nguyện quý giá này
Con cúng dường chư Phật
Và Pháp Bảo thiêng liêng
Con cúng dường Bồ tát
Đây phẩm tính tốt lành.

---o0o---

Cúng dường

2. Cúng dường hoa quả tươi
Thức ăn ngon quý nhất
Nước uống thật tinh khiết
Vật quý báu trên đời.

3. Cúng dường núi châu báu
Rừng thanh tịnh ngát hương
Hoa cõi trời diễm tuyệt
Trái quý buông trĩu cành.

4. Cúng dường những hương thơm
Ngào ngạt cõi trời đất
Cúng dường trang sức quý
Cúng dường cây như ý
Thành tựu mọi ước mơ
Cúng dường mọi ngũ cốc
Tự sinh không người trồng.

5. Cúng dường ao sen đẹp
Thiên nga hát êm dịu

Và mọi vật vô chủ
Đầy đầy khắp bầu trời.

6. Con giữ chúng trong tâm
Dâng lên đấng Thế Tôn
Và chư vị Bồ tát
Thỉnh cầu đức Thế Tôn
Từ bi nghĩ đến con
Mà nhận vật cúng dường.

7. Con vô phước bản cùng
Không một chút tài sản
Kính xin đức Phật thương
Nhận lễ vật tâm con.

8. Con nguyện đem thân tâm
Để làm kẻ nô bộc
Phụng sự Phật, Bồ tát
Mong quý ngài xót thương
Thâu nhận lễ vật này.

9. Được các ngài thâu nhận
Thân tâm con siêu thoát
Con nguyện sống lợi tha
Diệt trừ các ác nghiệp.

10-11. Đây nhà tắm tráng lệ
Nền thủy tinh long lanh
Cột trụ khảm trân châu
Lọng dù bằng ngà ngọc

Trần thiết lộ bình quý
Đầy nước thơm thích ý
Ngân vang muôn diệu âm
Thỉnh Phật, Bồ tát tắm

12. Đây khăn tắm sạch thơm
Lau khô thân các ngài
Đây y phục cõi trời
Với màu sắc mỹ lệ
Lan tỏa hương dịu thơm.

13. Đây y phục mềm mại
Và trăm trang sức quý
Dâng lên Đức Phổ Hiền,
Văn Thù, Quán Thế Âm.

14. Hương liệu thơm vũ trụ
Xin thoa ngọc thể Ngài
Tỏa hào quang thanh tịnh
Óng ánh sắc vàng ròng.

15. Xin cúng dường chư Phật
Các tràng hoa đẹp đẽ
Kết từ hoa tươi thơm
Như hoa sen, hoa lài
Hay hoa mạn đà la.

16. Con xin dâng chư Phật
Vàng mây hương ngậy ngát
Dâng thực phẩm cõi trời
Thức ăn uống đẹp ngon.

17. Con dâng đèn hoa ngọc
Chân chạm đá sen vàng
Nền nhà dịu mát hương
Rải đầy hoa đẹp ý.

18. Xin cúng dường chư Phật
Những lâu đài tráng lệ
Rèm bông ngọc lung linh
Du dương ngân tiếng hát.

19. Xin dâng hiến chư Phật
Lọng che bằng châu ngọc
Cán đúc toàn vàng ròng
Viên châu hoa mỹ lệ.

20. Cúng phẩm nhiều như mây
Nhạc du dương hoà tấu
Khô đau được dịu xoa
Mong sao chúng mãi còn.

21. Mưa hoa, mưa ngọc ngà
Mong luôn luôn bông rơi
Trên thân Phật, tháp Phật
Trên giáo pháp diệu kỳ.

22. Như Ngài Diệu Cát Tường³
Xưa kia cúng dường Phật
Nay con xin cúng dường
Phật, Bồ tát như vậy.

23. Dùng âm vang hải triều
Tán dương công đức Phật
Nguyện tiếng tán dương này
Luôn vang đến các Ngài.

24. Nguyện hoá thân như bụi
Lễ lạy Phật ba đời
Lễ lạy Pháp và Tăng
Cùng khắp cả pháp giới.

25. Con lễ lạy tháp Phật
Các nơi Bồ tát ở⁴
Lễ bậc trì giới nhất
Kính lễ hàng thánh tăng.

---o0o---

Quy y

26. Từ nay cho đến khi
Đạt Vô thượng Bồ đề
Con nguyện quy y Phật,
Pháp và chư Bồ Tát.

---o0o---

Sám hối

27. Trước chư Phật, Bồ Tát
Ở cùng khắp mười phương

Con xin chấp hai tay
Thành khẩn nguyện như vậy:

28-29. Từ vô thi đến nay
Trôi lăn trong sinh tử
Vớ tội ác không lường
Do tự mình gây ra
Hay xúi giục người làm
Vì vô minh che lấp
Nay con biết lỗi lầm
Thành tâm xin sám hối.

30-31. Lỗi lầm con đã phạm
Qua nghiệp thân, khẩu, ý
Đã gây bao tổn hại
Cho Tam bảo⁵, mẹ cha
Cũng như cho Thầy Tổ
Và cho bao kẻ khác
Nay trước đức Thế Tôn
Con thành tâm sám hối
Mọi tội lỗi gây ra.

32. Nếu sám hối chưa trọn
Con lỡ chết thì sao?
Vậy xin Ngài mau cứu
Trước khi thần chết đến.

33. Thần chết thật lừa lọc
Nó không biết đợi chờ
Tội rửa sạch hay chưa
Dù đang bệnh hay khỏe
Con không thể nào tin
Vào mạng sống mong manh
Lập loè như lửa đóm.

34. Con đã không ý thức
Chết là bỏ tất cả
Nên con đã quanh quẩn
Vớ bè bạn, kẻ thù

Vì vậy tự gây ra
Biết bao điều xấu ác.

35. Đời người như mộng ảo
Điều gì đã trải nghiệm
Cũng chỉ là ký ức
Tất cả đều trôi qua
Không bao giờ trở lại.

36. Kẻ thù thành hư vô
Người thân như mây khói
Thân tôi rồi phải chết
Tất cả trở về không.

37. Trong đời ngắn ngủi này
Kẻ thân, thù đã chết
Duy nghiệp ác đã gây
Còn ở lại với tôi.

38. Tôi đã không ý thức
Rồi cũng chết như họ
Nên cứ tham sân si
Tạo ra bao lầm lỗi.

39. Mạng sống giảm từng ngày
Chẳng bao giờ ngừng nghỉ
Không thể nào kéo dài
Làm sao thoát khỏi chết?

40. Đến lúc sắp lâm chung
Dù thân thuộc vây quanh
Thống khổ lúc hấp hối
Tôi gánh chịu riêng mình.

41. Khi Diêm Vương đến bắt
Thân thuộc có ích gì?
Chỉ phước đức mới cứu
Tôi lại chưa tu tập!

42. Do buông lung không biết
Hậu quả xấu mai sau

Bám víu đời phù phiếm
Tôi tạo bao nghiệp xấu.

43. Như kẻ ra pháp trường
Kính hãi, miệng khô đắng
Mắt trợn trắng, thất thần
Hình sắc cũng đổi khác.

44. Huống chi khi thấy bóng
Ma vương đến bắt ta
Kính hoàng sao kể xiết
Khổ đau dâng tột cùng.

45. Ai cứu tôi ra khỏi
Cơn sợ hãi lớn này
Tôi tròn xoay đôi mắt
Nhìn bốn phương van cầu.

46. Bốn phương không thấy ai
Sợ hãi lại càng tăng
Không nơi nào che chở
Tôi phải làm sao đây?

47. Con xin quy y Phật
Ngài là đấng Từ Bi
Bảo vệ, đem lợi ích
Cho tất cả muôn loài
Có năng lực giải cứu
Tiêu trừ bao sợ hãi.

48. Con xin quy y Pháp
Mà chư Phật chúng ngộ
Có thể đưa muôn loài
Sang đến bờ giải thoát
Và con xin quy y
Nơi chư vị Bồ Tát.

49. Trong cơn sợ bấn loạn
Con xin dâng thân mạng
Lên Bồ tát Phổ Hiền
Và Bồ tát Văn Thù.

50. Vội tiếng kêu khẩn thiết
Con cầu Đức Quan Âm
Mở đại từ bi tâm
Cứu con, kẻ mê lầm.

51. Con cầu cứu các Ngài
Hư Không Tạng Bồ Tát
Địa Tạng Vương Bồ Tát
Chư Bồ Tát đại bi.

52. Con cũng xin nương tựa
Kim Cương Trí Bồ Tát
Ngài mà các sứ giả
Của Diêm vương khiếp vía .

53. Xưa trái lời Phật dạy
Nay gặp nạn hải hùng
Con xin quy y Phật
Mau cứu độ cho con.

54-56. Vội bệnh nhẹ tâm thường
Đã tuân lời thầy thuốc
Huống chi trăm thứ bệnh
Sinh từ tham sân si!

Một trong trăm bệnh này
Đã đủ làm tiêu hủy
Mọi loài Nam Diêm phù
Nay chạy khắp mọi nơi
Tìm không ra thuốc chữa.

Phật là đại y vương
Dạy giáo lý thoát bệnh
Những ai không làm theo
Thực ngu si đáng trách.

57. Bên hố sâu vài trượng
Tôi đi phải đề phòng
Cạnh địa ngục sâu thẳm
Sao đời đời nhơn nhơ?

58. Bối nghĩ rằng chưa chết
Sống nhờn như phóng dật
Quả thật là đại khờ
Nhưng rồi sớm hay muộn
Cái chết phải đến thôi.

59. Tôi không thể có được
Cái cảm giác dễ chịu
Rằng trong ngày hôm nay
Thần chết sẽ không đến
Chắc chắn nó xuất hiện
Làm sao yên hưởng nhàn?

59. Ai giúp bớt lo sợ
Ai chỉ tôi lối thoát
Làm sao thoát hải kinh
Của sự chết phải đến
Sao có thể nhờn nhờn?

60. Khoái lạc đã trải qua
Chỉ còn là hoài niệm
Bám víu mà làm chi
Để trái lời Phật dạy?

61. Chết là lia bỏ hết
Người thân và bạn bè
Đi vào cõi vô định
Bạn hay thù ích chi?

62. Tôi nên hằng ngày đêm
Tỉnh thức với tư duy
Rằng gieo ác, gặt ác
Làm sao tránh khỏi đây
Sự gieo xấu ác này

63-64. Vì ngu đần, vô minh
Phạm giới do Phật chế
Gây biết bao tội lỗi
Lòng run sợ ác báo.

Nay trước đấng Giác ngộ
Con chấp tay đảnh lễ
Chư Phật và Bồ tát
Xin thành tâm sám hối.

65. Mong quý Ngài tha thứ
Hành động ác từ xưa
Và con xin thệ nguyện
Vĩnh viễn không tái phạm.

---o0o---

CHƯƠNG BA - PHÁT TÂM BỒ ĐỀ

Vui theo hạnh lành

1. Tôi xin vui sướng theo
Công đức và hạnh lành
Mà chúng sinh thực hiện
Tôi cầu họ an vui.

2. Tôi vui mừng ca ngợi
Chúng sinh thoát khổ ải
Và thoát vòng luân hồi
Thành Bồ tát, thành Phật.

3. Tôi xin vui sướng theo
Tâm nguyện như biển cả
Của chư Phật, Bồ tát
Giúp mọi loài đang sống
Được hạnh phúc an vui.

---o0o---

Thỉnh cầu chánh Pháp

4. Tôi chấp tay thỉnh cầu
Chư Phật khắp mười phương
Đốt lên đuốc chánh pháp

Soi sáng kẻ làm đường
Đang rơi vào thống khổ.

---o0o---

Thỉnh cầu bậc Chiến Thắng ở lại thế gian

5. Tôi chấp tay thỉnh cầu
Xin các bậc Chiến Thắng
Đang muốn nhập Niết Bàn
Hãy ở lại thế gian
Suốt hằng hà sa kiếp
Để cứu độ chúng sinh
Thoát khỏi vòng tăm tối.

---o0o---

Hồi hướng công đức

6. Với công đức làm lành
Tôi tích tụ từ lâu
Nay xin nguyện hồi hướng
Cứu khổ mọi sinh linh.

7. Với chúng sinh đau bệnh
Nguyện hoá làm thuốc hay
Vừa làm thầy thuốc giỏi
Vừa làm kẻ điều dưỡng.

8. Thời tai ương đói khát
Nguyện làm thức uống ăn
Nguyện như mưa cam lồ
Đập tắt lửa đói khát.

9. Đối với kẻ bần hàn
Nguyện thành kho vô tận
Nguyện thành nhu yếu phẩm
Đáp ứng mọi nhu cầu.

---o0o---

Tự hiến thân mình

10. Vì an vui chúng sinh
Nguyện hiến dâng tất cả
Tài sản cùng thân mạng
Làm thiện suốt ba đời.

11. Buông hết tất thoát khổ
Tâm tất được thanh tịnh
Trước sau phải bỏ hết
Sao bằng bố thí ngay.

12-13. Tôi nguyện đem thân này
Bồ thí cho chúng sinh
Họ tha hồ mắng chửi
Đánh đập hay giết hại.

Hoặc đem ra mua vui
Tâm tôi vẫn lặng yên
Vì thân này đã xả
Nên không hề nuối tiếc.

14. Khi họ hành hạ tôi
Dù lòng họ sướng vui
Tôi cũng xin khẩn nguyện
Họ không bị ác báo .

15-16. Việc gì lợi chúng sinh
Tôi khiến thân này làm
Nguyện ai gặp gỡ tôi
Đều có nhiều lợi lộc.

Nguyện ai giận, ghét tôi
Hay vu khống, não hại
Đều nhân đây phát tâm
Hướng về đường Giác Ngộ.

17-18. Tôi xin nguyện bảo hộ
Cho những người cô đơn;
Khách bộ hành cần giúp
Tôi làm kẻ chỉ đường;

Nguyện làm cầu, làm thuyền
Cho kẻ muốn sang sông .

Tôi nguyện làm hòn đảo
Cho người mong cập bến;
Cho ai cần ánh sáng
Tôi nguyện hóa đuốc đèn;
Tôi nguyện thành nhà cửa
Cho người cần nghỉ ngơi;
Tôi nguyện làm tôi tớ
Cho kẻ cần người sai.

19. Nguyện hoá làm bò quý
Thành bình ngọc như ý
Thành thuốc tiên, bùa linh
Nguyện thành cây như ý
Thỏa nguyện ước chúng sinh.

20. Nguyện hóa thành nhu yếu
Căn bản cho sự sống
Của vô số hữu tình
Nhu đất, nước, lửa, khí.

21. Nguyện làm nhân duy trì
Sinh mạng của mọi loài
Đến lúc không còn ai
Chưa chúng quả Niết Bàn.

---o0o---

Phát tâm Bồ đề

22-23. Như chư Phật quá khứ
Khi phát tâm Bồ đề
Đều lần lượt tu học
Giới hạnh của Bồ tát.

Nay vì lợi chúng sinh
Tôi phát tâm Bồ đề
Siêng tu học giới hạnh
Mà Bồ tát hành trì.

---o0o---

Phần thưởng của sự phát tâm

24. Sau khi các bậc trí
Đã phát tâm Bồ đề
Rồi cố sức tăng trưởng
Nên ca ngợi như sau:

25. Thật phúc thay cho tôi
Nay được mang thân người
Sinh vào gia đình Phật
Được làm con của Phật .

26. Vậy từ nay trở đi
Phải cư xử, hành động
Đúng truyền thống nhà Phật
Quyết không làm ô danh
Giòng giống thanh tịnh này.

27. Như người mù may mắn
Nhật được viên trân châu
Tôi phát tâm Bồ đề
Cũng may mắn như vậy.

28-32. Tâm Bồ đề cam lộ
Mang lại sự bất tử
Là kho tàng vô tận
Trừ khử cảnh nghèo cùng.

Là linh dược tuyệt vời
Chữa mọi bệnh chúng sinh
Là bóng mát nghỉ ngơi
Cho lũ khách mệt mỏi.

Là cầu đưa chúng sinh
Vượt khỏi đường nguy hiểm
Là vàng trắng dịu soi
Xoa tan bao nóng bức.

Là mặt trời chói lọi
Xua đuổi bóng vô minh
Tâm Bồ đề này đây
Ví như chất đề hồ
Rút từ sữa Diệu Pháp.

Với người khách phiêu bạt
Là lữ quán nghỉ ngơi
Với người tìm an vui
Là cội nguồn hạnh phúc.

33. Nguyên chú Phật chứng giám
Tôi mời khách thập phương
Đến đây để tận hưởng
Niềm vui được thành Phật
Mong chư Thiên, mọi người
Tất cả đều hân hoan .

---o0o---

CHƯƠNG BỐN - THỰC HÀNH TÂM BỒ ĐỀ

Trách nhiệm của Bồ tát

1. Đã phát tâm Bồ đề
Con Phật phải tinh tấn
Tu tập không biếng nhác
Không lìa hạnh Bồ tát.
2. Với công việc ngẫu hứng
Ta có thể nghĩ lại
Rằng nên làm hay không
Mặc dù ta đã hứa
3. Nhưng không thể buông bỏ
Điều Phật và Bồ tát
Đã quán chiếu chiêm nghiệm
Mà tôi đã thọ hành.

4. Tôi đã thề làm lợi
Cho tất cả chúng sinh
Mà không làm như hứa
N như vậy tôi lừa dối
Phận tôi sẽ ra sao?

5. Kinh đã dạy rõ rằng
Ai định cho kẻ khác
Một vật dù nhỏ nhoi
Song rồi lại không cho
Sẽ đọa làm quỷ đói.

6. Tôi đã mời chúng sinh
Dự tiệc đại an lạc
Rồi tôi lại dối gạt
Đời tôi sẽ điêu linh!

7. Người bỏ tâm Bồ đề
Mà được quả giải thoát
Là điều khó nghĩ bàn
Chỉ chư Phật biết rõ.

8. Trong giới hạnh Bồ tát
Ai bỏ tâm Bồ đề
Làm chúng sinh bất lợi
Sẽ gặt quả báo ác.

9. Ai trong một sát-na
Cản trở người làm thiện
Khiến hữu tình bị hại
Sẽ gặt quả báo ác
Thật vô cùng khủng khiếp.

10. Phá an lạc một người
Ta phải bị khốn khổ
Huống chi phá an lạc
Của vô số hữu tình
Ác báo không cùng tận.

11. Người phát tâm Bồ đề
Nhưng hành động ngược lại

Sẽ trôi trong luân hồi
Khó trở thành Bồ tát.

12. Phải cung kính thực hành
Những gì đã thệ nguyện
Nếu tôi không tinh tấn
Sẽ đọa chốn thấp hèn.

---o0o---

Giá trị của cuộc sống

13. Vô số Phật ra đời
Mang lợi đến chúng sinh
Nhưng tôi vì tội xưa
Nên không được ân phước.

14. Nếu tái phạm nghiệp cũ
Chắc chắn không thoát khỏi
Số phận thật hẩm hiu
Bệnh đau và tật nguyền
Lăn lóc trong nẻo ác.

15. Làm sao có cơ hội
Được gặp Phật xuất thế
Được duyên tu hành tốt
Thấm nhuần được Phật pháp
Và thuận duyên tu hành?

16. Mặc dù được khỏe mạnh
Đủ ăn, không tổn thương
Nhưng thân này tạm bợ
Đó chỉ là ảo ảnh.

17. Với cuộc sống hiện nay
Khó tái sinh thành người
Mà không được thân người
Làm sao làm việc thiện?

18. Có cơ hội làm thiện
Mà bỏ qua không làm

Liệu tôi làm được gì
Khi thống khổ bức bách?

19. Nếu không làm việc thiện
Chỉ toàn làm việc ác
Dù trải qua muôn kiếp
Vẫn không biết cõi lành.

20. Đức Thế tôn dạy rằng
Thân người khó được thay
Như rùa mù dưới biển
Cổ ngoi lên trúng ngay
Vào lỗ ván phiêu bông.

21. Phạm tội nặng chốc lát
Đã phải bị đọa đày
Vào địa ngục vô gián
Vậy với tội muôn kiếp
Làm sao sinh cõi lành?

22. Chờ trả xong ác báo
Cũng khó thoát địa ngục
Bởi trong lúc trả nghiệp
Lại gây thêm tội mới.

23. Khi được thân con người
Là được cơ hội tốt
Cho công việc tu hành
Nếu bỏ cơ hội ấy
Thật không gì đilen hơn.

24. Nếu đã biết như vậy
Mà vẫn ngu si, lười
Khi thân chết gõ cửa
Sẽ đau khổ dường bao.

25. Lửa địa ngục hừng hực
Đốt thân tôi nhiều kiếp
Và ngọn lửa ăn năn
Càng hành hạ tâm can.

26. Thật khó hiểu vì sao
Tôi có được thân người
Khi nhận biết điều này
Thì rơi vào địa ngục!

---o0o---

Diệt trừ ái dục

27. Phải chăng các bùa chú
Khiến tôi bị si mê
Ai làm tôi mù lòa?
Ma nào ản thân tôi?

28. Những kẻ thù tham sân
Không tay chân mặt mũi
Không dũng cảm thông minh
Sao chúng sai sử tôi?

29. Chúng ngự trị tâm tôi
Thường làm tôi tổn hại
Mà tôi không biết giận
Đó là nhân nhục sai
Quả thật là đáng trách.

30-31. Trời, người dù hợp lại
Nhất tề tấn công tôi
Vẫn không thể đẩy tôi
Vào địa ngục vô gián.

Nhưng phiền não ái dục
Lại ném tôi vào đó
Nơi mà núi Tu Di
Cũng cháy không còn tro.

32. Bè lũ của ái dục
Sống dai dẳng vô cùng
Vô thủ đến vô chung.
Kẻ thù trong đời tôi
Không sống lâu đến thế!

33. Theo kẻ địch ngoài đời
Chúng còn chia lợi lộc,
Ngược lại địch tham dục
Chỉ luôn tạo khổ đau
Cho người phục địch nó.

34. Kẻ thù dai dẳng ấy
Là cội nguồn bất hạnh
Nó ở ngay tâm tôi
Tôi an nhiên sao được?

35. Nó là kẻ cai tù
Kẻ hành quyết tội nhân
Nó ngự trị tâm tôi
An lạc làm sao được?

36-38. Ái dục chưa tận diệt
Tôi phải tinh tấn hơn!
Kẻ kiêu ngạo bị mắng
Liên nổi giận, trả thù
Khi hạ đôi thủ xong
Mới an lòng yên ngủ.

Những chiến sĩ ra trận
Tàn nhẫn diệt quân thù
Dù những kẻ địch ấy
Tự nhiên cũng phải chết.

Họ phóng giáo, bắn tên
Không đào tẩu tháo lui
Khi chiến thắng chưa đạt.

39. Vậy thì chính tôi đây
Quyết tâm diệt ái dục
Tôi quyết chí không lùi
Dù đau đớn, thất vọng.

40. Con người vì mưu sinh
Phải chài lưới, làm ruộng
Phải cố chịu đói lạnh
Nay tôi vì chúng sinh

Sao lại tránh khổ cực
Không gánh vác nhọc nhằn?

41-42. Dù tôi chưa giải thoát
Song đã nguyện cứu độ
Chúng sinh khắp mười phương
Vượt khỏi biển ái dục.

Tôi chưa tự lượng sức
Mà lòng đã nguyện thề
Vậy tôi điên hay không?
Dẫu vậy tôi vẫn quyết
Không ngừng diệt ái dục
Nơi chính bản thân mình.

43. Như chiến sĩ hờn căm
Quyết chiến thắng tất cả
Tôi giữ một say mê
Diệt ái dục đến cùng.

44. Thà tôi bị thiêu đốt
Bị moi ruột, chặt đầu
Nhưng quyết không khuất phục
Giặc ái dục bạo tàn.

45-46. Kẻ địch khi bị thua
Rút lui, tìm nơi ẩn
Rồi khi phục hồi sức
Quay lại để phục thù.

Nhưng ái dục thì không
Khi nó bị đánh bại
Nó chui vào trong tâm
Vốn yếu hèn của tôi
Và lẩn trốn nơi đó.
Ái dục thật hèn hạ
Duy chỉ có Trí tuệ
Mới tiêu diệt nó thôi.

47. Nó không ở ngoại cảnh
Không nằm trong các căn

Không ở giữa các căn
Hoặc bất cứ nơi khác.

Vậy nó từ đâu đến?
Khiến cho đời đảo điên?
Nó chỉ là ảo ảnh!

Hỡi tâm của tôi ơi!
Không nên sợ ái dục
Hãy giải phóng nó đi
Hãy tu chứng Trí tuệ;
Đừng để ái dục xô
Đẩy tôi vào địa ngục.

48. Thường tư duy như vậy
Nên cố sức tu hành
Giữ trọn giới Bồ tát;
Không tuân lời lương y
Làm sao dứt được bệnh?

---o0o---

CHƯƠNG NĂM - CHÁNH NIỆM, TỈNH GIÁC

Gìn giữ tâm ý

1. Ai giữ giới Bồ tát
Phải giữ gìn tâm ý
Nếu không, không duy trì
Bất cứ giới luật nào.

2. Voi điên tuy gây hại
Nhưng không thể nào bằng
Con “voi tâm“ phóng dật
Mang đến bao tai ương.

3. Luôn dùng thùng chánh niệm
Cột chặt “voi tâm“ điên
Thì tai ương biến mất
Phước lành hiện đến liền.

4-5. Điều phục được tâm ý
Là điều phục tất cả
Sư tử, voi, gấu, rắn
Và tất cả kẻ thù
Cùng lính canh địa ngục
Quý Dạ xoa, La Sát
Đều bị trói tất cả.

6. Phật đã tuyên bố rằng
Hiểm họa và lo sợ
Với khổ đau vô tận
Đều do tâm phát sinh.

7-8. Hình cụ trong địa ngục
Do ai tạo tác nên?
Nền sắt nóng hỏa ngục
Nữ nhân kia từ đâu?

Phật dạy rằng tất cả
Do ác tâm biến ra
Bởi thế trong ba cõi
Tâm mình đáng sợ nhất.

9-10. Nếu bố thí cao cả
Đạt được nhờ xóa nghèo
Chẳng lẽ Phật xưa kia
Không đạt hạnh bố thí
Vì thế gian vẫn nghèo?

Bởi vậy tâm bố thí
Cả tài sản, công đức
Là bố thí rốt ráo
Phát xuất từ nội tâm.

11. Lừa cá tôm đến đâu
Đề khỏi bị săn giết?
Vĩnh viễn dứt ác tâm
Là thành tựu giới độ.

12. Sân si đầy thế gian
Làm sao hàng phục hết?

Hàng phục được tâm sân
Là hàng phục tất cả.

13-14. Làm sao đủ da thuộc
Để phủ kín địa cầu?
Nhưng chiếc dép da này
Sẽ bao trùm mặt đất.

Cũng vậy với ngoại cảnh
Tuy chưa làm chủ được
Nhưng làm chủ tâm mình
Có gì quý giá hơn?

15. Làm thiện bằng thân, miệng
Nhưng tâm lại tán loạn
Thì khó đạt được phước
Đề lên cõi Phạm Thiên⁶
Trong khi chỉ một mình
Tâm thanh tịnh cũng đủ.

16. Phật dạy dù tụng niệm
Tu khổ hạnh lâu năm
Mà tâm cứ tán loạn
Thì cũng vô ích thôi.

17. Những ai tìm hạnh phúc
Chạy trốn mọi khổ đau
Sẽ tiếp tục lạc đường
Nếu không hiểu cái tâm
Kỳ diệu chứa mọi pháp.

---o0o---

Chánh niệm và tỉnh giác

18. Bởi thế nên cẩn thận
Gìn giữ trọn tâm ý
Giữ giới tu luyện tâm
Đâu cần tu pháp khác.

19. Giữa đám đông hỗn loạn
Ta gìn giữ vết thương
Không để ai đụng đến;
Giữa cuộc đời hung ác
Ta phải giữ tâm mình
Như ta giữ vết thương.

20. Ta gìn giữ vết thương
Vì sợ người đụng đau
Sao ta không giữ gìn
Vết thương của tâm ta
Cho khỏi bị đè bẹp
Dưới chân núi địa ngục?

21. Nếu hành trì như vậy
Ta cứng rắn, tinh tấn
Dù ở giữa người ác
Hay ở giữa người lành.

22. Thà để mất lợi dưỡng
Mất tài sản, thanh danh
Mất thân xác, mạng sống
Quyết không để mất tâm.

23. Tôi chấp tay nguyện cầu
Cho những ai ước mong
Gìn giữ được tâm ý
Đều luôn luôn duy trì
Chánh niệm và tỉnh giác.

24. Người đau không đủ sức
Làm bất cứ việc gì
Cũng vậy, bất cứ ai
Thiếu chánh niệm, tỉnh giác
Sẽ không còn đủ sức
Để làm những việc lành.

25. Người tâm không chánh niệm
Không còn ghi trong trí
Lời giáo huấn tu hành
Như nước rỉ bình nứt.

26. Biết bao người thông thái
Sùng tín và tinh tấn
Nhưng vì không chánh niệm
Nên phạm tội ô ố.

27. Tên giặc không chánh niệm
Luôn rình cướp tỉnh giác
Vết sạch phước tích lũy
Đưa người vào nẻo ác.

28. Ái dục như lũ giặc
Cướp gia tài phước đức
Hủy hoại tâm chánh niệm
Phá đường đến cõi lành .

29. Tuyệt không để chánh niệm
Rời khỏi cửa tỉnh giác;
Nếu nó đi lang thang
Phải gọi nó quay lại;
Nó phải nghĩ cảnh khổ
Trong ba cõi địa ngục
Để an trú chánh niệm.

30. Hạnh phúc thay những ai
Sống cạnh thầy đáng kính
Tuân theo lời giáo huấn
Để trau dồi chánh niệm.

31-32. “Chư Phật, chư Bồ tát
Nhìn thấu suốt mọi điều
Ta đứng trước các ngài
Đâu đâu được điều chi”.

Nếu có suy nghĩ ấy
Sẽ sinh lòng hổ thẹn
Và trong tâm luôn luôn
Có mặt của chư Phật.

33. Chánh niệm như lính canh
Trước cửa ngõ của tâm

Nhờ đó mà tỉnh giác
Mãi mãi được có mặt.

34. Nếu ý xấu manh nha
Phải thấy ngay tai họa.
Vậy phải giữ chánh niệm
Như cây bám chặt đất .

35. Không bao giờ nên nhìn
Dáo dác và mông lung
Mắt thường nhìn thẳng xuống
Như trong lúc ngồi thiền.

36. Để cho mắt nghỉ ngơi
Thỉnh thoảng nhìn chân trời
Khi có người xuất hiện
Hãy nhìn thẳng chào hỏi.

37. Trên đường, nên đứng lại
Nhìn rõ khắp bốn phương
Lúc dừng nghỉ dưỡng sức
Hãy quan sát sau lưng .

38. Kiểm tra kỹ trước sau
Rồi nhận định hoàn cảnh
Tùy nhu cầu hành động
Mà tiến tới hay lui.

39-40. Trước khi ta hành động
Nên ý thức rõ ràng
”Đây tư thế của thân”
Và trong khi hành động
Cũng luôn luôn quán xét
Tư thế của thân mình.

Cũng vậy, thường quán xét
Tâm ý như voi điên
Buộc vào trụ chánh niệm
Không cho nó chạy loạn.

41. Người tu tập thiền định
Luôn luôn giữ chánh niệm
Thường quán sát tự hỏi
Tâm ý mình ở đâu?

42. Lúc nguy, khi lỡ lạc
Hoặc trong khi bố thí
Khó giữ được chánh niệm
Nên buông giới hạnh nhỏ.

43-44. Quyết định làm việc này
Không nên nghĩ việc khác
Tâm trí phải chuyên chú
Làm xong từng việc đã.

Được vậy việc mới thành
Nếu không, thì hai việc
Chẳng việc nào hoàn tất
Chánh niệm chẳng gia tăng.

45. Hãy quyết tâm từ bỏ
Xem kịch, nói chuyện phiếm
Hãy tinh tấn đoạn trừ
Tâm tham đắm thứ ấy.

46. Hãy nhớ lời đức Phật
Từ bỏ việc vô nghĩa
Như bức cỏ, vẽ đường
Đập đất đá vỡ tan.

47. Trước khi muốn đi đứng
Hoặc trước khi nói năng
Phải kiểm soát tâm ý
Đưa nó vào chánh niệm.

48. Nếu ý khởi tham ái
Tâm mạnh nha nổi giận
Hãy tạm dừng nói, làm
Như cây đứng lặng yên.

49-50. Khi tâm ý lãng xãng
Ngạo mạn hoặc kiêu căng
Tự mãn hoặc thô bạo
Lém lỉnh hoặc lừa dối

Tự khen và chê người
Nói những lời khinh bạc
Nói những lời gây gổ
Hãy như cây đứng yên.

51. Muốn lợi lộc, danh tiếng
Muốn sai sử người khác
Muốn kẻ khác hầu hạ
Hãy như cây đứng yên.

52. Khi muốn nói và làm
Khiến người mất lợi ích
Đề mưu cầu lợi mình
Hãy như cây đứng yên.

53. Khi bòn chòn lười biếng
Nhát sợ, không biết thẹn
Nói vô nghĩa, thiên vị
Hãy như cây đứng yên.

54. Khi thấy tâm ô nhiễm
Lãng xãng việc vô nghĩa
Hãy dùng phép đối trị
Kiên trì an định tâm.

55-57. Không nên để phân tâm
Vì những việc tranh chấp
Hãy luôn đem an vui
Làm cho người hạnh phúc.
Với đức tin thâm sâu
Vững vàng và kiên quyết
Biết xấu, sợ nhân quả.

Đừng sinh tâm chê bai
Kẻ ngược ngạo, ngu si

Nên mở lòng thương họ
Vì họ bị vô minh.

Vả lại tôi đã nguyện
Vì lợi mình lợi người
Tôi không nên phạm tội
Vậy phải luôn quán tưởng
Rằng tôi là vô ngã
Tôi là một ảo tưởng.

58. Nên luôn tư duy rằng
Nhiều kiếp mới thành người
Vậy phải giữ tâm sáng
Vững như núi Tu Di.

---o0o---

Thân

59. Hỡi này tâm ý ơi
Ngươi tự vệ ra sao
Khi kên kên háu đói
Mỏ xé thân thể ngươi?

60. Sao ngươi xem thân này
Là bản ngã của ngươi?
Ngươi với nó khác nhau
Mắt nó ăn nhằm gì!

61. Này tâm ý ngu si
Ngươi xem khúc gỗ sạch
Không phải là thân ngươi
Nên ngươi không bám víu
Sao lại bám bộ máy
Cầu tạo từ bản dơ?

62-63. Hãy dùng tâm quán tưởng
Tách da ra khỏi thịt
Dùng trí tuệ làm dao
Tách thịt rời khỏi xương.

Rồi chẻ tách xương ra
Phân tách tủy bên trong
Quan sát cho thật kỹ
Thực chất nó là gì?

64. Dẫn tìm tòi cẩn thận
Vẫn không thấy bản chất
Của bất cứ vật nào.
Tại sao còn tham luyện
Nâng niu tấm thân này?

65. Người không thể nào ăn
Thân thể dơ bẩn này
Không uống máu, ăn lòng
Vậy giữ nó làm chi?

66. Tốt nhất xem thân này
Là thức ăn quạ, cáo
Chỉ nên giữ thân này
Giúp ta làm việc thiện.

67. Dù người bám giữ thân
Thân chết cũng không tha
Cướp lấy thầy cho quạ
Người làm gì được đây?

68-69. Khi tở bỏ ra đi
Chủ không cho cơm áo
Thân này sẽ bỏ người
Cung dưỡng nó làm gì?

Trả đủ lương cho nó
Chớ cho thêm quá mức.
Ôi tâm của ta ơi!
Đối với thân của người
Hãy xử sự như thế.

70. Hãy xem thân như thuyền
Dùng để chở chúng sinh
Đưa họ từ bờ khổ
Sang bên bờ giải thoát.

71. Hãy tự chủ thân tâm
Luôn lộ vẻ vui tươi
Đừng cau mày giận dữ
Hãy làm người bạn tốt,
Chân thành của chúng sinh.

72. Khi đi dòi ghé giường
Đừng gây tiếng động lớn
Mở cửa cũng nhẹ nhàng
Luôn tránh tiếng ồn ào.

73. Sêu, mèo và kẻ trộm
Hành động rất lặng lẽ
Để đạt được mục tiêu
Bồ tát cũng nên thế .

74. Làm học trò tất cả
Cung kính nhận lời khuyên
Của bậc thầy hướng dẫn
Dù ta chẳng yêu cầu.

---o0o---

Nguyên tắc ứng xử

75. Ai khéo giảng chánh pháp
Ta nên ngõ lời khen
Ai làm phước làm lành
Ta vui mừng ca tụng.

76. Kín đáo khen người khác
Vì công đức của họ
Nghe người khác khen mình
Tự xét xứng đáng không?

77-78. Ai làm được việc gì
Mang lại nguồn hạnh phúc
Không thể mua bằng tiền
Thì ta hãy cùng vui
Với công đức kẻ ấy.

Làm vậy không gây hại
Đời sau được vui hơn
Nếu sinh lòng ganh tị
Ta sẽ gặt khổ đau
Đời sau càng khổ nữa.

79. Nói năng phải minh bạch
Dễ nghe, thâm tận tim
Phát xuất nơi từ tâm
Nhu hòa và chính xác.

80. Hãy nhìn ngắm chúng sinh
Vớ lòng dạ từ bi
Và nghĩ rằng nhờ họ
Mà ta sẽ thành Phật.

81. Phước lớn được thành tựu
Nhờ tín tâm vững bền
Nhờ đối trị việc ác
Nhờ cúng ba ruộng phước⁷

82. Phát xuất tận đáy lòng
Ta thường làm việc thiện
Điều lành hãy tự làm
Không giao cho kẻ khác.

83. Bồ thí và trì giới
Phải tăng tiến mỗi ngày
Đừng chê nhỏ, theo lớn
Nên thực hiện mọi hạnh.

84. Nhận thức được như vậy
Nên hiển mình làm thiện
Có thể phạm giới cấm
Vì lợi ích chúng sinh.

85. Chỉ ăn những gì cần
Chia sót thức ăn uống
Cho những vị tu sĩ
Cho kẻ khổ, cô đơn
Cho người rơi xuống thấp

Bồ tát cho tất cả
Trừ ba bộ áo quần.

86. Thân phục vụ chánh pháp
Nên không để tổn thương
Nhờ vậy mau thực hiện
Ước nguyện cứu chúng sinh.

87. Không hy sinh thân mạng
Cho kẻ thiếu từ bi
Bồ tát chỉ xả thân
Vì mục đích tối thượng.

88. Không thuyết pháp cho người
Có thái độ bệnh hoạn
Đội mũ, không cung kính
Cầm gậy, cầm binh khí .

89. Không thuyết pháp cho người
Khác phái ở một mình
Không nói pháp thâm sâu
Cho kẻ thiếu thông minh
Nhưng cũng phải cung kính
Mọi pháp dù sâu cạn⁸

90. Không nên giảng Tiểu thừa
Cho người đủ điều kiện
Lãnh hội pháp Đại thừa
Không được thu hút người
Bằng cách giảng sai kinh
Và sai chú Mật tông⁹

91. Không được nhổ nước bọt
Và vứt tăm xỉa răng
Bừa bãi nơi công cộng
Không được phép phóng uế
Lên đất đai canh tác
Và nguồn nước sạch trong.

92. Khi ăn chớ đầy miệng
Há miệng, nhai ra tiếng

Ngồi không đong đưa chân
Không xoa tay vào nhau.

93. Không đi xe, ngủ đêm
Chung với người khác phái
Hầu tránh sự dị nghị
Khiến người mất niềm tin.

94. Không nên dùng ngón tay
Chỉ đường hoặc ra lệnh
Mà phải tỏ lịch sự
Đưa nguyên bàn tay phải .

95. Không đưa tay vẫy gọi
Trừ khi gọi gấp rút
Búng ngón tay thành tiếng
Bằng không mất uy nghi.

96. Hãy ngủ trong chánh niệm
Nằm đúng theo tư thế
Như khi Phật nhập diệt
Lúc tỉnh giấc, dậy liền.

97. Phật dạy vô số hạnh
Không thể nào kể hết
Pháp thanh lọc tâm này
Nên gắng thực hành ngay.

98. Ngày như đêm ba lần
Tụng niệm Kinh Ba Phần¹⁰
Y theo tâm Bồ đề
Giải trừ dần ác nghiệp.

99. Bất cứ hoàn cảnh nào
Do ta hoặc người tạo
Phải tinh tấn thực hành
Những lời đức Phật dạy.

100. Bất cứ giáo pháp nào
Đưa đến sự giải thoát

Con Phật đều thực hành
Được vậy, sẽ gặt phước.

101. Bồ tát làm mọi hạnh
Vì lợi ích chúng sinh
Trực tiếp hay gián tiếp
Và hồi hướng tất cả
Vì sự nghiệp giác ngộ.

102. Dù phải mất tính mạng
Bồ tát không xa lìa
Các bậc thiện trí thức
Tinh thông nghĩa đại thừa.

---o0o---

Nguồn gốc giới luật

103. Để biết cách hầu Thầy
Nên học những phép tắc
Trong truyện Cát Tường Sinh¹¹
Và thêm các kinh khác.

104. Nên đọc các tạng kinh
Có trình bày giới luật
Trước hết hãy tìm đọc
”Thánh xứ hư không tạng”.

105. Kinh “Học xứ tập yếu”
Đã diễn rộng lý do
Vì sao phải tu hành
Vậy cần đọc bộ luận
”Chúng học xứ tập yếu”.

106. Hoặc cũng nên tìm đọc
”Nhất thiết kinh tập yếu”
Và cũng cần đọc kỹ
Song luận của Long Thọ .

107. Kinh luận trên ghi rõ
Điều cấm, điều nên theo

Tu đúng lời kinh dạy
Giữ lòng tin trên đời.

108. Định nghĩa của chánh niệm
Tóm gọn lại như sau:
Luôn quán sát thật kỹ
Trạng thái Thân và Tâm.

109. Tụng niệm để thực hành
Đọc suông không có ích
Nếu chỉ đọc toa thuốc
Làm sao trị bệnh lành?

---o0o---

CHƯƠNG SÁU - NHÃN NHỤC

Sân hận

1. Một con giận phá hủy
Công đức ngàn kiếp tu
Tích lũy từ bố thí,
Từ cúng dường Thế tôn.

2. Sân hận vô cùng ác
Nhẫn nhục vô cùng lành
Bởi thế bằng mọi cách
Phải siêng tu nhẫn nhục.

3. Ngày nào trong tâm ta
Nọc hận thù tồn tại
Ta sẽ không ngủ yên
Mất an lành, hạnh phúc.

4-5. Một người chủ nổi giận
Có thể bị giết chết
Bởi kẻ được ông giúp
Mà trở nên giàu sang
Và người khác kính trọng.

Với tấm lòng sân hận
Dù ban ơn cho ai
Họ cũng không hạnh phúc
Bạn bè cũng lánh xa.

6. Sân hận là kẻ địch
Tạo nên nhiều khổ đau
Ai khắc phục sân hận
Vui đời này, kiếp sau .

7. Những thứ không vừa ý
Hoặc lòng tham bị chặn
Đều nuôi dưỡng sân hận
Và làm khốn khổ tôi.

8. Vì vậy tôi muốn diệt
Những chất nuôi dưỡng này.
Sân hận duy chỉ biết
Làm hại tôi mà thôi.

---o0o---

Nhãn nhục

Nhãn nhục đối với đau khổ

9. Dù gặp cảnh ngược đãi
Nên giữ tâm an vui.
Bực tức không sinh lợi
Lại cướp mất phước lành.

10. Nếu có cách cứu chữa
Những tình huống rắc rối
Thì khổ đau làm gì?
Nếu không có giải pháp
Khổ đau không lợi chi!

11. Ta không muốn cho mình
Cũng như cho bạn bè
Bị khổ đau, khinh dể
Bị chửi mắng, vu oan ;

Duy chỉ có kẻ thù
Muốn chúng ta như thế.

12. Hạnh phúc khó đạt thay
Đau khổ thường xảy đến
Nhưng giải thoát chỉ đạt
Khi thắng vượt khổ đau
Bởi vậy, tâm ta ơi
Hãy dũng cảm kiên định!

13. Người nào tu khổ hạnh
Thờ nữ thần Durga ¹²
Tự thiêu, xẻ thịt mình
Không hy vọng giải thoát;
Sao ta không can đảm
Chịu khổ vì giải thoát?

14. Nhờ tập luyện thường xuyên
Điều gì cũng thành tựu
Trước cố chịu khổ nhỏ
Sau chịu được khổ lớn.

15. Những loại khổ tâm thường
Do muỗi mòng, rít cắn
Hoặc đói khát, nhức ngứa
Chúng không vô dụng đâu!

16. Chẳng nên mất nhãn nhục
Khi khổ vì nóng lạnh
Hay kiệt sức bệnh đau
Hoặc tra tấn, ngục tù
Nếu ta mất nhãn nhục
Đau khổ càng tăng thêm.

17-18. Có người thấy máu chảy
Lòng dũng cảm càng tăng;
Có người thấy máu chảy
Lại té xỉu bất tỉnh.

Điều ấy tùy thuộc tâm
Vững mạnh hay yếu đuối

Bồ tát phải tự chủ
Vượt qua mọi khổ đau.

19. Dù trải qua thống khổ
Bậc trí vẫn an nhiên
Quyết đánh giặc phiền não
Không lo sợ tật nguyên.

20. Kẻ anh hùng hiển vinh
Nhờ chiến công oanh liệt
Còn chiến sĩ nhát gan
Chỉ đâm thây đã chết.

21. Khổ cũng có điều hay:
Giúp ta trừ kiêu mạn
Mở lòng thương chúng sinh
Bỏ ác và kính Phật.

---o0o---

Nhẫn nhục trước bất công

22. Ta không giận gan, tim
Và bộ phận trong người
Dù chúng là nơi sinh
Bao đau đớn, bệnh tật
Sao đối với hữu tình
Lại nổi lòng sân hận?
Họ cũng là nạn nhân
Của đau đớn tật nguyên.

23. Dù không ai muốn bệnh
Bệnh vẫn đến hoành hành;
Dù không mong sân hận
Sân hận vẫn phá phách.

24. Nào có ai nghĩ trước:
“Bây giờ ta nổi sân”
Và sân đâu toan tính:
”Bây giờ ta xuất hiện”

25. Tất cả mọi lỗi lầm
Và hành động độc ác
Đều do nhân duyên sinh
Không có gì tự phát.

26. Nhân duyên lúc tập hợp
Không hề có ý nghĩ:
“Ta sinh một thứ gì”
Một cái gì được sinh
Trước đó đâu có nghĩ:
“Ta phải được sinh ra”

27. Những gì được gán gọi
Là chất liệu nguyên sơ
Hoặc gán là “Cái Ta”
Đều không tự sinh ra
Sau khi nghĩ: “Ta sinh”.

28. Bởi vì trước khi sinh
Không có gì hiện hữu
Vậy cũng không có gì
Khởi ý muốn được sinh
Bởi vì luôn bám víu
Vào cái Ta vĩnh cửu
Nếu không thể tách rời
Đối tượng của “Cái Ta”
Là chất liệu nguyên sơ
Và mãi mãi như vậy.

29. Nếu cái ta vĩnh hằng
Thì nó phải bất động
Giống như là hư không;
Làm sao cái bất động
Lại có thể hành động
Ngay trong khi nối kết
Với những nhân duyên khác.

30. Nếu tiếp xúc duyên khác
Cái ta vẫn như xưa
Vậy thì trong hai thứ

Cái Ta và duyên khác
Ai tác động ai đây?
Nếu bảo “Ta” tác động
Thì điều này không đúng;
Cái Ta không tác động
Vì nó không thể có
Một lúc hai tự tánh
[Bất động và biến đổi].

31. Như vậy mọi sự vật
Đều sinh từ nhiều duyên
Và bất cứ duyên nào
Cũng lệ thuộc duyên khác;
Ý thức được như vậy
Ta không bị phiền nhiễu
Vì tất cả hiện tượng
Đều chỉ là ảo tượng
Sinh từ những ảo thuật!

32. (Hỏi) Nếu mọi vật là ảo
Thì “Ai” chế ngự giận?
Và nếu nói chẳng có “ai”
Thì cần chi trừ giận?

(Đáp) Thực ra cần trừ giận
Vì dòng thác nhân quả
Vẫn luôn luôn tiếp diễn
Nhờ chế ngự được giận
Mà cắt đứt khổ đau .

33. Bởi vậy khi nhận thấy
Bạn, thù muốn hại ta
Hãy nghĩ là duyên sinh
Và giữ tâm thanh tịnh.

34. Nếu mọi sự phát sinh
Do ý muốn con người
Thì thế giới an lạc
Bởi chẳng ai chọn khổ.

35-36. Vì vô ý tự hại
Bởi vật nhọn, gai đâm
Vì giận, đôi nữ sắc
Nên cấu xé lẫn nhau
Chịu đói khát khổ sở;

Có kẻ lại tự tử
Nhu thất cổ, nhảy sông
Hoặc uống những chất độc
Hay gây ra tội ác.

37. Dưới bạo lực ái dục
Con người tự hủy mình
- Hủy cái thân quý báu -
Thế thì sao tránh khỏi
Làm hại những người khác?

38. Kẻ điên vì ái dục
Luôn tìm cách tác hại
Nếu không thương xót được
Thì đừng nên giận họ .

39. Nếu bản chất kẻ ấy
Là chuyên hãm hại người
Giận họ cũng vô lý
Khác nào giận lửa đốt .

40. Nếu bản chất họ lành
Phạm lỗi vì vô tình
Giận họ cũng vô lý
Khác nào giận không khí
Bị nhiễm khói sặc sụa.

41. Khi bị đánh bằng gậy
Ta oán người cầm gậy
Song chính là cơn giận
Đã sai khiến họ đánh
Vậy nên ghét cơn giận.

42. Xưa tôi làm khổ người
Nay người hãm hại tôi

Tôi đành phải nhận lãnh
Quả báo tôi đã gieo.

43. Vũ khí của kẻ kia
Và thân này của tôi
Cả hai là nguyên nhân
Tác thành sự đau khổ
Kẻ kia có vũ khí
Còn tôi có thân này
Vậy phải giận ai đây?

44. Thân như vết thương nặng,
Chạm nhẹ cũng đau điếng
Mù quáng tôi ôm giữ
Thử hỏi khi nó đau
Tại sao tôi tức giận?

45. Tôi không muốn khổ đau
Nhưng vì sự ngu muội
Mà tạo ra nguyên nhân
Gây nên sự đau khổ.
Đó là lỗi của mình
Sao lại giận người khác?

46. Chính hành động của tôi
Đã tạo nên địa ngục
Và rừng kiếm, núi đao
Vậy nên giận ai đây?

47. Chính hành động của tôi
Đã khiêu khích người khác
Và khiến họ hại tôi
Họ bị đọa địa ngục
Vậy tôi đã hại họ.

48. Nhờ những kẻ hại tôi
Mà tôi tu nhân nhục
Trừ được nhiều tội lỗi;
Vì tôi đã nhân nhục
Nên họ sa địa ngục
Chịu đau khổ lâu dài.

49. Chính tôi làm hại họ
Khi họ làm lợi tôi
Sao tôi còn lật lọng
Hỡi cái tâm hồ đồ.

50. Nhờ tâm được thanh lọc
Tôi không đoạ địa ngục
Tôi đã tự cứu mình
Kẻ kia được thứ chi?

51. Nếu ăn miếng trả miếng
Tôi chẳng cứu vớt họ
Họ phải chịu đọa đày
Còn tôi thì thất bại
Trên con đường tu tập.

---o0o---

Nhẫn nhục qua nhận thức thực tại

52. Tâm không có hình thể
Nên không bị tổn thương
Nếu bám chắc vào thân
Khi thân này đau khổ,
Tâm sẽ bị khổ đau.

53. Lời khinh khi, thô ác
Tiếng mắng chửi, vu oan
Không làm hại thân được
Sao tâm lại nổi sân?

54. Có kẻ dèm pha ta
Nhưng sự “không ưa” ấy
Từ nay đến đời sau
Có cần xé ta đâu
Sao ta ganh ghét họ?

55. Nếu ta ganh ghét họ
Vì sợ mất lợi lộc

Lúc chết lợi cũng mất
Nghệp ác vẫn còn hoài.

56. Tốt nhất thà chết sớm
Hơn sống làm nghề ác
Sống lâu đâu thoát được
Khổ đau của cái chết .

57-58. Hai người nằm chiêm bao
Kẻ thấy vui trăm năm
Người sống trong khoảnh khắc
Nhưng khi bừng tỉnh giấc
Hạnh phúc đều biến tan .

Cuộc đời như giấc mộng
Dù tuổi thọ ngắn dài
Khi sinh mạng chấm dứt
Hạnh phúc đều tiêu tan.

59. Dù tiền rừng bạc biển
Dù lạc thú lâu dài
Lúc chết tay trống trơn
Mình trần như bị cướp.

60. Có kẻ quan niệm rằng
Nờ của để mà sống
Để giải ác, tích thiện
Nhưng nổi sân vì lợi
Thì phước mất, tội sinh.

61. Nếu chỉ vì mưu sinh
Mà làm chuyện thất đức
Một đời sống như vậy
Cuối cùng lãnh ác đọa
Sống như thế ích chi?

62. Ta ghét kẻ nói xấu
Làm ta mất tín nhiệm
Sao ta không ghét kẻ
Nói xấu bao người khác?

63. Sao người vẫn bình thản
Với kẻ chê người khác
Bởi người không dính vào;
Sao người không nhẫn nhịn
Với kẻ vu oan người
Mà chính ngay kẻ ấy
Bị ái dục chi phối?

64. Đối với người phá tượng
Đập chùa, chê chánh pháp
Ta không nên nổi giận
Bởi vì bậc Giác ngộ
Không vì vậy khô đau.

65. Với kẻ xúc phạm Thầy
Và người thân của ta
Ta nên dẫn cơn giận
Mà nên quán chiếu rằng
Đó là nhân duyên sinh.

66. Khổ sinh từ nhân duyên
Cố ý hay vô tình
Chúng sinh không thể thoát
Chỉ chúng sinh hữu tình
Mới ý thức được khổ
Vậy ta nên nhẫn chịu.

67. Người làm ác bởi si
Kẻ nổi giận vì mê
Vậy ai người có lỗi
Vậy kẻ nào vô tội?

68. Xưa ta đã tạo nghiệp
Nay ta nhận quả báo
Mọi sự sinh tử nghiệp
Sao ta trách giận người?

69. Khi đã hiểu như vậy,
Ta cố làm việc lành
Cầu mong mọi chúng sinh
Biết yêu thương lẫn nhau.

70-71. Một ngôi nhà bốc lửa
Có thể lan nhà bên
Ta phải rút tranh rạ
Và thứ dễ bắt lửa;
Cũng vậy phải loại ngay
Bao ý niệm tham đắm
Bắt mối cho lửa sân
Thieu rụi kho công đức.

72. Kẻ tử tù được thả
Sau khi bị chặt tay
Phải chăng là bất hạnh?
Kham chịu khổ thế gian
Để thoát khổ địa ngục
Phải chăng là bất hạnh?

73. Nay ta không chịu nổi
Một chút khổ nhỏ nhỏ
Sao ta không diệt sân
Vì nó là nguyên nhân
Sinh ra khổ địa ngục?

74. Vì sân nên ngàn lần
Tôi đã bị đau khổ
Vì lửa địa ngục đốt.
Điều này chẳng lợi gì
Cho ta và kẻ khác!

75. Đau khổ của đời này
So ra tương đối nhẹ
Mà còn đem lợi lớn;
Vậy ta nên vui vẻ
Nhẫn chịu khổ nhỏ này
Vì nó giúp xua tan
Đau khổ của chúng sinh.

Ganh ty

76. Có những kẻ hân hoan
Và không ngớt ca ngợi
Công đức của người khác.
Tâm ý của ta ơi!
Sao không biết hân hoan
Nhập cuộc khen ngợi này!

77. Đó là một niềm vui
Không thể nào chê trách
Đó là nguồn hạnh phúc
Mà thánh nhân không chê
Đó cũng là phương tiện
Để thu phục lòng người.

78. Nếu người không chấp nhận
Niềm an vui kẻ khác
[Bởi vì người ganh ty]
Thì người sẽ mất sạch
Tất cả những phước đức
Hiện rõ hay ẩn tàng.

79. Ai khen công đức ta
Ta mong họ an vui
Ai khen công đức người
Sao người lại thờ ơ?

80. Ta phát tâm Bồ đề
Cầu mọi loài an vui
Nay chúng sinh hạnh phúc
Sao người lại sân hận?

81. Lúc đầu người phát tâm
Cầu mọi người thành Phật
Được ba cõi cúng dường;
Nay sao người sâu khổ
Khi người khác được cúng?

82. Đối với gia đình người
Người phải lo cấp dưỡng

Nay kẻ khác cung phụng
Sao người lại nổi sân?

83. Không cầu mong chúng sinh
Được một chút toại ý
Thì sao cầu mong chúng
Được thành tựu giác ngộ?

84. Các lễ vật cúng dường
Không đến tay khát sĩ
Ắt còn tại thí chủ
Chúng không thuộc phần ta
Ta bận tâm làm gì
Vớ việc cho hay không?

85. Khất sĩ có nên chǎng
Bỏ phước báo cúng dường?
Thí chủ có nên chǎng
Kèm hãm hạnh bố thí?
Người còn hận nổi gì!

86. Người chǎng hối lỗi mình
Do nghiệp ác gây ra
Lại tranh chấp với người
Biết tô bồi phước đức?

87-88. Kẻ thù người gặp nạn
Có gì để người vui?
Không phải vì người muốn
Mà tai nạn xảy ra.

Dù kẻ kia bị nạn
Theo ý người mong muốn
Thì người được lợi gì?
Và nếu người nói rằng
“ Thế là tôi mãn nguyện”
Thì tai ương lớn hơn
Bám chặt người sau này.

89. Đó là lưới câu sǎc
Mà ái dục tung ra

Lúc cá đã cắn câu
Ngục tốt mua nẫu như
Trong nồi đồng địa ngục.

90-91. Khen ngợi và vinh quang
Không tăng thêm công đức
Không nâng cao tuổi thọ
Và khỏe mạnh, sống lâu
Cũng không khiến thân thể
Được vui thú, khinh an.

Tuy chúng là những thứ
Mà người khôn ở đời
Tìm thấy được lợi thế
Và với kẻ mua vui
Thì rượu chè bài bạc.

92. Vì mưu cầu danh vọng
Mà mất cửa, tán mạng.
Danh vọng nuốt được chăng?
Chết rồi ai vui hưởng ?

93. Khi lâu đài cát sụp,
Trẻ nít liền khóc than
Tâm ta như tâm chúng
Khi danh vọng suy tàn.

94. Lời khen là tiếng vang
Nó chẳng có trí óc
Vậy thì nó làm sao
Có thể khen tôi được?
Nhưng với ý nghĩ rằng
Ai đó vui vì tôi
Thì đó là lý do
Khiến cho lòng tôi vui.

95. Nếu niềm vui của tôi
Đến từ vui của người
Thì dù trường hợp nào
Tôi vẫn được vui tươi
Vậy sao tôi không vui

Khi có người sung sướng
Mở lời khen kẻ khác?

96. À thế ra cuối cùng
Ta vui vì được khen
Một thái độ như vậy
Khác gì trò trẻ con?

98. Danh vọng và lời khen
Quấy nhiễu tâm thanh tịnh
Làm suy nổi lo sợ
Trước sinh tử luân hồi
Chúng nảy sinh ganh tỵ
Đối với người đức độ
Vì vậy bao công đức
Được chính tôi tạo ra
Sẽ trở thành mây khói.

---o0o---

Kẻ thù là ân nhân

99. Những kẻ nào chống đối
Và chôn danh vọng tôi
Chính họ là những người
Ngăn tôi vào nẻo ác.

100. Người tầm cầu giải thoát
Không để lợi danh buộc
Sao ta lại tức giận
Kẻ cời trói cho ta?

101. Khi tôi muốn đi đến
Một nơi đầy thống khổ
Nhờ phước lành của Phật
Khiến người muốn hại tôi
Đóng cửa chặn đường đi
Không cho vào chốn khổ
Tai sao tôi giận họ?

102. Bảo rằng: “Họ cản trở
Công đức tôi muốn làm”
Cũng không nên giận họ
Vì con đường tôi chọn
Là tu hạnh nhẫn nhục
Vậy sự ngăn chận ấy
Là điều kiện rất tốt
Giúp cho tôi tu hành.

103. Tự mình đã gây lỗi
Lại không nhẫn nhịn người
Là tôi tự cản trở
Việc tu tạo phước đức.

104. Cái này không thể có
Nếu cái kia không có
Và nếu cái này có
Thì cái kia là nhân;
Kẻ hại ta là nhân
Giúp ta tu nhẫn nhục
Sao bảo họ phản phúc?

105. Người xin đến đúng thời
Không ngăn việc bố thí
Khất sĩ đi truyền giới
Không phải là trở ngại
Cho người muốn xuất gia.

106. Những kẻ đi ăn xin
Có mặt khắp mọi nơi
Ngược lại rất khó tìm
Những kẻ muốn hại người
Đâu có ai hại tôi
Nếu tôi không hại ai.

107. Kẻ thù tự đến tôi
Nhu kho báu trong nhà
Không nhọc công tìm kiếm
Kẻ thù ấy giúp tôi
Trên đường đến giác ngộ!

108. Có kẻ thù và tôi
Mới tác thành hạnh nhãn
Quả báo công đức ấy
Nên dành cho kẻ thù
Đã tạo duyên tu nhân.

109. Nếu nghĩ rằng kẻ thù
Không có ý giúp tôi
Để triển khai hạnh nhãn
Nên không đáng coi trọng
Thì tôi cũng không nên
Cung kính với chánh pháp
Vì chánh pháp vô tư
Trong việc tôi tu hành.

110. Nếu không trọng kẻ thù
Bởi muốn hãm hại tôi
Vậy làm sao tu nhân?
Tu với y sĩ ư
Kẻ hết lòng chữa bệnh?

111. Khi nhận biết ác ý
Của kẻ thù nghịch ta
Hãy phát khởi nhẫn nhục
Họ là nguồn nhẫn nhục
Vậy nên cung kính họ
Như cung kính chánh pháp.

---o0o---

Yêu thương chúng sinh

112. Bởi vậy đức Phật dạy
Chúng sinh và chư Phật
Đều là ruộng phước tốt
Nhờ cúng dường cả hai
Nhiều người sẽ giác ngộ.

113. Nhờ chúng sinh và Phật
Mà ta đạt hạnh Phật

Sao chỉ cung kính Phật
Mà không kính chúng sinh?

114. Chủ trương của chư Phật
Không đồng với chúng sinh
Song tác động ngang nhau
Đều giúp ta thành Phật.

115. Chúng sinh không số lượng
Nên cúng dường tất cả
Nhờ vậy mà nhận được
Phước đức lớn vô biên
Công đức Phật vô lượng
Nhờ cúng dường đức Phật
Cũng được phước không lường.

116. Chư Phật và chúng sinh
Tất cả đều giúp ta
Thành tựu được hạnh Phật
Song không chúng sinh nào
Có thể so với Phật
Vì biển công đức Phật
Vốn vô lượng vô biên.

117. Tuy vậy với chúng sinh
Có chút ít công đức
Thì ba cõi hợp lại
Không đủ để cúng dường.

118. Tất cả mỗi chúng sinh
Đều có sẵn Phật tính
Nên cúng dường chúng sinh
Là cúng dường Phật tính.

119. Phật là bạn chúng sinh
Ban vô lượng ân đức.
Vậy muốn báo ơn Phật
Hãy cứu giúp chúng sinh.

120. Hãy làm lợi chúng sinh
Mới đủ báo ơn Phật

Phật từng bỏ thân mạng
Tự vào ngục Vô gián
Để cứu độ chúng sinh
Vậy ta nên cứu độ
Cho tất cả sinh linh
Và ngay cả kẻ thù.

121. Phật cứu độ chúng sinh
Không tiếc nuôi thân mình
Sao tôi vẫn ngạo mạn
Không phục vụ chúng sinh?

122. Người vui, Phật vui theo
Người khổ, Phật thương xót
Giúp muôn loài hạnh phúc
Thì Phật cùng hân hoan
Làm đau khổ chúng sinh
Tức làm tổn thương Phật.

123. Khi thân bị lửa vây
Làm sao vui sướng được
Khi thấy chúng sinh khổ
Các bậc Đại Từ Bi
Không thể nào an lạc.

124. Quá khứ tôi gây khổ
Cho bao nhiêu chúng sinh
Vô tình làm buồn Phật
Nay tôi xin sám hối
Xin Phật tha thứ cho.

125. Để dâng Phật niềm vui
Từ nay đến tương lai
Tôi phục vụ muôn loài
Với trái tim thành khẩn
Dầu tôi bị chà đạp
Vẫn ráng làm Phật vui.

126. Phật với tâm Đại bi
Xem chúng sinh như mình

Tất cả có Phật tính
Sao ta không tôn kính?

127. Tôn thờ Đức Thế tôn
Đạt mục tiêu giải thoát
Xoá đau khổ trần gian
Là nhiệm vụ của tôi.

128-129. Vị đại thần của Vua
Đàn áp, hại dân chúng
Kẻ nhìn xa trông rộng
Chẳng thay đổi được gì
Bởi sau lưng ông ấy
Còn thế lực của Vua.

130. Đối với kẻ yếu đuối
Đã gây nên tội lỗi
Cũng không nên tiêu diệt
Bởi vì sau lưng hắn
Là thế lực quý báu
Đang giữ cửa địa ngục
Và cửa Phật tử bi
Bởi vậy với chúng sinh
Ta cần phải phục vụ
Như ta là kẻ hầu
Của vị vua để cứu.

131. Sự trừng phạt của vua
Được so sánh nổi chẳng
Với thống khổ địa ngục
Do quả báo hành động
Ngược đãi hại chúng sinh?

132. Sự ban ơn của vua
Đủ so sánh được chẳng
Với thành tựu Phật quả
Từ hành động lợi tha
Giúp chúng sinh an lạc?

133-134. Khoan nói đến Phật quả
Kết tựu từ hành động

Quý trọng mọi chúng sinh
Ngay trong cõi đời này
Kẻ nhân nhục nhận được
Bao hạnh phúc tràn đầy
Của một vị Đế vương
Ví như được danh vọng
Được sắc đẹp, vui tươi
Được sức khỏe, trường thọ.

---o0o---

CHƯƠNG BẢY - TINH TẤN

1. Sau khi đạt nhân nhục
Phải tu hạnh tinh tấn
Sức mạnh của chuyên cần
Là nguồn gốc giác ngộ
Nếu tinh tấn không có
Công đức sẽ không sinh
Như khi gió lặng thình
Thì không có chuyển động.

2. Vậy Tinh tấn là gì ?
- Là làm lành, tránh dữ.
- Đối nghịch là lười biếng,
Chán nản, không tự tin,
Hướng về nẻo bất chính.

---o0o---

Những lực đối kháng

3. Nhân rồi, ham hưởng lạc
Ưa ngủ, thích dựa người
Khiến cho lòng thờ ơ
Trước luân hồi thống khổ.

4. Bị tật xấu sẵn đũa
Sụp vào bẫy thọ sinh

Sao người không biết mình
Rơi vào miệng thần chết?

5. Người thấy chằng đồng bạn
Lần lượt bị giết hại
Sao người vẫn đứng đưng
Như trâu trước đồ tể ?

6. Bị tử thần rình rập
Lối thoát bị phủ vây
Sao người vẫn thích thú
Ăn ngủ và yêu đương ?

7. Thần Chết chuẩn bị xong
Liên tìm ngay đến người
Khi ấy bỏ biếng lười
Cũng đã là quá muộn!

8-10. “Việc này tôi chưa đạt
Việc kia vừa khởi công
Việc khác còn dang dở“
Tử thần đột nhiên đến
Khiến lòng tôi suy nghĩ:
“Ôi! Mạng ta hết rồi“

Nhìn người thân tuyệt vọng
Lệ đầm má u sầu
Thấy sứ giả tử thần
Ray rức nhớ tội ác
Tai vang tiếng địa ngục
Cuống quít biết làm gì?

11. Như cá nằm cát nóng
Thống khổ biết đường nao
Kinh thay lửa địa ngục
Dành riêng cho tội nhân!

12. Như da non trẻ thơ
Bỏ nước sôi đau xót
Làm sao an nhiên được
Trước quả báo địa ngục?

13. Lười mà muốn được thưởng
Khác nào đưa trẻ thơ
Thích được nước sôi dội.
Thần chết đến thành linh
Lại tưởng mình trường sinh!
Người đương nhiên phải chết!

14. Hãy sử dụng thân này
Như một chiếc bè con
Đề mau vượt biển khổ;
Chiếc bè này mai sai
Thật vô cùng khó kiếm
Này hỡi kẻ ngu ơi
Đừng ngủ trong lúc này!

15. Hãy theo Pháp cao thượng,
Nguồn an lạc tuyệt đỉnh
Hãy bỏ thói hư hèn
Dẫn đưa đến khổ đau.

---o0o---

Phương pháp hỗ trợ cho sự tu tập Tinh tấn

16. Hãy tu tập thiền định
Hãy can đảm tự tin
Và làm chủ chính mình
Hãy thực hành bình đẳng¹³
Đổi vị trí cho nhau
Đặt người vào chỗ ta
Ta đổi chỗ với người
Xem người cũng như ta.

---o0o---

Tự tin

17-18. Đừng để nhụt ý chí
Vì lo lắng bản khoản
“Mình giác ngộ được chăng?”

Bởi vì Phật tuyên bố
Điều chân thật sau đây:
Nhờ sức mạnh Tinh tấn
Mà côn trùng, ruồi muỗi
Có ngày được giác ngộ.

19. Tôi được sinh làm người
Biết phân biệt xấu tốt
Nếu sống hạnh Bồ Tát
Chẳng lẽ không giác ngộ ?

20. Nếu nói : “Tôi lo sợ
Phải bỏ thí tay chân”
Đó là thiếu suy xét
Không cần phân nặng nhẹ.

21. Trải qua vô số kiếp
Tôi đã muôn triệu lần
Bị đâm, đốt, cưa, xẻ
Song vẫn chưa giác ngộ.

22. Ngược lại, khổ hôm nay
Giúp tôi được giác ngộ;
Khổ này có giới hạn
Như thể lấy gai đâm
Phải chịu đau khi mổ

23. Y sĩ muốn trị bệnh
Dùng liệu pháp gây đau
Vậy cố chịu khổ nhỏ
Để diệt trừ khổ lớn.

24. Người y sĩ tài ba
Không cần liệu pháp ấy;
Bằng phương pháp dịu êm
Cũng chữa lành bệnh nặng.

25. Đấng Y Vương dạy rằng
Đệ tử lúc ban đầu
Nên bỏ thí thực phẩm,

Khi tu tập nhuần nhuyễn
Mới bỏ thí thịt da.

26. Khi tâm đã thuần thực
Xem thân như cỏ cây
Thì khó chi bỏ thí
Thân thể và thịt xương!

27. Lúc ấy bậc Bồ Tát
Thoát ly mọi khổ đau
Của cả thân và tâm.
Chính tà kiến chấp ngã
Làm thân tâm khô sào.

28. Nhờ tạo được phước đức
Nên thân hưởng khinh an
Nhờ tinh tấn tu tập
Nên tâm hưởng thanh tịnh;
Vì lợi ích chúng sinh
Bồ Tát vào sinh tử
Nhưng chẳng hề khổ đau.

29. Nhờ năng lực bồ đề
Tẩy trừ nghiệp ác xưa
Tạo vô lượng công đức
Nên hơn hàng Thanh Văn.

30. Có bậc Hiền giả nào
Lại sinh lòng chán nản
Khi cỡi xe Bồ đề
Lướt qua mọi mỗi mệt
Đi từ hạnh phúc này
Đến bao hạnh phúc khác?

---o0o---

Các năng lực

31. Để cứu độ chúng sinh
Cần có bốn năng lực:

Là nguyện vọng, quyết tâm
Hoan hỷ và điều độ;
Qua thể nghiệm khổ đau
Và quán sát lợi ích
Phát sinh từ việc thiện
Mà nguyện vọng lớn lên.

32. Muốn tăng trưởng tinh tấn
Hãy trừ lực đối nghịch
Bằng sáu lực sau đây:
Nguyện, tự tin, hỷ, xả
Hy sinh và giới hạnh.

---o0o---

Nhu cầu làm điều thiện

33. Phải diệt trừ vô số
Lỗi của mình và người;
Trong việc thanh lọc này
Để diệt mỗi một lỗi
Phải cần vô số kiếp.

34. Trong khi tôi chưa có
Một mảy may tinh tấn
Để thực sự diệt lỗi,
Song không hiểu tại sao
Tim tôi không vỡ tung
Trước vô số khổ đau?

35. Khó thay việc góp nhặt
Hằng hà sa công đức
Cho tôi và cho người
Trong khi chỉ để đạt
Mỗi một công đức thôi
Phải tu vô lượng kiếp.

36. Vậy mà tôi chưa hề
Tu được công đức nào
Vô ích thay cái kiếp
Được mang thân con người!

37. Tôi chưa được hạnh phúc
Dâng lễ cúng dường Phật
Vẫn chưa cung kính Pháp
Chưa cứu giúp người nghèo.

38. Tôi chưa đem an toàn
Đến những người lo sợ
Và chưa đem hạnh phúc
Đến người bị đọa đày.
Tôi trở thành bào thai
Cũng chỉ để đau khổ.

39. “Vì trong kiếp quá khứ
Không hướng về Phật Pháp
Nên nay chịu thiệt thòi!”
Ai nhận thức như vậy
Sẽ không ngờ Chánh Pháp.

40. Đức Phật chỉ dạy rằng
Thệ nguyện làm điều lành
Là nguồn gốc phước đức
Nguyện này được khởi sinh
Từ quán chiếu thường xuyên
Về nhân quả hành động.

41. Hành động của kẻ ác
Luôn đem lại hậu quả
Là hy vọng tiêu tan
Là khổ đau, ngao ngán.

42. Do tâm nguyện hướng thiện
Mà làm nhiều việc lành
Đến đâu cũng gặp được
Những phước báo hiện tiền.

43. Những kẻ làm điều ác
Dù cầu mong hạnh phúc
Đến đâu cũng khổ đau
Do gặp quả báo ác.

44. Nhờ luôn làm việc lành
Nên Bồ tát hóa sinh
Trong lòng sen thơm ngát ¹⁴
Với thân thể đẹp tươi
Trong hào quang chư Phật
Được nuôi nấng vinh quang
Bằng pháp âm vi diệu
Và sống như con Phật
Trước mặt đấng Như Lai.

45. Nhưng khi gieo nghiệp ác
Hậu quả sẽ bi đát
Bị ngục tốt Diêm Vương
Lột da, lóc thịt xương
Uống nước đồng sôi sục
Quy ngã trên sàn nóng
Bị gươm dao nung đỏ
Chém bằm thịt nát nhừ.

---o0o---

Quyết tâm

46. Qua quán sát nhân quả
Ta cần phải phát nguyện
Quyết chí tu hạnh lành
Theo Kinh Kim Cương Tràng.

47. Trước khi làm việc gì
Hãy xét mọi khả năng;
Tốt hơn thà không làm
Hơn bỏ dở công việc.

48. Nếu cứ bỏ dở việc
Sẽ trở thành thói quen
Suốt đời đời kiếp kiếp;
Từ nghiệp ác như vậy
Đau khổ mãi gia tăng
Việc nào cũng dở dang
Thì giờ đành lãng phí!

49. Cần giữ ba quyết tâm :
Vì công việc của mình
Vì phiên não của mình
Vì năng lực của mình
“Tôi phải làm một mình“.
Đó chính là ý chí
Thúc đẩy tôi hành động.

50. Đòi không thể tự giúp
Bởi bị phiên não buộc
Vậy tôi phải giúp đời
Vì có khả năng hơn
So với kẻ lang thang.

51. Thấy người làm việc hèn
Sao tôi nở ngời yên
Phải chăng tôi ngã mạn
Nghĩ mình hơn kẻ khác
Tốt nhất đừng kiêu căng.

52. Đối với các kẻ chết
Con quạ làm tướng mình
Là đại bàng dũng mãnh
Khi tâm ta yếu hèn
Thì một buồng lung nhỏ
Cũng đủ làm hại ta.

53. Tại sao lại buồng lung
Không tinh tấn hành thiện?
Tôi cần phải tự tin
Và hăng hái tu hành
Dù gặp trở ngại lớn
Đều có thể vượt qua.

54. Với tín tâm kiên cố
Tôi khắc phục buồng lung
Nếu không thể thắng nó
Không thể vượt Tam giới.

55. “Tôi phải thắng tất cả
Tôi không để bị thua“

Chính kiến tôi như thế.
Tôi là sư tử con
Con của đảng Chiến thắng.

56. Bất cứ chúng sinh nào
Bị kiêu căng chế ngự
Đều thật sự yếu hèn.
Kẻ nào vững tự tin
Sẽ không để gục thua
Trước kẻ thù kiêu ngạo.

57.-58. Kiêu ngạo dẫn ta đến
Số phận rất tồi tệ
Dù rằng được làm người
Cũng chẳng được vui tươi
Ăn cơm thừa canh cặn
Xấu xí và suy nhược
Bị khinh chê khắp nơi
Đó chính là số phận
Của những kẻ kiêu căng.

(Hỏi) “Còn những kẻ khiêm tốn
Thuộc hạng người tự tin
Thì họ như thế nào?”

59.(Đáp) Họ là những anh hùng
Đầy chiến công oanh liệt
Thắng kẻ thù kiêu ngạo
Phá hủy sự lớn lên
Của ngã mạn đáng sợ
Rồi họ sẽ tuyên bố
Chiến công họ trọn thành
Cho thế gian đều biết ¹⁵.

60. Dù phiền não phủ vây
Họ không hề chiến bại
Hùng dũng như sư tử
Đứng giữa một bầy chồn.

61. Họ không để phiền não
Chiến thắng chế ngự mình

Như giữ gìn đôi mắt
Lúc cấp bách gặp nguy.

---o0o---

Hoan hỷ

62. Khi quyết làm việc gì
Bồ Tát say mê làm
Tâm để trọn vào đó
Giống như người đánh bạc
Mê say quyết ăn thua.

63. Vì mưu cầu hạnh phúc
Không ngại làm công đức
Hạnh phúc đến hay không
Lòng tự tại thông dong;
Duy chỉ có việc làm
Mới chính là hạnh phúc;
Vậy nếu không làm gì
Làm sao đạt hạnh phúc?

64. Lạc thú của trần gian
Như mật trên dao bén
Người đời nếm không chán;
Nhưng đối với công đức
Dẫn dắt đến an vui
Bồ Tát chán sao được?

65. Vì vậy xong việc này
Bồ Tát làm việc khác
Như voi bị nắng thiêu
Bắt gặp được ao mát
Liên ào ngay xuống tắm.

---o0o---

Quên mình

66. Say sưa làm kiệt sức
Bồ Tát nghỉ xả hơi
Để rồi lại tiếp tục;
Công đức nào hoàn thành
Bồ Tát để sang bên
Sẵn sàng nhận việc khác.

---o0o---

Hoàn toàn quên mình

67. Bồ Tát luôn đề phòng
Cú đòn của lạc thú
Và phản công hữu hiệu
Như kiếm sĩ tài ba
Trước kẻ địch lão luyện.

68. Trong trận, kiếm lở rơi
Kiếm sĩ vội nhặt lại
Bồ Tát cũng như vậy
Khi kiếm chánh niệm rơi
Liên nhặt lại tức khắc
Vì sợ sa địa ngục.

69. Như thuốc độc vào máu
Sẽ lan khắp toàn thân
Phiền não gặp tà kiến
Sẽ ngập tràn trong tâm.

70. Kẻ tu hạnh Bồ Tát
Phải hết sức chú ý
Như người mang bát dầu
Bị dọa chém rơi đầu
Nếu làm rơi một giọt.

71. Như rắn bò lên bụng
Tức tốc hất nó đi

Cũng vậy, phải xua ngay
Con lười biếng, uể oải.

72. Mỗi khi lỡ buông lung
Nên tự trách bản thân
Và suy nghĩ chín chắn
Về lỗi lầm đã làm
Để không còn tái phạm.

73. Vì vậy nên thân cận
Các bậc thiện tri thức
Để học cách tu tập
Giữ gìn được chánh niệm.

74. Trước khi làm công đức
Phải chú tâm nhớ lại
Lời dạy về chánh niệm
Và sẵn sàng tinh tấn.

75. Như bông tơ nhẹ nhàng
Bay thuận theo làn gió
Mọi việc của Bồ Tát
Tất cả đều thuận theo
Sức mạnh của Tinh Tấn
Nhờ vậy lực nhiệm màu
Cũng được tự phát huy.

---o0o---

CHƯƠNG TÁM - THIỀN QUÁN

1. Phát huy tinh tấn rồi
Bồ Tát tu thiền quán ;
Người mà tâm tán loạn
Bị giam chôn buồn phiền.

---o0o---

Sống ẩn dật

2. Nhờ thân, tâm xa lìa
Với cuộc đời trần thế
Bỏ tất sống ẩn dật
Nên tán loạn không sinh.

---o0o---

Thân sống thoát ly

3. Vì luyến ái tự ngã
Vì tham lợi tham danh
Nên bám víu trần thế;
Hãy theo bậc trí tuệ
Quán chiếu điều sau đây:

4. “Ai có tâm vắng lặng
Với trí tuệ sáng suốt
Mới diệt được buồn phiền”
Vậy cần phải bắt đầu
Bằng tu tập an định;
Nhưng vị đã hoan hỷ
Sống ly cách thế gian
Tu theo phương pháp này
Đã đạt tâm an định.

---o0o---

Từ bỏ luyến ái

5. Thân ta đã giới hạn
Vậy ta đâu thể nào
Yêu người cũng hạn định
Dù tái sinh ngàn lần
Cũng khó gặp người xưa.

6. Tìm không gặp, sẽ buồn
Không giữ được chánh định
Nếu gặp, cũng đau khổ

Vì tâm tư sục sôi
Bao đòi hỏi thuở xưa.

7. Vì không thấy thực tại
Nên con người lãng quên
Nỗi sợ hãi địa ngục ;
Vì luyến ái người yêu
Đành chịu tiếp khổ lụy.

8. Mãi bận bịu người thân
Đời trôi qua vô nghĩa
Vì bè bạn không bền
Đành xa Pháp vĩnh cửu.

9. Ai sống như người ngu
Số phận sẽ tồi tàn
Ai không sống giống họ
Họ không thêm trọng vọng
Nhưng được lợi ích gì
Khi thân cận kẻ ngu?

10. Phút trước còn là bạn
Phút sau thành địch thù
Vui cũng chuốc oán cừ
Khó thỏa lòng nhân thế.

11. Ta khuyên họ điều phải
Họ giận, kéo ta lui
Nếu không nghe lời họ
Họ bùng bùng nổi sân
Và rơi vào ngõ ác.

12. Ganh ghét người hơn mình
Cạnh tranh kẻ bằng mình
Khinh thị người thua mình
Được khen thì khoái trá
Bị chê lại giận dữ
Vớ kẻ ngu như vậy
Làm bạn có ích chi?

13. Giao du với kẻ ngu
Sẽ tự tăng bậc mình
Và hạ thấp người khác,
Ưu bàn chuyện thế tục
Những trò vô ích này
Quanh quẩn với người ngu.

14. Những giao du như vậy
Chỉ sản sinh bất hạnh
Tốt hơn, sống một mình
Tâm hạnh phúc, sáng trong.

15. Hãy lánh xa người ngu
Nếu gặp chỉ vui chào
Không phải để thân mật
Mà vì lòng an nhiên.

16. Như ong lấy mật hoa
Tôi sống với mọi người
Vì phục vụ chánh pháp
Bình thản như trăng soi.

---o0o---

Từ bỏ lợi danh

17. “Ta giàu có, danh vọng
Ai cũng cầu cạnh ta »
Kẻ nào nghĩ như vậy
Sẽ sợ trước thần chết.

18. Vì tâm ý lỗi lầm
Không biết chân hạnh phúc
Nên khoái lạc tâm cầu
Đều biến thành đau khổ
Gấp ngàn lần lớn hơn.

19. Do đó bậc Hiền giả
Không vương bận tham ái ;
Tham ái gây lo sợ

Chúng đều đáng buông bỏ
Hãy giữ vững thiên quán.

20. Nhiều người thật giàu sang
Danh vang khắp thiên hạ
Cuối cùng họ về đâu
Vớ những lợi danh ấy?

21- 22. Thiếu gì kẻ khinh tôi
Sao tôi vui được khen?
Thiếu gì kẻ khen tôi
Sao tôi buồn bị chê ?

Chúng sinh muốn đủ điều
Phật cũng không chiều nổi
Huống chi tôi ngu đần
Lo lắng làm sao được
Cho trần thế đảo điên?

23. Kẻ nghèo họ khinh khi
Người giàu họ nói xấu
Bản chất tráo trở đó
Khiến tôi không thể gần.

24. Đức Như Lai từng dạy
Người ngu không có bạn
Họ thân thiện với ai
Đều chỉ vì tư lợi.

25. Cỏ cây không nghĩ xấu
Cũng không khó kết bạn
Ôi chừng nào tôi được
Sống an lành với chúng?

---o0o---

Sống nơi hoang vắng

26. Chừng nào tôi thành thoi
Đến ở nơi am vắng

Dưới tàng cây, hang động
Không lưu luyện trần gian.

27. Bao giờ tôi mới được
Đến những vùng nguyên sơ
Không ai giành làm chủ
Không nhà cửa, tự do.

28. Bao giờ tôi mới được
Ở yên không sợ hãi
Vỏ vện một bình bát,
Một chiếc áo cà sa
Mà kẻ trộm không thèm
Thậm chí không che thân
Đến, đi đều tự tại.

29. Bao giờ tôi đến gần
Bãi tha ma đầy xác
Để quán tưởng thân này
Chẳng khác nào xương kia
Tất cả đều hoại diệt.

30. Mai kia tôi chết đi
Thân tôi sẽ vữa nát
Hơi thổi bốc nồng nàn
Khiến chó cũng tránh chê

31. Thân này, lúc đang sống
Thịt xương dính với nhau
Lúc chết thì tan rã
Quyển thuộc nào khác chi.

32. Lúc sinh đã một mình
Lúc chết vẫn đơn độc
Thống khổ này ai chia
Thân quyền nào ích gì
Chỉ cản trở tu tập.

33. Lữ khách trên đường dài
Tạm trú nơi lữ quán

Người đi trong luân hồi
Tạm trú trong một đời.

34. Lúc nào tâm thân này
Chưa được bốn người khiêng
Chưa ai đưa tiễn khóc
Thì nên vào rừng tu.

35. Ở đó không người than
Cũng chẳng có kẻ thù
Một mình sống ẩn dật
Với đời như đã chết
Không ai buồn đón đau.

36. Chung quanh đều vắng vẻ
Chẳng ai phiền khóc than
Nên khi tưởng niệm Phật
Tâm tán loạn liền ngưng.

37. Hãy nên sống ẩn dật
Ít bận, dễ an lành
Giữa đời nung xinh đẹp
Tâm định tĩnh khinh an.

---o0o---

Tâm sống thoát ly

38. Buông bỏ mọi lo âu
Tâm sẽ được chuyên chú
Tĩnh tấn tu thiền định
Chế ngự mọi đảo điên.

---o0o---

Ái dục

39. Ái dục sinh ra họa
Cho đời này, kiếp sau

Đây tù tội chết chóc
Kia địa ngục khổ sầu.

40. Cũng chỉ vì ái dục
Mà người đã khản cầu
Bao ông tơ bà nguyệt
Xe chỉ kết lương duyên
Hãy xem xét thật kỹ
Điều ấy có nên không
Hay đem đến tiếng xấu?

41. Tính mạng dù hiểm nguy
Gia tài dù khánh tận
Tất cả vì ái dục
Tất cả vì khoái lạc
Chỉ ôm được người đẹp
Là khoái chí tiêu hồn.

42. Kẻ người ôm ngày xưa
Cũng chỉ là bộ xương
Vô chủ, không tự tính.
Nay chết hiện nguyên hình
Sao người không ôm tiếp?

43. Mãi đến ngày lễ cưới
Người đẹp mới ngẩng đầu
Người kéo khăn che mặt
Mới thấy được khuôn trăng
Lúc chết quần vải liệm
Người thấy mặt ấy không?

44. Dung mạo sau khăn che
Xưa làm mê hoặc người
Nay kên kên mở ra
Người hãy ngắm kỹ đi!
Sao người lại bỏ chạy?

45. Ngày xưa ai lén nhìn
Người vội vàng che dấu
Nay kên kên mỡ ăn

Hỡi kẻ ghen nhan sắc
Sao không bảo vệ đi?

46. Người nhìn khối thịt vữa
Kên kên tranh giành ăn:
Xưa kia người nhọc công
Trang điểm bằng vòng hoa,
Hương liệu và nữ trang.

47. Nhìn xương trắng bất động
Sao người lại hãi kinh
Mà trước kia không sợ?
Sao không nghĩ rằng đó
Là tử thi di chuyển!

48. Xưa nàng mặc xiêm y
Xinh đẹp làm người thích
Nay xác thân trở trụi
Người có thích hay chẳng
Mê chẳng thây choàng áo?

49. Nước miếng và phân tiểu
Do thức ăn sinh ra
Sao người thích nước miếng
Mà lại ghê tởm phân?

50. Những kẻ thương yêu nhau
Không thích gói nệm sạch
Vì thiếu hơi người tình
Từ thân thể tỏa ra.

51. Kẻ mê nhục dục nói:
“Cái gói tuy mềm mại
Nhưng không thể tạo được
Giác nồng đôi uyên ương”.
Họ giận cả cái gói!

52. Người không ưa thứ bản
Sao lại ôm thân người
Có gân xương kết nối
Vớ da thịt đắp lên?

53. Thân thể người không sạch
Người chưa hài lòng sao
Còn ham chi túi da
Không sạch của người khác?

54. Nếu bảo chỉ thích nhìn
Và vuốt ve da thịt.
Sao người không vuốt ve
Xác chết chẳng còn hồn?

55. Vậy người thích cái gì
Là tâm người yêu chẳng?
Tâm không thể sờ, thấy
Mọi thứ được cảm nhận
Qua tất cả giác quan
Đều không phải là tâm!
Vậy ôm ấp thân kia
Chẳng nghĩa lý gì hết!

56. Nếu không nhận thức được
Thân người khác không sạch
Đó chưa phải lạ kỳ
Nhưng chẳng biết mình dơ
Mới thực là kỳ lạ.

57. Hỡi cái tâm suy đốn
Sao lại bỏ đóa sen
Vừa mới nở trong nắng
Để thích túi da dơ?

58. Người không muốn sờ mó
Đất cát đầy dơ bẩn
Sao người muốn mó sờ
Tấm thân tiết đồ dơ?

59. Người không thích dơ bẩn
Tại sao ôm vào lòng
Tấm thân của người khác
Tiết đủ thứ không sạch?

60. Con dòi sống trong phân
Ngươi không thể ưa thích
Tại sao thích thân này
Đầy chất phé thải dơ?

61. Ngươi đã không ghê tởm
Thân không sạch của mình
Sao khát khao cơ thể
Không sạch của người khác?

62. Long nảo và gia vị
Gạo thơm, thức ăn ngon
Từ miệng khạc nhổ ra
Làm đất bị ô nhiễm.

63. Thân không sạch cũng vậy
Ai ai cũng tự thấy
Nếu lòng còn nghi ngờ
Hãy đi vào nghĩa địa
Quan sát những cây chết.

64. Sao ngươi thích thân người
Mặc dù đã ý thức
Khi da bị lột ra
Trông thật đáng kinh hãi!

65. Thân không tự nhiên thơm
Ngát hương nhờ nước hoa
Chỉ vì mùi hương lạ
Mà đắm say thân nàng!

66. Mùi hôi hám tự nhiên
Không kích thích lòng dục
Không khiến mê thân thể
Đó là niềm hạnh phúc
Bày chi chuyện độc hại
Xức dầu thơm lên thân!

67. Mùi hương trầm tỏa ngát
Can hệ gì đến thân?

Tại sao nhân mùi hương
Mà sinh lòng thích nàng?

68- 69. Thân người để tự nhiên
Vớ mặt, da trần trụi
Móng, tóc dài lê thê,
Răng vàng khè lốm đốm
Thân tự nhiên như thế
Trông đáng sợ vô cùng !

Tại sao phải mệt nhọc
Bỏ công săn sóc nó ?
Vậy khác chi mài gươm
Để tự giết bản thân!
Ôi! Đòi đầy lũ điên
Lúc nào cũng hò hời
Tự mê hoặc chính mình!

70. Thấy xương ngoài nghĩa địa
Lòng người sinh khiếp sợ
Sao lại vui khi thấy
Những bộ xương di chuyển
Đầy dãy khắp xóm làng.

71. Hơn nữa tấm thân này
Dầu cho không được sạch
Phải trả tiền mới có
Đời này phải phục dịch
Đời sau càng khổ hơn
Trong các cõi địa ngục.

72. Trẻ con không khả năng
Làm việc kiếm ra tiền
Nhờ đâu chúng hạnh phúc?
Lớn lên đời trôi qua
Trong công việc kiếm sống
Tuổi già đến bên chân
Sắc dục làm chi nữa?

73. Có kẻ tham nhục dục
Suốt ngày làm kiệt sức,

Tối về nhà mệt mỏi
Lăn ngủ say như chết.

74. Có kẻ vào quân đội
Khổ sầu xa vợ con
Tháng năm lòng dần vất
Mong đoàn tụ mỗi mòn.

75. Có kẻ vì lợi lộc
Ngu si tự bán thân
Lợi lộc chưa hề thấy
Chỉ biết hầu hạ người.

76. Có một số bà vợ
Bán thân làm tôi tớ
Trên bước đường đi xa
Phải sinh đê cấp bách
Dưới cây chôn rùng hoang.

77. Có kẻ tìm vinh quang
Xông pha giữa chiến trường
Không màng đến tính mạng,
Vì đi tìm vinh quang
Mà gặp cảnh tù đày!

78. Vì tham lam lợi danh
Nên thân bị tàn tật
Bị gươm đâm, tù đày
Hoặc giáo đâm, lửa đốt.

79. Hãy nên nhận rõ rằng
Tài sản là bất hạnh
Vì nhọc nhằn tom góp
Sợ mất phải giữ ôm
Vì say mê tài sản
Nên không có phút giây
Tâm giải thoát khổ đau .

80. Tham dục sinh phiền não
Khoái ít, khổ đau nhiều

Khác chi bò kéo xe
Được thưởng cho nhúm cỏ.

81. Chỉ vì chút cảm khoái
- Mà thú vật dễ đạt -
Nhưng người phải bôn ba
Đày đoạ thân, tâm mình!

82.- 83. Vì tâm thân bèo bọt
Mà chịu khổ trường kỳ
Rơi vào các địa ngục
Chịu số phận hẩm hiu.

Trong khi chỉ cố gắng
Chịu đựng một ít khổ
Vì công việc tu hành
Thì sẽ thành Chánh giác.
So với hàng Bồ Tát
Kẻ tham dục phải chịu
Khổ cực nặng nề hơn
Mà chẳng đạt chánh quả.

84. Dù dao kiếm, kẻ thù
Dù thuốc độc, vực sâu
Nếu so với ái dục
Không thể nguy hiểm bằng.

85. Nên nhàm chán ái dục
Lìa tranh chấp, nhọc nhằn
Vui với cảnh ruộng đồng
Và núi rừng an tịnh.

86. Đi bộ giữa gió rừng
Như được quạt êm mát
Thong dong trên phiến đá
Như sân thượng cung vua
Dưới ánh trăng tịnh thanh
Mùi hương trầm ngan ngát
Nghĩ đến việc giải thoát
Cho tất cả chúng sinh.

87. Tùy ý ở lâu mau
Trong căn nhà hoang vắng
Hay tại một gốc cây
Hoặc trong những hang đá
Tâm không bận giữ của
An nhiên đi đó đây.

88. Tụ tại ở hay đi
Không vương bận một ai
Đó là niềm hạnh phúc
Mà ngay cả Vua Trời
Cũng không thể hưởng được.

---o0o---

Thiền quán

89. Nhờ quán chiếu lợi ích
Của đời sống ân tích
Nên vọng tưởng tiêu trừ
Tập trung tu thiền định :

---o0o---

Quán chiếu bình đẳng

90. Trước hết nên quán chiếu
Tôi với người bình đẳng¹⁶
Ai ai cũng giống nhau
Đều tìm vui, tránh khổ
Vì vậy phải bảo vệ
Chúng sinh cũng như mình.

91. Thân gồm nhiều bộ phận
Nhưng khi bảo vệ chúng
Tôi xem chúng như “một” ;
Cũng vậy với chúng sinh
Tuy phân biệt nhiều loài
Song cùng chung sướng khổ
Nên xem chúng như “một”.

92. Dù cái khổ của tôi
Không hành thân kẻ khác
Nhưng vì yêu “cái Ta”
Nên thật khó kham nổi.

93. Và cái khổ người khác
- Mà tôi không cảm nhận -
Nhưng vì yêu “cái Ta”
Nên họ cũng khó kham.

94. Phải trừ khổ cho người
Nhu trừ khổ cho tôi
Phải giúp đỡ người khác
Vì họ cũng như tôi
Đều cùng là chúng sinh.

95. Tôi và người giống nhau
Đều mưu cầu hạnh phúc
Vậy có gì khác biệt
Khi đều tìm hạnh phúc?

96. Tôi và người giống nhau
Đều sợ nguy, sợ khổ
Vậy vì lý do nào
Khiến tôi chỉ cứu tôi
Mà không cứu người khác?

97. Đừng nói : “Không cứu người
Vì nỗi khổ của họ
Không liên quan đến tôi,
Tại sao tôi bảo vệ
Và che chở cho họ?”
Cũng vậy, nỗi đau khổ
Của thân thể kiếp sau
Sẽ không hành hạ tôi
Nếu kiếp này tôi tu.

98. Nếu bảo rằng : “Kiếp sau
Thân tôi vẫn là tôi”
Điều ấy e không đúng

Vì thân lúc chết đi
Không phải thân tái sinh!

99. Bảo rằng: “Kẻ nào đau
Thì họ phải tự chữa”
Vậy khi chân bị đau
Tay không can hệ gì
Sao tay phải xoa chân?

100. Bảo: “Điều vừa biện minh
Mặc dù phi lý thật
Song bởi vì chấp ngã
Nên nó được sinh ra”.
Nhưng những gì phi lý
Dù của ta hay người
Phải cực lực trừ bỏ.

101. Tràng hạt và đội quân ¹⁷
Thật ra là ảo tưởng
Của sự nối liên tục
Và của sự kết hợp.
Đau khổ cũng như vậy
Không ai là chủ thể
Của những sự khổ đau?
Vì vậy, ai là kẻ
Cảm nhận được khổ đau ?

102. Khổ đau không có chủ
Nó chẳng thuộc về ai.
Chỉ riêng tính khổ đau
Mới cần được tiêu trừ
Vậy cần chi phân biệt
Giữa tôi và kẻ khác?

103. - (Hỏi) “Nhưng nếu không có ai
Là người gánh chịu khổ
Tại sao phải diệt khổ ?”

(Đáp) Vì chúng sinh bình đẳng
Nếu cần phải diệt khổ
Ta phải diệt khắp nơi.

Nếu không thì không cả.
Không thể diệt cho mình
Mà bỏ lơ người khác.

104. - (Hỏi) “Mở lòng từ như vậy
Nỗi khổ chỉ to thêm
Vậy từ bi làm chi! ”

(Đáp) Nỗi khổ dù to hơn
Vì lòng từ mở rộng
Song thấm thía gì đâu
So với khổ muôn loài.

105. Nếu một người chịu khổ
Để nhiều người khỏi khổ
Thì kẻ có lòng từ
Sẽ gánh trọn khổ ấy.

106. Bồ tát Diệu Hoa Nguyệt ¹⁸
Biết vua sắp hại mình
Dù vậy vẫn hy sinh
Chấp nhận chịu đau khổ
Để cứu khổ nhiều người.

107. Với tâm được điều phục
Nhờ tu hạnh bình đẳng
Thấy chúng sinh như mình
Bồ Tát vào địa ngục
Để cứu độ chúng sinh
Nhẹ nhàng như thiên nga
Sà xuống ao sen mát.

108. Giải thoát cho riêng mình
Đâu có nghĩa gì lớn;
Giải thoát cho chúng sinh
Bồ Tát được niềm vui
Dạt dào như biển cả.

109. Giúp người được giải thoát
Bồ Tát không kiêu căng

Chuyên tâm làm công đức
Không mong được đáp đền.

110. Tôi biết bảo vệ mình
Trước bao sự nhục mạ
Vậy với tâm từ bi
Tôi càng bảo vệ người.

111. Tuy không là thực thể
Song nương theo tập quán
Nên ta đã chấp nhận
Tinh huyết của người khác ¹⁹
Cấu tạo thành “cái Ta”.

---o0o---

Hoán vị giữa ta với người

112. Vậy tại sao không nhận
Thân người là thân ta?
Hoán đổi thân của mình
Thành ra thân của người
Đâu phải là chuyện khó?

113. Nếu thấy mình xấu xa
Người là biển công đức
Thì nên tập thương người
Và từ bỏ chấp ngã.

114. Ai cũng nhận tay chân
Là bộ phận thân thể
Sao không thừa nhận rằng
Chúng sinh là thành phần
Của toàn bộ thế giới.

115. Thói quen khiến ta nhận
Thân vô ngã là “Ta”
Sao không tập thói quen
Xem người cũng là ta ?

116. Nhờ thực hiện vô ngã
Ta sẽ không kiêu căng,
Không đợi chờ đền đáp
Khi làm lợi cho người.

117. Trước đón đau lo lắng
Ta biết bảo vệ mình.
Vậy đối với chúng sinh
Cũng phải luyện tâm ý
Biết bảo vệ, yêu thương.

118. Vì vậy đáng Bảo Vệ
Đại Bi Quán thế Âm
Đã tặng danh hiệu mình
Để giúp đỡ chúng sinh
Tiêu trừ bao sợ hãi.

119. Trước nhiệm vụ khó khăn
Ta không nên trốn chạy
Với thói quen như thế
Ta không sợ một ai
Dù xưa kia nghe tên
Ta đã từng khiếp vía.

120. Ai muốn nhanh cứu mình
Và cứu nhanh người khác
Nên đổi người thành ta
Và đổi ta thành người
Đó là bí quyết tốt.

121. Vì yêu quý thân mình
Nên sợ bị nguy hiểm.
Thân là gốc sinh sợ
Sao không ghét nó đi?

122. Cũng chỉ vì thân này
Mà ta đã chống chọi
Với đói khát, đau bệnh.
Dùng trăm phương nghìn kế
Bắt giết cá, chim, thú
Rình đường và cướp giật.

123. Hoặc vì cầu lợi danh
Nhẫn tâm giết cha mẹ
Trộm tài vật Tam Bảo
Đến nỗi bị đốt thiêu
Trong địa ngục Vô gián

124. Đã là kẻ thông minh
Thì không thể bảo vệ
Và cung dưỡng thân này
Phải xem nó là địch
Và hãy khinh khi nó.

125. Ai nghĩ rằng: “Nếu cho
Thì còn gì để ăn?”
Vớ lòng ích kỷ ấy
Sẽ vào đường ngạ quỷ;
Ai nghĩ rằng: “Ta ăn,
Vậy bố thí gì đây?”
Vớ lòng thương người đó
Sẽ vào đường Vua Trời.

126. Vì mình mà hại người
Sẽ vào cõi địa ngục;
Vì người mà chịu cực
Sẽ hưởng được hạnh phúc.

127. Vì tham địa vị cao
Nên kiếp sau thấp hèn ;
Cầu cho người được trọng
Kiếp sau được tôn sùng.

128. Sai người khác phục dịch
Kiếp sau làm tôi đòi ;
Hiện mình để phụng sự
Kiếp sau được quan quyền.

129. Ai lo hạnh phúc riêng
Sẽ khổ vì ích kỷ
Ai sung sướng trên đời
Đều nhờ nghiệp hy sinh
Đem hạnh phúc cho người.

130. Đâu cần nói nhiều lời
Hãy nhìn sự khác biệt
Giữa người ngu, bậc thánh
Người ngu vì lợi riêng
Thánh nhân vì lợi người.

131. Không đòi vui của mình
Lấy khổ đau kẻ khác
Thì ta sẽ không thể
Thành tựu quả Chánh giác,
Sẽ trôi trong luân hồi
Và mãi không an vui.

132. Tạm gác chuyện đời sau
Ngay trong đời hiện tại
Làm tội tứ biếng lười
Thì không được lợi lộc
Vì chủ không trả công.

133. Kẻ mê muội từ chối
Việc giúp nhau tạo phúc
Lại chuyên làm khổ nhau
Nên chuốc lấy tai ương
Thật vô cùng khủng khiếp.

134. Bao bất hạnh ở đời
Nhu thống khổ, hiểm nguy
Đều sinh từ chấp ngã.
Vậy sao ta chấp ngã?

135. Nếu khư khư chấp ngã
Thì không thoát được khổ
Nhu chưa tránh xa lửa
Có lúc bị đốt thiêu.

136. Để xoa dịu khổ đau
Của tôi và của người
Tôi phải hiến thân mình
Cho bao nhiêu kẻ khác
Và xem họ là tôi.

137. Này tâm ý ta ơi!,
Ngươi nên phải tin rằng
“Ta buộc ngươi với người”
Vậy ngươi chỉ được quyền
Nghĩ đến lợi cho người.

138. Mắt và các giác quan
Chúng đã thuộc về người
Mắt không còn nhìn thấy
Những lợi riêng cho tôi
Bàn tay này cũng vậy
Nó thuộc kẻ khác rồi
Nên không còn hoạt động
Làm lợi ích cho tôi.

139. Từ nay thân thể này
Tôi hiến cho muôn loài
Hãy đem nó sử dụng
Vì giải thoát chúng sinh.

140. Hãy chọn người thấp hơn
Rồi đặt tôi vào họ
Và đặt họ vào tôi.
Nhờ vậy tôi không ngại
Khi tu tập thiền quán
Về kiêu căng, ghen ghét.

141. Hãy nghĩ như thế này ²⁰ :
“Tôi không được kính trọng
“Tôi không giàu bằng người;
“Kẻ ấy được khen thưởng
“Còn tôi bị chê trách
“Kẻ ấy được hạnh phúc
“Còn tôi lại khổ sở.

142. “Tôi làm lụng nhọc nhằn
“Kẻ ấy sống nhàn hạ
“Tôi thân bại danh liệt
“Kẻ ấy được tán dương.

143. “Ta phải làm gì đây
“Vớ kẻ bắt tài ấy?
“Ai cũng có tài riêng.
“Đối với rất nhiều người
“Tôi còn kém thua họ
“Nhưng cũng hơn nhiều người.

144. “Sự suy yếu giới luật
“Và kiến giải của tôi
“Phát sinh từ ái dục
“Chứ không sinh từ tôi.
“Nếu nó chữa giúp tôi
“Dù đau đớn thế nào
“Tôi cũng sẵn sàng chịu.

145. “Vớ tôi nó [cái Ta] không chữa
“Sao lại khinh miệt tôi?
“Nó có nhiều ưu điểm
“Song lợi gì cho tôi?

146. “Nó không có lòng từ
“Đối với kẻ xấu số
“Đang kẹt trong đường ác.
“Hơn nữa nó hãnh diện
“Về ưu điểm của mình
“Cao hơn bậc hiền đức.

147. “Đối với kẻ ngang hàng
“Nó [cái Ta] tìm cách lân lướt
“Thậm chí bằng tranh cãi
“Để nâng cao ưu điểm
“Và thắng lợi, thanh danh.

148. “Tôi sẽ bằng mọi cách
“Tuyên dương khắp thiên hạ
“Tính ưu việt của mình
“Và không cho ai biết
“Tính ưu việt của nó.

149. “Tôi lại phải che dấu
“Những lỗi lầm của mình

“Để tôi được trọng vọng
“Thế là tôi giàu sang
“Và được người cung kính
“Chứ không phải là nó.

150. “Tôi hoàn toàn thoả mãn
“Vì nó bị khinh khi
“Bị thế gian biếm ngạo
“Bị phi báng đó đây.

151. “Bởi kẻ khốn cùng này
“Muôn so đo với tôi
“Thử hỏi xem sắc đẹp
“Hay trí tuệ, hiểu biết
“Dòng họ, tài sản nó
“Làm sao bằng tôi được?”

152. “Mỗi khi nghe mọi người
“Ca tụng ưu điểm tôi
“Tôi sượng ran cả người
“Vui dựng cả tóc gáy.

153. “Nếu nó còn tài sản
“Tôi sẽ dùng bạo lực
“Để chiếm đoạt tất cả.
“Nếu nó phục dịch tôi
“Tôi cho nó đủ sống.

154. “Tôi phải đuổi nó khỏi
“Niềm hạnh phúc an vui
“Và chất lên lưng nó
“Những nhọc nhằn của tôi.
“Nó phải bị chìm nổi
“Trong sinh tử luân hồi
“Vì nó hàng trăm lần
“Đã làm tôi thiệt hại“.

155. Hỡi này tâm ý ơi !
Trải qua vô số kiếp
Ngươi tâm cầu tư lợi

Chịu bao nhiêu nhọc nhằn
Chỉ để gặt đau khổ.

156. Hãy nhận lấy lời khuyên
Hoán vị với người khác
Làm đúng theo Phật pháp
Tất được lợi mai sau.
Lời Phật dạy không sai.

157. Nếu xưa tôi tu tập
Hoán đổi mình với người
Tất thành bậc giác ngộ
Không khổ như ngày nay.

158. Ngươi bám chặt ý thức
Rằng cái “Ta” kết tụ
Từ tinh huyết mẹ cha
Vậy ngươi cũng nên tập
Xem kẻ khác là ta.

159. Hãy như điệp viên lạ
Quan sát kỹ thân này
Thấy có gì lợi ích
Hãy đem cho chúng sinh.

160. Cái Ta luôn nghĩ rằng :
Ta tốt, họ xấu xa
Họ hèn, ta cao trọng
Ta làm, họ ở không
Vì vậy với cái “Ta”
Hãy hoàn toàn ghét nó.

161. Cần phải đuổi cái “Ta”
Ra khỏi niềm hạnh phúc
Và trói chặt nó vào
Đau khổ của người khác.
Hãy canh chừng cẩn mật
Việc mờ ám của nó.

162. Hãy đổ lên đầu nó
Mọi lỗi lầm kẻ khác

Và khai trước đức Phật
Mọi sai trái của nó
Dù nhỏ nhất đến đâu.

163. Hãy dìm tiếng tốt nó
Bằng cách nâng cao lên
Tiếng tốt của người khác ;
Hãy bắt nó hầu hạ
Làm tôi tớ chúng sinh
Đáp ứng mọi nhu cầu.

164. Không vì vài hạnh tốt
Của “cái Ta” lỗi lầm
Mà vội vàng khen ngợi.
Nếu nó có hạnh tốt
Cũng đừng cho ai hay.

165. Tóm lại, cần phải đồ
Lên đầu của “cái Ta”
Tất cả những phương hại
Mà nó mang đến người

166. Đừng cho nó quyền hành
Để thành kẻ lắm miệng
Hãy bắt nó e thẹn
Kín đáo và rụt rè
Như cô dâu mới cưới.

167. “Phải làm như thế này”
“Phải đứng như thế kia”
“ Không được làm gì cả”
Phải không chế “cái Ta”
Bằng cách đối xử ấy
Và nếu nó vi phạm
Phải trừng phạt nó ngay.

168. Đây tâm của tôi ơi!
Nếu người không làm vậy
Như đã được ủy thác
Thì sẽ bị trừng trị

Vì bao nhiêu lỗi lầm
Rốt cuộc nằm tại người.

169. Người muốn đi đâu đó?
Người không thoát ta đâu!
Ta đập tan thành hết
Thói kiêu ngạo của người
Thời người hủy hoại ta
Nay đã qua lâu rồi.

170. Người hãy bỏ hy vọng
Tìm lợi riêng cho mình
Người đã bị bán rồi
Dù người rất tuyệt vọng
Cũng chẳng ai quan tâm.

171. Nếu ta thiếu thận trọng
Không bán người cho người
Chắc chắn người trao ta
Cho quỷ sứ địa ngục.
Không nghi ngờ gì nữa !

172. Đã bao nhiêu lần rồi
Người bán ta cho chúng
Ta đã bị hành hạ ;
Nay nhớ lại thù xưa
Ta quyết tiêu diệt người ;
Hỡi cái tâm ích kỷ
Chỉ biết làm nô lệ
Cho lợi riêng của mình!

173. Nếu người muốn yêu người
Và muốn bảo vệ mình
Đừng chiều chuộng “cái Ta”
Đừng che chở “cái Ta”.

Tổng kết

174. Thân càng được che chở
Nó càng nhõng nhẽ hơn
Nó càng bị sa đọa.

175. Và nó càng sa đọa
Ái dục nó càng tăng
Cả tài sản quả đất
Cũng không thỏa mãn nó.

176. Ai ham đắm điều gì
Mà không thể có được
Thì chuốc lấy thất vọng ;
Kẻ dứt hết cầu mong
Sẽ được phước vô biên.

177. Hãy ngăn chặn phóng túng
Trong vấn đề hưởng lạc
Để phục vụ thân xác.
Hãy mong cầu những gì
Mà ta không muốn nhận.

178. Thân xác này không sạch
Trông đáng sợ làm sao !
Cuối cùng chết cứng đờ
Và trở thành tro bụi.
Tại sao ôm giữ nó
Và xem nó là “Ta” ?

179. Dù sống hay là chết
“Bộ máy” này ích gì?
Nó khác gì cục đất?
Ôi ý thức chấp “Ta”
Hãy diệt đi cho rồi !

180. Vì phục dịch thân này,
Tôi chịu bao đau khổ.
Dù bị ghét, được thương
Nó cũng như khúc gỗ.
Tôi cũng không được gì !

181. Dù che chở thế nào
Hay vớt cho quạ ăn
Nó chẳng biết thương, ghét
Một tấm thân như thế
Thương mãi để làm chi?

182. Nó không hay, không biết
Khi nó bị lãng nhục
Song tôi sôi tiết lên
Khi nó được tôn vinh
Thì tôi rất hả dạ
Vì ai tôi như thế?

183. Ai thương thân xác tôi
Kẻ ấy trở thành bạn
Ai thương thân của họ
Sao không là bạn tôi?

184. Bởi thế, tôi thản nhiên
Cố hiến thân xác này
Vì sự nghiệp giải thoát
Cho tất cả chúng sinh.
Từ nay tôi mang nó
Như là một công cụ
Dù nó đầy lỗi lầm.

185.-186 Thôi đã đủ lắm rồi
Nếp sống kẻ phàm phu
Nay theo chân Hiền giả
Khắc ghi lời giáo huấn
Chánh niệm luôn giữ gìn
Chống lại tính dã dượi
Và lờ đờ ngủ gật.

187. Để chướng ngại tiêu trừ
Tâm phải rời tà kiến
Tinh tấn luôn phát huy
Chuyên cần tu chánh định.

---o0o---

CHƯƠNG CHÍN - TRÍ TUỆ

Dẫn nhập

1. Đức Phật tuyên bố rằng
Các hạnh Ngài khuyên dạy
Đều đưa đến trí tuệ.
Bồ Tát mong trừ khổ
Phải phát huy trí tuệ.

---o0o---

Hai chân lý

Định nghĩa

2. Có hai loại chân lý
Tương đối của thế gian ²¹
Và chân lý tuyệt đối ²²
Tuyệt đối vượt tương đối;
Đối tượng của trí thức
Không phải là chân lý;
Nhưng chân lý thế gian
Được xem là trí tuệ.

---o0o---

Trình độ nhận thức khác nhau

3.-4. Tương ứng hai chân lý
Cũng có hai hạng người
“Thiền gia” và “người thường”
Thiền gia hay bác bỏ
Quan niệm của người thường;
Thiền gia có hai cấp
“Thấp”, “cao” tùy trí tuệ;
Thiền gia và người thường

Cả hai đều công nhận
Hiện hữu của các pháp
Nhưng người thường khẳng định
Các pháp là chân lý;
Song thiền gia quan niệm
Thế giới là mộng ảo
Tất cả là hiện tượng
Chúng không có tự tính
Nhưng vì muốn giác ngộ
Thiền gia phải tu học
Dùng chúng làm phương tiện
Để dần dần tiến lên.

5. Người thường nhìn các pháp
Xem chúng là có thật;
Ngược lại, các thiền gia
Xem chúng là ảo tưởng
Đó là sự khác biệt
Giữa thiền gia, người thường.

---o0o---

Phản bác lập trường chấp vào thật hữu

6. Theo quy ước thế gian
Mọi đối tượng cảm nhận
Được xem như có thật
Song dưới mắt trí tuệ
Thì quy ước ấy sai
Như xem bản là sạch.

7. Để người thường hiểu đạo
Phật giảng pháp vô thường.
Nhưng trong mỗi sát na
Pháp cũng không có thật.

- (Hỏi) Phải chăng ý ấy nói
Pháp có trong thoáng chốc
Là chân lý thế gian?
Điều này thật mâu thuẫn

[Đôi với sự cảm nhận
Về chân lý tuyệt đối].

8. (Đáp) Mâu thuẫn ấy không có
Vì thiên gia nhận thức
Rằng chân lý thế gian
Vốn không có tự tính
Mọi pháp đều vô thường
Có đó liền tan biến
Khác nhận thức người thường
Nếu không anh mâu thuẫn
Với quan niệm thế gian
Khi anh đánh giá rằng
Nữ sắc không sạch sẽ
[Trong khi người thế gian
đánh giá họ là sạch]

9.- (Hỏi) Làm sao đạt công đức
Khi thờ một vị Phật
Được xem như ảo tưởng?
Và sẽ như thế nào
Đôi với vị Phật thật?

(Đáp) Cúng dường vị Phật thật
Sẽ có công đức thật
Cúng dường vị Phật ảo
Sẽ có công đức ảo.

- (Hỏi) Nếu như một hữu tình
Được xem như ảo tưởng
Làm sao nó chết được?
Và có thể tái sinh?

10. (Đáp) Người ảo chỉ tồn tại
Cho đến khi nhân duyên
Còn phối hợp đầy đủ.
Đâu vì sự liên tục
Của nhân duyên kéo dài
Mà có thể khẳng định
Con người hiện hữu thật!

11. Khi giết hại người ảo
Không thể bị tội lỗi
Vì họ thiếu tâm ý.
Song với một hữu tình
Trang bị tâm ý ảo
Thì tội phước phát sinh.

12.-13. – (Hỏi) Thần chú và ảo thuật
Không thể có công năng
Tạo tác ra tâm ảo!

(Đáp) Tâm ảo vốn đa dạng
Sinh từ nhiều loại duyên
Chỉ một duyên đơn độc
Không thể sinh tất cả.

14.-15. - (Hỏi) Theo chân lý tuyệt đối
Thì tất cả chúng sinh
Đều ở trong Niết Bàn
Và chúng chỉ luân hồi
Theo chân lý thế gian,
Vậy Phật cũng luân hồi,
Như thế ích lợi chi
Khi tu hạnh Bồ Tát?

(Đáp) Chùng nào duyên chưa dứt
Ảo tưởng vẫn tồn tại.
Khi duyên bị gián đoạn
Thì ảo tưởng không còn,
Nhưng Phật đã dứt sạch
Mọi nhân duyên ảo tưởng
Nên không còn luân hồi.

---o0o---

Phản bác lập trường Duy Thức

Duy Thức (viết tắt: DT)
Trung Quán (viết tắt :TQ)

16. (TQ) Nếu pháp không có thực ²³
Cả tâm ảo cũng không
Vậy ai biết được ảo?

(DT) Mặc dù pháp bên ngoài
Chỉ là hiện tượng ảo
Song là bóng dáng tâm
Nên vẫn tồn tại riêng!

17. (TQ) Nếu ngay cả tâm thức
Và ảo tưởng là một
Vậy cái gì bị biết?
Đức Thế Tôn từng dạy
Tâm không thấy được tâm!

18. Cũng như một lưỡi gươm
Không thể tự chém mình.
Tâm không thể quán tâm.

(DT) Tâm tự chiếu rọi tâm
Nhu ánh đèn tự chiếu!

19. (TQ) Điều ví dụ này sai
Ánh đèn không tự sáng
Vì không bị tối che!

(DT) Màu xanh tự nó xanh
Nhu ngọc lưu ly xanh
Không lệ thuộc vật khác.

20. Cũng thế ta nhận thấy
Có cái tùy nhân duyên
Và có cái độc lập!

(TQ) Ví dụ này cũng sai.
Màu xanh không tự tánh
Xanh nhờ ngọc lưu ly (làm duyên)
Nếu nó thiếu nhân duyên
Không thể tự hóa xanh!

21. (DT) Nếu nói tâm tự biết
Thì cũng có thể nói
Ánh đèn tự chiếu sáng!

(TQ) Ví như thừa nhận rằng
Ánh đèn tự chiếu sáng
Nhưng ai biết điều ấy?
Ai nói tâm tự chiếu?

22. Nếu không có đối tượng
Nhận biết tâm tự chiếu
Thì tâm chiếu hay không
Đều chẳng thành vấn đề.
Giống như bàn chuyện phiếm
Về sắc đẹp bé gái
Của phụ nữ vô sinh ²⁴ !

23.-24.(DT) Nếu tâm không hiện hữu
Làm sao nhớ chuyện xưa?

(TQ) Ký ức được xuất hiện
Vì nhờ mối tương duyên
Với cảnh vật bên ngoài
Mà đã từng trải nghiệm
Như gấu nhiễm độc chuột ²⁵ .

25. (DT) Người có tâm siêu nhiên ²⁶
Thấy được tâm người khác
Chẳng lẽ họ không thấy
Tâm của mình hay sao?

(TQ) Mắt nhìn bơi nước phép
Thấy kho tàng dưới đất
Nhưng mắt không thể thấy
Nước phép bơi trên mắt.

26. Trong thế giới kinh nghiệm
Chúng tôi không phủ nhận
Những điều được nhận biết
Từ giác quan cảm thụ
Từ lưu truyền đáng tin.

Song chúng tôi bác bỏ
Giả định chúng là thật
Vì đó là nguyên nhân
Tạo nên sự khổ đau.

27. Nếu các anh nghĩ rằng
Ảo tưởng chẳng khác tâm
Song chúng tôi nhận xét
Chúng không thể giống nhau
Nếu ảo tưởng thật có
Thì nó phải khác tâm
Nếu ảo tưởng giống tâm
Nó đâu còn là nó.

28. (TQ) Dầu cảnh ảo không thật
Song nó vẫn bị thấy
Dầu tâm không thật có
[Theo chân lý thế gian]
Tâm vẫn thấy cảnh ảo.

(DT) Luân hồi của hiện hữu
Phải dựa vào hiện thực
[Tức là dựa vào tâm]
Nếu không thì luân hồi
Chẳng khác nào hư không
[Tức là không thể có
Tác dụng của nghiệp quả].

29. (TQ) Làm sao cái không thực
[Như luân hồi chẳng hạn]
Phải dựa nền tảng thật
Để có được tác dụng
[Tạo ra vật có thật]?
Như vậy theo các anh
Tâm không cần đối tượng
Vậy là tâm độc lập.

30. Và nếu tâm độc lập
Vớ tất cả đối tượng
Thì tất cả chúng sinh

Đều đã thành Phật rồi.
Và nếu thật như vậy
Thì được công đức gì
Khi chỉ có tâm thôi?

---o0o---

Phương pháp của Trung Quán

31. (Hỏi) Làm sao dứt phiền não
Một khi biết được rằng
Thế gian là ảo tưởng
Giống như người phù thủy
Say mê một ảo nữ
Do mình tạo tác ra?

32. (Đáp) Trong trường hợp như vậy
Người phù thủy chưa dứt
Sự luyện ái đối tượng
Gán người mình tạo ra
Là hữu thể thật sự.
Hơn nữa có nhận thức
Yếu ớt về Tánh Không
Nên khi thấy ảo nữ
Liền khởi lên say mê.

33. Khi tu tập Tánh Không
Đến trình độ kiên định
Sẽ trừ được cái thấy
Sự vật vốn thực có
Tu tập càng nhuần nhuyễn
Sẽ nhận thức rõ rằng
Không pháp nào thực có
Thì cuối cùng ý niệm
Về Tánh Không cũng tan.

34. Đến khi hết vấp phải
Bất cứ hiện hữu nào
Mà có thể phủ nhận
Thì cái không-hiện-hữu
Cũng tan biến trong tâm.

35. Khi cái có, cái không
Không còn khởi trong tâm
Thì đâu còn cái gì
Có thể khởi lên nữa
Và tâm thật thanh tịnh.

36. Cũng như cây như ý²⁷
Làm thoả mãn ước vọng
Của bao nhiêu chúng sinh
Vì lời nguyện của Phật
[Thuở tu hạnh Bồ Tát]
Và lòng thành chúng sinh
Mà thân Phật ảnh hiện
[Để giải thoát chúng sinh]

37. Có người Bà La Môn
Xây tháp chim đại bàng
[Để giải trừ chất độc]
Dù ông chết đã lâu
Xá lợi Garuda
Do ông đã trì chú
Vẫn tác dụng trị độc.

38. Lúc còn là Bồ Tát
Đức Phật đã thành tựu
Bao hạnh nguyện bồ đề
Dù Ngài đã nhập diệt
Nhưng xá lợi của Ngài
Vẫn luôn luôn tiếp tục
Dem lợi đến chúng sinh.

39.- 40. (Hỏi) Thờ lạy tượng vô tri
Sao lại được công đức?

(Đáp) Theo kinh điển đã dạy
Nơi chân lý tương đối
Hay chân lý tương đối
Công đức của thờ lạy
Hoàn toàn giống như nhau

Dù với Phật tại thế
Hay sau khi nhập diệt.

---o0o---

MỤC ĐÍCH GIẢI THOÁT CỦA TIỂU THỪA CŨNG CẦN PHẢI CÓ NHẬN THỨC VỀ TÁNH KHÔNG

TL: Thắng Luận
TQ: Trung Quán

41. (TL) Nhờ tu Tứ Diệu Đế
Cũng đủ đạt giải thoát
Cần chi đến trí tuệ
Thấy rõ được Tánh Không?

(TQ) Kinh Bát Nhã dạy rằng
Thiếu tuệ giác Bát Nhã
Thì không thể giác ngộ

---o0o---

Tính chân chánh của Đại thừa

42. (TL) Song giáo lý Đại Thừa
Không do Phật thuyết giảng
Nên không đáng tin cậy.

(TQ) Vậy vì lý do nào
Khiến Tiểu Thừa đáng tin?

(TL) Vì tất cả hai phái
[Tiểu Thừa và Đại Thừa]
Đều xác nhận như vậy.

(TQ) Vậy thì lúc trước đây
Các anh chưa chấp nhận
Không lẽ kinh điển ấy
Không phải lời Phật dạy?

43. (TL- Thắng Luận) Chúng vẫn đáng tin cậy
Vì chúng được truyền thừa
Liên tục không gián đoạn.

(TQ) Lý do các anh tin
Kinh điển của Tiểu Thừa
Chẳng khác chúng tôi tin
Kinh điển của Đại Thừa;
Chúng cũng được các Tổ
Nói tiếp nhau truyền thừa
Không bao giờ gián đoạn;
Lại nữa theo các anh
Tất cả kinh điển nào
Được hai phái chấp nhận
Cũng đều là chân lý,
Vậy thì phải chấp nhận
Cả kinh điển Vệ Đà
Và kinh điển ngoại đạo.

44. (TL-Thắng Luận) Kinh điển của Đại Thừa
Thường hay bị tranh cãi
Vì vậy không đáng tin.

(TQ) Vậy kinh của các anh
Cũng nên từ bỏ luôn
Vì chúng bị ngoại đạo
Và nội phái tranh cãi.

---o0o---

Sự chưa trọn của Tiểu Thừa

45. Gốc rễ của giáo lý
Mà đức Phật giảng dạy
Bắt nguồn từ Niết Bàn
Và đời sống tu hành
Của các vị xuất gia
[Đã sạch mọi phiền não].
Điều này hiếm người đạt
Bởi vì tâm của họ
Còn bám víu đối tượng²⁸

46.- 47. (TL) Các bậc A La Hán
Dù không hiểu Tánh Không
Cũng vẫn được giải thoát
Vì đã diệt phiền não
Nhờ tu Tứ Diệu Đế.

(TQ) Dù phiền não chám dứt
Song chắc gì hết khổ?
Nhiều vị vẫn thọ khổ
Do nghiệp lực quả báo
Từ quá khứ vẫn còn
[Thông qua sự lưu truyền
Mà chúng tôi được biết
Chính ngài Mục Kiên Liên
Tuy thành A La Hán
Song vẫn còn thọ khổ].

48. (TL-Thắng Luận) Ái sinh từ cảm thọ
Những A La Hán ấy
Vẫn còn có cảm thọ
Tâm còn bám đối tượng
[Nên không đạt Niết Bàn]

48. (TQ) Không hiểu biết Tánh Không
Thì tâm bám sự vật
Tâm chỉ tạm lắng yên
Trong những khi nhập định
Rồi trở lại như trước.
Vậy muốn chám dứt khổ
Phải tu quán Tánh Không.

---o0o---

Chớ sợ Tánh Không

Câu 49-52.: Bồ²⁹

53. (Hỏi) Vừa chấp vào hiện hữu
Vừa sợ hãi Tánh Không
Nên không thể giác ngộ

Vẫn nhận lấy đau khổ
Chìm đắm trong luân hồi.

54. (Đáp) Sự phản bác như vậy
Thực không có căn cứ
Vậy không nên ngại ngần
Thiền quán về Tánh Không.

55. Tánh Không là liều thuốc
Dùng đối trị Vô minh
Của chướng ngại phiền não
Và chướng ngại hiểu biết³⁰
Muốn đạt “Nhất Thiết Trí”
Phải thiền quán Tánh Không.

56. (Phản bác) Tánh Không gây đau khổ
Nó khiến tôi lo sợ.

(Đáp) Tánh Không làm lắng dịu
Tất cả mọi khổ đau
Tại sao lại sợ nó?

57. Chừng nào còn tin rằng
“Cái Ta” là có thật
Chừng ấy còn sợ hãi
Về cái này cái kia.
Nếu nhận thức rõ rằng
"Cái Ta" không có thật
Vậy ai gánh nỗi sợ?

---o0o---

CHỨNG MINH VỀ TÁNH KHÔNG

Chứng minh về sự Vô ngã của một "Cái Ta" có thật

"Cái Ta" không phải vật chất –
Phản bác lại chủ nghĩa vật chất

58-60. Răng, tóc, móng, máu xương
Đều không phải là "Ta"
Mủ, đờm, nước miếng, mỡ
Nước tiểu, phân, thịt, gân
Hơi nóng, chín lổ hồng ...
Và tất cả sáu thức
Cũng không phải là "Ta"

---o0o---

Ngã cũng không phải là tinh thần – Phản bác phái Số Luận 31

61. (TQ) Nếu nhĩ thức là "Ta"
Thì luôn nghe âm thanh³²
Cả lúc nó vắng mặt
[Vì các anh cho rằng
"Cái Ta" là vĩnh cửu]
Nếu đối tượng cái biết³³
Không còn có mặt nữa
Làm sao có cái biết?
Vậy vì lý do nào
Gọi đó là nhĩ thức?

62. Nếu xem rằng cái biết
Là những gì không biết
Thì gỗ cũng phải biết
Vậy có thể khẳng định
Nếu không có quan hệ
Với đối tượng nào đó
Thì không có cái biết.

63. (Số Luận) Vì lẽ nào "Cái Ta"
Khi thấy biết màu sắc
Lại không nghe âm thanh?

(TQ) Tại sao cùng một lúc
Thấy được mà không nghe?

(Số Luận) Vì âm thanh lúc ấy
Không có mối quan hệ.

(TQ) Như vậy thì "Cái Ta"
Không phải là nhĩ thức.

64. Cái mà bản tánh nó
Vốn thấu nhận âm thanh
Sao lại thấy hình sắc?

(Số Luận) Cùng một người đàn ông
Có thể xem là cha
Vừa cũng xem là con.

(TQ) Như thế là giả danh
Theo chân lý tuyệt đối
Không thể nào như vậy.

65. Bởi vì theo các anh
Thực tại là ba đức³⁴
Từ bi, mê, bóng tối
Đã tạo ra vật thể
Chẳng là cha hay con
Cả ba không sẵn có
Tính chất nghe âm thanh.

66. (Số Luận) Cũng như một diễn viên
Đóng nhiều vai thay đổi
Tánh thấu nhận âm thanh
Có thể chuyển thành ra
Tánh nhận thấy hình sắc.

(TQ) Thường thay đổi tính chất
Thì không thể vĩnh hằng.
Vậy điều anh nói rằng
Trong cùng một cái ta
[Hay trong một diễn viên]
Chứa đựng nhiều tính chất
Là điều chưa từng có.

67. Nếu tánh chất đổi khác
Thì không thực có được.
Vậy xin anh chỉ giúp

Thực tánh nó là gì?
Bản chất nó là gì?

(Thường Luận)
Đó chính là tánh biết³⁵

(TQ) Nếu thức là bản chất
Thì chúng sinh như nhau
Cùng một thứ độc nhất!

68. Vã lại mọi chúng sinh
Hữu tâm hay vô tâm
Đều như nhau là “Một”³⁶
Vì bản chất hiện hữu
Của chúng đều giống nhau.
Nếu hình thái khác biệt
[Các tánh nghe, thấy, nghĩ...]
Được xem là không thực
Thì nền tảng của nó ["cái Ta"]
Làm sao có thực được.

---o0o---

Phản bác phái Thường Luận

69. Hơn nữa cái vô tâm
Cũng không phải là “Ta”
Vì nó không hay biết
Như khúc gỗ vô tri.

(Thường Luận)
Dẫu bản chất vô tri
Song khi kết với tâm
Liền có ngay nhận thức.

(TQ) Điều này thật vô lý
Vì khi không có tâm
Nhận thức cũng bị diệt.

70. Nếu "Cái Ta" không đổi
Thì tâm giúp được gì

Cho "Cái Ta" như thế?
Nếu xem cái bất động,
Không nhận thức là "Ta"
Vậy thì hư không kia
Cũng phải xem là "Ta"!

---o0o---

Không cần có "Cái Ta" cũng có được nhân quả của công đức

71. (Thường Luận) Nhưng không có "cái Ta"
Thì không có liên hệ
Giữa nhân và quả được.
Vì khi làm xong việc
Kẻ tạo nghiệp ("cái Ta") không còn
Vậy ai nhận quả đây?

72. (TQ) Tạo nghiệp và nhận quả
Thuộc hiện hữu khác nhau
[Năm Uẩn³⁷ của đời này
Là kẻ đã tạo nghiệp
Và năm Uẩn đời sau
Là người nhận quả báo]
Anh bảo có "cái Ta" (có Ngã)
Song không ai nhận quả
Tôi bảo không có "Ta" (Vô Ngã)
Và không ai tạo nghiệp
Cũng không ai nhận quả
Vậy tranh luận "cái Ta"
Chỉ là một việc thừa.

73. (Thường Luận) [Như trong kinh có nói]
Ai đã tạo ra nghiệp
Thì phải nhận quả báo.

(TQ) Theo lời Phật đã dạy
Trong một dòng tương tục
[Của đời sống một người]
Thì ai làm nấy chịu
[Vì muốn ngăn người ấy
Chối bỏ luật nhân quả]

Chú Phật không phải dạy
"Cái Ta" là vĩnh hằng.

74. Ý niệm của quá khứ
Cũng như của tương lai
Đều không phải là "Ta"
Vì chúng không có thực
Nhưng ý niệm hiện tại
Cũng không phải là "Ta".
Ví dù nó là "Ta"
Nghĩ xong nó biến mất
Và "Ta" cũng mất luôn.

75. Ví như thân cây chuối
Khi bẹ bị lột hết
Nó không hiện hữu nữa.
"Cái Ta" chẳng khác hơn
Khi bị phân tích kỹ
Thì không thấy nó đâu
Vậy nó không thật có.
[Không thể nào tìm thấy
"Cái Ta" trong năm Uẩn]

---o0o---

Không có "Cái Ta" cũng có thể phát triển được tâm từ bi

76. - (Hỏi) Nếu chúng sinh không thực
Vậy xót thương ai đây?

(TQ) Đó là những chúng sinh
Được nêu từ mê lầm
Của chân lý thế gian.
Tuy chúng không có thật
Song là đối tượng tốt
Của mục đích tu tập
[Đề đạt quả Bồ Tát].

77. - (Hỏi) Nếu chúng sinh không thật
Vậy thì ai là người
Theo đuổi mục đích ấy?

(Đáp) [Theo chân lý tuyệt đối]
Thực không có chúng sinh.
Tất cả mọi nỗ lực
Đều dựa trên si mê.
[Theo chân lý tương đối]
Ta không nên khước từ
Sự mê mục đích ấy
[Tức tu hạnh Bồ Tát]
Vì muốn dứt khổ đau.

78. Phát sinh từ si mê
Nên bám víu "cái Ta". (27)
Ý thức chấp "Ta" tăng
Là nguyên nhân khổ đau
Vậy phải trừ diệt nó.
Do đó cách tốt nhất
Là tu quán Vô ngã.

---o0o---

***Chứng minh về tính Vô ngã của vạn pháp thông qua Bốn Niệm Xứ:
thân, thọ, tâm, pháp***

Về thân

Tranh luận với trường phái Thường Luận

79.-80. Thân không phải là chân
Đùi, vế, eo, lưng, bụng
Thân không phải là tay
Ngực, nách, vai, cổ, đầu...
Vậy thứ nào là thân?

81. Nói thân là tất cả
[Thì không thể đứng được]
Vì mỗi một bộ phận
Đều ở vị trí riêng.
Còn cái thân độc lập
Thì nằm ở chỗ nào?

82. (Vói Tiểu Thừa)
Nếu thân xem là “Một”
Năm riêng trong mỗi phần
Vậy có bao nhiêu phần
Phải có bấy nhiêu thân.

83. Vậy thì thân không nằm
Bên ngoài hay bên trong
[Của tất cả bộ phận]
Song lia các bộ phận
Tâm cũng không hiện hữu.
[Vậy các anh hãy chỉ]
Thân hiện hữu cách nào?

84. Thân thể không thực có
Vì cấu tạo đặc biệt
Nên làm nhận có thân
[Ví như đầu, mình, chân ...]
Như trong tối làm nhận
Cây cột là hình người.

85. Chùng nào duyên còn hợp
Cột vẫn trông như người.
Bao lâu mà tay chân
Đầu mình... còn tập hợp
Chùng ấy còn nhận làm
Đó chính là thân người.

86. Và bàn chân là gì?
Là tập hợp các ngón
Mỗi một ngón là gì
Nếu không là các móng?

87. Chẻ móng chân thành bụi
Rồi chẻ mãi không ngừng
Nhỏ tựa như hư không
Vậy tìm đâu móng chân?

88. Bởi vậy muôn hình sắc
Khác nào bóng chiêm bao!
Ai là bậc có trí

Không thể bám víu chúng
Thân còn không có thật
Huống chi sự phân biệt
Giữa đàn ông, đàn bà.

---o0o---

VỀ cảm nhận (cảm thọ)

89. (TQ) Nếu đau đớn có thật
Sao nó không hành hạ
Một kẻ đang sướng vui?
Nếu thú vui có thật
[Như các món ăn ngon]
Sao không gây thích thú
Cho kẻ đang u sầu?

90. Nếu bảo rằng cảm giác
Khổ vui vẫn tồn tại
Song không thể nhận ra
Khi chúng bị lấn áp
Bởi cảm giác mạnh hơn.
Nhưng đâu là cảm giác
Khi không cảm nhận được?

91. (Đáp) Vẫn cảm nhận được chứ!
Vì trong khi đang vui
Khổ vẫn còn tồn tại
Trong trạng thái cực yếu
[Vi khổ bị lấn áp
Bởi cái vui mạnh hơn].

(TQ) Vậy cái khổ cực yếu
Không thể gọi là khổ
Bởi vì một cảm giác
Không thể cùng một lúc
Vừa khổ cũng vừa vui.

92. [Theo một quan niệm khác]
Khổ không thể xuất hiện
Khi cảm giác đối lập (vui)

Đang xuất hiện trong tâm.
Điều này cũng sai lầm
Vì đó là ảo tưởng³⁸
[Xem khổ chưa hiện hữu
Cũng là một cảm giác]

93. Để trừ khử ảo tưởng
Cần trao đổi trí tuệ
Để thấy “tánh không thực”
Của tất cả sự vật.
Vì vậy các Thiền gia
Luôn tự nuôi dưỡng mình
Bằng nhập định quán xét
Về ảo tưởng cảm nhận.

94. Giác quan và đối tượng³⁹
Khi chúng xúc chạm nhau
Sẽ sinh ra cảm nhận (cảm thọ)
Nếu chúng có khoảng cách
Làm sao chúng chạm nhau?
Nếu không có khoảng cách
Ắt chúng phải là một.
Như vậy thì cái nào
Gặp gỡ với cái nào?

95. Các hạt bụi cực nhỏ⁴⁰
Không thể chia nhỏ nữa,
Khép kín và đồng dạng
Không thể xuyên nhập nhau.
Vì không xuyên nhập nhau
Nên không thể hoà hợp
Nếu không có hoà hợp
Thì không có cảm nhận.

96. Nếu vị nào thấy có
Hai vật hết chia được
Mà xuyên nhập với nhau
Làm ơn chỉ cho xem!

97. Nhận thức vốn vô hình
Không thể nào kết nối
Với đối tượng vật chất.
Càng không thể nối kết
Với tất cả giác quan
Như phân tích bên trên ⁴¹
Vậy những gì thành tựu
Thông qua sự tập hợp
Đều không thể có thật.
Cũng không có sự vật
Của tổ hợp vi trần
Vì chúng không thực có. ⁴²

98. Xúc chạm không có thật
Thì cảm giác tìm đâu?
Cảm giác không thật có
Thì tội gì hành thân
Để tìm cầu khoái lạc?
Vậy ai chịu đau khổ?
Cái gì gây khổ đau?

99. Không có người cảm nhận
Cảm giác cũng không nốt
Đứng trước cảnh ngộ này
Ôi hỡi lòng tham ái
Sao không tan biến đi?

100. Ta thấy và cảm được
Vì tất cả đối tượng
Và tâm giao tiếp nhau
[Trong tổng hợp nhân duyên]
Mà biến thành cảm giác
Chúng đều không thật có
Như ảo ảnh cơn mơ.

101. Cảm giác trong quá khứ
[Mà ta hồi tưởng lại]
Và cảm giác tương lai
[Mà ta đang mong cầu]
Đều là sự nhớ tưởng

Chúng không phải cảm giác
Có được nhờ trải nghiệm
Hơn nữa chính cảm giác
Không thể tự trải nghiệm
Cũng như mọi đối tượng
Cũng không thể nào có
Kinh nghiệm của cảm giác.

102. Thế nên không có người
Trải nghiệm những cảm giác
Và không cảm giác nào
Có thể xem thật có.
Vậy cái nhóm năm Uẩn
Không thể là "Cái Ta".
Vậy sao có cảm giác
Khoái lạc hay đau khổ?

---o0o---

VỀ TÂM

103. Tâm không nằm trong mắt
Không nằm trong đối tượng
Hay giữa hai thứ ấy
Tâm không thể tìm thấy
Trong thân hay ngoài thân
Hay bất cứ nơi nào.

104. Tâm không phải là thân
Cũng không phải khác thân
Nó cũng không hòa hợp
Hoặc khác biệt với thân
Tâm không là gì hết,
Hoàn toàn không thực có
Vậy bản chất chúng sinh
Vốn đã là Niết Bàn.

105. Nếu nhận thức đã có
Trước đối tượng của nó
Vậy nó dựa vào đâu
Để có thể phát sinh?

Nếu nhận thức phát sinh
Cùng lúc với đối tượng
Như vậy thì cả hai
Dựa vào đâu để sinh?

106. Nếu sinh sau đối tượng
Nhận thức dựa vào đâu
Để có thể khởi sinh?
[Vi đối tượng không còn].

---o0o---

Về pháp (đối tượng)

107. Qua sự phân tích trên
Thì tất cả sự vật
Đều không thực khởi sinh.

(Hỏi) Nếu sự vật không sinh
Thì chân lý thế gian
Cũng không thể có được.
Song tại sao lại có
Cả hai loại chân lý
[Là chân lý thế gian
Và chân lý tuyệt đối
Theo truyền thống Trung Quán?]
Vậy chân lý thế gian
Có phải được sinh từ
Chân lý thế gian khác?
[Tức là được nhận thức
Đã có sẵn tạo ra?]
Vậy làm sao chúng sinh
Có thể đạt Niết Bàn?.

108. (TQ Đáp) Sự nhận xét như vậy
Phát xuất từ suy nghĩ
Của người chưa giác ngộ
Một chân lý thế gian
Không thể độc lập có;
Một sự vật nào đó

Nếu nó là hệ quả
Của một chuỗi nhân duyên
Thì chân lý thế gian
Có mặt ngay tức khắc.
Không có nhân quả ấy
Thì chân lý thế gian
Cũng không thể hiện hữu.

109. (Phản bác) Bởi vì tâm nhận xét
Và vật bị nhận xét
Đều lệ thuộc lẫn nhau.

(TQ) Quả thực đúng như vậy
Đó là nhận xét chung
Thế gian ai cũng biết

110. Nếu dùng một nhận xét
Để tiếp tục nhận xét
Cái đã được nhận xét
Thì quá trình nhận xét
Không bao giờ chấm dứt.

111. Nếu đối tượng nhận xét
Không còn cơ sở nào
Cho nhận xét tiếp theo
[Vì nó thật trống rỗng]
Thì cái tâm nhận xét
Không còn nương vào đâu
Để có thể tồn tại
[Vì hết sạch đối tượng]
Tâm cũng không sinh nữa
Đây chính là Niết Bàn.

112. Nếu ai chủ trương rằng ⁴³
Vật và tâm có thật
Sẽ gặp tình trạng rối:
Nếu đối tượng thật có
Nờ nương vào nhận thức
Vậy thì bằng cách nào
Để nhận thức có thật?

113. Hoặc nhận thức có thật
Nhờ nương cái nó biết
Vậy thì bằng cách nào
Cái được biết có thật?
Và nếu như cả hai
Nương nhau để mà có
Thì chúng không thật có.

114. Ví như người không con
Không được gọi là cha
Và con từ đâu sinh
Nếu không có người cha?
Cũng vậy, tâm và vật
Không hiện hữu độc lập.

115. (DT) Mầm phát sinh từ hạt.
Nhờ mầm mà thấy hạt
Tại sao không chấp nhận
Nhận thức là có thực
Vì nó được phát sinh
Từ sự vật được biết?

116. (TQ) Có thể chấp nhận rằng
Sự hiện hữu của hạt
Được biết nhờ thấy mầm;
Nhưng mà nhờ cái gì
Để có thể biết rằng
Nhận thức là thực có
Thông qua sự hay biết
Từ cái bị nhận thức?

CHỨNG MINH BẰNG BIỆN LUẬN VỚI 4 VỊ THỂ

Sự vật không thể tự sinh nếu không có nguyên nhân

117. Thuyết Vô nhân ⁴⁴ chủ trương
Tất cả mọi sự vật
Tự sinh không cần nhân.

(TQ) Qua tri giác ta biết
Thế giới được hình thành
Từ nhiều nhân khác nhau
Như sen từ hoa, cọng ...

118. (Hỏi) Cái gì đã tạo ra
Sự khác biệt của nhân?

(TQ) Đó là sự khác biệt
Của các nhân trước nữa.

(Hỏi) Tại sao nhân sinh quả?

(TQ) Qua năng lực nhân trước.

---o0o---

Sự vật không được sinh ra từ một nguyên nhân vĩnh cửu - không từ Trời - phản bác phái Thường Luận

119. Thuyết Thường Luận ⁴⁵ chủ trương
Tất cả mọi sự vật
Đều do Trời sinh ra.

(TQ) Nếu Trời là nguyên nhân
Sáng tạo ra sự vật
Vậy vị ấy là ai?

120. (Thường Luận) Chính là năm Đại chủng ⁴⁶

(TQ) Vậy đâu cần chứng minh
Sự hiện hữu của Trời
Và đâu cần một nhọc

Để tìm cách đặt tên
Năm Đại chúng là Trời!

121. Hơn nữa năm Đại chúng
Vô thường và bất động,
Không cần được quan tâm,
Không linh thiêng, không sạch
Trời đâu phải như thế?

122. Hư không cũng bất động
Nên không phải là Trời
Cũng không phải Tự ngã.
Nếu như bảo rằng Trời
Không thể nghĩ bàn được
Vậy nói đến làm chi
[Sự sáng tạo của Trời]?

(Hỏi) 123. Trời sáng tạo những gì?

(TL Đáp) Ngài tạo ra Tự ngã
[Tức "Cái Ta" vĩnh hằng],
Tạo quả đất, Đại chúng

(TQ) Sáng tạo Tự ngã ư?
- Theo như các anh nói
Đại chúng là vĩnh hằng
Vậy đâu cần tạo ra!

Sáng tạo Đại chúng ư?
- Chúng đều vĩnh cửu mà!

Sáng tạo nhận thức ư?
- Nhận thức được phát sinh
Thông qua các đối tượng!

Sáng tạo vui, khổ ư?
- Chúng đều là kết quả
Của nghiệp lành, nghiệp dữ!
Vậy Trời tạo gì nữa?

124. Nếu tất cả nguyên nhân
Không có sự bắt đầu
Thì làm sao kết quả
Có sự bắt đầu được?

125. Nếu sinh nhờ duyên hợp
Thì duyên là nguyên nhân
Chứ không phải là Trời
Nhân duyên phối hợp đủ
Thì sự vật sinh ra;
Không có phối hợp ấy
Sự vật sẽ không thành
Dù có Trời hay không.

126. Nếu sự vật sinh ra
Không do ý của Trời
Thì Trời đâu có quyền!
Nếu do ý của Trời
Thì Trời lệ thuộc ý!
Vậy không có vị Trời
Độc lập và sáng tạo.

---o0o---

Không từ vi trần (nguyên tử)

127. Những ai chủ trương rằng
Vi trần là nguyên nhân
Mãi mãi tạo muôn vật.
Vi trần không thực có
Nên đã bị bác bỏ (39)

---o0o---

Không từ vật chất tối sơ vĩnh cửu - Phản bác phái Số Luận

128. Số Luận chủ trương rằng
Chủ thể của vạn vật
Chính là sự quân bình
Của ba đức nguyên thủy
Đó là lòng từ bi,

Say mê và bóng tối;
Khi chúng mất cân bằng
Thì thế giới được sinh (33)

129. (TQ) Một vật nếu thực có
Thì không thể cùng lúc
Có cả ba bản tính;
Ba đức không thực có
Bằng không thì mỗi đức
Phải gồm đủ cả ba.

130. Ba đức đã không thực
Thì cái gì được tạo
[Nhu âm thanh, hình sắc]
Sẽ không được nghe thấy;
Hơn nữa vật vô tri
Như quần áo chẳng hạn
Không thể có vui, khổ.

131.- (Số Luận) Phải các anh nói rằng
Bản chất vật vô tri
[Ví dụ như quần áo]
Là nguyên nhân vui, khổ?

(TQ Đáp) Chúng tôi đã dẫn chứng
Là chúng không có thực
Nên đã chỉ trích rồi;
Hơn nữa theo các anh
Khoái lạc là nguyên nhân
Của áo quần vô tri
Chứ đâu phải áo quần
Là nguyên nhân khoái lạc?

132. Thực ra thì khoái lạc
Cũng sinh từ áo quần
Vì nếu không có chúng
Cũng chẳng có khoái lạc
Vả lại nào ai thấy
Khoái lạc là trường tồn.

133. Nếu khoái lạc trường tồn
Sao không cảm nhận mãi?
Nếu bảo nó lúc ấy
Ở trạng thái cực yếu
Vậy vì lý do nào
Có lúc mạnh lúc yếu?

134. Nếu trạng thái khoái lạc
Chuyển mạnh sang thành yếu
Vậy hai trạng thái ấy
Đương nhiên là vô thường;
Sao không thừa nhận đi
Vạn vật là vô thường?

135. - (Số Luận) Mặc dù các trạng thái
Yếu mạnh đều vô thường
Song bản chất khoái lạc
Vốn thật là vĩnh hằng.

(TQ) Dù ở trạng thái nào
Chúng vẫn là khoái lạc
Trạng thái đã vô thường
Nên khoái lạc vô thường.

136. Theo như các anh nói
Từ cái toàn rỗng không
Chẳng thể sinh gì cả
Thế mà lại chấp nhận
Các trạng thái mạnh yếu
Tiềm ẩn trong khoái lạc
Nếu quả có trong nhân
Thì hoá ra ăn cơm
Có khác gì ăn phân.

137. Và các anh nên mua
Hạt bông vải mà mặc
Thay vì mua vải vóc.

- (Số luận) Vì thế gian si mê
Nên không thể nhận thấy

Y phục trong bông vải
[Tức quả nằm trong nhân].

(TQ) Và ngay cả những kẻ
Nhận mình thấy chân lý
Cũng có thái độ ấy.

138. Ngay cả người thế gian
Cũng có nhận thức này
Qua nhận thức như vậy
Nên thấy quả trong nhân
Nếu cái thấy họ sai
Thì những gì thấy biết
Đều là không thực có.

139. - (Số Luận) Vậy theo phái Trung Quán
Thì tất cả nhận thức
Dắt dẫn đến trí tuệ
Đều vô giá trị sao?
Như vậy thì Tánh Không
Của tất cả sự vật
Đương nhiên cũng là sai!

140. (TQ) Nếu như không hiểu được
Một sự vật là sai
Thì không thể suy ra
Cái sai ở chỗ nào;
Vì vậy khi biết được
Cái sai nằm ở đâu
Thì cái sai rành rành.

141. Ví như người nằm mộng
Thấy đứa con mình chết
[Mà y vốn không con]
Thì ý nghĩ con chết
Ngăn chặn được ý nghĩ
Rằng con mình còn sống
Dù là điều ấy sai.

142. [Tóm lại] phân tích trên
Đã trình bày rõ ràng

Mọi sự vật hiện hữu
Đều phải có nhân duyên
Và bên trong mỗi duyên
Hay tập hợp của duyên
Đều hoàn toàn trống rỗng.
[Những gì] ngoài nhân duyên
Không đến từ đâu cả
Không ở cũng không đi.

---o0o---

Biện luận về sự phát sinh qua “duyên”

143. Vật sinh từ ảo tưởng
Hoặc sinh từ nhân duyên?
[Lúc sinh] từ đâu đến?
[Lúc diệt] đi về đâu?
Đó là điều phải xét.

144. Đủ duyên chúng xuất hiện
Hết duyên chúng rã tan
Thực tại là giả tạo
Như bóng hiện trong gương
Vậy thứ gì chân thật?

---o0o---

Bác thuyết Hữu Nhân và Vô Nhân - Biện luận về sự phát sinh của Hữu và Vô

145. Một vật nếu thực có
Thì cần gì đến nhân
Nếu nó không thực có
Cần nhân để làm gì?

146. Dù với muôn triệu nhân
Cũng không thể biến đổi
Cái không thành cái có.

147. Nếu một vật hiện hữu
Đang ở trạng thái không (Vô)

Vậy lúc nào thành có (Hữu)?
Cái không chẳng thể mất
Nếu cái có không sinh.

148. Cái có không xuất hiện
Vì cái không chẳng mất.
Mọi chúng sinh cũng vậy
Không thể có hai tính
Vừa có lại vừa không.

149. Bởi vậy diệt hay sinh
Không hề có thực chất
Cũng vậy, toàn thể giới
Rốt ráo không sinh diệt.

150. Với sự quán sát kỹ
Thì bao nhiêu số phận
Chỉ là những ảo ảnh
Chẳng khác bóng chiêm bao
Tương tự như cây chuối
Không hề có cốt lõi;
Bởi vậy trong Tánh Không
Không có sự khác biệt
Giữa những kẻ đã vào
Hay chưa vào Niết Bàn.

---o0o---

TỔNG KẾT VÀ LỜI KHUYÊN CUỐI CÙNG

151. Vậy thì trong Tánh Không
Sự vật không thực có
Vậy có gì để mất?
Nào ai được khen, chê?
Người nào kính lễ tôi?
Kẻ nào khinh miệt tôi?

152. Ai vui và ai khổ?
Ai kẻ trọng, người khinh?
Hãy phân tích thực tính

Còn ai là kẻ tham
Còn gì để mà tham?

153. Quán sát kỹ nhân gian
Thì ai là hữu tình?
Ai chết và ai sinh?
Ai là người đã sống?
Ai là mẹ, là cha
Và ai là bè bạn?

154. [Hỡi người tìm sự thật]
Hãy cùng tôi nhận chân
Sự vật như hư không
Tất cả đều trống rỗng
Vì mưu cầu hạnh phúc
Nên lâm cảnh tranh giành
Chúc buồn vui tán loạn.

155. Do khoái lạc đòi hỏi
Nên tạo ra nghiệp ác
Phải trải qua tháng ngày
Đầy lo âu, thất vọng
Hành hạ, giết hại nhau!

157. Đôi khi sinh cõi lành ⁴⁷
Hưởng thụ nhiều lạc thú
Rồi đến khi nhắm mắt
Nhận số phận hẩm hiu
Trần đầy bao thống khổ.

157-158. Hồ thẳm của đọa đày
Nhan nhản trong cuộc sống
Rơi vào khó thoát ra.
Nhưng đang trong luân hồi
Làm sao tránh khỏi nó?

159. Hơn nữa sự mê chấp
Về sự vật thực có
Lại luôn luôn trái ngược
Với sự hiểu Tánh Không;
Nếu trong cuộc đời này

Tôi không thể thấu đạt
Về chân lý tuyệt đối
Thì tôi phải tiếp tục
Chìm đắm biển luân hồi.

161. Cuộc sinh tồn đời này
Dầy dầy bao khủng khiếp
Như biển khổ mênh mông;
Sức người lại quá yếu,
Mạng sống ngắn, mong manh
Đua chen sóng vội vã
Lo chăm sóc thân thể
Mệt nhọc vì mưu sinh
Chịu đói khát, suy yếu
Quanh quẩn chuyện ngủ, ăn;
Hứng bao điều bất hạnh
Giao du kẻ ngu đần
Vô nghĩa ngày tháng trôi
Rất khó tìm giờ giấc
Để suy nghĩ thực tại
VẬY tìm đâu phương thức
Ngăn chặn tâm tán loạn?

162. Đây Ma vương rình rập
Xô ta vào bất hạnh
Kia nẻo tà dọc ngang
Thật khó hòng thắng vượt.

163. Không dễ sinh cõi phước ⁴⁸
Gặp Phật càng hiếm hoi
Sóng thần của phiền não
Làm sao cản ngăn đây?
Ôi triền miên khổ đau !

164.-165. Đáng thương thay chúng sinh
Lăn lộn trong sóng khô
Mà không hề hay biết
Như người tu khổ hạnh
Nhúng người vào nước lạnh
Hoặc lao vào lửa nóng

Dù vô cùng khổ đau
Song nghĩ là an vui!

166. Có kẻ nghĩ rằng mình
Không bao giờ già chết
Song họ sẽ chóng gặp
Khi Thần Chết đứng bên
Và Thần Chết lấy mạng.

166. Chừng nào tôi dập tắt
Lửa khổ đốt chúng sinh
Bằng trận mưa công đức
Trút xuống từ tầng mây
Phước lành tôi tích lũy?

167. Chừng nào tôi có thể
Trình bày về Tánh Không
Về tích lũy công đức
Cho tất cả chúng sinh
Bỏ quan niệm sai lầm
Là vạn vật thực có?

---o0o---

CHƯƠNG X - HỒI HƯƠNG

1. Công đức do viết luận
„Nhập Bồ Tát Hạnh“ này
Xin hồi hướng chúng sinh
Mong tất cả bước vào
Con đường của Bồ Tát.

2. Nguyên nhờ công đức này
Mà tất cả chúng sinh
Đang chịu bao đau bệnh
Hành hạ thân và tâm
Được an vui vô tận.

3. Nguyên họ luôn hạnh phúc
Suốt sinh tử luân hồi.

Nguyện họ luôn an lạc
Như chư vị Bồ Tát.

4. Nguyện chúng sinh khắp nơi
Đang ở trong địa ngục
Được niềm vui cực lạc
Cõi Sukhavati.

5. Nguyện kẻ bị run rét
Trong địa ngục giá băng
Đều được hơi sưởi ấm;
Nguyện chúng sinh nóng nực
Trong địa ngục đốt nung
Được mây lành Bồ Tát
Giáng mưa làm dịu mát

6. Nguyện rừng lá gươm đao
Thành vườn hoa trang lệ;
Nguyện cây cành giáo mác
Biến thành cây như ý
[Làm thoả mãn ước mơ].

7. Nguyện địa ngục thành vườn
Với hồ sen tỏa hương
Với thiên nga, nhạn, hạc
Hát ca vui rộn ràng.

8. Nguyện địa ngục đốt nung
Biến thành kho châu ngọc;
Nguyện cho nền sắt nóng
Thành thủy tinh lung linh ;
Nguyện địa ngục xay nghiền
Thành điện đèn thờ Phật.

9. Nguyện mưa đá núi lửa
Biến thành trận mưa hoa ;
Nguyện chiến trường gươm giáo
Thành lễ hội tung hoa.

10. Nguyện chúng sinh chìm nổi
Trong dòng sông địa ngục

Nước nóng bỏng sục sôi
Nấu tiêu tan thịt da
Xương lòi ra trắng hếu
Nhò công đức của tôi
Được sinh lên cõi trời
Sông Madukini.

11. Nguyện ngục tốt Diêm Vương
Và kên kên, chim quạ
Hình dáng thật dữ dằn
Trong bóng đen thâm u
Bỗng nhiên tan biến hết;
Chúng ngẩng lên hỏi nhau
“Ánh sáng kỳ diệu này
Từ đâu chiếu rọi đến?”
Và tất cả bỗng thấy
Bồ Tát Kim Cương Thủ
Uy nghiêm đứng trên không.
Nhò năng lực hoan hỷ
Rửa sạch hết lỗi lầm
Chúng cùng bay theo Ngài.

12. Nguyện tội nhân địa ngục
Gặp được mưa hoa sen
Chan hoà với nước thơm
Rơi xuống rưới tắt lửa
Liền hân hoan, khoan khoái.
Các tội nhân tự hỏi
“Ai đã làm thế này?”.
Chúng ngẩng nhìn hư không
Thấy Bồ Tát Quan Âm
Tay cầm hoa sen vẫy.
Chúng vô cùng cảm phục
Nhận hạnh phúc bất ngờ.

13. Nguyện hữu tình địa ngục
Vui thấy Đức Văn Thù.
Chúng lớn tiếng gọi nhau:
“Bạn ơi! Mau lại đây
Chiêm ngưỡng Đức Văn Thù

Ngài đến cứu chúng ta !
Ngài Văn Thù Đồng Tử
Trong hào quang tỏa rạng
Đã phát tâm Bồ Đề
Có năng lực diệt khổ
Và đưa đến an vui.

Ngài với tâm từ bi
Triệt để cứu muôn loài“.
14. "Bạn ơi! Hãy nhìn kia
Dưới gót sen của Ngài
Vương miện trăm vị Trời
Đang cúi xuống đánh lễ
Tiếng Thiên nữ ca ngợi
Mê ly khắp điện đền
Mưa hoa rắc đầu Ngài
Mắt Ngài óng từ bi”
Bao tội nhân địa ngục
Đều đứng dậy reo hò.

15. Nguyện chúng sinh địa ngục
Nhờ công đức của tôi
Thấy Phổ Hiền Bồ Tát
Hoá hiện vàng mây lành
Trút mưa thơm dịu mát
Khiến chúng đều hân hoan.

16. Nguyện tất cả chúng sinh
Lià sợ hãi, đau đớn
Như tại châu Kuru.

17. Nguyện loài vật hết sợ
Cảnh ăn thịt lẫn nhau
Nguyện cho loài ngạ quỷ
An vui như những người
Ở Bắc Câu Lưu Châu.

18. Nguyện Đức Quán Thế Âm
Rưới nước cam lồ mãi
Khiến ngạ quỷ no ấm
Tắm được dòng sữa mát.

19. Nguyên kẻ mù được thấy
Nguyên người điếc được nghe
Nguyên các bà mang thai
Sinh nở không đau đớn
Như Hoàng Hậu Ma-gia.

20. Nguyên người trần thân trụ
Áo cơm có đầy đủ
Được những gì cần thiết
Cho cuộc sống yên bình.

21. Nguyên người đau thoát bệnh
Tù nhân được tự do
Kẻ yếu được mạnh ra
Mọi người thương mến nhau.

22. Nguyên người sợ hết sợ
Người trói được tháo dây
Người yếu được mạnh lên
Nguyên người người nhớ đến
Giúp nhau làm việc thiện.

23. Nguyên cho khách lữ hành
Đến đâu cũng an lành
Nguyên cho người buôn bán
Thu lợi nhuận dễ dàng.

24. Nguyên những kẻ đi thuyền
Đạt được nhiều mục tiêu
Thuyền bình an cập bến
Đoàn tụ cùng thân quyến.

25. Nguyên hành khách lạc đường
May gặp đoàn đi buôn
Thoát lo sợ bị cướp
Hay thú dữ cọp beo
Hành trình được xuôi thuận.

26. Nguyên chư Thiên, Thánh Thần
Hộ trì kẻ bệnh hoạn
Kẻ say sưa, cùng bản

Người già yếu, trẻ thơ
Kẻ ngu si, quần trí.

27. Nguyên chúng sinh thoát khỏi
Tám hoàn cảnh hiện hữu
Không thuận cho việc tu ⁴⁹
Nguyên họ đủ đức tin
Đủ từ bi, trí tuệ
Hoàn hảo trong hình tướng
Thuần thực cách hành xử
Nhớ lại được đời trước.

28. Nguyên chúng sinh có được
Những kho tàng vô tận
Là hư không, tự do
Nguyên họ sống hoà hợp
Không tuyệt vọng, lệ thuộc.

29. Nguyên chúng sinh yếu đuối
Được trở thành mạnh mẽ;
Nguyên khát sĩ tiêu tụy
Được đẹp tươi vô cùng.

30. Nguyên tất cả thiếu nữ
Được trở thành nam nhi;
Nguyên kẻ địa vị thấp
Đạt được địa vị cao
Không thành kẻ kiêu mạn.

31. Nguyên tất cả chúng sinh
Nhờ phước đức của tôi
Mà dứt sạch điều ác
Luôn thích làm điều lành.

32. Nguyên tất cả chúng sinh
Không lia tâm Bồ Tát
Hiến thân cho giải thoát
Thường được Phật gia hộ
Không vương bầy ma vương.

33. Nguyện tất cả hữu tình
Được sống lâu vô tận
Luôn luôn được hạnh phúc
Chữ “chết” không hề nghe .

34. Nguyện mười phương thế giới
Đầy rừng cây như ý
Vang diệu âm thuyết pháp
Của chư Phật, Bồ tát.

35. Nguyện toàn cõi địa cầu
Không gồ ghề sỏi đá
Bằng phẳng như lòng tay
Dịu êm đầy ngọc báu.

36. Nguyện pháp hội Bồ Tát
Mở ra khắp nơi nơi
Điểm trang cho mặt đất
Bằng hào quang các ngài.

37. Nguyện tất cả chúng sinh
Nghe pháp âm vi diệu
Vang bất tận từ rừng
Từ chim muông, ánh sáng
Từ trời rộng mênh mông.

38. Nguyện chúng sinh kẻ cận
Chư Phật và Bồ Tát
Vớ lẽ vật cúng dường
Nhiều như mây bốn phương
Dâng lên đấng đạo sư.

39. Nguyện chúng sinh được mưa
Rơi xuống đúng thời vụ
Mùa màng được sung túc;
Nguyện thế giới giàu sang
Vua quan đều chính trực.

40. Nguyện thuộc thang công hiệu
Nguyện thần chú ứng linh

Nguyện quỷ ma, phù thủy
Đều phát tâm từ bi.

41. Nguyện tất cả chúng sinh
Không gặp điều bất hạnh
Bị tội lỗi, đau bệnh
Bị đàn áp khinh khi
Không còn tâm độc ác.

42. Nguyện tu viện, chùa chiền
Tu học được hưng thịnh
Tăng chúng sống vững bền
Mọi việc đều thành tựu.

43. Nguyện tăng sĩ siêng tu
Đạt trí tuệ càng nhiều
Thích giữ gìn giới luật
Diệt trừ sạch tán loạn
Tâm trí được khinh an.

44. Nguyện cho các ni cô
Không tranh chấp lẫn nhau
Thu lợi từ giáo pháp ;
Nguyện những vị khát sĩ
Luôn đầy đủ giới hạnh.

45. Nguyện người bị phạm giới
Biết ăn năn sám hối
Nguyện họ sinh cõi lành
Không còn phạm giới thêm.

46. Nguyện những vị xuất gia
Học rộng và uyên thâm
Được tặng phẩm, bố thí
Được tâm ý sạch trong
Vang mười phương tiếng tốt.

47. Nguyện chúng sinh không khổ
Và không gặp gian nan
Vì số kiếp tội tàn

Với thân người duy nhất
Trở thành bậc Chánh giác.

48. Nguyên tất cả chúng sinh
Luôn cúng dường chư Phật
Được hạnh phúc khôn lường
Nhờ phước Phật vô biên.

49. Nguyên Bồ Tát hoàn thành
Ước nguyện cứu thế gian;
Nguyên tất cả chúng sinh
Được chư Phật, Bồ Tát
Xót thương và cứu độ.

50. Nguyên cho hàng Độc Giác,
Và Thanh Văn an lạc
Luôn luôn được Trời, người,
A Tu La cúng dường.

51. [Cuối cùng] Nguyên cho tôi
Nhận được sự gia hộ
của Văn Thù Bồ Tát
Nhớ lại những đời trước.
Nguyên đời nào cũng tu
Để chứng Cực Hỷ Địa⁵⁰

52. Nguyên suốt mọi thời gian
Định lực đều duy trì;
Nguyên đời đời kiếp kiếp
Có được chốn thanh tịnh
Để thuận lợi tu hành.

53. Nguyên khi tìm học Pháp
Đều được Đức Văn Thù
Giải ngộ những chướng ngại
Và được ngài hộ trì.

54. Nguyên như Đức Văn Thù
Đi khắp mọi chân trời
Làm lợi cho chúng sinh
Tôi mong được như ngài.

55. Ngày nào hư không còn
Ngày nào quả đất còn
Ngày đó tôi tiếp tục
Diệt khổ của trần gian.

56. Nguyên đau khổ chúng sinh
Chín muôi nơi thân tôi;
Nguyên phước đức Bồ Tát
Mãi mãi đem hạnh phúc
Đến tất cả chúng sinh.

57. Nguyên giáo pháp Như Lai
Là linh dược duy nhất
Trừ đau khổ thế gian
Được trường tồn, ca ngợi
Được xuyên dương, hộ trì.

58. Nay tôi xin kính lễ
Đức Văn Thù Sư Lợi
Nhờ ân đức của ngài
Mà tâm tôi hướng thiện;
Kính lễ thiện tri thức
Nhờ ân đức các vị
Mà tâm tôi lớn lên.

---o0o---

Links: Về Ngài Tịch Thiên

http://www.daouyen.com/Data/Ph_T/T184.htm

http://www.daouyen.com/Data/Ph_T/T185.htm

<http://www.quangduc.com/BoTat/index.html>

http://www.namsebangdzo.com/category_s/2418.htm

http://www.kagyu-asia.com/t_bodhicaryavatara.html

Sântideva

(Tôn giả Tịch Thiên)

Bodhicaryavatara

NHẬP HẠNH BỒ TÁT

Việt dịch: Nguyên Hiền

Hiệu đính: Lê Triều Phương

Liên Lạc
Tuệ Quang Wisdom Light Foundation
PO Box 91748
Henderson, NV 89009, USA
(702)564-9186
Email: info@daitangvietnam.com
WEBSITE: WWW.DAITANGVIETNAM.COM
Ấn bản điện tử, Xuân 2009

Chịu trách nhiệm ấn bản điện tử lần 2 : Nguyên Định (2/2009).
Xin hồi hướng công đức đến hương linh đạo hữu TS Lê Văn Tâm, pd.
Nguyên Thái, bút hiệu Lê Triều Phương, nguyên giáo sư Đại học Göttingen
(CHLB Đức), mất ngày 12/06/2008 tại Gò Vấp, Việt Nam, hưởng thọ
70 tuổi.

---o0o---

HẾT

¹ Phật: Trong Luận „ Nhập Hạnh Bồ Tát“, ngài Santideva đã dùng nhiều danh hiệu khác nhau để thay cho danh hiệu „Phật“, ví dụ như: đức Thế Tôn, bậc Chiến Thắng, đức Như Lai, bậc Đạo Sư, Hiền Giả v.v..

² Những vị Thừa Kế đức Phật bao gồm những vị thừa kế lời Phật dạy như hàng Thanh Văn, Độc Giác Phật và những vị thừa kế tâm của Phật như hàng Bồ tát.

³ Truyện Cát Trường Sinh: Trong Kinh Hoa Nghiêm

⁴ Các nơi Bồ tát ở: Là những nơi chốn và địa điểm sống và tu tập của Bồ tát Tất-Đạt-Đa Cồ-Đàm (Siddhārtha Gautama) trước khi giác ngộ thành vị Phật lịch sử Thích Ca Mâu Ni.

⁵ Tam Bảo: gồm có Phật, Pháp và Tăng

⁶ Phạm Thiên: Là một hình thái hiện hữu của thế giới các vị Trời tối thượng

⁷ Ba ruộng phước (Phước điền): Là những vị mà Phật tử nên cúng dường để được phước đức lớn cho đời này và đời sau. Thứ nhất là cúng dường Phật, Pháp Tăng (Kinh điền). Thứ hai là cúng dường cha mẹ (Ân điền). Thứ ba là cúng dường những kẻ nghèo khó (Bi điền)

⁸ Pháp cạy, sâu: Chỉ cho Tiểu Thừa và Đại Thừa

⁹ Chú thuật Mật tông: Đó là những câu tụng niệm có âm thanh chứa đựng một sức mạnh huyền bí của vũ trụ hay của Phật tính với công năng ủng hộ kẻ tu niệm

-
- ¹⁰ Kinh Ba Phần: Là kinh gồm có ba phần: sám hối, phát nguyện và hồi hướng
- ¹¹ Truyện Cát Trường Sinh: Trong Kinh Hoa Nghiêm
- ¹² Nữ thần Durga: Là Nữ thần của Đạo Karnapa, Nam Ấn Độ
- ¹³ Đổi vị trí cho nhau: Là một trong những phương tiện giúp đỡ tu tập, được miêu tả rõ trong Chương 8, từ câu 90-100 và từ câu 101-139
- ¹⁴ Hoá sinh trong lòng sen: Đây là cảnh hóa sinh tại cõi Cực Lạc của đức Phật A Di Đà
- ¹⁵ Chiến công trọn thành: Tức là đạt được sự giác ngộ, thành Phật và truyền dạy giáo lý (Chuyên Pháp Luân)
- ¹⁶ Xem chương VII, câu 16
- ¹⁷ Xem chương IX, câu 73
- ¹⁸ Bò sát Diệu Hoa Nguyệt (Supuspacandra): Mặc dầu biết vua Curadatta rất ác độc, song vẫn cương quyết thuyết pháp vì lợi ích cho chúng sinh và đã bị vua hành hạ.
- ¹⁹ Tinh huyết của cha mẹ
- ²⁰ Từ câu 141 đến câu 154 (trong ngoặc kép): Nơi đây ngài Santideva đã tự đặt mình vào địa vị của một người khác rồi hướng về „cái Ta“ (ngã) mà nói
- ²¹ Chân lý thế gian: Còn gọi là tục đế, chân lý tương đối, chân lý bao phủ
- ²² Chân lý tuyệt đối: Còn gọi là chân đế, thẳng nghĩa đế
- ²³ Đây là cuộc tranh luận giữa Tôn giả Santideva (Trung Quán) và phái Duy Thức. Duy thức chủ trương rằng mỗi sự vật và hiện tượng bên ngoài đều là ảo tưởng. Chúng không có thật mà chỉ là bóng dáng của tâm. Chỉ có tâm mới hiện hữu thật sự
- ²⁴ Phụ nữ vô sinh: Là phụ nữ không thể nào sinh con được. Vì vậy sự bàn luận về sắc đẹp của đứa con gái của một phụ nữ vô sinh chỉ là chuyện vui đùa
- ²⁵ Đây là ví dụ về một con gấu bị chuột cắn làm độc. Gấu ngủ suốt mùa đông. Đến mùa xuân, khi nghe tiếng sấm nó tỉnh dậy và cảm thấy đau đớn mới nhớ lại đã bị chuột cắn. Ký ức của con người cũng tương tự như vậy
- ²⁶ Tâm siêu nhiên = Tha tâm thông
- ²⁷ Nơi đây Tôn giả Santideva phản bác lại phái Tiểu thừa đã quan niệm rằng sau khi đức Phật nhập Niết Bàn thì Ngài không còn làm lợi ích cho chúng sanh được nữa.
- ²⁸ Bám víu đối tượng hay sự vật = chấp pháp. Bám víu cái Ta = Chấp ngã
- ²⁹ Theo Prajanakarumati thì các câu 50, 51 và 52 là những câu đã được tác giả khác từ ngoài đưa vào
- ³⁰ Chương ngại hiểu biết = Sở tri chương

³¹ Số luận (Samkhya) là một học thuyết phi Phật giáo do Rishi Kapila thành lập vào thời cổ Ấn Độ, tin rằng mọi hiện tượng - trừ cái ngã trường cửu bất biến - được tạo thành từ một thân ngã Prakrti hay là thực chất tối sơ thấm khắp mọi sự. Khi tiếp xúc với thực chất này thì một loạt những biểu hiện như tri thức, cảm quan và đối tượng cảm giác phát xuất từ đấy và được cái ngã cảm thọ. Thực chất tối sơ là một chất liệu trường cửu, phổ biến tạo nên mọi sự và là bản chất của các pháp trong thế giới kinh nghiệm. Ngã là nguyên lý tâm bất biến trở nên liên kết với ngoại giới do sự đồng nhất sai lầm của nó với biểu hiện của thực chất tối sơ. (Theo: Thích Nữ Trí Hải: Nhập Bồ Tát Hạnh, Trang nhà Quảng Đức, Chương 9: Trí Tuệ, câu 60). Xem thêm Tìm hiểu sáu phái Triết học Ấn Độ, Thích Mãn Giác, 2002, Trang nhà Quảng Đức.

³² Âm thanh: Là đối tượng của sự nghe = Trần cảnh

³³ Cái biết, Tánh biết= nhận thức

³⁴ Ba đức (nguyên lý) tối sơ của Số luận là: rajah, sattwa và tamah. Tùy theo dịch giả mà có nhiều cách dịch khác nhau. Cách dịch ở đây dựa theo E. Steinkellner với ba thuật ngữ: Güte, Leidenschaft và Finsternis (Santideva: Eintritt in das Leben zur Erleuchtung - Bodhicaryavatara. Eugen Diederichs Verlag, 1981, trang 125.)

Thích Nữ Trí Hải dịch là: ưu, hỷ, ám. Sách đã dẫn, câu 64

Thích Trí Siêu dịch là thanh tịnh, tạo tác u mê (Thích Trí Siêu: Bồ Tát Hạnh, Trang Nhà Quảng Đức, chương 9: Trí huệ, câu 64)

³⁵ Cái biết, Tánh biết= nhận thức

³⁶ “Một”: Theo Trung Quán, một sự vật có thật (có tự tính) còn được gọi là “Một”. Tự nó là nó, không do nhiều điều kiện khác (nhân duyên khác) phối hợp mà thành

³⁷ Năm Uẩn: Ngũ Uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức

³⁸ Ảo tưởng: Được sinh ra từ tưởng tượng, từ tà kiến hoặc do chấp trước

³⁹ Giác quan = Căn: tai mắt, mũi, lưỡi thân

Đối tượng: ví dụ như sự vật = Trần: như âm thanh, màu sắc, mùi vị, va chạm

⁴⁰ Hạt bụi cực nhỏ = vi trần hoặc cực vi trần và lân hư trần, nhỏ đến mức dường như không có gì cả

⁴¹ Xem lại các câu 86 – 88 của chương chín

⁴² Xem lại các câu 58 – 88 của chương chín

⁴³ Phản bác phái Hữu Bộ. Phái này quan niệm rằng tâm và vật là hai thực thể khác biệt

⁴⁴ Phái Vô Nhân: Phái này chủ trương rằng tất cả các pháp không do nhân gì sinh ra, họ bảo: “Mọi sự vật như mặt trời mọc, nước chảy xuống núi, hạt đậu

tròn, gai nhọn và lông đuôi con công ... không do ai làm ra cả, chúng tự nhiên sinh (Thích Nữ Trí Hải, sđd, chương 9, câu 116)

⁴⁵ Thường Luận: Phái này tin rằng mọi sự do thần Tự Tại Thiên sinh ra. Vị này có năm đức là thiêng liêng, trong sạch, đáng kính, trường cửu, độc nhất và là sáng tạo chủ của mọi sự (Thích Nữ Trí Hải, sđd, chương 9, câu 118)

⁴⁶ Bốn Đại chủng: gồm có đất, nước, lửa, không khí và không gian

⁴⁷ Cõi lành, Cõi phước = Bát phước sanh xứ: Tám cõi nhờ có phước đức mà được sinh đến đó, gồm có cõi người giàu sang, cõi trời bốn vị Thiên Vương, cõi trời Đao-ly, cõi trời Dạ-Ma, cõi trời Đâu-Suất, cõi trời Hoá-Lạc, cõi trời Tha-Hoá và cõi trời Phạm Thiên (Theo Đoàn Trung Còn: Phật học Từ điển, Saigon 1966, tập I, trang 243)

⁴⁸ Cõi lành, Cõi phước = Bát phước sanh xứ: Tám cõi nhờ có phước đức mà được sinh đến đó, gồm có cõi người giàu sang, cõi trời bốn vị Thiên Vương, cõi trời Đao-ly, cõi trời Dạ-Ma, cõi trời Đâu-Suất, cõi trời Hoá-Lạc, cõi trời Tha-Hoá và cõi trời Phạm Thiên (Theo Đoàn Trung Còn: Phật học Từ điển, Saigon 1966, tập I, trang 243)

⁴⁹ Tám hoàn cảnh xấu (Bát nạn): Tám cảnh ngộ ngăn chận sự tu học để được giác ngộ, gồm có Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh, Châu Uất đản việt (Châu Bắc-cu-lu) người ở châu này sung sướng mãi nên tu học không được, cảnh trời Trường thọ (Vô tướng thiên), nơi đây không có tâm tưởng nên không tu học được, đui, điếc, câm, Thế trí biện thông (ỷ mình thông minh biện bác theo thế sự mà không lo tu học, trước Phật và sau Phật, hai thời này không có sự bành trướng của đạo Phật nên không thể tu học (Đoàn Trung Còn, sđd, tr. 235)

⁵⁰ Cục Hỷ Địa: Sơ Địa của Bồ Tát