

Lama Zopa Rinpoche: HƯỚNG DẪN TU TONG-LEN ĐỂ PHÁT TÂM TỪ BI

-*The Preliminary Practice of Tong-len (click to access the English version)*

-*Lama Zopa Rinpoche hướng dẫn tu Ngondro - Tong-len*

-**Đạo Sư (Teacher):** Kyabje Lama Zopa Rinpoche (2006) -

-**Viết ngữ (translation):** Hồng Như, bản dịch tháng 2 năm 2018

1- Hướng Dẫn Ngắn Gọn (Short Teachings)

2- Nghi Thức Giản Lược Tu Tong-len (Short Practice)

HƯỚNG DẪN PHÁP TU TONG-LEN [ĐỂ PHÁT TÂM BỒ ĐỀ] theo khuôn khổ Pháp Tu Sơ Khởi (Ngondro)

Tong-len là “nhận và cho.” Đây là pháp tu phát tâm bồ đề can đảm bậc nhất. “Tong-wa” là tặng cho chúng sinh mọi công đức an vui của mình; “Len-pa” là nhận về mọi khổ nạn ác nghiệp của chúng sinh, lấy đó đập ngay vào tâm ngã ái, làm cho ngã ái này tiêu tan không còn.

Nhận và cho như vậy là phương pháp phát tâm bồ đề chóng vánh nhất, là con đường từ bỏ biển khổ sinh tử nhanh nhất, cũng là cách viên thành chánh quả (lìa mọi mê lầm, đạt mọi thiện đức) sớm nhất, và là cách nhanh chóng có được khả năng độ chúng sinh thoát biển khổ địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, người, trời, A-tu-la và cõi trung ấm, đạt quả vô thượng bồ đề. Nói ví dụ, mặc dù Phật Di Lặc phát tâm bồ đề tâm trước nhưng đấng bốn sư Thích Ca Mâu Ni Phật lại đạt quả vô thượng bồ đề sớm hơn, là vì có được lòng từ bi mạnh mẽ hơn.

Pháp thiền này là phương pháp chuyển tâm thù thắng nhất, cũng là phương pháp tâm lý trị liệu tốt nhất giúp người Tây phương giữ tâm an lạc khi gặp vấn đề tinh thần, thể xác. Đây là phương pháp trị liệu tâm bệnh tốt nhất, nhờ đó cũng trị được thân bệnh. Nếu gặp bệnh khổ thì đây là phương pháp trị liệu tốt nhất, và cũng có thể trị bệnh cho người khác.

CÁCH ĐẾM TÚC SỐ

Để đếm túc số Tong-len cho pháp tu sơ khởi (ngondro), quý vị có thể chọn câu kệ tong-len trong Cúng Đường Đạo Sư (Lama Chöpa, câu kệ số v.95):

***Đạo sư tôn quý, đạo sư từ bi,
Con khẩn xin Thầy gia trì hộ niệm
Cho mọi khổ đau, ác nghiệp, ác chướng,
Của mẹ chúng sinh, nguyện ngay bây giờ
Trở quả nơi con không chút thiếu sót,
Nguyện mang an lạc cùng mọi thiện đức
Tặng cho chúng sinh, nhờ đó tất cả
Đều được hạnh phúc.***

Đọc bài kệ này để đếm túc số, vừa đọc vừa quán tưởng. Mỗi lần như vậy quý vị tích lũy được biết bao nhiêu trời rộng công đức, tịnh được biết bao nhiêu ác nghiệp, đến gần hơn với quả giác ngộ. Pháp tu này sẽ giúp quý vị phát tâm bồ đề.

Quý vị cũng có thể chọn bài kệ của đức Long Thọ (Nagarjuna):

***Chúng sinh bao nhiêu khổ
Nguyện trở quả nơi tôi;
Tôi được bao an vui
Nguyện tặng chúng sinh hưởng.***

Phần đầu quán pháp nhận. Phần sau quán pháp cho. Đếm số lần tụng bài kệ này bằng chuỗi hạt. Tôi nghĩ tu như vậy tâm của quý vị sẽ vô cùng an lạc và chúng sinh cũng sẽ được an lạc vô cùng!

Hoặc là chọn bài kệ của Shakya Shri Bhadra:

***Nếu như có khổ, hãy gánh khổ nạn cho khắp chúng sinh;
Nguyện cho chúng sinh cạn vui biển khổ.
Nếu như có vui, hãy tặng vui cho chúng sinh tạo phước;
Nguyện chúng sinh được trời rộng an vui.***

Chọn một trong ba bài kệ trên để tụng và quán tưởng. Hoặc quý vị cũng có thể thay đổi, tụng bài này rồi tụng bài kia. Thực hành tong-len bằng cách vừa tụng vừa quán, đây là pháp tu có tác dụng mãnh liệt bậc nhất.

CÁCH THỰC HÀNH TONG-LEN

-PHÁP NHẬN

Nói cho ngắn gọn, tu tong-len thì đầu tiên là tu pháp nhận:

(1) Khởi tâm bi. Tiếp theo, nhận về khổ đau của từng cõi luân hồi: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, người, trời, a tu la và cõi trung ấm. Pháp Lamrim có giải thích cặn kẽ về các loại khổ đau này, hãy nhận hết vào trong tim;

(2) nhận cả nguyên nhân của khổ, là nghiệp và nhiễm tâm phiền não cùng tập khí phiền não; hãy nhận hết về;

(3) nhận cả môi trường sống khó khăn. Ví dụ cõi địa ngục, nền sắt nung cháy bỏng, nhà sắt nung không cửa ra vào, không cửa sổ, hay là hàn ngục với những ngọn núi băng lạnh cóng. Rồi cõi quỷ đói, cảnh sống thật thê lương không cả nước uống, hoặc quá nóng, hoặc quá lạnh. Cõi người thì khổ vì môi trường bẩn thỉu, chông gai đại loại. Khổ đau vì môi trường sống, hãy nhận hết về.

Nhận khổ về dưới dạng khói đen, ô nhiễm – như khói trong thành phố. Chúng sinh nhiều vô lượng, hãy nhận về khổ đau của từng chúng sinh, không sót một ai. Tưởng tượng thật sự nhận được khổ đau này, đưa vào trong tim, phá tan ngã ái, là kẻ thù tệ nhất của bản thân.

Cái tôi này, tâm ngã ái này, là nguyên nhân sinh ra mọi khổ đau mà quý vị đã phải gánh chịu từ vô thủy sinh tử, khổ đau chung của toàn bộ luân hồi cũng như khổ đau riêng biệt của các cõi trời người và ác đạo—địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh. Không chỉ là nguyên nhân của khổ đau trong quá khứ mà còn là nguyên nhân của khổ đau triền miên không dứt trong luân hồi.

Ngã, ngã ái, là tà ma lớn nhất, tạo trở ngại khiến quý vị không có khả năng đạt quả giác ngộ. Cho đến bây giờ vẫn cản trở không cho quý vị đạt quả giác ngộ, thậm chí không cho phép quý vị giải thoát luân hồi, cũng không cho phép quý vị cứu độ chúng sinh, cứu một chúng sinh thôi cũng không thể. Nói vậy đủ thấy ngã này không phải chỉ là kẻ thù của cá nhân riêng mình mà còn là kẻ thù của khắp cả chúng

sinh.

Nhận khổ đau về, quý vị đừng nghĩ rằng chỉ có ngã và ngã ái bị đập nát tiêu tan, mà đến cả vô minh, gốc rễ của luân hồi—là vọng niệm chấp cái tôi thật có—cũng tiêu tan không còn. Cũng là như vậy, đối tượng của vô minh—là cái tôi có hiện hữu chắc thật, cái tôi hiện ra ngay đó—cũng hoàn toàn tiêu tan. Thấy được ngã này vốn không hiện hữu, tự tánh chỉ là không; ngay từ đầu vốn không từng tồn tại. Trú tâm ít lâu trong pháp quán tánh không này. Thiền quán như vậy rất tốt, không chỉ quán tâm bồ đề cầu quả giác ngộ mà còn quán về tánh không.

-PHÁP CHO

Nhận khổ chúng sinh rồi, tiếp theo thực hành pháp cho: tặng cho chúng sinh nguồn an vui hạnh phúc.

(1) Khởi tâm từ. Tiếp theo, cho ra hết thầy công đức có được trong khắp ba thời quá khứ hiện tại và vị lai, cùng mọi thiện báo đến từ công đức ấy, cho ra mọi an lạc nhất thời trong luân hồi, an lạc cứu cánh [giải thoát luân hồi], và an lạc vô song của quả vị chánh đẳng giác. Ai thiếu an lạc nhất thời, quý vị cho nguồn an lạc nhất thời. Ai có an lạc nhất thời nhưng thiếu an lạc cứu cánh, quý vị cho nguồn an lạc cứu cánh. Ai có an lạc cứu cánh, đã thoát sinh tử luân hồi nhưng thiếu an lạc vô song quả chánh đẳng giác, quý vị cho nguồn an lạc vô song quả chánh đẳng giác.

Cho ra tất cả, một cách trọn vẹn, tặng cho vô lượng chúng sinh cõi địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, người, trời, a tu la và cõi trung ấm. Nghĩ rằng mỗi chúng sinh đều nhận được và nhờ vậy mà tâm họ chuyển thành Pháp thân và thân họ chuyển thành Sắc thân,

(2) Tiếp theo, cho ra thân thể của mình dưới dạng ngọc như ý. Hiến tặng thân này cho vô lượng chúng sinh cõi địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, người, trời, a tu la và cõi trung ấm. Nghĩ rằng nhờ đó họ nhận được mọi điều ước mong, kể cả quả giác ngộ.

(3) Tiếp theo, cho ra tất cả tài sản, sở hữu. Nói ví dụ quý vị có được bao nhiêu chiếc nón đều mang ra cho hết: nón mùa hè, nón mùa đông, nón mùa xuân, nón đội ngoài đường, nón đội trong nhà v.v... Cho hết tất cả. Cho hết mọi thứ, từ chiếc nón đội trên đầu cho đến đôi vớ mang dưới chân. Cho luôn tiền bạc trong ngân hàng, nhà cửa, xe cộ, thân nhân bằng hữu quanh mình. Tặng hết cho chúng sinh cõi địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, người, trời, a tu la và cõi trung ấm.

-LỢI ÍCH TU TONG-LEN

Nhận khổ chúng sinh thì tích lũy được lượng công đức nhiều đến không làm sao tin nổi, và được sự tịnh hóa cũng vô cùng khó tin. Mỗi lần tu tong-len là vô lượng ác nghiệp quá khứ được thanh tịnh. Vô số, vô số che chướng được quét đi. Và cũng tích lũy được vô lượng công đức.

Rồi tu pháp cho, công đức cũng nhiều không thể tưởng. Mỗi lần quý vị mang hạnh phúc của mình, nhất thời, cứu cánh, và vô song, tặng cho chúng sinh là tích lũy được biết bao nhiêu bầu trời công đức. Cho ra hạnh phúc hiện tại cùng mọi hạnh phúc tương lai, từ niềm vui trong giây phút kế tiếp theo đây cho đến khi thành tựu đại giác, gồm cả giải thoát luân hồi cùng mọi chúng quả khác, tất cả tặng hết cho mỗi mỗi chúng sinh trong khắp các cõi địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, người, trời và a tu la, rồi cho ra hết thầy công đức của cả ba thời quá khứ hiện tại và vị lai, làm như vậy quý vị tích lũy được biết bao nhiêu bầu trời công đức vô biên.

Rồi mỗi lần cho ra thân thể dưới dạng ngọc như ý là lại tích lũy thêm nhiều bầu trời công đức. Dù chỉ cho riêng chúng sinh cõi địa ngục thôi cũng đủ tích lũy vô vàn bầu trời công đức, là vì chúng sinh cõi ấy nhiều vô lượng, nên công đức tích lũy được cũng nhiều vô lượng.

Rồi mang tài sản sở hữu tặng hết cho chúng sinh, tích lũy thêm bao nhiêu bầu trời công đức. Bất kể là sở hữu nhiều hay ít, tặng chúng sinh chỉ một món thôi cũng đủ tích lũy được vô lượng công đức, là vì chúng sinh ấy nhiều vô lượng. Vậy khi quý vị mang hết từ nón đến vớ tặng cho chúng sinh các cõi địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, người, trời, a tu la, và chúng sinh cõi trung ấm, là quý vị có được vô vàn bầu trời công đức. Rồi mỗi khi cho ra thân nhân bằng hữu quanh mình, lại tích lũy thêm vô vàn bầu trời công đức.

Tuyệt vời! Thật là Tuyệt vời! Thật quá tuyệt vời! Làm như vậy đời sống có ý nghĩa biết bao, phong phú biết bao.

Quý vị thấy đó, vì chúng sinh nhiều vô lượng cho nên công đức tặng cho chúng sinh cũng nhiều vô lượng. Quý vị không tưởng tượng nổi đâu. Tôi cho rằng nếu quý vị thật sự biết được công đức này nhiều đến cỡ nào, chắc chắn té xỉu ngay tại chỗ, khó lòng ngồi dậy. Hy vọng là không té xỉu quá lâu. Hy vọng là người nhà không chờ quý vị đi khám bác sĩ hay khám chuyên gia tâm lý. Hy vọng người nhà không vì vậy mà phải chờ quý vị đến bệnh viện!

[HẾT]

Hồng Như chuyển Việt ngữ 02/2018

Nguyên bản tiếng Anh: <https://www.lamayeshe.com/article/chapter/tong-len-short-practice>

Tiếng Việt Online: <http://www.hongnhu.org/huong-dan-tu-ngondro-tong-len-lzr/>

1- Hướng Dẫn Ngắn Gọn (Short Teachings)

2- Nghi Thức Giản Lược Tu Tong-len (Short Practice)

NGHI THỨC GIẢN LƯỢC TU TONG-LEN ***theo khuôn khổ Pháp Tu Sơ Khởi Ngondro***

Đạo Sư hướng dẫn: Kyabje Lama Zopa Rinpoche

Nghi thức giản lược tu Tong-len do tỷ kheo ni Sarah ghi lại dựa theo lời hướng dẫn của Lama Zopa Rinpoche.

Muốn tu tong-len cho pháp sơ khởi (ngondro), quý vị có thể chọn một trong ba bài kệ dưới đây để tụng và quán tưởng đếm túc số.

- trích *Cúng Đường Đạo Sư (Lama Chöpa, chỉnh cú số v.95)*:

*Đạo sư tôn quý, đạo sư từ bi,
Con khẩn xin Thầy gia trì hộ niệm
Cho mọi khổ đau, ác nghiệp, ác chướng, của mẹ chúng sinh,
Nguyện ngay bây giờ trở quả nơi con không chút thiếu sót,
Nguyện mang an lạc cùng mọi thiện đức tặng cho chúng sinh
Nhờ đó tất cả đều được hạnh phúc.*

Hoặc bài kệ của đức Long Thọ (Nagarjuna):

*Chúng sinh bao nhiêu khổ
Nguyện trở quả nơi tôi;
Tôi được bao an vui
Nguyện tặng chúng sinh hưởng.*

Hoặc bài kệ của đức Shakya Shri Bhadra:

*Nếu như có khổ, hãy gánh khổ nạn cho khắp chúng sinh
Nguyện cho chúng sinh cạn vơi biển khổ
Nếu như có vui, hãy tặng vui cho chúng sinh tạo phước;
Nguyện chúng sinh được trời rộng an vui.*

Pháp Nhận: gánh khổ chúng sinh

Tu pháp nhận, trước tiên mở tâm đại bi đối với vô lượng chúng sinh đang chịu khổ đau vì bị phiền não và nghiệp khố chế, rồi nhận về:

- **khổ đau** của khắp chúng sinh;
- **nguyên nhân của khổ đau**: nghiệp, phiền não, và tập khí phiền não;
- khổ đau vì **môi trường sống**;

Nhận về lần lượt hay đồng loạt khổ đau của các cõi:

- địa ngục
- ngạ quỷ
- súc sinh
- người
- trời
- a-tu-la
- cõi trung ấm

Nhận tất cả vào tim theo dạng khói đen ô nhiễm, tưởng tượng luồng khói này tan vào cái tôi, diệt tan ngã ái. Thấy không chỉ có ngã ái bị tiêu tan mà cả vô minh, gốc rễ của luân hồi—chấp cái tôi này thật có—cũng tiêu tan không còn. Đồng thời, đối tượng của vô minh—là cái tôi có hiện hữu chắc thật, cái tôi hiện ra ngay đó—cũng hoàn toàn tiêu tan. Thấy được ngã này vốn không hiện hữu, tự nó chỉ là không; ngay từ đầu vốn không từng tồn tại. Trú tâm an định một lúc trong pháp quán tánh không này.

Cũng có thể nhận về mọi chướng ngại cản trở không cho:

- chư đạo sư tùy thuận chúng sinh mà làm việc lợi ích;
- Phật Pháp lan xa hưng thịnh;
- thí chủ phụng sự chánh pháp và Tăng Đoàn.

Pháp nhận này có thể tùy thời gian nhiều ít mà quán chi tiết, hoặc vừa phải, hoặc giản lược bằng cách đồng loạt nhận về.

Pháp Cho: Tặng Cho Chúng sinh

Trước tiên khởi tâm đại từ. Tiếp theo, tặng cho vô lượng chúng sinh các cõi địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, người, trời, a-tu-la và cõi trung ấm những điều sau đây:

- hết thầy **công đức** vô lượng trong quá khứ, hiện tại và vị lai của bạn;
- hết thầy **thiện báo** mà công đức ấy mang lại, cho đến tận quả giác ngộ;

- lấy **thân** mình quán tưởng thành vô số viên ngọc như ý đầy khắp cả trời rộng;
- hết thấy **hưởng dụng, tài sản**, cho đến cả **gia đình**, thân nhân và bằng hữu.

Tưởng tượng vô lượng chúng sinh nhận được tất cả những điều này, nhờ đó có được:

- thân người toàn hảo, gặp được chánh pháp Đại thừa, tìm được đạo sư đầy đủ tánh hạnh đủ khả năng khai sáng đường tu giác ngộ;
- cảnh sống toàn hảo, bạn đồng hành tuyệt hảo, sanh vào tịnh độ, ở đó không có khổ đau, chỉ có cảnh đẹp, có đầy cây như ý ban cho mọi điều ước mong;
- viên thành đường tu giác ngộ, giải thoát biển khổ và nguyên nhân của khổ là phiền não và nghiệp, bao gồm nhiễm tâm thô lậu và vi tế;
- đạt thiện đức không thể nghĩ bàn của một đấng Phật đà, hành trì pháp Phật Bốn Tôn nào thì thành đức Phật ấy; - tâm thành Pháp thân, và thân thành Sắc thân.

Hãy vui vì đã giúp chúng sinh đạt quả giác ngộ. Pháp Cho cũng có thể quán một cách chi tiết, vừa phải, hoặc giản lược, tùy thời gian cho phép. Mỗi lần thực hành pháp cho và nhận, đều tạo được được lượng công đức nhiều không thể nghĩ bàn, bước đến gần hơn với quả giác ngộ, và như vậy cũng có nghĩa là đến gần hơn với việc độ thoát vô lượng chúng sinh.

Hoàn Tất Thời Công Phu

Cuối thời công phu, hãy nghĩ như sau:

“Đây chỉ là tưởng tượng. Thật ra chúng sinh vẫn khổ. Tôi cần phải giải thoát chúng sinh ra khỏi biển khổ luân hồi cùng nhân tạo khổ là nghiệp và phiền não, chính tôi phải đưa chúng sinh đến với quả giác ngộ. Vì vậy bản thân tôi phải đạt quả vị Phật. Và vì vậy, tôi phải dẫn thân hành thiện. Nguyên tất cả mọi hoạt động thân khẩu và ý của tôi đều trở thành nhân tố cho tôi cùng chúng sinh đạt quả vô thượng bồ đề.”

[Hết]

Hồng Như Thupten Munsel chuyển việt ngữ 02/20018.

Mọi sai sót là của người dịch
Mọi công đức xin hồi hướng pháp giới chúng sinh

Nguyên bản tiếng Anh: <https://www.lamayeshe.com/article/chapter/tong-len-short-practice>
Tiếng Việt Online: <http://www.hongnhu.org/huong-dan-tu-ngondro-tong-len-lzr/>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

Langri Thangpa: TÁM THI KỆ CHUYỂN TÂM

- [Eight Verses for Training the Mind] -

Tác Giả (Author): Geshe Langri Thangpa (thế kỷ thứ 12) -

Ngôn ngữ (language): Việt - English -

Việt ngữ: hồng như - bản dịch 2006

- Tiếng Việt
- English

Tám Thi Kệ Chuyển Tâm

1.

Với quyết tâm thành tựu
Lợi lạc lớn lao nhất
Nhờ tất cả chúng sinh,
Tôi nguyện luôn giữ gìn
Chúng sinh trong đáy tim,
Vì chúng sinh quý hơn
Cả bảo châu như ý.

2.

Khi gặp gỡ tiếp xúc
Với bất kỳ một ai,
Nguyện tôi luôn thấy mình
Là kẻ thấp kém nhất,
Từ đáy lòng chân thật
Luôn tôn kính mọi người
Như kính bậc tối cao.

3.

Nguyện trong từng hành động
Tôi luôn tự xét mình,
Phiền não vừa dấy lên,
Đe dọa mình và người,
Nguyện tức thì nhận diện,
Và tức thì dẹp tan.

4.

Khi gặp người hiểm ác
Vì bị tâm phiền não
Và ác nghiệp tác động,
Nguyện tôi quý người ấy
Như vừa tìm ra được
Kho tàng trân quý nhất.

5.

Khi gặp người vì lòng
Ganh ghen và đố kỵ
Miệt thị phỉ báng tôi,
Nguyện tôi nhận phần thua,
Nhường đi mọi phần thắng.

6.

*Khi gặp người mà tôi
Giúp đỡ, đặt kỳ vọng,
Lại vọng ân bội nghĩa
Gây tổn hại cho tôi,
Nguyện tôi xem người ấy
Là một đấng tôn sư.*

7.

*Tóm lại tôi xin nguyện
Trực tiếp và gián tiếp
Trao tặng mọi lợi lạc
Cho tất cả chúng sinh
Đều là mẹ của tôi
Từ vô lượng kiếp trước.
Nguyện âm thầm gánh chịu
Mọi ác nghiệp khổ não
Thay thế cho chúng sinh*

8.

*Nguyện những điều nói trên
Không bị vướng ô nhiễm
Bởi tám ngọn gió chướng.
Nguyện tôi thấy mọi sự
Hiện ra trong cõi đời
Đều chỉ như huyễn mộng
Cho tâm thôi chấp bám
Thoát ràng buộc luân hồi.*

<< Đọc Tiếng Anh (Read the English Version) >>

- Tiếng Việt
- **Tiếng Anh (English)**

Eight Verses for Training the Mind

1. With the determination to accomplish
The highest welfare of all sentient beings,
Who excel even the wish-fulfilling jewel,
May I at all times hold them dear.
2. Whenever I associate with others
May I think of myself as the lowest of all.
And from the depth of my heart
Hold the others as supreme.
3. In all actions may I search into my mind,
And as soon as delusions arise
That endanger myself and others,

May I firmly face and avert them.

4. When I see beings of wicked nature,
Oppressed by violent misdeeds and afflictions,
May I hold them dear
As if I had found a rare and precious treasure.

5. When others out of envy treat me badly
With slander, abuse and the like,
May I suffer the loss and
Offer the victory to them.

6. When the one whom I have helped
And benelitted with great hope
Hurts me badly, may I behold him
As my supreme guru.

7. In short, may I directly and indirectly offer
Benefit and happiness to all my mothers.
May I secretly take upon myself the harmful actions
And suffering of my mothers.

8. May all this remain undefiled by the stains of
Keeping in view the eight worldly principles.
May I, by perceiving all phenomena as illusory,
Unattached, be delivered from the bondage of samsara.

<< Đọc Tiếng Việt (Read the Vietnamese Version) >>

Shantideva: NHẬP BỒ ĐỀ HẠNH LUẬN

Entering the Bodhisattva Way Of Life (English translation not available here) -

Bước Vào Đường Đi của Bồ Tát -

Tác Luận: Thánh Giả Tịch Thiên [Shantideva] -

Việt dịch: hồng như - Bản hiệu đính, 21/03/2014.

Điều kiện hành trì: Pháp phổ thông, ai cũng có thể đọc và hành trì.

Lời Dịch Giả

Thầy tôi dạy rằng: "Cảnh giới chúng ngộ của ngài Shantideva, kẻ phàm như chúng ta đây không làm sao có thể tưởng tượng nổi. Vậy mà các con lại đủ túc duyên để nghe được những lời này, thật là phước báu khó tìm cầu, phải biết trân quý."

Bằng tấm lòng trân quý như vậy, tôi xin dịch bài pháp này. Là niềm tri ân sâu xa đối với Ân Sư cùng hết thảy những ai còn nán lại trong khổ đau sinh tử để cho kẻ chậm chân như tôi đây vẫn còn hy vọng phát khởi tâm bồ đề.

đệ tử tại gia hồng như
10/2013

- **Hạ tải Sách Đọc:** Nhập Bồ Đề Hạnh Luận : PDF
- **Hạ Tải MP3 & nghe trực tuyến & Youtube:** Nhập Bồ Đề Hạnh Luận (audio)
- **Nghe Giảng:** Đức Dalai Lama giảng Nhập Bồ Đề Hạnh Luận 2011
- **Nghe Giảng:** Geshe Thubten Dawa giảng về Nhập Bồ Đề Hạnh Luận

MỤC LỤC

- **Trang Đầu - Lời Dịch Giả**
- **Tiểu Sử Tác Giả Shantideva**
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

- Trang Đầu - Lời Dịch Giả
- **Tiểu Sử Tác Giả Shantideva**
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Tiểu Sử Tác Giả Shantideva

Hai nguồn sử liệu chính về cuộc đời ngài Shantideva (Tịch Thiên) đến từ ngài Butön (1290-1364) – và ngài Jetsün Tāranātha (1575-1608). Ngoài ra còn một bản văn ngắn được tìm thấy trong các tác phẩm của học giả Yeshe Peljor (thế kỷ 18). Gần đây, các nhà nghiên cứu phát hiện thêm một đoạn văn trong bản thảo chép tay ở Nepal thế kỷ 14.

Ngài Kunzang Pelden trong bộ luận “Văn Thù Kim Khẩu Cam Lô” đã dựa theo bản văn của ngài Butön để soạn tiểu sử của ngài Shantideva. Bản tiếng Việt lược dịch từ tiểu sử này.

Nhập Bồ Đề Hạnh Luận (*Bodhicaryāvatāra*) do Bồ tát Shantideva (Tịch Thiên) trước tác. Ngài là bậc thầy uyên thâm hội đủ ba phẩm tính cần có của luận giả: trực chứng chân đế, trực kiến bốn tôn, thông lâu ngũ minh. Khi còn tại thế, ngài Shantideva viên thành bảy công hạnh phi thường. Đặc biệt ngài là

người được đấng bốn tôn Diệu Âm[1] trực tiếp hộ niệm gia trì.

Ngài Shantideva vốn mang dòng máu đế vương. Vào khoảng đầu thế kỷ VIII tại miền Nam xứ *Saurashtra* (nay là Bang *Gujarat* tại Tây Bắc Ấn Độ), quốc vương Kalyanavarnam hạ sanh thái tử, đặt tên là Shantivarman. Từ nhỏ thái tử đã sớm hướng tâm về chư Phật trong các thời quá khứ, tự nhiên mang sẵn dòng giống Đại Thừa, dành trọn tấm lòng tôn kính phi thường cho chư Tăng sĩ, Đạo sư. Ngài phụng sự hiến cúng khắp cả, đặc biệt quan tâm chăm sóc cho người nghèo hèn, tật bệnh, đọa rơi. Với trái tim kiên định hướng về nẻo giác, ngài tích lũy tri thức, thông lâu ngũ minh. Đặc biệt ngài thỉnh được nghi quỹ đức Văn Thù từ một vị khát sĩ khổ hạnh, hành trì miên mật và xem đức Văn Thù là bốn tôn.

Khi Quốc vương băng hà, vương quyền trao về cho Thái tử Shantivarman. Ngài vàng được dựng lên lộng lẫy để chuẩn bị cho lễ Đăng quang. Ngay đêm hôm trước đại lễ, thái tử nằm mộng thấy đức Diệu Âm tọa trên ngài vàng, nhìn ngài mà nói như sau:

*Con yêu duy nhất, / ngài này của ta.
Ta là Văn Thù / sư phụ con đây.
Sao con có thể / sánh với sư phụ
ngang vai ngang vế / ngồi cùng một ngài?*

Giật mình tỉnh giấc, thái tử Shantisarman hiểu rằng việc kế thừa vương vị là điều chẳng nên làm. Lòng không lưu luyến tài sản thế gian, ngài từ bỏ ngài vàng, đến học viện Na-lan-đà thọ giới cùng ngài *Jayadeva*, thượng thủ của năm trăm vị Hiền Thánh, và được sư phụ ban cho pháp hiệu Shantideva[2].

Trong thời gian tu học tại Na-lan-đà, ngài được đức Văn Thù trực tiếp truyền cho Tam Tạng kinh điển. Ngài dựa theo đó tu tập miên mật, qui nạp nội dung chánh pháp thành hai bộ luận: *Học Tập Luận* và *Kinh Tập Luận*. Mặc dù ngài Shantideva thành tựu vô lượng thiện đức từ cả hai pháp diệt và đạo, thế nhưng chư Tăng đồng học vẫn không hay biết, chỉ thấy người này hết ăn (*Bhu*) lại ngủ (*Sup*), rồi lại đi lang thang (*Kutimgata*), nên gọi ngài là *Bhu-su-ku*. Họ vô cùng bất bình, than rằng, “cả ba việc của người xuất gia tại đây[3], người này chẳng được việc nào cả, sao đủ tư cách thọ trai tăng! Phải đuổi đi mới được!” Họ liền bàn cách đuổi ngài đi, bày ra việc chư Tăng thay phiên nói pháp, tin chắc rằng bao giờ đến phiên phải nói pháp, chắc chắn ngài sẽ xấu hổ mà trốn đi. Họ liên tục đến thúc dục, nhưng lần nào ngài cũng từ chối, bảo rằng không biết gì để nói. Họ kéo nhau đến thỉnh Viện trưởng ra lệnh cho ngài nói pháp. Viện trưởng vừa lên tiếng, ngài liền hứa ngay. Thấy vậy, một số tăng sĩ bắt đầu chột dạ. Để thách thức ngài, họ bày biện cúng phẩm cao như núi, mời thật đông người đến dự, dựng một tòa sư tử chành vênh ngay chính giữa, rồi mời ngài đến. Bất ngờ thấy ngài đã tọa sẵn trên pháp tòa, họ kinh ngạc hoang mang, không hiểu ngài thượng lên pháp tòa bằng cách nào.

Lúc bấy giờ ngài Shantideva điềm nhiên cất tiếng hỏi: “Các ông muốn nghe pháp nào, pháp thường nghe, hay pháp chưa từng nghe?”

Cả pháp hội sững sờ. “Xin cho chúng tôi nghe pháp chưa từng nghe.”

Học Tập Luận quá dài, *Kinh Tập Luận* lại quá ngắn, vì vậy ngài Shantideva thuyết *Nhập Bồ Đề Hạnh Luận*, nghĩa rộng nhưng văn gọn. Lúc bấy giờ đức Văn Thù hiện ra ngay giữa trời không, nhiều người thấy được, tín tâm trào dâng vô bờ. Khi đọc đến chính cú 34, chương 9, “*cả sắc và không / đều vắng trong tâm...*”, ngài Shantideva và đức Văn Thù cùng thăng lên không trung, cao dần, rồi biến mất, chỉ còn giọng nói ngài Shantideva vọng về cho đến cuối bộ luận.

Trong chúng hội, các vị trí nhớ phi thường liền vội vã chép lại bài pháp, nhưng các bản văn dài ngắn không đồng: có vị chép thành bảy trăm chính cú, có vị chép thành một ngàn chính cú, có vị lại chép thành nhiều chính cú hơn. Chư Hiền giả vùng Kashmir chép thành bảy trăm chính cú và gom thành

chín chương, trong khi đó chư vị ở Trung Ấn (*Magadha* - Ma Kiệt Đà) lại chép thành một ngàn chỉnh cú gom thành mười chương. Lúc ấy, bản văn có sự bất nhất như vậy. Hơn nữa, không ai biết gì về hai bộ luận mà ngài Shantideva dặn dò là cần phải đọc, bộ *Học Tập Luận* và *Kinh Tập Luận* (xem chương 5, chỉnh cú 105-106).

Về sau, nghe nói ngài Shantideva đang ở tại bảo tháp *Shrīdakṣṇahīṇa*, vùng Nam Ấn, hai vị hiền thánh với trí nhớ thân thông đã lặn lội tìm đến gặp, xin ngài chuẩn xác lại bộ luận. Ngài xác định bản chép của chư Hiền giả vùng *Magadha* là chính xác. Khi hỏi đến *Học Tập Luận* và *Kinh Tập Luận*, ngài bảo rằng hai vị sẽ tìm thấy hai bộ luận này giấu trên mái nhà trong tịnh xá của ngài tại Học Viện Nalanda. Ngài cũng nhân dịp này truyền khẩu và ban lời khai thị cho hai vị.

Ngài Shantideva sau đó du hành về hướng Đông, vận dụng thân thông hàng phục cuộc xung đột nghiêm trọng, mang lại hòa bình cho cả đôi bên.

Ngài cũng độ cho năm trăm người ngoại đạo miền Tây gần xứ *Magadha*. Lúc ấy nhằm lúc thiên tai, cả làng lâm nạn đói. Dân làng bảo nếu được ngài cứu mạng, họ nguyện tin theo giáo pháp của ngài. Ngài khi ấy mang bình bát chứa cơm khát thực, cầm trong tay, gia trì bằng đại định. Chỉ với một bình bát, cả làng đều được thỏa thuê no đủ. Nhờ duyên lành này, cả làng bỏ mê tín để bước vào chánh pháp.

Thêm một thời gian sau đó, lại trong một nạn đói kinh khiếp, ngài đã cứu mạng một ngàn hành khất.

Về sau ngài làm cận vệ cho Quốc Vương Arivishana, lúc bấy giờ đang gặp nạn chiến tranh với giặc *Machala* phía Đông Ấn. Ngài đeo bên mình thanh kiếm gỗ đầy uy lực, đủ khả năng hàng phục mọi hiểm họa, mang an bình đến khắp mọi nơi, được sự nể trọng của khắp cả. Tuy vậy, một số quần thần sanh lòng ganh ghét, đến bẩm báo với vua rằng: “đây chỉ là tên bịp bợm, ngưỡng mong bệ hạ suy xét. Hẳn nào có vũ khí gì đâu, chỉ đeo mỗi thanh kiếm gỗ, làm sao bảo vệ được cho bệ hạ!” Vua nghe xong nổi giận, xét vũ khí của từng người. Đến khi vua bảo ngài Shantideva tuốt kiếm, ngài từ tốn thưa rằng làm như vậy sẽ khiến vua bị thương.

“Ta bị thương mặc lòng! người cứ hãy rút kiếm ta xem!” Vua ra lệnh.

Không thể cãi lệnh, ngài mời vua đến nơi vắng vẻ, thỉnh vua lấy tay che một mắt, chỉ nhìn bằng con mắt còn lại. Khi thanh kiếm rút ra khỏi vỏ, hào quang rực rỡ chói lòa khiến mắt vua rơi ngay xuống đất. Vua cùng tùy tùng kinh hãi, xin ngài lượng thứ chớ che. Ngài Shantideva lúc bấy giờ trả mắt lại cho vua, nhờ lực gia trì của ngài, mắt vua bình thường như cũ, không chút đau đớn. Cả vương quốc bấy giờ khởi tín tâm sâu xa, quay về quy thuận chánh pháp.

Về sau ngài Shantideva đến vùng *Shripurvata* miền Nam, sống lẫn trong đám hành khất lửa thề. Ở đó ngài ăn nước rửa chén rửa nồi người ta đổ ra. Có một lần cô thị nữ của vua *Khatavihara* tên là *Kachalaha* đổ nước rửa chén, chợt thấy nước hắt lên người Shantideva thì lập tức sôi rít lên, chẳng khác gì đổ trên nền sắt nóng. Cô ta lấy đó làm lạ.

Cũng vào lúc bấy giờ, có một vị sư phụ Ấn giáo tên là *Shankaradeva* tìm đến gặp vua để ra lời thách đố. Ông ta tuyên bố sẽ vẽ mạn-đà-la *Maheshvara* trên trời không, nếu Phật giáo không ai phá được thì mọi ảnh tượng kinh sách Phật giáo trong vương quốc đều phải vất vào lửa đỏ, trăm dân phải theo đạo của ông ta. Trước lời thách đố này, nhà vua lập tức triệu tập hết thầy cao tăng về báo việc, nhưng không một ai đủ khả năng nhận lời thách đố. Vua ăn ngủ không yên. Thấy vậy, thị nữ *Kachalaha* bầm bạch cùng vua chuyện kỳ lạ về gã hành khất, vua liền ra lệnh tìm Shantideva. Quần thần vội vã tìm trong tìm ngoài, rốt cuộc tìm được ngài đang ngồi dưới một gốc cây. Khi nghe đầu đuôi câu chuyện, ngài nói rằng việc này chẳng khó gì, nhưng phải cho ta một bình đầy nước, hai tấm vải, và lửa. Mọi thứ đều được nhanh chóng chuẩn bị theo đúng ý của ngài.

Buổi chiều ngày hôm sau, hành giả ẩn giáo đến vẽ mấy lần lên không trung rồi bỏ đi. Mọi người đều

cảm thấy vô cùng bất an. Sáng sớm hôm sau, đương lúc mạn đà la còn đang thành hình, cửa Đông chưa kịp xong thì ngài Shantideva đã nhập vào đại định. Ngay tức thì, trận cuồng phong nổi lên, quét sạch mạn đà la vào hư không. Hết thảy cây cối, hoa màu, nhà cửa đều bị cuốn tan hoang. Vị hành giả Ấn giáo bị gió tốc như một con chim con. Bóng tối bao trùm khắp lãnh thổ. Rồi hào quang chiếu ra từ giữa hai lông mày của ngài Shantideva, soi lối cho vua và hoàng hậu. Cả hai đều bị gió cuốn, tuột hết siêng y, toàn thân đầy bụi. Và cứ thế, ngài Shantideva dùng lửa để sưởi, dùng nước để tắm, dùng vải để vua và hoàng hậu che thân. Ngài lại dùng thần lực của đại định gom hết dân chúng bị gió cuốn trở về lại, tắm rửa, chăm sóc, trấn an. Biết bao người khởi chánh tín, nhờ đó ngoại đạo suy tàn, chánh pháp hưng thịnh dài lâu. Vương quốc này vì vậy mà được gọi là nơi “hàng phục ngoại đạo.”

Mặc dù ngài Shantideva lúc nào cũng tự cho mình chỉ là kẻ phàm phu, nhưng theo lời ngài Jetari, ngài Shantideva là hiện thân của đức Diệu Âm (Văn Thù). Theo lời ngài Prajnaka-ramati thì ngài Shantideva là bậc thánh tăng. Còn riêng nói về hành trạng của ngài, đức Vibhutichandra nói rằng:

*Trên cõi thế gian / đã từng xuất hiện
nhiều đấng Pháp Vương, / vua của chánh pháp,
thế nhưng xét về / thành tựu, kinh nghiệm,
chẳng ai sánh bằng / Shan-ti-đê-va.*

Ngài Shantideva để lại cho hậu thế ba tuyệt tác: Hai tác phẩm đầu là *Học Tập Luận* (*Shikṣāsamucchaya*) và *Kinh Tập Luận* (*Sūtrasamucchaya*), một phong phú, một ngắn gọn. Tác phẩm thứ ba tựa đề *Nhập Bồ Đề Hạnh Luận* (*Bodhicaryāvatāra*), hình thức ngắn gọn nhưng nội dung vô cùng phong phú. Ở xứ Ấn có hơn 108 luận giải viết về bài luận bất hủ này.

Ghi chú phần Tiểu Sử:

[1] Bồ Tát Diệu Âm (Manjushosha) là tên khác của Bồ Tát Văn Thù (Manjushri)

[2] *Shanti-* là một phần tên của ngài, và *-deva* là một phần tên của sư phụ, ghép lại thành *Shantideva*

[3] Học, tu, và làm Phật sự như in sách, làm thuốc v.v...

| [Xem Tiếp Chương 1 >>>](#)

- Trang Đầu – Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- **Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ**
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬT
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Tựa đề tiếng Phạn:

Bodhicaryāvatāra (còn gọi là *Bodhisattvacaryāvatāra*)

Tựa đề tiếng Tạng:

༄༅། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྨྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལྗེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

Tựa đề tiếng Việt:

Nhập Bồ Đề Hạnh Luận, (hay là Nhập Bồ Tát Hạnh Luận).

CHƯƠNG MỘT: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ

I-1. Đệ tử đành lễ
Thiện Thệ, Pháp Thân,
chư vị Trưởng tử
cùng người xứng đáng.
Nay tôi kính xin
thuận theo lời Phật,
tóm lược lối vào
giới hạnh bồ tát.

I-2. Lời tôi nói đây
chẳng có gì mới,
cũng chẳng có gì
khéo nói hơn ai.
Tôi không viết vì
lợi ích chúng sinh,
mà chỉ là để
tự tâm huân tập.

I-3. Lời này có thể
tăng chút tín tâm,
cho tôi huân dưỡng
thuận theo thiện đức.
Ai người may mắn
tương tự như tôi,
nhờ đọc lời này
đôi khi có lợi.

I-4. Tự tại, thuận duyên
là điều khó đạt,
đủ sức toàn thành
nguyện ước chúng sinh.
Vậy nếu nay tôi
thủ lợi riêng mình,
kiếp sau đâu thể
thuận duyên như vậy.

I-5. Tựa như tia chớp
giữa nền trời đen,
trong một phút giây
sáng soi khắp cả.
Nhờ Phật gia hộ
mà người thế gian
đôi khi thoát hiện

một vài thiện đứ.

I-6. Cho nên tâm thiện
bao giờ cũng yếu;
tâm ác thì lại
mạnh dữ vô cùng.
Muốn điều ngự tâm,
ngoài tâm bồ đề,
thử hỏi có còn
thiện tâm nào khác ?

I-7. Mâu Ni nhiều kiếp
thâm sâu chiêm nghiệm,
thấy chỉ tâm này
mới thật lợi sinh.
Vô lượng chúng sinh
nương vào tâm này,
có thể dễ dàng
viên thành đại lạc.

I-8. Ai người mong cầu
diệt trăm khổ nạn,
mong quét bất hạnh
của khắp chúng sinh,
hay mong được hưởng
vạn cảnh yên vui,
tâm bồ đề này
chớ nên lìa bỏ.

I-9. Chúng sinh khốn khổ
trôi lăn luân hồi
mà phát được tâm,
thì ngay lúc ấy
sẽ được gọi là
Như lai trưởng tử,
thành nơi xứng cho
trời, người hiến cúng.

I-10. Tương tự thuốc tiên
hóa sắt thành vàng,
nay thân ô nhiễm
nhờ tâm bồ đề
mà thành thân Phật
vô vàn trân quý.
Vậy hãy giữ chắc
tâm bồ đề này.

I-11. Đấng độ quần sinh
dùng trí vô lượng
quán chiếu tận tường
và đều thấy rõ:
ai người muốn thoát

cảnh khổ luân hồi,
phải giữ cho chặt
ngọc bồ đề tâm.

I-12. Những thiện đức khác
giống như thân chuối,
ra quả một lần
rồi là tàn rụi.
Nhưng tâm bồ đề
triền miên kết trái,
không bao giờ tàn,
vững vàng lớn mạnh.

I-13. Sợ cảnh hung hiểm,
ta nương anh hùng;
cho dù phạm phải
tội ác tội cùng,
chỉ cần phát tâm
tức thì vượt thoát.
Vậy sao những kẻ
sợ cảnh đọa rơi
lại chẳng tìm đến
nương tâm bồ đề ?

I-14. Như lửa hoại kiếp
thiêu rụi thế gian,
tâm bồ đề này
thiêu tan ác nghiệp.
Lợi ích vô lượng,
bất khả tư nghì,
bậc trí Từ Thị
dạy cho Thiện Tài.

I-15. Cần biết tâm này
nói gọn, có hai,
một là ước muốn:
bồ đề tâm nguyện;
hai là thực hiện:
bồ đề tâm hành.

I-16. Cũng như muốn đi
khác với lúc đi,
tương tự như vậy,
kẻ trí cần hiểu
thứ tự khác biệt
giữa hai tâm này.

I-17. Cho dù còn vướng
ở trong sinh tử,
bồ đề tâm nguyện
đơm quả lớn lao,
tuy nhiên cũng vẫn

chưa được liên tục
như là công đức
bồ đề tâm hành.

I-18. Bao giờ phát tâm
không còn thoái chuyển,
nguyện độ chúng sinh
thoát khổ luân hồi,
liền ngay lúc ấy,
từ đây trở đi,

I-19. cho dù ngủ nghỉ,
hay dù tán tâm,
cả một suốt nguồn
công đức bất tận
cũng vẫn trởi mạnh
rộng sánh không gian.

I-20. Chính đức Như lai
đã dạy điều này
trong bộ Kinh Su-ba-hu Thỉnh Vấn,
là để giúp cho
những người tâm nhỏ
có thể phát khởi
tín tâm đại thừa.

I-21. Vì muốn lợi người
mà khởi tâm cầu
thoát bệnh nhứt đầu
cho khắp chúng sinh,
thì công đức này
cũng đã vô tận.

I-22. Huống chi công đức
cầu khắp chúng sinh
thoát vô lượng khổ,
rồi đưa chúng sinh
viên thành vô lượng
thiện căn công đức.

I-23. Thử hỏi tâm này
mấy ai có được ?
dù cha hay mẹ
chư thiên, thiện giả,
ngay cả Phạm Thiên
biết có được chăng ?

I-24. Tâm này chúng sinh
chưa từng có được,
dù là trong mơ,
dù chỉ cho mình.
Làm sao có thể

có được tâm địa
vì khắp chúng sinh ?

I-25. Chúng sinh phàm phu
chưa từng khởi tâm;
Độ cho chính mình
còn chưa nghĩ tới !
Tâm bồ đề này
mà khởi sinh được
là điều nhiệm mầu
chưa từng thấy qua !

I-26. Là thuốc chữa lành
mọi cơn bệnh dữ,
là nguồn hạnh phúc
cho khắp chúng sinh.
Công đức bồ đề
vô vàn quý giá,
thật chẳng lấy gì
cân đo cho được.

I-27. Chỉ cần một niệm
gánh vác chúng sinh,
công đức quá hơn
công đức cúng Phật,
huống chi nỗ lực
mang nguồn an lạc
về cho chúng sinh.

I-28. Là vì chúng sinh
dù cầu thoát khổ,
nhưng vẫn mê mãi
chọn khổ mà theo.
Dù cầu an vui,
thế nhưng an vui
thì lại u mê
hủy diệt tất cả
như diệt kẻ thù.

I-29. Ai mang vui đến
cho người bất hạnh,
ai quét khổ nạn
cho kẻ khốn cùng,

I-30. ai xua bóng tối
mê muội vô minh,
thiện đức này đây
lấy gì sánh nổi ?
có bạn nào hơn
người bạn lành này ?
chẳng công đức nào
tương tự như vậy !

I-31. Giúp người đến ơn
mà còn được khen,
hướng chi bồ tát
làm lợi chúng sinh
chẳng đợi ai cầu.

I-32. Bùn xỉn mang ra
chút ít thực phẩm,
khinh miệt bố thí
cho đôi ba người,
chỉ đủ ấm bụng
nửa ngày mà thôi,
cũng còn được khen
là làm việc thiện.

I-33. Hướng chi vĩnh viễn
tặng khắp chúng sinh
suối nguồn hỉ lạc
vô thương bồ đề;
chúng sinh trong tâm
có ước nguyện gì,
thì đều hết thấy
làm cho như nguyện.

I-34. Bậc trí dạy rằng:
vớ chur trưởng tử
từ bi của Phật
mà khởi niệm ác,
khởi bao ác niệm
thì phải đọa rơi
đủ bấy nhiêu kiếp
vào cảnh địa ngục.

I-35. Nhưng nếu khởi được
tín tâm trong sáng,
thời quả gặt hái
tươi tốt xum xuê,
vì bồ tát dù
rơi vào nghịch cảnh,
công đức bồ đề
vẫn không suy thoái,
thiện đức vững vàng
tăng trưởng tự nhiên.

I-36. Nay tôi nguyện xin
đề đầu đánh lễ
tất cả những ai
sinh tâm bồ đề.
Nguyện xin quy y
suối nguồn an lạc:
người mang vui đến
cho kẻ hại mình.

- Trang Đầu - Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- **Chương Hai: SÁM HỐI**
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬT
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Chương Hai: SÁM HỐI

II-1. Nay để phát tâm
vô thượng bồ đề,
bao phẩm tốt lành
tôi xin dâng hiến
Như lai, Diệu Pháp
vô cấu cực hiếm,
cùng chư Trưởng tử
thiện đức như biển.

II-2. Nào hoa, nào quả,
nào là diệu dược,
bao nhiêu châu ngọc
của khắp thế gian,
hết thủy nguồn nước
trong thanh thơm ngọt,

II-3. bao núi châu bảo,
bao rừng tịnh yên,
bao nhiêu nhánh cây
ngàn hoa kín rợp,
bao nhiêu đại thụ
trái nặng trĩu cành;

II-4. hương thơm của khắp
cõi tiên, cõi phàm,
hương đốt, cây ngọc,
cùng cây như ý,
vụ mùa tốt tươi
không người cấy trồng,
phẩm lượng phong phú
xứng dâng lên Phật;

II-5. Này là ao hồ
rực rỡ cánh sen,
này là tiếng chim
nhẹ nhàng thanh thoát,
cùng bao phẩm vật
không của riêng ai,
thên thang đầy khắp
không gian vô tận.

II-6. Nguyện xin dâng hiến
từ giữa nơi tâm,
dâng đức Mâu ni
bạc lưỡng túc tôn
cùng chư trưởng tử,
kính xin chư vị
thương tưởng cho tôi
từ bi tiếp nhận.

II-7. Vì công đức cạn
nên tôi bản hàn,
không có gì khác
để mà dâng Phật.
Chư Phật đã nguyện
gánh vác chúng sinh,
xin hãy vì tôi
tiếp nhận cúng phẩm.

II-8. Bao nhiêu thân mạng
kể từ muôn kiếp,
tôi xin kính dâng
chư Phật, bồ tát,
xin bậc đại hùng
thu nhận cho tôi,
với trọn lòng thành
nguyện về phụng sự.

II-9. Nếu chư vị thương
thu nhận tôi về,
thời tôi không còn
khuất phục sinh tử,
ngược lại có thể
lợi ích chúng sinh.
Bao nhiêu ác nghiệp
vứt bỏ phía sau,
sẽ không bao giờ
quay đầu trở lại.

II-10. Nhà tắm ngát hương
nguy nga tráng lệ,
nền đất pha lê
trong veo ngời sáng,
cột trụ uy nghi

khảm đầy châu báu,
dù lọng kín rợp
lấp lánh ngọc trai.

II-11. Đây bình châu ngọc
đầy ắp nước hương,
nhã nhạc du dương,
thỉnh Như lai tắm.

II-12. Đây khăn thơm sạch,
chất liệu phi phàm,
đệ tử kính xin
lau khô thân Phật.
Dâng y cõi thiên
sạch thơm tươi thắm,

II-13. mang hết y phục
mềm mại dịu êm,
trang sức quý giá
nhiều hàng trăm vạn,
kính dâng chư tôn
Phổ Hiền, Văn Thù,
đức Quan Thế Âm
cùng chư bồ tát.

II-14. Hương xoa dịu ngát
toàn cõi đại thiên,
đệ tử kính xin
thoa lên ngọc thể
của đấng Mâu ni,
rạng tỏa ánh vàng
như là hào quang
vàng ròng tinh luyện.

II-15. Trước đấng Mâu Ni,
ruộng phước tối thượng,
đệ tử bày biện
rực rỡ ngàn hoa,
mãn đa ra va,
sen và ưu đàm...
bao nhiêu hoa thơm
kết dải thành chuỗi.

II-16. Đệ tử kính dâng
trầm hương cuộn khói,
ngút ngàn trời mây,
ngây ngất hương bay.
Kính dâng chư Phật
yến tiệc cõi thiên,
thực phẩm, thức uống,
cao lương mỹ vị.

II-17. Dâng bao đèn quý
khảm đế sen vàng,
trang nghiêm bày biện
tùng hàng thấp sáng.
Mặt đất tẩy trần,
tươi tẩm trầm hương,
rải đầy thảm hoa
tươi thơm thanh mát.

II-18. Trước đấng đại bi,
đệ tử kính dâng
điện ngọc ngân vang
tiếng lời xưng tán,
trướng ngọc rèm treo
lấp lánh châu bảo,
trang nghiêm vô tận
cùng khắp không gian.

II-19. Bảo cái sáng quý,
cán vàng viền ngọc,
thẳng tắp, cân xứng,
tươi đẹp mắt người,
xin mang tất cả
dâng hiến Như lai.

II-20. Trùng điệp cúng phẩm,
nhạc vọng ngàn mây,
xoa dịu sầu khổ
khắp chúng hữu tình.

II-21. Nguyện rải mưa hoa
ở trên pháp bảo,
trên tháp xá lợi
cùng mọi biểu tượng
ruộng phước Như lai.

II-22. Văn Thù Sư Lợi
cùng chư bồ tát
đã từng cúng dường
Thế tôn ra sao,
nay tôi nguyện xin
làm theo như vậy,
cúng dường Như lai
cùng chư bồ tát.

II-23. Với hải triều âm,
tôi xin tán dương
biển rộng công đức;
nguyện diệu âm này
theo mây lan rộng
cùng khắp mọi nơi.

II-24. Tam thiên thế giới
có bao vi trần,
tôi nay cũng nguyện
hiện bấy nhiêu thân,
kính lạy khắp cả
chư Phật ba thời,
lạy Pháp và Tăng,
không hề thiếu sót.

II-25. Tôi xin kính lạy
tháp cùng trú xứ
của tâm bồ đề,
phương trượng truyền giới,
đạo sư uyên thâm,
hành giả thánh chúng.

II-26. Từ nay đến ngày
đạt quả bồ đề,
tôi nguyện quay về
qui y nơi Phật,
qui y nơi Pháp
cùng chư bồ tát.

II-27. Xin chắp hai tay
thành tâm khẩn nguyện,
Phật và bồ tát
trú ở mười phương,
rộng lượng từ bi
chúng giám cho tôi:

II-28. Kể từ vô thủy
sinh tử luân hồi,
đời này đời khác,
bao nhiêu việc ác,
tôi đã tự làm,
hay bảo người làm.

II-29. Lại còn để cho
vô minh thao túng,
làm ác mà lại
thích thú vui cùng.
Nay đã biết lỗi,
xin đứng chờ che
cho tôi quay về
thành tâm sám hối.

II-30. Bao nhiêu lầm lỗi
do tâm phiền não
động thân khẩu ý
mà phát sinh ra,
xúc phạm Tam Bảo,
xúc phạm mẹ, cha,

với cả đạo sư,
cùng bao việc khác.

II-31. Tôi, kẻ đọa rơi,
vướng bao lầm lỗi,
bao nhiêu ác nghiệp
tôi đã làm nên,
nay xin đối trước
Thầy của trời người,
nguyện không che đậy,
một lòng sám hối.

II-32. Lỡ như chết đi
mà chưa kịp sám,
thời biết làm sao
thoát được ác nghiệp !
tôi thành khẩn xin
chư tôn che chở
cho tôi sớm về
sám hối qui y.

II-33. Thân chết thì chẳng
tin tưởng được đâu,
việc xong hay chưa
có bao giờ đợi.
Ai bệnh ai khỏe,
mạng sống phù du,
làm sao có thể
tin vào cho được.

II-34. Rồi cũng phải đi,
Lìa xa tất cả.
Nhưng tôi thì có
ý thức được đâu.
Cứ bạn cứ thù,
ân ân oán oán,
trùng trùng điệp điệp,
ác nghiệp đầy thân.

II-35. Kẻ thù mà chi,
rồi cũng sẽ tan.
bằng hữu mà chi,
rồi cũng sẽ mất.
ngay chính tôi đây
cũng sẽ không còn,
tất cả mọi cảnh
đều là như vậy.

II-36. Hết thấy mọi sự
hiện trong cõi đời,
phù du ngắn ngủi
như một giấc mơ,

rồi tan biến hết
vào trong ký ức,
khi đã tan rồi
tìm chẳng thấy đâu.

II-37. Cứ mỗi phút giây
trong đời sống này,
kẻ thù bằng hữu
cứ thế mà đi.
vậy mà vì họ
tôi gieo ác nghiệp,
quả báo thì vẫn
còn nằm phía trước.

II-38. Thế nhưng tâm tôi
chẳng hề nghĩ tới,
rằng tôi đây cũng
ngắn ngủi không bền.
cứ vậy quay cuồng
với tham cùng sân,
gieo biết bao nhiêu
ác nghiệp ác chướng.

II-39. Hết ngày lại đêm,
có bao giờ ngớt,
mạng sống thúc giục
đều đặn không ngừng,
chẳng có cách gì
nối cho dài lại.
Làm sao khỏi chết
người giống như tôi ?

II-40. Khi ấy tôi nằm
trên giường hấp hối,
thân nhân bằng hữu
dù ở cạnh bên,
cũng chỉ mình tôi
lìa xa cõi thế,
nghe đời sống cạn
mạng sống đoạn lìa.

II-41. Đến khi thân chết
đến bắt tôi đi,
thân nhân bằng hữu
liệu có ích gì ?
chỉ còn thiện đức
làm nơi che chở,
vậy mà tôi đã
khinh xuất bỏ qua.

II-42. Lạy đấng chở che !
tôi vì vô tâm,

chẳng ngờ có cảnh
kinh hoàng như vậy.
Chỉ vì đời sống
phù du không bền,
mà gieo biết bao
ác nghiệp chông chất.

II-43. Nếu như có người
đang bị dẫn đến
nơi chốn hành hình
chặt chân chặt tay,
chắc chắn kinh hãi
cổ khô, mắt trợn,
thần sắc biến đổi
chẳng được như xưa.

II-44. Huống chi là tôi.
Khi ấy bị lũ
ngục tốt diêm vương
dị hình dị dạng
túm lên lôi xuống,
khổ bệnh hành hạ,
bấn loạn hãi hùng.

II-45. Ai cứu tôi đây,
che chở cho tôi,
giúp cho tôi thoát
cảnh kinh hoàng này ?
Mắt tôi hoảng hốt
nhìn quanh tứ phía,
hoang mang mong gặp
một chốn chở che.

II-46. Nhưng nhìn bốn phía
vẫn chẳng tìm ra,
có được chốn nào
làm nơi nương dựa.
Đớn đau tràn ngập,
thất vọng vô bờ,
không nơi che chở
giờ biết làm sao !

II-47. Vậy ngay hôm nay
nguyện qui y Phật:
là bậc chở che
cho kẻ trầm luân,
cứu vớt chúng sinh
trôi lăn sinh tử,
là bậc uy dũng
ban sự vô úy.

II-48. Tôi nguyện quay về

qui y nơi Pháp:
là mọi thành tựu
Phật chứng trong tâm,
phá tan hết thủy
khổ nạn luân hồi.
Tôi cũng quay về
qui y bồ tát:

II-49. vì quá kinh hãi
bao mối hiểm nguy,
tôi mang bản thân
dâng đức Phổ Hiền;
tôi cũng nguyện xin
mang hết thân mạng
kính dâng lên đức
Diệu Âm bồ tát.

II-50. Đấng đại chở che
đức Quan Thế Âm,
thiện hạnh từ bi
không hề hư nguy:
tận cùng thống khổ
tôi gọi thiết tha,
“xin hãy cứu con
kẻ bất thiện này.”

II-51. Đức Hư Không Tạng,
đức Địa Tạng Vương,
cùng với hết thủy
các đấng chở che,
đại từ đại bi,
lòng con hướng về
thiết tha níu gọi,
xin được qui y.

II-52. Nguyện về nương dựa
đức Kim Cang Thủ,
thoáng thấy bóng ngài
là lũ ác hung
ngục tốt diêm vương
hoảng chạy tứ phía.

II-53. Trước kia lời Phật
tôi chẳng chịu nghe,
nhưng nay thấy cảnh
kinh hãi thế này,
xin cho tôi về
tìm nơi nương dựa,
xin hãy giúp tôi
quét sạch hiểm nguy.

II-54. Bệnh nhỏ đã phải

nghe lời thầy thuốc,
huống chi trăm vạn
trọng bệnh trăm kha,
do tham sân si
tác hại tươi bời.

II-55. Chỉ một bệnh thôi
đã đủ hủy diệt
toàn cõi Diêm Phù;
kiếm khắp mọi nơi
cũng chẳng thể nào
tìm ra thuốc chữa.

II-56. Vậy thì lời Phật,
bậc đại y vương,
đủ sức chữa lành
mọi cơn bệnh dữ,
nếu như tôi chẳng
thuận ý làm theo,
thì có phải là
chí ngu không vậy !

II-57. Đi cạnh vực thẳm
bé nhỏ tầm thường
mà đã ra công
để phòng hết sức,
huống chi hiểm họa
vực thẳm địa ngục,
sa vào ngàn trượng
rơi đọa triển miên.

II-58. Chẳng thể nhỡ như
nghĩ mình không chết,
nhất định có ngày
tôi phải ra đi.

II-59. Vậy ai là người
giúp được tôi đây ?
làm sao có thể
chắc mình thoát nạn ?
Biết rồi có ngày
cũng sẽ tan biến,
làm sao có thể
thanh thản ngồi yên ?

II-60. Cảnh sống vừa đến
là đã tan bay.
Còn gì cho tôi ?
Có gì ở lại ?
Vậy mà cứ níu
điều không còn nữa,
tôi đã phụ lời

dạy của Thầy tôi !

II-61. Đến khi đời này
bỏ lại phía sau,
cùng với hết thầy
thân nhân bằng hữu,
một mình tôi phải
lang thang vô định,
thân nhân bằng hữu
giữ có ích gì !

II-62. “Làm sao có thể
quét sạch ác nghiệp ?
là điều chắc chắn
mang quả khổ đau !”
Đây mới là điều
đáng phải quan tâm,
ngày cũng như đêm
đừng lo việc khác.

II-63. Tôi bởi ngu si,
tạo bao việc ác,
phạm mười bất thiện,
phá giới Phật cho,

II-64. Vì sợ quả báo
nhất định sẽ đến,
tôi chấp hai tay,
kính lạy không ngừng.
thiết tha mong cầu
các đấng chở che,
chúng giám cho tôi
phát lộ sám hối.

II-65. Thỉnh Phật thương xót
lấy nghiệp dùm tôi.
Đối với hết thầy
mọi điều bất thiện,
từ nay tôi sẽ
nhất định không làm.

/ Hết Chương 2 /

|| Đọc Tiếp Chương 3 >>>

- Trang Đầu - Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- **Chương Ba: NĂM LẤY TÂM BỒ ĐỀ**
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Chương Ba: NĂM LẤY TÂM BỒ ĐỀ

III-1. Tôi xin vui cùng
tất cả việc làm
khiến vơi khổ đau
trong cõi ác đạo;
hay là khiến nơi
khổ đau chưa đến
có thể giữ nguồn
hạnh phúc an vui.

III-2. Tôi xin vui cùng
công đức bồ đề,
nhờ đó chúng sinh
đoạn lìa phiền não,
đạt quả giải thoát,
thoát khổ thọ sinh.

III-3. Tôi xin tùy hỉ
quả vị Phật đà;
vui cùng chúng đệ
của chư trưởng tử;

III-4. Vui với biển cả
công đức phát tâm,
đưa hết chúng sinh
đến bờ an lạc;
vui cùng thiện hạnh
nâng đỡ chúng sinh.

III-5. Đối trước chư Phật
ở khắp mười phương,
tôi chắp hai tay
thiết tha khẩn nguyện:
xin vì chúng sinh
thấp ngọn chánh pháp,
soi cõi tối tăm
khốn khổ hoang mang.

III-6. Chư Phật Thế Tôn
muốn hiện niết bàn,
thì tôi chấp tay
thiết tha khẩn nguyện:
kính xin chư Phật
sống cùng đời kiếp,
đừng bỏ chúng tôi
đui mù lang thang.

III-7. Làm những điều này
được bao công đức,
tôi nguyện hồi hướng
về khắp chúng sinh
thoát mọi cảnh khổ.

III-8. Chúng sinh có bệnh,
bệnh nếu chưa lành,
thời tôi còn vẫn
theo làm thầy thuốc,
làm người điều dưỡng,
làm cả thuốc thang.

III-9. Nguyện tôi mưa xuống
đầy tràn thực phẩm
giải cơn đói khát.
Nguyện trong thời kỳ
dữ dội kiếp nạn,
thân tôi sẽ thành
nước uống thức ăn.

III-10. Chúng sinh có nghèo,
khổ cực cơ hàn,
nguyện tôi sẽ là
kho bố bất tận,
hiện ngay trước mặt
của khắp chúng sinh;
bao nhiêu nhu cầu
tôi cung ứng đủ.

III-11. Tài sản, thân mạng,
ba thời công đức,
tôi mang cho hết,
cầu lợi chúng sinh,
không hề cảm thấy
có gì mất mát.

III-12. Muốn đạt niết bàn
phải cho ra hết,
trọn vẹn tâm tôi
chỉ hướng quả này.
Dù sao rồi cũng
phải bỏ mà đi,

chi bằng bây giờ
mang ra bố thí.

III-13. Thân mạng này đây
tôi xin hiến cúng
cho khắp chúng sinh
tùy ý hưởng dụng.
Dù giết, dù chê
dù là đánh đập,
tôi cũng cam tâm.

III-14. Cứ mang tôi ra
mà làm trò vui,
tha hồ bấn cợt,
chê bai, chế nhạo.
tắm thân này đây
tôi đã hiến cúng,
thì còn có gì
đáng để quan tâm.

III-15. Muốn làm gì tôi
cứ mặc tình làm,
miễn đừng làm điều
tự hại mà thôi.
Mỗi tâm mỗi niệm
họ nhắm vào tôi,
nguyện cho hết thảy
đều thành lợi ích.

III-16. Nếu nghĩ đến tôi
mà tâm không yên,
sùng sục nổi sân,
nổi cơn ác hận,
nguyện ác hận này
luôn trở thành nhân
giúp cho họ được
sở cầu như ý.

III-17. Cùng khắp những ai
chỉ trở mặt tôi,
gieo xuống cho tôi
bao điều tổn hại,
hoặc mang tôi ra
dèm pha, chế diễu,
nguyện cho họ đạt
thiện duyên bồ đề.

III-18. Ai thiếu chỗ nương,
tôi làm chỗ nương;
ai khách lữ hành,
tôi xin dẫn lối;
ai người đang cần

vượt biển vượt sông,
tôi đây xin nguyện
làm ghe, thuyền, cầu.

III-19. Ai ngóng đất liền,
tôi làm hòn đảo;
ai tìm ánh sáng,
tôi sẽ là đèn;
ai cần nơi nghỉ,
tôi là giường chiếu;
ai cần giúp việc,
tôi đây tôi đòi.

III-20. Làm ngọc như ý,
làm bình bảo quý,
làm câu chân ngôn,
thuốc quý, cây thần,
làm trâu như nguyện,
cho khắp chúng sinh.

III-21. Như là đại địa,
như là không gian,
cùng các thành phần
nước lửa và gió,
nguyện thân tôi đây
biến hiện phong phú,
làm nền tảng sống
cho khắp chúng sinh.

III-22. Nguyện làm phương tiện
giữ gìn sự sống
cho khắp chúng sinh
trên toàn cõi thế
nhiều sánh không gian
bao la vô tận,
chờ khắp chúng sinh
giải thoát niết bàn.

III-23. Cũng như Như Lai
trong thời quá khứ,
đã vì chúng sinh
phát tâm bồ đề,
rồi về trú ở
tu theo trình tự
pháp hành bồ tát.

III-24. Nay tôi cũng nguyện
vì khắp chúng sinh
phát tâm bồ đề,
nơi pháp hành này
tôi về trú ở
tuần tự tu theo.

III-25. Ai người vận dụng
trí tuệ trong sáng
để nắm lấy tâm
thanh tịnh bồ đề.
nắm rồi có thể
tăng trưởng tâm này
bằng lời sau đây:

III-26. “Đời sống tôi nay
tràn đầy ý nghĩa,
tôi đã đạt kiếp
làm người tốt đẹp,
hôm nay tôi sinh
vào giòng giống Phật,
trở thành đứa con
của đấng Thế Tôn.”

III-27. “Nay dù ra sao
quyết không làm ố
giống Phật tuyệt hảo,
hành động cẩn trọng
xứng địa vị mình,
không để lỗi lầm
làm như giống Phật.”

III-28. Như kẻ mù lòa
mò trong đồng rác,
không ngờ tìm được
một khối ngọc châu.
Chẳng hiểu nhờ đâu
may mắn lạ kỳ,
mà tâm bồ đề
trong tôi lại khởi.

III-29. Đây chính là nước
cam lồ bất tử,
chiến thắng Thần Chết
của khắp chúng sinh;
là cả kho tàng
đầy tràn bất tận,
phá cảnh bản cùng
cho kẻ trầm luân.

III-30. Đây là thuốc thần
chữa mọi ác bệnh,
của khắp chúng sinh
trôi lăn sinh tử;
là gốc đại thụ
cho chúng hữu tình
trên đường trôi lạc
ghé đến nghỉ chân;

III-31. là chiếc cầu chung
đưa khắp chúng sinh
vượt thoát khổ nạn
ác đạo luân hồi;
là trăng ngời sáng
giữa nền trời tâm,
xoa dịu cơn đau
rất bóng phiền não;

III-32. và cũng chính là
mặt trời chiếu sáng,
quét sạch màn sương
mê muội vô minh;
là bơ kết tinh
trên sữa diệu Pháp.

III-33. Khách trần lang thang
trên đường sinh tử,
mong sao nếm thử
chút vị an vui,
thì đây là nguồn
an vui thắng diệu,
khách trần chắc chắn
sẽ rất hài lòng.

III-34. Hôm nay đối trước
mọi nẻo qui y,
tôi mời chúng sinh
về làm khách quý,
hưởng an vui đến
vô thượng bồ đề.
Chư thiên, thiện thần,
cùng khắp mọi loài,
kính xin chư vị
tùy hỉ cho tôi.

/ Hết Chương 3 /

|| Đọc Tiếp Chương 4 >>>

- Trang Đầu - Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ

IV-1. Đã làm con Phật
giữ tâm bồ đề,
thì đừng bao giờ
để cho thoái chuyển,
cũng đừng bao giờ
phá phạm giới tu.

IV-2. Đối với những việc
tùy hứng mà làm,
vì tâm khinh xuất
hay thiếu suy nghĩ,
cho dù có đã
thề thốt hứa hẹn,
vẫn nên nghĩ lại
nên làm hay không.

IV-3. Thế nhưng điều mà
hết thầy chư Phật
cùng chư trưởng tử
đã dùng diệu trí
quán chiếu tận tường,
chính bản thân tôi
cũng cân nhắc kỹ,
làm sao có thể
đổi ý rút lui ?

IV-4. Thề thốt hứa hẹn
rồi lại không làm,
thành trò lừa đảo
khắp cả chúng sinh,
mai sau ác báo
biết tôi thế nào ?

IV-5. Đức Phật dạy rằng:
Ai người khởi tâm
tặng món vật mọn,
nhưng rồi không cho,
nghiệp này sẽ khiến
đọa sinh ngã quý.

IV-6. Vậy mà tôi đây,
từ tận đáy lòng,
mời hết chúng sinh
về hưởng đại lạc,
để rồi trở tâm
dối gạt hết thầy,
làm sao có thể
mong hái quả lành ?

IV-7. Thoái tâm bồ đề
mà còn giải thoát,
đường đi của nghiệp
thậm thâm khó hiểu,
chỉ chư Toàn Giác
mới rõ mà thôi.

IV-8. Bồ tát thoái tâm,
không đọa rơi nào
hơn đọa rơi này,
vì nếu xảy ra
thì mọi phúc lợi
của khắp chúng sinh
đều bị đánh mất.

IV-9. Nếu như có ai,
chỉ trong phút giây,
cản trở công đức
của một bồ tát,
sẽ phải trầm luân
đọa cõi ác đạo,
là vì tổn hại
lợi ích chúng sinh.

IV-10. Phá niềm an lạc
của một chúng sinh
đã tự gieo nạn
hủy hoại chính mình,
huống chi phá hủy
niềm an vui của
vô lượng hữu tình
cùng tận không gian.

IV-11. Với lực phá giới,
cho dù có chữa
bằng lực phát tâm,
cũng vẫn tới lui
trong cõi sinh tử,
khó lòng có thể
bước vào chúng địa.

IV-12. Vậy thì tôi nay
vì lời đã hứa,
nguyện mọi việc làm
đều luôn cẩn trọng,
từ đây về sau
nếu không cố gắng,
đọa ác đạo rồi
lại đọa sâu hơn.

IV-13. Chư Phật xuất thế
nhiều hàng vô lượng,

phổ độ chúng sinh,
rồi hiện niết bàn.
nhưng tôi phước cạn,
nghiệp chướng sâu dày,
đã chẳng thể nào
hưởng nguồn ân phước.

IV-14. Vậy nếu như tôi
không biết sửa đổi,
thì muôn đời vẫn
cứ thế mà trôi.
khổ đau ràng buộc
sinh tử luân hồi,
bị xé bị giết
trong cõi ác đạo.

IV-15. Được Phật xuất thế,
lại được chánh tín,
cùng với thân người,
đều là thiện duyên
vô vàn quý hiếm,
có thể giúp cho
thiện đức gia tăng,
bao giờ tôi mới
đủ duyên như vậy ?

IV-16. Mặc dù tôi nay
không đói, không bệnh,
không gặp hiểm nguy,
thế nhưng đời sống
ngắn ngủi không bền,
thân thể chỉ là
món đồ vay mượn
trong chốc lát thôi.

IV-17. Vậy mà lại sống
như thế này đây,
chắc chắn chẳng thể
lại sinh làm người.
thân người quý giá
một khi mất rồi,
ác nghiệp càng đầy
thiện đức càng vơi.

IV-18. Đây chính là lúc
đủ duyên làm thiện
lại chẳng chịu làm.
Đợi khi đọa rơi,
trôi lăn vô tận,
biết đến bao giờ !

IV-19. Khi ấy cho dù

mây may thiện đức
cũng chẳng thể đạt,
ngược lại ác nghiệp
lại thêm chồng chất.
Muôn vạn thời kỳ
đến chữ thiện đạo
cũng chẳng hề nghe.

IV-20. Vì thế Phật dạy,
tựa như rùa mù
giữa lòng đại dương,
làm sao có thể
chui đầu vào ách
nổi trên mặt biển.

IV-21. Cho mỗi việc ác
phạm chỉ một lúc,
địa ngục vô gián
đã phải trầm luân
vô lượng thời kỳ.
Hướng chi việc ác
tôi đã gieo từ
vô thủy sinh tử,
chắc chắn chẳng thể
đạt chốn an vui.

IV-22. Khổ báo chịu rồi,
nghiệp vẫn chưa dứt,
càng khổ lại càng
gieo nghiệp nhiều thêm.

IV-23. Nay được lời nghĩ
lại không tu thiện,
có nổi ngu nào
bằng nổi ngu này ?
chẳng thể đối xử
với mình tệ hơn !

IV-24. Nếu như đã biết
mà vẫn không chừa,
đến khi mạng chung
khổ đau khó tránh.

IV-25. Khi mà thân thể
bị lửa hỏa ngục
thieu cháy lâu dài,
tâm tôi nhất định
triển miên thống khổ
vì lửa ăn năn.

IV-26. Thân người quý hiếm
khó đạt biết bao,

tôi đã đạt rồi.
Đã biết như vậy
mà vẫn còn kéo
mình vào địa ngục.

IV-27. Khác gì bùa chú
khiến cho mất trí.
tôi thật chẳng hiểu
trong tôi thế nào !

IV-28. Kẻ thù sâu, tham,
không chân không tay,
không cả giác quan.
Chúng chẳng gan dạ,
cũng chẳng khôn ngoan,
bằng cách nào đây
tôi lại bị chúng
biến thành nô lệ !

IV-29. Chúng ngự trong tôi,
tùy hứng hại tôi.
Tôi lạng lẽ chịu,
không chút oán hờn.
Nhấn nhịn thế này
thật là trái chỗ !

IV-30. Dù hết chư thiên
cùng a tu la
đồng loạt tấn công
cũng không thể nào
đẩy được tôi vào
lửa ngục vô gián,

IV-31. vậy mà phiền não
chỉ trong thoáng chốc
đã ném tôi vào
sâu thăm địa ngục,
nơi mà ngay cả
ngọn núi Tu di
cũng cháy tan tro.

IV-32. Phiền não chính là
kẻ thù truyền kiếp,
vô thủy vô chung
bám dính theo tôi.
Kẻ thù thế gian
không bền như vậy.

IV-33. Kẻ thù thế gian
nếu tôi gần gũi
xử tốt với họ,
có khi họ cũng

giúp đỡ cho tôi.
Thế nhưng phiền não
tôi càng chăm sóc
chúng càng tác hại.

IV-34. Triển miên, liên tục,
luôn chỉ là thù,
luôn ám hại tôi,
khiến tôi thêm khổ.
Kẻ thù này lại
ngự trị trong tôi.
Thử hỏi luân hồi
sống yên sao được !

IV-35. Hết thấy cai ngục
trấn cửa sinh tử
cùng bọn đồ tể
ngục tốt diêm vương
hành hạ tôi trong
cảnh khổ địa ngục,
bọn chúng đang ngồi
ngay ở trong tôi,
trong lưới tham dục.
Thử hỏi phận tôi
nào có vui gì !

IV-36. Trận chiến này đây
tôi quyết không bỏ,
cho đến mãi khi
tận diệt kẻ thù.
Người ta bị hại
chút ít mà thôi,
đã nổi lôi đình,
bỏ cả giấc ngủ,
hung hăng quyết thắng.

IV-37. Kẻ thù thế gian
vốn đầy phiền não,
cho dù không giết
tự nhiên cũng chết.
Vây mà xông pha,
giáo gươm chẳng sợ,
chưa thắng kẻ thù
chưa chịu thoái lui !

IV-38. Huống chi tôi đây,
với kẻ thù này,
đâu thể phóng tâm,
đâu quản gian khó !
Chúng chỉ có một
chức năng duy nhất
là làm tôi khổ.

IV-39. Cho những cuộc chiến
vô nghĩa thế gian,
thương tích còn được
xem là thành tích.
Hướng chi trận chiến
cứu cánh này đây,
xá gì đôi chút
thương vay trận mạc !

IV-40. Vì chuyện áo cơm
mà người đánh cá,
đồ tể, nông dân,
chịu nóng, chịu rét.
Vậy nay tôi đây
vì nguồn hạnh phúc
của khắp chúng sinh,
lẽ nào không thể
chịu chút khổ này ?

IV-41. Khi kia tôi nguyện
chúng sinh mười phương
cùng tận không gian,
tôi đều độ thoát
nhiễm tâm phiền não.
Trong khi chính tôi
chưa được như vậy !

IV-42. Thật là không biết
tự lượng sức mình !
Chẳng phải đã quá
điên rồ hay sao ?
Nhưng đã trót thể
thì trận chiến này
chống thù phiền não
càng không thể thua !

IV-43. Là điều duy nhất
nung nấu tâm can,
tôi quyết khai chiến,
lòng tràn oán hận !
Nỗi hận loại này
sẽ diệt phiền não,
vì vậy phải giữ,
đừng vội quét đi.

IV-44. Chẳng thà thân tôi
chết vì lửa cháy,
hay là đầu này
bị chém lìa thân,
quyết chẳng bao giờ
hàng thuận tôn vinh
kẻ thù truyền kiếp

nhiệm tâm phiền não !

IV-45. Kẻ thù thế gian
khi bị đánh đuổi,
có thể tháo lui
ẩn binh xứ khác,
củng cố lực lượng
chờ dịp phản công.
Nhưng thù phiền não
lại không như vậy.

IV-46. Phiền não tội nghiệp,
nếu bị mất tuệ
tấn công tơ bời,
đánh đuổi khỏi tâm,
chúng biết trốn đâu ?
bao giờ trở lại ?
Cơ sự chỉ tại
vì tôi yếu, lười !

IV-47. Phiền não chẳng trú
bên trong đối cảnh,
hay nơi giác quan,
hay ở chính giữa.
Cũng chẳng trú ở
nơi chốn nào khác.
Vậy chúng ở đâu
mà hại chúng sinh
khốn đốn thế này ?
Chỉ là ảo ảnh,
có gì đáng sợ !
Cứ hãy kiên trì
khai tuệ, chúng tánh.
Khổ đau địa ngục
thật không cần thiết,
chẳng cần phải theo !

IV-48. Tư duy như vậy.
Ra công như vậy.
Nỗ lực thực hành
giới hạnh như vậy.
Người bệnh nếu không
nghe lời thầy thuốc,
bệnh làm sao lành ?

/ Hết Chương 4 /

|| Đọc Tiếp Chương 5 >>>

- Trang Đầu - Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ
- **Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI**
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI

V-1. Muốn tu cần phải
tự giữ lấy tâm.
Không giữ được tâm
thì mọi công phu
đều không giữ được.

V-2. Tâm như voi điên,
nếu như thả lỏng
sẽ đẩy ta vào
địa ngục vô gián.
Voi lớn bất thuần
của khắp thế gian
cũng không thể nào
hại ta như vậy.

V-3. Nhưng nếu voi này
dùng dây chánh niệm
trói chặt mọi bề,
thì bao sợ hãi
đều tan biến hết,
tất cả thiện pháp
rơi vào lòng tay.

V-4. Cọp, sư tử, voi,
gấu, rắn, kẻ thù,
quỷ giữ địa ngục,
các loài tà ma,
quỷ ăn xác chết,
cùng với tất cả
mọi loài quỷ dữ,

V-5. chỉ cần trói tâm
là trói được cả,
chỉ cần thuần tâm
là thuần tất cả.

V-6. Đức Phật là người

nói đúng sự thật
đã tuyên thuyết rằng:
sợ hãi, khổ đau,
hết thấy đều do
nơi tâm mà có.

V-7. Ai đã cố tình
tạo ra binh khí
hành hạ chúng sinh
trong cõi địa ngục ?
Nền sắt cháy đỏ
là do ai nung ?
Gióng quỷ ăn thịt
đội lột mỹ nhân
từ đâu mà có ?

V-8. Bậc Đại Trí dạy:
những điều nói trên
đều do nơi tâm
tạo sinh ác nghiệp.
Nên khắp ba cõi
ngoài tâm này ra
thời không có gì
đáng để sợ hãi.

V-9. Nếu như nói rằng
thí độ nghĩa là
làm cho chúng sinh
không còn nghèo khổ,
thế thì hạnh thí
chư Phật ngày xưa
viên thành thế nào,
để cho bây giờ
vẫn còn kẻ đói ?

V-10. Thí độ thật ra
là mang tất cả
những gì mình có
tặng cho chúng sinh;
được bao công đức
cũng bố thí cả.
Vì vậy mà nói
viên mãn Thí độ
ngay từ nơi tâm.

V-11. Tôm cá các loại
mang giấu đi đâu
để khỏi bị giết ?
Giới độ nghĩa là
ngay từ nơi tâm
không còn ý nghĩ
tác hại chúng sinh.

V-12. Những kẻ ác hiểm
cùng khắp không gian,
làm sao có thể
hủy diệt tất cả ?
Nhưng nếu hủy diệt
ác hận nơi tâm
thì cũng giống như
diệt hết kẻ thù.

V-13. Tìm đâu ra da
phủ khắp mặt đất ?
Chỉ cần miếng da
lót dưới gót giày,
thì cũng như là
phủ da mặt đất.

V-14. Tương tự như vậy,
sự việc bên ngoài
làm sao điều phục ?
Điều phục được tâm
thì chẳng còn gì
để mà điều phục.

V-15. Ý niệm trong sáng
đủ sức tạo quả
thọ sinh Phạm thiên.
Quả thân, khẩu nghiệp
đều không thể sánh.

V-16. Bạc Biệt Thực Tại
dạy rằng: nếu như
tâm ý xao lãng,
thì dù miệng tụng,
thân tu khổ hạnh
trong thời gian dài
cũng đều vô ích.

V-17. Những ai không hiểu
bí ẩn của tâm
siêu việt vạn pháp,
thì dù mong cầu
an lạc, thoát khổ,
cũng chỉ có thể
trầm luân vô định
trong cõi luân hồi.

V-18. Vậy nay tôi xin
giữ lấy tâm mình.
tâm này chẳng giữ
thì bao giới luật
giữ có ích gì ?

V-19. Giữa đám hỗn loạn,
nếu thân bị thương,
chắc chắn ta sẽ
thận trọng giữ gìn.
Vậy nay đứng giữa
thế gian hiểm ác,
tâm là vết thương
cần được gìn giữ.

V-20. Vết thương thân thể
đau đớn là bao,
mà ta vẫn sợ
hết sức giữ gìn.
Vậy sao chẳng sợ
đớn đau cùng cực
địa ngục núi đè,
để lo giữ gìn
vết thương nơi tâm ?

V-21. Nếu cách hành xử
luôn được như vậy,
thì dù ở giữa
ác nhân, nữ sắc,
giới vẫn kiên định,
không bị đọa rơi.

V-22. Tài sản, danh dự,
thân mạng, sinh kế,
đều có thể mất,
ngay như tất cả
mọi thiện đức khác,
có thể hư mòn,
thế nhưng không thể
để thoái chuyển tâm !

V-23. Nay người mong muốn
gìn giữ tâm mình,
tôi chấp hai tay
thiết tha khẩn nguyện:
hãy giữ chánh niệm,
cùng với chánh tri,
như thể giữ gìn
chân tay, thân mạng.

V-24. Thân này nếu bị
bệnh khổ hành hạ,
thì chẳng có sức
để làm gì cả.
Tương tự như vậy,
tâm này nếu bị
vô minh hành hạ,
thì không đủ sức

giữ gìn hành động.

V-25. Tựa như bình rĩ
chẳng giữ được nước,
tâm thiếu chánh tri
thì dù có nghe,
tư duy, tu tập,
trí nhớ cũng chẳng
giữ được chút gì.

V-26. Nhiều người đa văn,
tinh tấn, chánh tín,
nhưng vì sai lầm
thiếu mất chánh tri,
nên vẫn đọa rơi.

V-27. Sự thiếu chánh tri
tựa như kẻ trộm,
rình rập lên vào
cướp đi chánh niệm,
cướp luôn tất cả
phước đức tích tụ,
khiến phải đọa rơi
tận cùng ác đạo.

V-28. Phiền não cũng như
một lũ trộm cướp,
rình rập thời cơ
cướp đoạt thiện đức,
khiến ta không thể
sinh vào thiện đạo.

V-29. Nên đừng bao giờ
để cho chánh niệm
xa rời cửa ý.
nếu lỡ rời xa,
hãy mau nhớ lại
cảnh khổ ác đạo
để gọi ngay về.

V-30. Nhờ nghe lời khuyên
phương trượng trụ trì,
nhờ sợ ác đạo,
và nhờ sống gần
bên cạnh đạo sư,
mà người thiện duyên
với lòng thành kính
để sinh chánh niệm.

V-31. Chư Phật, Bồ Tát
mắt không ngăn ngại,
thấy biết khắp cả,

luôn luôn có mặt
ở cạnh bên tôi.

V-32. Biết nghĩ như vậy
sẽ biết kính sợ,
sinh tâm tâm quý,
nhờ vậy thường xuyên
nhớ nghĩ đến Phật.

V-33. Khi lấy chánh niệm
để làm lối ngõ
gìn giữ cửa tâm.
chánh tri sẽ khởi.
Những gì đã mất
sẽ đều trở lại.

V-34. Trước khi phát xuất
lời nói, hành động,
nếu như thấy tâm
không được thanh tịnh,
thì phải lập tức
tự chế ngự mình:
yên như khúc gỗ.

V-35. Không để ánh mắt
lơ đễnh nhìn quanh,
hãy nên nhiếp tâm
xuôi mắt nhìn xuống.

V-36. Tỉnh thoảng để mắt
thư thả nhìn quanh.
Khi gặp người quen
hãy nên nhìn thẳng,
nói lời chào hỏi.

V-37. Khi cần canh chừng
nguy hiểm trên đường,
hãy nên cẩn thận
nhìn quanh bốn hướng.
Khi cần nghỉ ngơi,
hãy nên quay lại
nhìn ở phía sau.

V-38. Nhìn rõ trước sau
để mà tới lui.
Trong mọi hoàn cảnh,
phải nên thấy rõ
việc gì cần làm
thì hãy nên làm.

V-39. "Tôi giữ thân thể
theo tư thế này,"

rồi trở lại với
những việc đang làm.
Thỉnh thoảng xét lại
xem thân thể đang
trong tư thế nào.

V-40. Tâm như voi điên,
bây giờ trói chặt
vào cột chánh pháp.
Phải nên nỗ lực
hết sức canh chừng,
đừng cho sống chạy.

V-41. Nếu muốn cố gắng
tu cho đạt định,
thì dù một niệm
cũng không để mất.
Phải luôn quán sát
xem tâm hiện tại
đang ở nơi đâu.

V-42. Nếu như không thể
giữ được như vậy,
vào lúc hiểm nghèo
nguy hại tính mạng,
hay lúc lể lặt
pháp hội cúng dường,
thì hãy tùy cảnh,
hành động thích đáng.
Đức Phật có dạy,
khi hành hạnh thí,
có thể xả bỏ
giới luật chi li.

V-43. Toan tính việc gì,
một khi bắt đầu
thì đừng suy nghĩ
đến những việc khác,
chuyên chú cho xong
việc mình đang làm.

V-44. Có được như vậy,
mọi việc mới thành,
bằng không việc gì
cũng chẳng làm xong.
Làm theo như vậy,
tâm bất chánh tri
sẽ không phát triển.

V-45. Khi đi vào nơi
náo nhiệt vui vẻ,
với nhiều chuyện phiếm,

nhiều trò giải trí,
thì đừng ham vui,
dứt tâm mê luyến.

V-46. Nếu như thấy mình
tự nhiên vô cơ
đào đất, búng cỏ,
vạch hình mặt đất,
thì hãy nhớ lại
lời đức Thiệu thế,
để mà biết sợ,
lập tức ngừng tay.

V-47. Khi muốn cử động,
hay muốn nói năng,
hãy xét tâm trước:
kiên định giữ gìn
hành động đúng đắn.

V-48. Tâm nổi tham luyến,
hoặc nổi sân hận:
thì đừng làm gì,
cũng đừng nói gì.
phải nên giữ mình
lặng yên như cây.

V-49. Khi tâm lăng xăng,
mĩa mai, kiêu mạn,
muốn nhạo báng người,
muốn gây chia rẽ,
lừa đảo, dối láo,

V-50. muốn tự khen mình,
chê bai người khác,
dùng lời thô ác
kiếm chuyện sinh sự,
những lúc như vậy
phải nên giữ mình
lặng yên như cây.

V-51. Khi tâm nổi tham,
muốn danh, muốn lợi,
muốn người tôn kính,
thị giả đệ tử
muốn họ chăm lo,
muốn người hầu hạ,
những lúc như vậy
phải nên giữ mình
lặng yên như cây.

V-52. Khi tâm quăng hết
lợi ích của người,

muốn nói những điều
nhằm thủ lợi riêng,
những lúc như vậy
phải nên giữ mình
lặng yên như cây.

V-53. Khi thiếu kiên nhẫn,
làm biếng, nhát gan,
hay quá tự tin,
ồn ào khinh mạn,
hay là chấp thủ
những thứ của mình,
những lúc như vậy
phải nên giữ mình
lặng yên như cây.

V-54. Hãy quán xét tâm,
nhận diện phiền não
và tính ưa thích
những chuyện tào tạp
để mà can đảm
nắm giữ lấy tâm
bằng thuốc đối trị.

V-55. Tín tâm sâu xa,
kiên định, cung kính,
lễ độ, hổ thẹn,
biết sợ quả báo,
an định mang lại
hạnh phúc chúng sinh.

V-56. Đối trước tất cả
đòi hỏi vô lý,
tranh cãi ấu trĩ,
bồ tát cũng không
sinh tâm chán ngán,
vì những điều này
chỉ do phiền não
tác động mà thành,
cho nên phải hiểu
để trải từ tâm.

V-57. Vì chính bản thân
và vì người khác
mà giữ thiện hạnh
cho thật toàn hảo,
phải luôn ghi nhớ
rằng chính tâm này
vô ngã, như huyễn.

V-58. Thường xuyên nghĩ rằng:
“Khó khăn chờ đợi

không biết bao lâu
nay mới có được
thân người quý hiếm,
giữ tâm bất động
trong ý nghĩ này,
kiên định vững vàng
như ngọn núi vương.

V-59. Này tâm, cho dù
kên kên háu đói
xâu xé thi thể,
lôi kéo khắp nơi,
người cũng chẳng buồn.
vậy sao bây giờ
người lại mãi mê
nuông chiều thân thể ?

V-60. Này tâm, sao người
lại bám thân này
gọi là “của tôi” ?
Giữa người và nó
hoàn toàn khác biệt.
nó nào có ích
gì cho người đâu ?

V-61. Này tâm hư vọng
sao chẳng chọn thân
chạm trong gỗ sạch
làm thân của mình,
mà lại chọn lấy
dụng cụ ô uế
làm bằng của dơ ?

V-62. Trước hết dùng trí
mà lột lớp da;
rồi hãy vận dụng
lưỡi gươm trí tuệ
để lóc hết thịt
ra khỏi bộ xương;

V-63. rồi xẻ cả xương
tìm vào trong tủy,
hãy tự hỏi mình:
“Đâu là tinh túy ?”

V-64. Cho dù truy tìm
ráo riết như vậy,
vẫn không thể thấy
tinh túy ở đâu.
Vậy sao cứ vẫn
bám giữ tham luyến
ở nơi thân này ?

V-65. Thân này ô uest,
chẳng thể nào ần.
Ngay cả máu này
cũng không thể uống.
Ruột gan phèo phổi,
chẳng thể chấm mút.
Thân này thử hỏi
cần để làm chi ?

V-66. Thật ra có thể
giữ thân làm môi
cho chim kên kên
hay cho chó rùng.
Giá trị thân này
chỉ nằm ở chỗ
ta mang thân ấy
dùng vào việc chi.

V-67. Cho dù chất chiu
gìn giữ như vậy,
đến khi Thần Chết
đánh cắp mất đi,
vất cho chim, chó,
khi ấy thử hỏi
biết làm thế nào ?

V-68. Tôi tớ lười biếng
không chịu làm việc,
thì ta chẳng màng
cho áo cho cơm.
vậy tấms thân này
vì sao ta lại
phí công cung phụng ?
Dù nuôi cách nào
cũng sẽ có ngày
bỏ ta mà đi

V-69. Đã trả thù lao
thì phải bắt làm
cho thật xứng đáng.
Còn như đối với
loại vô tích sự
ta cũng chẳng nên
lãng phí làm gì.

V-70. Hãy xem thân này
tựa như chiếc thuyền
đưa ta tới lui:
chuyển thành dụng cụ
thực hiện nguyện ước
cho khắp chúng sinh.

V-71. Vậy hãy tự chế,
mặt luôn tươi cười,
không bao giờ còn
chau mày nhăn nhó;
và hãy trở thành
người bạn chân thành
của khắp chúng sinh.

V-72. Khi khiêng bàn ghế,
đừng vô ý tứ
tạo nhiều tiếng ồn.
Mở cửa nhẹ nhàng,
đừng nên thô bạo.
Hãy ưa thích hạnh
tế nhị kín đáo.

V-73. Cò, mèo, kẻ trộm,
làm được tất cả
những gì muốn làm
nhờ luôn tới lui
âm thầm kín đáo.
Kẻ trí khi tu
cũng thường như vậy.

V-74. Bậc trí khéo biết
giáo huấn chúng sinh,
nói lời lợi ích
không đợi ai cầu,
vậy ta hãy nên
cung kính tiếp nhận.
Với khắp mọi người
hãy luôn học hỏi.

V-75. Có ai nói lời
khéo tạo lợi ích,
hãy nên khen ngợi
rằng “thật khéo nói !”
Có ai làm điều
mang lại lợi ích,
hãy nên khuyến khích
và tâm mừng vui.

76. Khi ở sau lưng,
hãy nên khen ngợi
thiện đức người khác.
Và khi có ai
khen ngợi người khác,
hãy khen ngợi theo.
Nếu như lời khen
là dành cho mình,
thì hãy nghĩ về
những thiện đức này
với lòng tùy hỷ.

V-77. Hết thủy thiện hạnh
đều là nhân tố
tạo nên niềm vui
vô cùng quý hiếm.
Bao nhiêu tài sản
cũng chẳng thể mua.
vậy hãy tận hưởng
tất cả niềm vui
đến từ thiện hạnh
của khắp mọi người.

V-78. Làm được như vậy
thì trong đời này
chẳng mất mát gì,
và mọi đời sau
được niềm vui lớn.
Còn bói lỗi người
chỉ khiến cho mình
thành kẻ khó ưa,
tâm trí khổ sở,
đến những đời sau
khổ đau càng lớn.

V-79. Khi nói, hãy nên
khởi tự đáy lòng,
thốt lời mạch lạc,
ý nghĩa rõ ràng,
âm điệu dễ nghe,
dẹp mọi tham, sân,
nhẹ nhàng, vừa đủ.

V-80. Khi nhìn, hãy nên
nhớ rằng chính nhờ
dựa vào chúng sinh
mà ta có thể
đạt quả giác ngộ,
vậy hãy nhìn bằng
ánh mắt chân thành
chan chứa từ tâm.

V-81. Hãy luôn giữ lấy
tâm nguyện cao nhất,
nỗ lực áp dụng
năng lực đối trị,
thì sẽ nhận được
công đức lớn lao
đến từ kinh điển
ân điển, bi điển.[1]

V-82. Hãy khéo hành sự,
tín tâm thâm sâu,
tự làm thiện hạnh,

không ý nơi người.

V-83. Thực hành hạnh Thí
cùng với tất cả
Ba La Mật khác,
làm cho tăng trưởng
từng hạnh, tuần tự.
Không vì hạnh nhỏ
mà bỏ hạnh lớn,
quan trọng nhất là
lợi ích cho người.

V-84. Hiểu rõ như vậy,
luôn nỗ lực vì
lợi ích chúng sinh.
Đức Phật Từ Bi
thấy xa, cho phép
bồ tát xả bỏ
cả những điều cấm.

V-85. Chỉ ăn vừa đủ;
hãy nên chia sẻ
cho người giữ giới,
cho người rơi đọa,
cho người khốn cùng
không nơi nương tựa,
ngoài ba bộ y
hãy nên cho hết.

V-86. Thân này dùng để
hành trì diệu pháp,
không thể vì những
việc làm tào tạp
mà hại đến thân.
Làm được như vậy,
bao nhiêu ước nguyện
của khắp chúng sinh
sẽ mau toàn thành.

V-87. Nếu tâm đại bi
chưa được thanh tịnh,
nhất định không nên
thí xả thân thể.
Nhưng nếu là vì
mục tiêu cứu cánh,
thì nên cho hết
đời này, kiếp sau.

V-88. Không nên nói pháp
cho người không có
thái độ cung kính,
hay cho những người

không bệnh mà vẫn
quấn khăn trùm đầu,
cho người che dù,
cầm gậy, binh khí,
hay cho những người
trùm khăn che mặt.

V-89. Cho người trí cạn,
không thuyết giảng, thâm;
cũng không nói pháp
cho người khác phái
khi chỉ một mình.
Đối với giáo pháp
dù cạn hay sâu,
cũng đều nói bằng
tấm lòng cung kính.

V-90. Không nói pháp nhỏ
cho người tâm lớn.
Không khiến cho người
xả bỏ giới hạnh,
lạc lối lầm đường
với pháp hiển tông
hay là mật tông.

V-91. Khi nhổ nước bọt,
vắt tăm xỉa răng,
phải phủ đất lại.
Phân và nước tiểu,
không thải vào nơi
đất sạch, nước trong
dành cho mọi người.

V-92. Khi ăn, hãy đừng
nhai nuốt ngồm ngoàm,
ồn ào, há miệng.
Khi ngồi, hãy đừng
duỗi thẳng chân ra,
hay khoanh tay lại.

V-93. Không đi chung xe,
không ngồi chung giường,
hay ở chung phòng
với người khác phái.
Quan sát tìm hiểu
điều gì khiến người
sinh lòng thị phi,
hãy từ bỏ hết.

V-94. Chỉ đường cho người
đừng nên vô lễ
trở bằng ngón tay.

Hãy nên cung kính
mở bàn tay phải.

V-95. Không vẩy mạnh tay,
hay hét lớn tiếng,
hãy tỏ ý mình
bằng lời nhỏ nhẹ,
kín đáo búng tay,
bằng không sẽ thành
vô lễ quá độ.

V-96. Khi nằm, hãy chọn
quay về hướng tốt,
giống như tư thế
Phật nhập niết bàn;
và ngay từ đầu
phải giữ ý niệm
quyết chẳng bao lâu
sẽ lại đứng lên.

V-97. Trong số vô vàn
thiện hạnh bồ tát
đã được nhắc đến,
hãy nên thực hành
tất cả những hạnh
thanh tịnh hóa tâm.

V-98. Đọc *Kinh Tam Tụ*
ba thời ban ngày,
ba thời ban đêm.
Nương vào chư Phật
cùng tâm bồ đề,
thanh tịnh tất cả
giới phạm còn lại.

V-99. Trong mọi hoàn cảnh,
trong mọi hành động,
dù là cho mình
hay là cho người,
hãy nên tinh tấn
áp dụng tất cả
pháp hành thích hợp
với hoàn cảnh ấy.

V-100. Không có pháp nào
mà người con Phật
không cần phải tu.
Khéo tu như vậy
thì chẳng việc gì
lại không tạo phước.

V-101. Dù là trực tiếp,

hay là gián tiếp,
đừng làm những việc
không vì chúng sinh.
Có làm được gì
cũng vì chúng sinh
hồi hướng tất cả
về vô thượng giác.

V-102. Dù xả thân mạng,
bồ tát cũng không
là thiện tri thức,
là bậc thông tuệ
pháp tu đại thừa;
và cũng không là
gười hạnh bồ tát.

V-103. Phải học cách thức
tôn kính đạo sư
như đã nói trong
Truyện Cát Tường Sinh.
Những lời khuyên này
và giáo pháp khác
đều có thể học
từ trong kinh luận.

V-104. Mọi pháp hành trì
đều có trong kinh,
phải nên tìm đọc.
Trước hết nên đọc
Kinh Hư Không Tạng.

V-105. Những điều cần tu
đều được giải thích
rõ ràng sâu rộng
trong *Học Tập Luận*,
vì vậy phải nên
siêng năng đọc tụng.

V-106. Thỉnh thoảng có thể
học *Kinh Tập Luận*,
là bộ tóm lược
kinh điển đại thừa,
cũng nên tìm đọc
bộ luận cùng tên
của ngài Long thọ.

V-107. Tất cả những gì
kinh luận không cấm,
hãy nên tu học.
Tất cả những gì
dạy trong kinh luận,
hãy nên thực hành

để mà giữ gìn
tâm của chúng sinh.

V-108. Muốn giữ chánh tri,
nói cho ngắn gọn
phải làm như sau:
hãy thường quán xét
xem thân và tâm
đang như thế nào.

V-109. Những điều nói đây
cần phải thực hành,
nói suông thì chẳng
lợi ích gì đâu !
Phỏng như người bệnh
chỉ đọc toa thuốc
bệnh làm sao dứt ?

/ HẾT CHƯƠNG 5 /

Ghi chú chương 5:

[1] kinh điển: Phật và Bồ Tát; ân điển: cha mẹ, bằng hữu; bi điển: chúng sinh

|| Đọc Tiếp Chương 6 >>>

- Trang Đầu - Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- **Chương Sáu: HẠNH NHÃN**
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Chương Sáu: HẠNH NHÃN

VI-1. Bao nhiêu việc lành
bố thí, cúng Phật,
công đức tích lũy
hàng trăm vạn kiếp,
chỉ cần loé lên
mỗi một niệm sân,
cũng đủ làm cho
tiêu tan hết thấy.

VI-2. Không ác nghiệp nào
như là nghiệp sân.

không hạnh tu nào
sánh bằng hạnh nhẫn.
Vậy hãy đưa tâm
vào trong hạnh nhẫn,
khéo léo, phong phú
miên mật kiên trì.

VI-3. Ai để sân hận
dày vò tâm can,
thời tâm không còn
biết đến bình an,
đối với niềm vui
thành kẻ xa lạ,
chẳng thể chớp mắt
chẳng ngớt bất an.

VI-4. Cho dù ta có
rộng rãi cho ra
tiền tài, địa vị,
nhưng nếu tâm trí
cuồng điên vì sân,
thời kẻ hàm ân
vẫn sẽ bức trí
mà hại đến mình.

VI-5. Gia đình bè bạn
mệt mỏi chán ngán,
kẻ chịu ân cũng
chẳng kính, chẳng tin.
Người nhiều sân hận
có bao giờ sống
trong cảnh an bình.

VI-6. Bao khổ đau này
đều do kẻ thù
sân hận gây nên.
Ai biết túm lấy
đập tan sân hận,
đời này kiếp sau
sẽ sống an bình.

VI-7. Muốn mà không được;
không muốn phải chịu;
gặp điều nghịch ý
nên tâm không vui:
đây là lương thực
nuôi cho sân hận
trưởng thành lớn mạnh,
đánh tôi tươi bời.

VI-8. Nên phải làm sao
cắt đường tiếp tế

của kẻ thù này.
Nó có mục đích
nào khác hơn là
đánh gục tôi đâu !

VI-9. Nên tôi mặc kệ,
ra sao thì ra,
quyết không thể để
sinh tâm buồn chán.
luôn giữ nội tâm
vui tươi trong sáng.
Vì tâm không vui
sẽ không thể đạt
những điều mình muốn,
ngược lại thiện đức
sút mẻ tan hoang.

VI-10. Sự việc nếu vẫn
còn phương cứu chữa,
chẳng lý do gì
tâm lại không vui.
còn nếu thật sự
vô phương cứu chữa,
thử hỏi không vui
liệu có ích gì ?

VI-11. Đớn đau, lằng nhục,
dèm pha, quở mắng,
đều là những điều
không ai mong cầu,
dù là cho mình
hay cho người thân.
Cho người mình ghét
lại là trái ngược.

VI-12. Những điều tạo vui
vốn là rất hiếm,
việc sinh đau khổ
thì lại rất nhiều.
Nhưng không khổ đau
thời chẳng thể nào
khởi tâm thoát khổ.
vậy tâm tôi ơi,
hãy nên kiên định !

VI-13. Người thờ Dur-ga,
dân kar-na-ta,
chịu bao khổ hạnh,
tự thiêu tự cắt,
chẳng lợi ích chi.
Nay vì giải thoát
sao tôi đây lại

yếu đuối ương hèn.

VI-14. Không có việc gì
không thể làm quen,
quen rồi chắc chắn
nhẹ nhàng hơn trước.
Nay dùng khổ nhỏ
để mà huân tập,
mai sau khổ lớn
gánh vác dễ dàng.

VI-15. Chút khổ thể gian
đã là như vậy:
muỗi mòng rần rít
cắn đau ngứa ngáy,
chịu đói chịu khát
da dẻ tấy sưng.

VI-16. Dù là nóng rét,
gió mưa, tật bệnh,
chịu cảnh tù đày,
hay bị hành hung,
tâm hãy an vui,
quyết đừng phật ý.
Để tâm không vui
việc sẽ tệ hơn.

VI-17. Có người nhìn thấy
máu của chính mình,
tâm lại càng thêm
quật cường dũng mãnh.
Lại có những kẻ
thoáng thấy máu người,
tâm thần choáng váng
bất tỉnh hôn mê.

VI-18. Hoàn toàn tùy ở
dững lực nơi tâm,
chọn tâm dững mãnh
hay tâm hèn yếu.
Vậy tôi nào có
sợ gì thương tích,
khổ đau trùng điệp,
quyết chẳng nao lòng.

VI-19. Đón đau ập đến,
kẻ trí chẳng sờn,
tâm không chao động,
điềm tĩnh an nhiên.
Dặm trường xông pha
chống quân phiến nhiễu,
gian lao trận mạc

nào có xá gì.

VI-20. Tâm không quản ngại
khổ của chính mình,
quét sạch hết thầy
giặc thù ác sần.
Đây mới chính là
anh hùng đại thắng;
anh hùng thế gian
chỉ chém thầy ma.

VI-21. Là vì khổ đau
cũng nhiều giá trị:
nhờ khổ đau mà
đánh mất tự kiêu;
Tâm càng xót thương
Chúng sinh luân lạc;
Thêm sợ việc ác,
Thêm vui việc lành.

VI-22. Cơ thể vướng bệnh
ta có hận đâu,
mặc dù mang đến
muôn vàn đau đớn.
Việc chi phải hận
những kẻ hại mình,
họ chỉ kém trí,
bị duyên ràng buộc.

VI-23. Cho dù không muốn,
bệnh vẫn phát sinh.
cho dù không cầu,
phiền não cứ khởi.

VI-24. Chẳng ai nghĩ rằng
bây giờ nên giận,
chỉ là bất ngờ
nổi giận thế thôi.
Cơ giận cũng chẳng
nghĩ mình cần khởi,
chỉ là tự nhiên
nổi trận lôi đình.

VI-25. Nhiễm tâm phiền não,
bất kể loại nào,
mọi điều bất thiện
của khắp thế gian,
hết thầy đều do
nhân duyên mà có,
chẳng phải tự phát,
cũng chẳng tự sinh.

VI-26. Nhân duyên hội tụ
không có ý nghĩ
rằng “ta đây phải
tạo quả, tác sinh.”
Cái được tạo tác
cũng không từng nghĩ
rằng: “bản thân ta
mới được sinh ra.”

VI-27. Điều được gọi là
“bản thể nguyên sơ,”
hay còn được gọi
là “Ngã,” là “Tôi,”
chỉ là giả danh
không có ý nghĩ
“Ta phải sinh ra”
rồi mới phát sinh.

VI-28. Là bởi chưa sinh
thì không hiện hữu,
làm sao có thể
khởi ý muốn sinh ?
Nếu đã thường còn
mà tiếp cận cảnh,
thì chẳng làm sao
dứt được cảnh này.

VI-29. Rõ ràng là Ngã
nếu thật thường còn
thì phải ù lì
tựa như hư không;
cho dù hội tụ
với nhiều duyên khác,
cũng chẳng đối tác,
vì không biến động.

VI-30. Dù duyên tác động
ngã vẫn y nguyên.
Làm sao có thể
ảnh hưởng đến Ngã ?
Nếu nói duyên là
tánh chất của ngã,
thời biết lấy gì
kết nối hai bên ?

VI-31. Mọi sự đều là
tùy thuộc nhân duyên,
vì tùy nhân duyên
nên không tự phát.
Hiểu được vậy rồi
còn chi để hận,
muôn sự chỉ là

ảo ảnh mà thôi.

VI-32. Nếu nói “trừ hận
là việc dư thừa,
vì nào có gì
để ai trừ diệt,”
thế nhưng khổ đau
triền miên bất tận,
nhờ vào hạnh nhẫn
có thể đoạn lìa,
nên nói trừ hận
chẳng có gì sai.

VI-33. Vậy dù kẻ thù
hay là bằng hữu
làm điều sai quấy,
tôi vẫn an nhiên.
Tâm vẫn yên vui
tự mình nhắc nhở
rằng khắp vạn pháp
đều là duyên sinh.

VI-34. Nếu như mọi sự
tùy nơi ý mình,
thì khổ đau này
đã chẳng phát sinh.
Thế gian có ai
là người muốn khổ !

VI-35. Vậy mà vô tâm
không hề ý thức,
tự dẫn mình vào
những chốn chông gai,
điên cuồng đuổi theo
nữ nhân, sự nghiệp,
đến nỗi không ăn
bỏ đời chính mình.

VI-36. Có kẻ tự treo
có kẻ nhảy vực,
tự uống thuốc độc,
ăn của thối tha,
tự tạo ác nghiệp,
gieo họa cho mình.

VI-37. Khi nổi oán hận,
ngay chính bản thân
cưng quý biết bao
họ còn tự sát,
làm sao có thể
không gây họa lớn
cho người xung quanh ?

VI-38. Vậ với những người
phiền não thao túng,
có thể cuồng điên
sát hại chính mình,
đã chẳng quan tâm
thương xót thì thôi,
cũng đâu có gì
để tôi phải hận.

VI-39. Phàm phu ấu trĩ
nếu từ bản chất
là luôn hại người,
thì ta giận họ
khác gì giận lửa
vì sao lại cháy.

VI-40. Còn nếu như họ
bản chất hiền lành,
chỉ là lầm lỗi
nhất thời mà thôi,
vậy nếu giận họ
khác gì nổi giận
với bầu trời xanh
sao dằng dặc khói.

VI-41. Mặc dù cây gậy
mới làm tôi đau,
nhưng tôi lại hận
chính người cầm gậy.
Nhưng người cầm gậy
thật ra là do
ác hận thao túng,
lẽ ra tôi phải
oán ác hận này.

VI-42. Quá khứ chính tôi
đã từng như vậy,
đánh đập ngược đãi
khắp chúng hữu tình.
Nay tôi bị đánh
cũng là đáng thôi !

VI-43. Gậy kia, thân này,
đều là thủ phạm
khiến tôi đau đớn.
Gậy là của người,
thân là của mình,
thật sự chẳng biết
phải hận ai đây !

VI-44. Thân là vết thương
sưng tấy lở loét

mang tướng dạng người,
chạm nhẹ cũng đủ
đau nhức không nguôi.
Tôi vì mù quáng
bám chặt vào nó,
đến khi nhức nhối
hận ai bây giờ ?

VI-45. Thật là ấu trĩ !
tôi sợ khổ đau
nhưng lại bám theo
toàn nhân tạo khổ !
Tự gieo lằm lổ,
tự hại lấy thân,
vậy sao tôi lại
nổi sân với người !

VI-46. Sự thật là vậy,
phải hận ai đây ?
Hết khổ đau này
toàn do tôi tạo:
ngục tốt Diêm vương
trong cõi địa ngục,
hay cả rừng đao
toàn là ác báo.

VI-47. Họ đến hại tôi
là vì nghiệp tôi
kêu mời họ đến.
Nếu như vì vậy
họ phải đọa rơi
cùng tận địa ngục
thì có phải là
tôi hại họ không !

VI-48. Vì họ mà tôi
tu được hạnh nhẫn,
tịnh được ác nghiệp.
Còn nhờ vào tôi
mà họ đọa rơi
vào cõi địa ngục.

VI-49. Vậy thật ra tôi
là kẻ gây hại,
còn họ thì lại
là kẻ ban ơn.
Thử hỏi tâm tôi
ác hiểm thế nào
để còn tráo trở
sinh lòng hờn oán !

VI-50. Tâm mà có nhẩn

sẽ khỏi đọa rơi
vào cảnh địa ngục.
Cứu mình được rồi,
nhưng còn kẻ thù
cứu cách nào đây !

VI-51. Vậy nếu như tôi
ăn miếng trả miếng,
chắc chắn sẽ khiến
cho họ đọa rơi,
còn mình hạnh tu
nhất định suy thoái,
giới tu nhất định
tan hoang không còn.

VI-52. Tâm đâu có thân,
có ai diệt được,
nhưng vì tâm cứ
tham chấp nơi thân,
mà thân thì lại
đốn đau quẫn bách.

VI-53. Cho dù người ta
dùng lời mắng chửi,
nói lời thô ác,
nói lời khó nghe,
lời nói có làm
gì được tôi đâu !
Vậy tâm tôi ơi
cớ sao oán hận ?

VI-54. Người ta ghét tôi.
sự thù ghét này
đâu có làm sao
nhai nuốt được tôi.
Đời này chẳng thể
đời sau cũng không.
vậy tại sao tôi
không thích bị ghét ?

VI-55. Hay là không thích
vì nó cản tôi
đạt điều mình muốn ?
Nhưng tài sản rồi
phải bỏ phía sau,
ác nghiệp thì lại
bền bỉ theo đuổi.

VI-56. Vậy thà tôi đây
chết ngày hôm nay,
còn hơn là sống
để gieo tội nghiệt !

Kẻ giống như tôi,
dù sống nhiều ít,
đến khi chết đến
khổ cũng như nhau.

VI-57. Có người nằm mơ
thấy mình sống vui
hơn một trăm tuổi,
để rồi tỉnh mộng.
lại có người mơ
thấy mình sống vui
được trong khoảnh khắc
rồi cũng tỉnh mộng.

VI-58. Mộng đã tỉnh rồi
thì dù trăm năm
hay dù khoảnh khắc,
niềm vui kia cũng
không còn trở lại.
Tương tự như vậy,
khi giờ chết điểm,
đời sống dài ngắn
chẳng khác gì nhau.

VI-59. Cho dù giàu sang
sống trong thế gian,
nhiều năm an vui
hưởng đời phú quý,
nhưng rồi tựa như
bị cướp hết cả,
hai bàn tay trắng
thân trần mà đi.

VI-60. Hay ta nghĩ rằng:
“Nhờ vào tiền tài
mà được sống lâu,
tích thiện, trừ ác.”
Thế nhưng vì tiền
lại nổi cuồng điên,
thiện căn mất hết
ác nghiệp thêm dày.

VI-61. Ý nghĩa cuộc sống
đánh mất cả rồi,
cho dù sống nữa
cũng chỉ hoài công,
chỉ là để gieo
thêm nhiều ác nghiệp.

VI-62. Khi bị phỉ báng
ta liền nổi nóng,
rằng không thể để

họ tự hại mình.
Nhưng sao ta lại
chẳng hề nóng giận
khi lời phỉ báng
là dành cho người ?

VI-63. Khi ấy ngược lại
kiên nhẫn vô cùng,
nói rằng cơ sự
chỉ vì nhân duyên.
Vậy sao không nhẫn
khi bị phỉ báng ?
Cơ sự chỉ vì
phiền não phát sinh.

VI-64. Ngay cả những người
phỉ báng Phật pháp,
hủy diệt tượng Phật,
phá hoại bảo tháp,
cũng không có gì
đáng để oán hận,
vì chư Phật vốn
chẳng hề hận gì.

VI-65. Cho dù đạo sư,
thân nhân, bằng hữu
là người bị hại,
cũng không nên hận,
vì, như đã nói:
mọi sự đều là
tùy thuộc nhân duyên.

VI-66. Chúng sinh bị hại
vì vật vô tình
cùng loài hữu tình,
vậy sao ta lại
chỉ oán hữu tình ?
Gặp việc ác hại,
tốt hơn nên nhẫn

VI-67. Người ta làm ác
chỉ vì vô minh.
tôi hận việc ác
cũng vì vô minh,
vậy ai không lỗi ?
ai người có lỗi ?

VI-68. Trước kia vì sao
tôi gieo nhân ác,
để nay phải chịu
quả ác thế này ?
Mọi sự chỉ là

thuận theo nhân quả,
đã biết vậy rồi
còn hận ai đây ?

VI-69. Thấy rõ vậy rồi,
tôi nay bất kể,
dù có thế nào,
vẫn sẽ khư khư
giữ gìn thiện pháp.
Vì chúng sinh mà
gìn giữ tấm lòng
thương yêu lẫn nhau.

VI-70. Khi nhà bốc lửa
sắp sửa lan xa,
thời bao rơm, rạ,
cùng mỗi bất lửa
đều nên dẹp hết.

VI-71. Tương tự như vậy,
khi lửa sân hận
bốc cháy dữ dội,
thời phải tức thì
dẹp tan tham ái,
bảo vệ công đức
khỏi bị cháy tan.

VI-72. Cho kẻ tử tội,
nếu được chặt tay
để đổi mạng sống,
chẳng mừng lắm sao ?
Đối cảnh địa ngục,
chỉ cần chịu chút
khổ đau cõi người,
thật là phước lớn !

VI-73. Chút khổ đau này
đã không kham nổi,
vậy sao không gắng
vất hết niệm sân ?
Đây sẽ là nhân
đẩy vào địa ngục,
chịu khổ cùng tận
sâu thẳm muôn trùng.

VI-74. Vì để tranh dành
những điều mình muốn
mà cả ngàn lần
tôi đã rơi sâu,
lửa hỏa ngục đốt
cùng cực đốn đau,
chẳng chút lợi ích

cho mình, cho người.

VI-75. Chút khổ hôm nay
nào có đáng gì,
nhưng lại mang đến
lợi ích lớn lao.
chịu khổ nhỏ này,
quét khổ chúng sinh,
thử hỏi sao tâm
không vui cho được.

VI-76. Có người hoan hỉ
cất lời khen ngợi
việc lành người khác,
này tâm tôi ơi,
sao chẳng thấy vui
cùng người khen ngợi ?

VI-77. Niềm vui này đây
chẳng vướng nhiễm ô,
hết thấy thánh giả
đều luôn khuyến khích,
phương tiện thù thắng
thu phục lòng người.

VI-78. Nếu rằng “chỉ có
họ hưởng vui thôi !”
thế thì cần gì
trả lương tôi tớ ?
Giữ tâm như vậy
chỉ có mình tôi
đời này kiếp sau
phải chịu thiệt thòi.

VI-79. Khi chính tôi đây
là người được khen
thì tôi lại mong
mọi người tùy hỉ.
Nhưng nếu lời khen
dành cho người khác,
tâm tôi chẳng muốn
tùy hỉ chút nào.

VI-80. Tôi đã phát tâm
mang nguồn hạnh phúc
về cho chúng sinh,
nguyện vì chúng sinh
tu thành Phật quả,
nay chúng sinh được
đôi chút niềm vui,
sao tôi nổi giận ?

VI-81. Tôi nguyện chúng sinh
trọn thành Phật đạo,
được khắp ba cõi
cất tiếng tôn vinh.
Nay chúng sinh được
đôi chút ngợi khen,
sao tôi lại thấy
khổ tâm như vậy ?

VI-82. Có người phải sống
nương nhờ vào tôi,
nhờ tôi dưỡng nuôi
mà họ sống tốt.
Nay có người khác
chăm lo cho họ,
sao tôi chẳng mừng
lại còn nổi sân ?

VI-83. Bấy nhiêu đã khiến
trái ý phật lòng,
làm sao gánh nổi
chí nguyện độ sinh ?
Thấy người được lợi,
lòng tôi vất vả,
hỏi tâm bồ đề
tìm đâu cho ra ?

VI-84. Phẩm vật kia dù
tặng cho người nhận,
hay dù thí chủ
giữ lại chưa cho,
cũng có bao giờ
thành của tôi đâu,
vậy cho hay không
cần gì chú ý ?

VI-85. Công đức của mình,
tín tâm của người,
cùng thiện đức này,
sao tôi vất hết ?
Không biết giữ điều
mang về thiện quả,
này tâm tôi ơi
sao chẳng hận mình ?

VI-86. Chẳng những việc ác
chưa từng buồn lo,
lại còn so đo
khi người làm thiện
được nhiều công đức.

VI-87. Kẻ thù bị hại,

cớ sao tôi lại
cảm thấy toại lòng ?
Sự việc nào phải
vì do tôi muốn
mà thành thế đâu ?

VI-88. Cho dù thật sự
vì ý tôi muốn
mà kẻ thù tôi
gặp việc không may,
thì điều như vậy
nào có gì vui ?
Nếu lòng thấy vui,
thật chẳng có gì
tồi tệ cho bằng.

VI-89. Tựa như con cá
đớp phải lưỡi câu,
bén nhọn đốn đau.
Thọ câu chính là
nhiễm tâm phiền não.
Lưỡi câu ác ý
móc tôi ném thẳng
vào chảo đồng nung.
Ngục tốt diêm vương
tha hồ xâu nướng.

VI-90. Tiếng tăm lừng lẫy,
vinh dự, ngợi khen,
chẳng thể làm tăng
công đức, thọ mạng,
không giúp thân thể
khỏe mạnh cường tráng,
cũng chẳng khiến thân
thoải mái khinh an.

VI-91. Nếu tôi biết nghĩ,
sẽ tự hỏi mình
những điều như vậy
được lợi ích chi ?
Nếu như là vì
giúp tâm thoải mái,
vậy sao chẳng kiếm
cờ bạc, rượu chè !

VI-92. Tôi vì chút danh
mà bỏ tài sản,
bỏ cả tánh mạng.
Người đã chết rồi,
chôn sâu đáy huyết,
chút lời ca tụng
dành cho ai nghe ?

VI-93. Lâu đài bằng cát
bị biển cuốn tan,
trẻ con tuyệt vọng
lớn tiếng òa khóc.
Tâm tôi cũng vậy,
khi mà danh vọng
bắt đầu rã tan.

VI-94. Lời nói chóng tan,
vốn chẳng có tâm,
cho nên chẳng thể
tự mình tác ý.
Hay là nói rằng
người ta khen bằng
tấm lòng hoan hỉ
nên tôi thấy vui.

VI-95. Tâm người hoan hỉ
việc gì đến tôi ?
dù là khen người,
hay là khen mình.
Tâm người ta vui
thì người ta hưởng,
tâm tôi chẳng thể
chia được phần nào.

VI-96. Nếu như tôi vui
vì người hoan hỉ,
vậy cả thế gian
đã khiến tôi vui.
Thế nhưng khi người
vui vì người khác,
tôi luôn bực bội
chẳng thấy vui cùng.

VI-97. Có phải là tôi
thấy vui như vậy,
chỉ vì ý nghĩ
chính mình được khen.
Nghĩ lại mà xem,
thật là vô nghĩa !
Chỉ như đứa trẻ
ấu trĩ mà thôi.

VI-98. Danh vọng chỉ làm
tâm thêm xao lãng,
không còn biết chán
cảnh khổ luân hồi.
Cạnh tranh ganh tị
với người làm thiện,
khiến cho công đức
thất tán hao mòn.

VI-99. Vậy thì những ai
ờ cạnh bên tôi,
bôi nhọ tên tôi,
mới thật là người
bảo vệ cho tôi
khỏi rơi ác đạo.

VI-100. Tôi đã phát tâm
mong cầu giải thoát,
không muốn để mình
vướng bả lợi danh.
Họ lại cứu tôi
thoát vòng ràng buộc,
sao tôi có thể
sinh tâm oán thù ?

VI-101. Tôi đang chúí đầu
rơi sâu ác đạo,
may nhờ có họ
cản lại dùm tôi.
Tựa như ân đức
của mười phương Phật,
làm sao có thể
sinh tâm oán thù ?

VI-102. Đừng nên bực bội
nghĩ vì họ cản
mà điều công đức
tôi chẳng thể làm.
Có hạnh tu nào
hơn là hạnh nhẫn,
chẳng phải tôi cần
trú ở hay sao ?

VI-103. Nếu như không thể
trú ở hạnh ,nhẫn
đó cũng chỉ vì
lầm lỗi nơi tôi.
Việc công đức lớn
đã vào tầm tay,
chính tôi đây mới
là người cản trở.

VI-104. Việc này nếu không
thì việc kia không,
Việc này hễ có
thì việc kia sinh.
Vậy việc này là
nhân sinh việc kia,
làm sao có thể
gọi là chướng ngại ?

VI-105. Hành khất xuất hiện
ngay đúng thời điểm,
chẳng làm trở ngại
cho hạnh bố thí.
Chẳng thể nói rằng
đạo sư truyền giới
là gây chướng ngại
cho người xuất gia.

VI-106. Hành khất trên đời
hằng hà sa số,
nhưng người hại tôi
lại chẳng bao nhiêu.
Là vì nếu tôi
không hại người khác
thì cũng chẳng ai
gây hại cho mình.

VI-107. Như là kho báu
nằm sẵn trong nhà,
chẳng nhọc công tìm
mà vẫn kiếm ra.
Kẻ thù giúp tôi
tu hạnh bố tát,
nên gặp kẻ thù
lòng thật mừng vui.

VI-108. Nhờ họ mà tôi
tu thành hạnh nhẫn,
cho nên công đức
có được bao nhiêu,
xin mang tặng hết,
báo đền ơn nặng,
vì họ là nhân
mang đến quả này.

VI-109. Nếu nói kẻ thù
chẳng đáng đền ơn,
vì họ nào muốn
tôi tu hạnh nhẫn.
Nếu vậy cần gì
biết ơn Diệu Pháp,
là nhân mang đến
mọi thành tựu tu.

VI-110. Lại rằng “họ vốn
cố tình hại tôi”
nên đối với tôi
nào có ơn gì !”
Vậy nếu như họ
giống như y sĩ,
thì tôi lấy gì

tu hạnh nhẫn đây ?

VI-111. Chính vì tâm họ
chất đầy hiểm ác
nên tâm tôi mới
được hạnh nhẫn này.
Ơn nặng khác gì
ơn sâu Diệu Pháp,
vì nhờ vào đó
mà hạnh nhẫn sinh.

VI-112. Đức Thế Tôn dạy
Phật và chúng sinh
đều là ruộng phước
cần được hiến cúng.
Nhờ làm đẹp dạ
cả hai ruộng phước
mà nhiều người đã
đến bờ bên kia.

VI-113. Quả vị bồ đề
tùy thuộc cả hai,
Phật cùng chúng sinh
đều quan trọng cả.
Thử hỏi tôi đây
tu lối tu nào
mà chỉ kính Phật
xem thường chúng sinh ?

VI-114. Chúng sinh và Phật
thiện đức không đồng,
nhưng mà tác dụng
ngang bằng với nhau.
do đó mà nói
chúng sinh như Phật.

VI-115. Hiến cúng chư vị
trú tâm đại từ,
là điểm thù thắng
ở nơi chúng sinh.
Công đức đến từ
tín tâm nơi Phật,
là điểm thù thắng
nơi đấng Phật đà.

VI-116. Muốn tu thành Phật
cần có cả hai,
vì vậy mà nói
chúng sinh như Phật.
Chứ chúng sinh nào
có thể sánh với
biển cả công đức

của đấng Như lai.

VI-117. Biển công đức này
ai mà có được,
dù chỉ mây may,
thì với người ấy,
cho dù ba cõi
đều mang hết ra,
cũng vẫn không đủ
để mà hiến cúng.

VI-118. Chúng sinh vốn là
mang đến cho ta
quả vô thượng giác.
chính vì như vậy
mà ta cần phải
hiến cúng chúng sinh.

VI-119. Đức Phật chính là
người bạn chân thành,
ban cho chúng sinh
vô lượng ân phước.
Muốn đến ơn Phật,
ngoài giúp chúng sinh,
thử hỏi còn gì
khiến Phật hoan hỉ ?

VI-120. Phật xả thân mạng,
vào ngục vô gián.
để trả ơn này
tôi nguyện độ sinh.
Vậy dù họ có
ngàn lần hại tôi,
tôi vẫn một lòng
giữ gìn gánh vác.

VI-121. Cho những người mà
đến cả chủ tôi
cũng còn cưu mang
không tiếc thân mạng,
sao tôi có thể
kiêu căng ngạo mạn,
không chịu theo hầu,
làm thân tôi tớ !

VI-122. Chư Phật hoan hỉ
khi chúng sinh vui;
Chư Phật xót thương
khi chúng sinh khổ;
Giúp chúng sinh vui
là khiến Phật vui;
tác hại chúng sinh

là tổn hại Phật.

VI-123. Người bị lửa đốt
thì mọi giác quan
đâu còn lạc thú.
Làm sao có thể
khiến chư Phật vui,
nếu chính tôi đây
hại chúng sinh khổ.

VI-124. Vậy ra tôi đã
khiến Phật buồn lòng,
gây bao việc ác,
tác hại chúng sinh.
Nay xin phát lộ,
thành tâm sám hối,
xin Phật tha thứ
cho lỗi lầm này.

VI-125. Từ nay sẽ làm
đẹp lòng Như lai,
luôn tự chế ngự
luôn làm tội tở.
dù người thế gian
dẫm đạp đầu tôi,
cướp mạng sống tôi,
quyết không trả miếng.
Xin đấng hộ trì
tùy hỉ cho tôi.

VI-126. Các đấng đại từ
xem khắp chúng sinh
ngang bằng với Phật.
điều này đã rõ.
Dù tướng chúng sinh,
nhưng là tánh Phật,
sao tôi chẳng thể
thành tâm cung kính ?

VI-127. Chỉ vậy là đủ
đẹp lòng Như lai.
Chỉ vậy là đã
chu toàn tự lợi.
Chỉ vậy là xóa
khổ đau cõi thế.
Nên tôi kiên trì
chỉ vậy mà tu.

VI-128. Khi mà quân binh
gây điều nhiều hại,
ai người có trí
hiểu rộng nhìn xa,

cho dù đủ sức
cũng không khinh xuất
làm điều vọng động.

VI-129. Là vì quân binh
đâu chỉ một mình,
phía sau lưng họ
còn có lệnh vua.
Cho nên tôi chẳng
thể nào khinh xuất,
khi kẻ hèn kém
sinh sự hại tôi.

VI-130. Sau lưng họ có
ngực tốt diêm vương,
lại có hết thầy
mười phương Phật đà.
Như là thần dân
nể mặt bạo chúa,
tôi đây hết dạ
cung phụng chúng sinh.

VI-131. Huống chi dù làm
nhà vua nổi giận,
thời cảnh địa ngục
cũng chẳng rơi vào.
Chẳng giống như là
yác hại chúng sinh.

VI-132. Hay dù có làm
nhà vua vừa ý,
quả vị bồ đề
vua chẳng thể ban.
Quả này chỉ có
nhờ mang phúc lạc
về cho chúng sinh.

VI-133. Đến như quả vị
bồ đề cứu cánh,
cũng có được nhờ
tâm muốn lợi sinh.
Huống chi thiện báo,
vinh quang, danh vọng,
sở cầu như ý
ngay trong đời này.

VI-134. Trú tâm hạnh nhẫn,
thì dù vương kẹt
trong cõi sinh tử,
vẫn hưởng quả lành,
tướng hảo, Khang An,
danh tiếng lừng vang,

sống đời trường thọ
hưởng đầy phước lộc,
chuyển pháp luân vương.

/ HẾT CHƯƠNG 6 /

|| Đọc Tiếp Chương 7 >>>

- Trang Đầu – Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- **Chương Bảy: HẠNH TẤN**
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Chương Bảy: HẠNH TẤN

VII-1. Với tâm an nhẩn,
nỗ lực tinh tấn.
Nhờ tinh tấn mà
đạt quả giác ngộ.
Gió kia không thổi
thì vật không lay,
công đức chẳng tăng
nếu không tinh tấn.

VII-2. Tinh tấn là gì ?
Vui cùng thiện pháp.
Ngược với tinh tấn
gọi là biếng lười,
thích điều có hại,
chán nản, tự khinh.

VII-3. Nắm vị ở không,
ưa thích ngủ nghỉ,
nên chẳng biết chán
cảnh khổ luân hồi.

VII-4. Đã lỡ rơi vào
cạm bẫy phiền não,
nên vướng kẹt giữa
mạng lưới thọ sinh,
đưa mình vào trong
miệng của thần chết,
làm sao có thể

không biết cho được !

VII-5. Đồng loại từng người
lần lượt bị giết.
Vậy mà có thể
không thấy thật sao ?
Vẫn ngủ no nê
giống như loài trâu
bên cạnh đống tể.

VII-6. Thần chết nay đã
khép mọi nẻo đường
mở mắt chờ ta.
Lễ nào ăn ngon !
Lễ nào ngủ yên !

VII-7. Biết rồi sẽ chết
thời phải mau mau
tích lũy tư lương.
Đợi chết mới chịu
buông tâm lười biếng,
nhỡ như chết sớm
biết làm thế nào ?

VII-8. Này việc mới khởi,
này việc chưa làm,
này việc dở dang,
đột nhiên chết đến,
khi ấy kinh hoàng:
“Ôi, ta tiêu mạng !”

VII-9. Mắt đỏ đớn đau,
lệ tràn trên má.
Người thân bên cạnh
tuyệt vọng vô bờ.
Riêng tôi nhìn thấy
thần chết cạnh bên.

VII-10. Ký ức tràn ngập
việc ác đã làm.
hoảng sợ điên cuồng
thân trào phẫn ứ
vì bởi tai nghe
tiếng kêu địa ngục,
biết phải làm sao ?

VII-11. Khổ nạn đời này
đã khiến chơi vơi
như cá mắc cạn,
hướng chi địa ngục
do nghiệp gây nên !

VII-11. Đã gieo đủ nghiệp
khiến sẽ đọa rơi,
nơi mà xương thịt
sẽ bị đốt nung,
nước sôi xối bỏng,
làm sao có thể
nhờn nhơ sống vui ?

VII-13. Muốn được hưởng quả
nhưng không gắng công.
Kẻ yếu hèn này
sẽ gặp họa lớn.
Đến khi gần chết
lại giống chư Thiên
cất tiếng khóc than:
“Ôi, sao quá khổ !”

VII-14. Thân là thuyền bè
đủ sức đưa ta
vượt qua biển khổ.
Nếu lỡ mất rồi
làm sao tìm lại ?
Hỡi kẻ ngu muội,
ngay lúc này đây
chớ nên mê ngủ !

VII-15. Hạnh phúc thù thắng
cùng với chánh pháp,
đều là nhân duyên
tạo quả an lạc.
Sao không thiết tha
lại đi ưa thích
lơ đễnh, tán tâm ?
đều là nhân duyên
tạo nên quả khổ

VII-16. Tâm không buồn nản:
đấy là tinh quân.
Với lòng chân thật
hàng phục chính mình,
bình đẳng ngã tha,
hoán chuyển ngã tha.

VII-17. Đừng nên nản chí
nghĩ rằng “như ta
làm sao có thể
đạt quả giác ngộ !”
Như lai là người
nói đúng sự thật,
đã dạy điều này:

VII-18. Cho dù có thành

ruồi muỗi ong bọ
mà đủ tinh tấn,
thời cũng có thể
đạt được quả vị
vô thượng bồ đề.

VII-19. Còn như tôi đây
được sinh làm người,
biết điều thiện ác,
nếu không nản chí
từ bỏ đường tu
thì chẳng lý nào
không thể giác ngộ.

VII-20. Nói rằng “tại vì
phải thí thân mạng,
cho cả chân tay,
nên tôi thấy sợ.”
Đó là không biết
phân biệt trọng khinh.
Vì vô minh nên
phát sinh sợ hãi.

VII-21. Vô lượng đời kiếp
cũng đã nhiều phen
bị đâm, đốt, xẻ
thế nhưng chẳng thể
đạt quả bồ đề.

VII-22. Nay vì tu chứng
phải chịu khổ đau.
Khổ này có hạn,
ví như giải phẫu
để trị liệt thân.

VII-23. Y sĩ gây đau,
chữa lành bệnh dữ.
Chịu được khổ nhỏ,
khổ lớn tiêu trừ.

VII-24. Huống chi thân y
lại không như vậy,
dùng cách dịu nhẹ
chữa bệnh nan y.

VII-25. Dạy ta lúc đầu
tập cho rau củ,
cho quen rồi mới
bổ thí thịt xương.

VII-26. Khi tâm chúng được
thân, rau chẳng khác,

thời thí thân thể
nào khó chi đâu.

VII-27. Cũng chẳng đớn đau,
vì nghiệp đã đoạn.
cũng không nghịch ý,
vì luôn thiện xảo.
Cho nên, vọng kiến,
cùng việc bất thiện
là điều tác hại
đến thân và tâm.

VII-28. Nếu thân an lạc
nhờ công đức tăng,
tâm cũng an lạc
nhờ luôn thiện xảo,
Trú ở luân hồi
là vì chúng sinh,
làm sao có thể
mỏi mệt cho được ?

VII-29. Nghiệp cũ đã cạn
nhờ tâm bồ đề.
Công đức như biển,
hơn hàng Thanh Văn.

VII-30. Bồ tát cưỡi trên
lưng ngựa bồ đề,
biến tan mỗi mệt.
Từ cảnh vui này
vào cảnh vui khác,
làm sao có thể
thoái chí nản lòng ?

VII-31. Tác thành chúng sinh
có bốn lực lượng:
nguyện, định, vui, nghỉ.
Nguyện có được nhờ
thiền quán khổ đau,
và hiểu lợi ích.

VII-32. Diệt mọi trở lực,
tăng cường tinh tấn,
được là nhờ nguyện,
tự tín, vui, nghỉ,
và nhờ năng lực
chuyên tâm, tự chủ.

VII-33. Cần diệt bỏ hết
vô biên ác nghiệp
của mình của người.
Diệt một ác nghiệp

đã phải gắng công
hàng vô lượng kiếp,

VII-34. vậy mà mây may
sám hối nghiệp chướng
cũng vẫn chưa hề.
Biến mình trở thành
kho tàng ác nghiệp,
sao tim lại chẳng
tùng mảnh nổ tung ?

VII-35. Cần thành tựu đủ
vô lượng thiện đức
cho mình cho người.
Tu một thiện đức
đã phải gắng công
hàng vô lượng kiếp,

VII-36. vậy mà một thoáng
huân tập thiện đức
cũng vẫn chưa từng.
Thật là kỳ lạ !
Thân người này đây
quí giá biết bao,
lại biến nó thành
hoàn toàn vô nghĩa !

VII-37. Chưa từng hiến cúng
mười phương Như lai;
chưa từng mang đến
niềm vui lễ đàn;
chưa từng góp sức
làm nên pháp hội;
chưa từng chu toàn
cho người gian nan;

VII-38. chưa giúp kẻ nguy
thoát cơn sợ hãi;
chưa mang vui đến
cho kẻ khốn cùng.
Điều tôi đã làm
đó là trong thai
đã khiến mẹ tôi
chịu bao khổ sở !

VII-39. Vì trong quá khứ
và trong hiện tại
từ bỏ chí nguyện
mong cầu Phật Pháp,
nên nay mới phải
khốn khổ thế này.
Vậy ai còn muốn

bỏ chí nguyện tu ?

VII-40. Đức Mâu ni dạy:
nguyện là cội rễ
của mọi thiện đức.
Nguyện này sinh ra
từ sự liên tục
quán về quả báo.

VII-41. Thân đau, tâm khổ,
đủ loại hiểm nguy,
những điều mong muốn
đều phải xa lìa,
chẳng qua chỉ vì
nghiệp dữ đã tạo.

VII-42. Cố gắng dụng tâm
làm nên việc lành,
với công đức này,
dù sinh ở đâu
cũng đều hưởng đủ
mọi điều thẳng diệu.

VII-43. Đã làm việc dữ,
mặc dù muốn vui
với ác nghiệp này,
dù sinh ở đâu,
đao kiếm khổ đau
cũng đều bủa xuống.

VII-44. Trú giữa lòng sen
dịu mát ngát hương;
thực phẩm diệu âm
thuần dưỡng rạng ngời;
hào quang Phật chiếu;
nở từ lòng sen;
thân tướng nhiệm mầu;
diện kiến Như lai;
làm bậc trưởng tử;
tất cả đều nhờ
công đức thiện nghiệp.

VII-45. Thống khổ biết bao,
bị quỷ diêm vương
lột da lột xuống,
chảo đồng nung sôi
đổ vào thân thể,
đao kiếm cháy đỏ
đâm xé thịt da,
cắt nát vụn ra
thành hàng trăm mảnh,
rớt cả xuống nền

sắt nung cháy rực,
tất cả chỉ vì
nghịệp dữ đã gieo.

VII-46. Vì vậy cần phải
tin nơi thiện đức
với trọn kính ngưỡng,
tu tập chuyên cần.
Khởi bằng nghi thức
Kính Kim Cang Tàng,
tu tâm tự tín.

VII-47. Trước khi bắt đầu
phải nên cân nhắc
nên làm hay không.
Không làm thì hơn,
nhưng nếu đã làm
chớ nên bỏ dở,

VII-48. bằng không đời sau
sẽ luôn quen thói,
khổ nghịệp càng tăng,
khả năng càng giảm,
đến khi sắp đạt
việc lại không thành.

VII-49. Một là hành động;
hai là nhiễm tâm;
ba là khả năng:
tu tập tự tín
theo ba điểm này.
Nói rằng: “tôi sẽ
một mình gánh vác.”
Đây chính là tâm
tự tín hành động.

VII-50. Người phàm phu bị
nhiễm tâm ràng buộc,
cả chính bản thân
cũng không gánh nổi.
Họ chẳng như tôi
cho nên tôi phải
tự mình cáng đáng.

VII-51. Thấy người làm việc
lao nhọc thấp hèn,
sao lại ngồi yên ?
Chẳng nên kiêu mạn.
Đừng bao giờ để
khởi lòng tự tôn.

VII-52. Khi gặp rắn chết,

quạ cũng thành ưng ;
khi tâm nhu nhược,
cả lỗi lầm nhỏ
cũng gây hại lớn.

VII-53. Kẻ sớm nản lòng,
không biết kiên trì,
làm sao thoát khổ ?
Biết tu tự tín
thì dù chuyện lớn
cũng vẫn ung dung.

VII-54. Vậy hãy kiên tâm
diệt mọi lầm lỗi.
Mới gặp lỗi nhỏ
đã vội nản lòng,
vậy thì chí nguyện
hàng phục ba cõi
chẳng phải chỉ là
trò cười hay sao ?

VII-55. Tôi sẽ là người
chinh phục vạn pháp.
Sẽ chẳng có gì
xô ngã được tôi.
Tôi là đứa con
của sư tử chúa,
luôn luôn an định,
tự tín tốt cùng.

VII-56. Nếu vì tự tôn
mà gặp tổn hại,
thì đó chỉ là
nhiễm tâm phiền não,
chẳng phải tự tín.
Ai có tự tín,
trăm vạn kẻ thù
không thể thao túng.
Còn những kẻ khác
thường bị tự tôn
tác hại toi bời.

VII-57. Để cho tự tôn
thối phồng tâm trí,
thời sẽ trôi lăn
vào trong ác đạo,
dù sinh làm người
cũng chẳng an vui,
làm tôi tớ ăn
cơm thừa canh cặn.

VII-58. Ngu si, xấu xí,

thấp kém, yếu hèn,
trở thành trò cười
của khắp thiên hạ.
Tự tôn tự đại
mà gọi anh hùng,
chẳng biết ai mới
là người tội nghiệp.

VII-59. Tự tín hàng phục
kẻ thù tự tôn
mới thật xứng đáng
là đại anh hùng.
Vĩnh viễn đoạn diệt
kẻ thù tự tôn,
viên thành Phật quả,
thành đấng chiến thắng,
như là chúng sinh
vẫn hằng đợi mong.

VII-60. Ở trong phiền não
mà vẫn giữ tâm
muôn phần kiên định,
không để phiền não
xâm phạm đến mình,
như sư tử đứng
giữa bầy lang sói.
Gặp cảnh hiểm nguy
thời che đôi mắt,
tương tự như vậy,
gặp cảnh hung hiểm
cũng chẳng để cho
phiền não tấn công.

VII-62. Chẳng thà chết cháy,
hay bị chém đầu,
còn hơn qui hàng
kẻ thù phiền não.
Vậy trong mọi cảnh
phải luôn giữ gìn
hành động thích đáng.

VII-63. Như trò chơi vui,
Bồ tát làm gì
cũng đều vui thích,
tâm không thấy thỏa.

VII-64. Khổ công làm lụng,
mưu cầu hạnh phúc,
thế nhưng hạnh phúc
biết có được chăng !
Gặp việc chắc chắn
tạo quả hạnh phúc,

làm sao có thể
không ưa thích làm ?

VII-65. Lạc thú giác quan
tựa như mật ngọt
trên đầu lưỡi dao,
người đời nếm vào
còn chưa biết đủ.
Hướng chi công đức
tạo quả an lạc,
làm sao có thể
thấy đủ cho được.

VII-66. Muốn làm xong việc,
thời phải bắt đầu
giống như là voi
giữa trời trưa nắng
gặp được ao trong
vội vã dầm mình.

VII-67. Bao giờ yếu mệt
thời phải buông nghỉ,
rồi lại bắt đầu.
Hay khi làm xong
phải biết buông nghỉ,
vì đây là việc
sẽ lại muốn làm.

VII-68. Như tướng ra trận
cùng địch so gươm,
gạt mọi nhất đâm
của kiếm phiền não,
nhanh nhọn tấn công,
chiến thắng kẻ thù.

VII-69. Đương khi lâm trận
lỡ tay rơi kiếm,
kinh hoàng sợ hãi
vội vã nhặt lên.
Tương tự như vậy,
chánh niệm lỡ rơi,
phải sợ ác đạo
mà lượm ngay về.

VII-70. Thuốc độc vào máu
sẽ lan toàn thân;
lỗi lầm có dịp
sẽ ngập tràn tâm.

VII-71. Như ôm trong tay
hũ dầu đầy ắp
đi trước lưỡi gươm,

sẽ không dám rơi
dù chỉ một giọt.
Người tu phải nên
thận trọng như vậy.

VII-72. Như rắn chạm chân,
lập tức hất ra.
Tương tự như vậy,
nếu tâm trì trệ,
buồn ngủ, hôn trầm,
phải mau chặn đứng.

VII-73. Mỗi khi phạm lỗi,
phải tự trách mình,
cương quyết lập tâm
để không tái phạm.

VII-74. Ở trong mọi lúc,
trong mọi hoàn cảnh,
sao cho chánh niệm
thành thói quen đây ?
Nghĩ rằng tôi sẽ
cầu gặp đạo sư,
làm theo tất cả
việc làm thích đáng.

VII-75. Để đủ sức mạnh
trong mọi việc làm,
hãy nhớ lời dạy
về bất phóng dật,
nhẹ nhàng khởi công.

VII-76. Như sợi tơ bông
nhẹ bồng trong gió,
để mình phát phối
nhẹ giữa niềm vui,
thời có việc gì
lại không làm được.

/ HẾT CHƯƠNG 7 /

|| Đọc Tiếp Chương 8 >>>

- Trang Đầu - Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỔ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỔ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬT
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- **Chương Tám: HẠNH ĐỊNH**
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Chương Tám: HẠNH ĐỊNH

VIII-1. Tu tinh tấn rồi
hãy chuyên tu định.
Để tâm tán loạn
thời nanh phiến não
nhất định rơi vào.

VIII-2. Nếu cả thân tâm
đều giữ cách ly
thì không thể nào
sinh tâm tán loạn.
Cần lìa xa mọi
bận tâm thế tục,
dứt bỏ tất cả
loạn tưởng vọng tâm.

VIII-3. Bận tâm thế tục
rất khó xa lìa,
vì luyến người thân
và tham danh lợi,
đây là điều nên
từ bỏ trước hết,
kẻ trí vẫn thường
làm theo như vậy.

VIII-4. “Quán đi với chỉ,
phát hủy nhiễm tâm.”
Hiểu điều này rồi,
trước tiên tu chỉ,
có được là nhờ
vui vẻ lìa xa
bận tâm thế tục.

VIII-5. Chính bản thân mình
vốn đã vô thường,
lại còn mê luyến
những kẻ vô thường.
Mai sau dù có
tái sinh ngàn lần,
cũng chẳng cách nào
gặp được người thân.

VIII-6. Không gặp người thân
thời tâm không vui,
và không thể nào
trú ở nơi định;
cho dù có gặp
tâm cũng chẳng nguôi,
cũng vẫn khốn khổ,
đòi hỏi, đợi chờ.

VIII-7. Để tâm mòn mỏi
mê luyến người thân,
thời không thể thấy
đúng như sự thật;
tâm chán sinh tử
rồi sẽ đánh mất;
rốt lại khổ lụy
cùng cực đốn đau.

VIII-8. Bao nhiêu tâm trí
dồn cho người thân,
thời gian thấm thoát
trôi trong vô nghĩa.
Vì chút tình thân
ngăn ngủi không bền
mà pháp trường tồn
lại không giữ được.

VIII-9. Đeo đuổi những việc
phàm phu ấu trĩ,
chắc chắn ác đạo
sẽ phải rơi vào,
sẽ khiến cho ta
xa lìa thiện pháp,
phàm phu ấu trĩ
gần gũi làm chi ?

VIII-10. Mới đang là bạn
thoắt biến thành thù,
vui vẫn chuốc oán,
phàm phu ấu trĩ
chẳng thể làm sao
khiến họ vừa lòng.

VIII-11. Khuyên điều lợi ích
họ giận không nghe,
ngược lại muốn tôi
lìa xa điều thiện.
Những lời họ bảo
nếu chẳng làm theo,
họ liền nổi sân
đọa sinh ác đạo.

VIII-12. Ai hơn thì ganh,
bằng thì cạnh tranh,
thua thì khinh mạn,
khen thì tự đại,
nghe chê thì lại
đùng đùng nổi sân.
Ấu trĩ như vậy,
chơi thân làm gì ?

VIII-13. Thân gần với kẻ
phàm phu ấu trĩ,
mọi điều bất thiện
chắc chắn phát sinh:
tự tôn, tự đại,
kiêu mạn, khinh người,
luận việc thế tục
mê mải không thôi.

VIII-14. Giao du như vậy
liệu có ích gì ?
Rốt lại chỉ toàn
bất hạnh mà thôi.
Họ chẳng mang điều
lợi ích cho tôi,
tôi cũng chẳng mang
lợi ích cho họ.

VIII-15. Vậy hãy lánh xa
phàm phu ấu trĩ,
mỗi khi gặp mặt
vui vẻ cười chào,
nhưng không trở nên
quá đổi thân mật,
cung cách lịch sự
như người bình thường.

VIII-16. Chỉ nhận lấy điều
lợi cho chánh pháp,
như con ong mật
mà hút nhụy hoa.
Chẳng ai là người
thân thiết với ta,
ai cũng như người
mới vừa gặp mặt.

VIII-17. “Nhưng tôi là kẻ
giàu sang danh vọng,
có biết bao người
rất mực quý tôi.”
Nếu giữ cái tâm
tự tôn như vậy,
sau khi chết rồi
xiết bao kinh hãi !

VIII-18. Tâm vì mê muội
tham chấp đủ điều.
Cứ mỗi niệm tham
phát sinh nổi khổ
ngàn lần lớn hơn.

VIII-19. Vì vậy kẻ trí

chẳng hề luyến tham.
Bởi vì tham luyến
mà sinh sợ hãi,
tìm cầu bao nhiêu
rồi cũng trôi tan,
tâm nên vững vàng
tư duy như vậy.

VIII-20. Có biết bao người
nhiều tiền lắm của,
lại biết bao người
danh vọng vẻ vang,
rồi ôm danh lợi
một mớ hành trang
mà đi về đâu,
nào ai có biết !

VIII-21. Được khen đã sao ?
đâu có gì vui ?
Còn biết bao người
chê bai chỉ trích.
Bị chê đã sao ?
đâu có gì buồn ?
Còn biết bao người
nghĩ tốt cho tôi.

VIII-22. Mỗi người mỗi ý,
cả đức Thế tôn
cũng chẳng thể khiến
thế gian vừa lòng,
hướng chi là kẻ
tội nghiệp như tôi.
Vậy hãy để tôi
lìa xa thế tục.

VIII-23. Nghèo thì khinh thị,
giàu thì chê bai,
làm sao có thể
có chút gì vui
khi gần những kẻ
khó chơi như vậy.

VIII-24. Như lai nói rằng:
"Phàm phu ấu trĩ
chẳng phải bạn lành."
Họ có bao giờ
xử tốt với ai,
nếu chẳng phải vì
lợi riêng cho họ.

VIII-25. Vào rừng sống cùng
chim muông cây cỏ,

không còn nghe nữa
tiếng lời thị phi,
đây mới thật là
bạn hiền chân thật.
Bao giờ tôi mới
đi vào rừng sâu ?

VIII-26. Bao giờ tôi mới
đoạn lìa tất cả,
sống trong hang đá,
hay nơi miếu hoang.
Hay là ngồi xuống
ở dưới gốc cây,
quyết không bao giờ
quay đầu trở lại.

VIII-27. Bao giờ tôi mới
sống giữa thiên nhiên,
một vùng mệnh mông
không ai làm chủ.
Tự ý tới lui,
tự do đi, ở,
không gì câu thúc,
không chút buộc ràng.

VIII-28. Bao giờ tôi mới
sống không âu lo,
vỗ vện bình bát
cùng vài vật dụng,
khoát lớp áo rách
không ai thềm mặc,
và cũng chẳng cần
nơi chốn che thân.

VIII-29. Vào bãi tha ma,
bao giờ tôi mới
nhìn lại thân mình,
so với xương trắng
chất thành đồng kia,
bản chất hư hoại
thật ra chẳng khác.

VIII-30. Thân thể này đây
rồi sẽ hư rửa,
nồng nặc bốc mùi
cực kỳ hôi thối,
đến cả sói lang
cũng chẳng dám gần.
Thân này thật sự
chỉ thế mà thôi.

VIII-31. Cho dù sinh ra

trông thật vẹn toàn,
nào thịt, nào xương,
kết thành đời sống,
nhưng sẽ có ngày
tất cả rã tan.
Thân còn như vậy,
hưởng chi bằng hữu.

VIII-32. Làm thân con người
một mình vào đời.
Đến khi lìa đời
cũng một mình thôi.
Nào có ai người
chia sẻ nỗi đau.
Bằng hữu mà chi,
chỉ càng thêm vướng.

VIII-33. Tựa khách viễn du
trên con đường dài,
bước vào quán trọ
làm chốn nghỉ chân.
Khách trần viễn du
luân hồi sinh tử,
lấy kiếp tái sinh
làm nơi ở trọ.

VIII-34. Vậy thì trước khi
có bốn kẻ đến
khuôn xác tôi đi
giữa tiếng khóc than,
hãy để cho tôi
vào rừng trú ẩn.

VIII-35. Hãy để tôi sống
lặng lẽ một mình,
không ai làm bạn,
không ai oán thù.
Tất cả xem tôi
như người đã chết,
đến khi lìa đời
không kẻ tiếc thương.

VIII-36. Không có một ai
khóc than tràn lệ
khiến tôi xao xuyến;
cũng chẳng có ai
khiến tâm tán loạn
mất chánh niệm Phật
cùng với pháp tu.

VIII-37. Hãy để tôi sống
đơn độc một mình.

Rừng xanh tươi đẹp
ít phiền, nhiều vui.
Bao nhiêu tán tâm
đều thanh tịnh cả,

VIII-38. cho tôi buông hết
bao mong cầu khác,
chuyên tâm nhắm đến
chỉ một nguyện thôi:
cố gắng làm sao
giữ tâm an tĩnh,
tu tập thiền chỉ
để mà thuần tâm.

VIII-39. Đời này, kiếp sau
ái dục sinh họa.
Kiếp này sinh cảnh
chém, giết, tù đày.
Kiếp sau sinh cảnh
địa ngục, đau thương.

VIII-40. Ráo riết cậy nhờ
ông tơ bà nguyệt,
tới lui mai mối
kết chỉ se duyên.
Chỉ vì nữ sắc,
việc ác không chừa,
tiếng nơ không sợ,

VIII-41. mọi cảnh nguy hiểm
đều chẳng từ nan,
kể cả tài sản
cũng đều không tiếc,
chỉ để đổi lấy
đôi chút ngất ngây,
ấp ủ trong tay
tắm thân ngà ngọc.

VIII-42. Thật ra chỉ là
cả một túi xương.
Nào phải tự khởi,
nào có tự tánh,
sao đây lại là
điều người luyến ái ?
hương quả niết bàn
chẳng tốt hơn sao ?

VIII-43. Khó khăn biết bao
mới được vén khăn,
nâng lên khuôn trắng
e ấp thẹn thùng.
Dung mạo xưa nay

dấu sau khăn phủ,
bất kể thế gian
có nhìn hay không.

VIII-44. Mong đợi biết bao !
Khao khát biết bao !
Nay khuôn mặt này
kên kên vạch khăn
cho người nhìn ngắm,
sao người hoảng chạy ?

VIII-45. Xưa có ai nhìn
là người không vui,
sùng sục nổi ghen,
vội vàng che dấu.
Nay sao chẳng hề
ra tay bảo vệ
người yêu thành mối
cho loài kên kên ?

VIII-46. Một đồng thệ này
chim kên rửa rói,
thử hỏi khi trước
vất vả mà chi,
mang bao vòng hoa,
trầm hương, châu ngọc,
phí công trang điểm
làm mối cho chim !

VIII-47. Thử hỏi mà xem,
đồng xương người chết
dù chẳng cử động,
người vẫn hoảng sợ.
Vậy sao không sợ
tử thi biết đi ?

VIII-48. Xương bọc thịt da
thì người yêu dấu,
nay trần xương trắng
người lại không ham.
Bây giờ lại nói
thôi không cần nữa.
Nhưng mớ xương bọc
lại thích ái ân.

VIII-49. Phân và nước miếng
đến từ thức ăn,
vậy sao nước miếng
người lại đề mê,
còn phân thì lại
chê là gớm ghiếc ?

VIII-50. Gối bông mềm mại,
nhưng người nào muốn
cùng gối giao tình.
Lại còn nói là
thân người không hôi.
Điền đảo vì tình,
chẳng còn phân biệt
đâu là thanh tịnh.

VIII-51. Cảm xúc dịu êm,
chiếc gối bông mềm,
nhưng vì dục tình
khiến cho mê muội,
chẳng thể cùng gối
mở cuộc giao hoan,
đến nỗi cuồng điên
hận cả chiếc gối.

VIII-52. Không thích của dơ,
lại ôm trong lòng
cả một túi xương,
cột bằng bắp thịt,
bọc mớ thịt bùn.

VIII-53. Chính thân người đây
đều là của bẩn,
ngụp lặn chưa đủ,
vốn đã sợ dơ
lại còn đèo thêm
một túi dơ khác.

VIII-54. Người bảo “nhưng mà
tôi thích thịt da
để mà vuốt ve,
để mà nhìn ngắm.
Nhưng sao người lại
chẳng hề ưa thích
nếu thịt da kia
vô tri không hồn ?

VIII-55. Hay điều người thích
chính là cái tâm ?
Thế nhưng cái tâm
làm sao có thể
vuốt ve, nhìn ngắm ?
Có thể sờ, ngắm,
thì nhất định là
chẳng phải cái tâm.

VIII-56. Thân của người khác
dơ bẩn thế nào,
không thấy thì thôi,

cũng chưa mấy lạ,
nhưng thân của mình
toàn là của bản
mà không tự thấy
mới thật lạ kỳ !

VIII-57. Tại sao tâm này
chạy theo của bản ?
Chẳng để mắt đến
đóa sen tinh khôi
giữa trời nắng mới,
mà lại vui thú
với túi phân người ?

VIII-58. Chỗ nào trét phân
người nào muốn rời,
nhưng người lại thích
sờ mó tấm thân,
từ đó sinh ra
đủ thứ dơ bẩn.

VIII-59. Chẳng thích của bản
mà lại ôm ấp
tấm thân chui ra
từ chỗ dơ bẩn,
kết tụ từ những
hạt giống dơ bẩn.

VIII-60. Dòi sinh từ phân
người nào ưa thích,
vậy mà ưa thích
thân xác người yêu,
vốn cũng sinh ra
từ nơi dơ bẩn,
và vốn chứa đựng
đầy tràn của dơ.

VIII-61. Của dơ thân mình
không gớm đã đành,
lại còn khát khao
một túi bản khác.

VIII-62. Nếu cho vào miệng
nhai xong lại nhỏ,
thì món thanh tịnh
cơm trắng, rau xanh,
cũng sẽ trở thành
rác dơ mặt đất.

VIII-63. Điều hiển nhiên này
nếu vẫn chưa tin,
hãy thử bước ra

nghĩa trang mà nhìn
xác chết hôi thối
vất nằm nơi đó.

VIII-64. Thử lột da ra,
nhìn lại mà xem,
có phải sẽ làm
hồn kinh phách tán ?
Những điều như vậy
làm sao có thể
tạo nguồn khoái cảm ?

VIII-65. Mùi hương trên da
chỉ là dầu xoa,
nào có phải là
hương thơm thân thể.
Làm sao có thể
nghe mùi hương này
mà lại tơ tưởng
đến tấm thân kia ?

VIII-66. Đã thích mùi thơm
cớ sao lại thích
thân xác người tình
bốc toàn mùi hôi.
Người cõi thế gian
thích điều vô lý.
Vì sao lại thích
tắm hương thân thể ?

VIII-67. Huống chi trầm hương
đâu phải hương người.
Sao mùi hương gỗ
lại gợi dục tình
với điều gì khác ?

VIII-68. Nếu để tự nhiên,
thân thể trần truồng,
tóc móng lê thê,
răng vàng hôi thối
thật đáng kinh hãi.

VIII-69. Nhưng tôi đây lại
cố công trau chuốt,
như mài vũ khí
tự đâm chính mình.
Toàn cõi thế gian
rối loạn điên cuồng,
chỉ vì nỗ lực
của người u mê.

VIII-70. Xương chất nghĩa trang,

ngươi nhìn thấy sợ.
Lại tìm khoái lạc
nơi thành phố chết,
giao du với toàn
tử thi biết đi.

VIII-71. Mớ túi phân kia
nào phải miễn phí.
Giá trả thật đắt:
kiếp này kiệt quệ,
kiếp sau địa ngục
trăm luân khổ đau.

VIII-72. Khi còn thơ ấu
chẳng thể có tiền,
đến tuổi thanh niên
bận rộn đủ việc,
bao nhiêu thời gian
lo toan lập nghiệp,
đến lúc về già
ân ái còn đâu.

VIII-73. Có kẻ mặc dù
sung mãn ái dục,
nhưng cả ngày trời
vất vả mưu sinh,
cuối ngày trở về
kiệt quệ mệt mỏi,
nặng nề giấc ngủ
như một thầy ma.

VIII-74. Có người lại phải
phương xa lập nghiệp,
khổ đau cách biệt,
khoắt khoải nhớ thương,
cứ vậy nhiều năm,
vợ con không gặp.

VIII-75. Có kẻ cầu lợi
mà chẳng biết cách,
nên gửi bán thân,
hạnh phúc mất hết,
không còn tự chủ,
trôi nổi dạt dờ
theo ngọn gió nghiệp.

VIII-76. Có kẻ thân mình
cũng mang ra bán,
chịu cảnh nô lệ
khốn khổ bản hàn.
Vợ sanh con dưới
gốc cây hoang vu

đều hiu gió lộng.

VIII-77. Có kẻ ngu xuẩn,
mặc dù sợ chết,
vẫn lập sự nghiệp
bằng cách đầu quân.
Tướng sẽ vinh quang,
ngờ đâu rơi cảnh
nô lệ buộc ràng.

VIII-78. Có kẻ chỉ vì
chạy theo ham muốn
mà bị cắt, xẻ,
đóng cọc, dao đâm,
hay bị lửa đốt.

VIII-79. Khổ vì gây dựng,
vì giữ, vì mất:
tài sản vốn là
khổ nạn triền miên.
Để tâm tán loạn
luyện tham tài sản,
thời chẳng cơ hội
thoát khổ luân hồi.

VIII-80. Vì nhiều ham muốn
nên nhiều vất vả,
nhưng mà kết quả
lại chẳng bao nhiêu.
Giống như loài trâu
khuân vác cực nhọc,
cũng chỉ được cho
vài ba năm cỏ.

VIII-81. Thật chẳng đáng gì,
chẳng phải quý hiếm,
cả loài thú vật
cũng biết tìm ra.
Vậy mà phải đổi
bằng bao thiện nghiệp,
phí uổng thân người
tự tại, thuận duyên
cực kỳ quý hiếm.

VIII-82. Những điều ham muốn
rồi cũng sẽ mất.
Vậy mà vì tham,
đọa rơi địa ngục,
chịu bao khổ lớn,
chỉ vì lợi nhỏ.

VIII-83. Chỉ một phần triệu

nỗ lực này thôi
cũng đủ để tôi
đạt quả vị Phật.
Người ta vì tham
chịu bao cực khổ,
vất vả còn hơn
cả bậc chân tu.
Thế nhưng quả Phật
lại không thể có.

VIII-84. Thử nghĩ mà xem
hết thấy khổ đau
địa ngục, ác đạo,
biết bao khổ nạn
lửa, độc, bùa chú,
hay là kẻ thù,
cũng chẳng thể nào
sánh với nạn tham.

VIII-85. Tham dục tôi đã
mỏi mòn chán ngán,
nay muốn quay về
vui hạnh cách ly.
Giữa rừng hoang vắng
an vui thanh tịnh,
lìa xa hết thấy
phiền não thị phi.

VIII-86. Bước cùng những tảng
đá cao chất ngất,
ánh trăng thanh mát
ngào ngạt trầm hương.
Gió rừng yên ả
cùng tôi thả gót,
thong dong quán chiếu
về chuyện lợi sinh

VIII-87. Rồi trong hang núi,
hay dưới gốc cây,
hay là nhà hoang,
tha hồ trú ở.
Khỏi cần vất vả
đau đáu canh chừng,
ung dung thanh thản
thoát mọi âu lo.

VIII-88. Chẳng chút luyến tham,
không ai buộc ràng,
an nhiên tự tại,
ít muốn nhiều vui.
Cảnh này Đế Thích
dù có tìm cầu,

cũng vẫn khó lòng
tìm cho ra được.

VIII-89. Cứ thế chiêm nghiệm
về hạnh cách ly,
quét tan hết thủy
nhiễm tâm vọng tưởng,
để rồi tu tập
phát bồ đề tâm.

VIII-90. Trước tiên quán pháp
bình đẳng chúng sinh:
ai chẳng như tôi
trong cơn vui, khổ ?
cho nên cần phải
bảo vệ người khác
như bảo vệ mình.

VIII-91. Dù tay khác chân
nhưng đều là thân,
cần phải giữ gìn.
Tương tự như vậy,
chúng sinh tuy khác,
thế nhưng vui buồn
đều cũng như tôi,
đều mong hạnh phúc.

VIII-92. Khổ đau của tôi,
đâu ai khác chịu,
chỉ mình tôi gánh,
đè nặng khó kham.
Là vì vướng vào
khái niệm chấp ngã,
nên lấy khổ này
gọi là của mình.

VIII-93. Khổ đau của người
tôi nào phải chịu,
thế nhưng nếu cũng
lấy làm của mình,
tự nhiên sẽ thấy
trừu nặng khó kham.

VIII-94. Cho nên khổ người
tôi sẽ quét sạch
như quét khổ mình.
Và tôi cũng sẽ
làm lợi khắp cả,
đều là hữu tình
cũng giống như tôi.

VIII-95. Tôi và hữu tình

đều cầu an lạc,
bình đẳng như nhau,
nào có gì khác ?
Vậy sao tôi lại
chỉ muốn tôi vui ?

VIII-96. Tôi và hữu tình
đều không muốn khổ,
bình đẳng như nhau,
nào có gì khác ?
Vậy sao tôi lại
chỉ cứu mình tôi ?

VIII-97. Nói rằng khổ người
chẳng hại đến tôi,
nên tôi chẳng cần
bận tâm che chở.
Nói vậy cần gì
lánh khổ tương lai,
vốn chẳng phạm đến
tôi trong hiện tại.

VIII-98. Ý nghĩ “nhưng tôi
là người chịu khổ !”
thật ra chỉ là
ý nghĩ sai lầm.
Là vì khi chết
là một người khác,
mà khi tái sinh
lại là người khác.

VIII-99. Nếu như nói rằng
“người nào chịu khổ,
người nấy tự lo.”
Vậy thì chân đau,
cần gì tay giúp ?

VIII-100. Lại rằng “đúng vậy
thật là vô lý,
chỉ do chấp ngã
huân tập mà thôi.”
Nếu nói như vậy
những điều vô lý
chấp ngã chấp tha
đều phải bỏ hết.

VIII-101. Cái được gọi là
một chuỗi, một nhóm,
như là tràng hạt,
hay là đội binh,
đều không thật có.
Vốn chẳng có ai

là người chịu đau,
vậy ai là chủ
của khổ đau này ?

VIII-102. Khổ đau không chủ
chẳng cần phân biệt.
Hễ có khổ đau
thì cần diệt khổ,
đâu cần xác định
[khổ này của ai]

VIII-103. “Nói vậy, cần gì
diệt khổ chúng sinh ?”
Lời này vô có.
Khổ mình muốn diệt
thì khổ đau người
cũng cần phải diệt.
Không lo khổ người
thì khổ đau mình
cũng chẳng cần lo.

VIII-104. Hỏi rằng “từ bi
khiến cho khổ ão.
Vậy sao lại cố
phát khởi làm gì ?”
Thật ra nếu ã
biết khổ luân hồi
thì khổ phát tâm
làm sao sánh nổi.

VIII-105. Chịu một khổ này
thay cho vạn khổ.
Ai có tâm từ
tự lợi, lợi tha,
nhất định sẽ vui
cam tâm gánh khổ.

VIII-106. Đức Diệu Hoa Nguyệt
biết vua sẽ giết,
nhưng vẫn cam tâm
chấp nhận khổ đau
cho biết bao người
diệt trừ khổ ão.

VIII-107. Tâm tu như vậy
thì vạn khổ người
đều luôn gánh vác,
sâu thăm ã ngục
hoan hỉ ã vào,
tựa như chim trời
sà xuống ãm sen.

VIII-108. Chúng sinh giải thoát
thì có phải là
được cả đại dương
an vui hạnh phúc ?
Chẳng đủ lắm sao ?
Còn chưa thấy thỏa ?
Nào đáng gì đâu
giải thoát riêng tôi ?

VIII-109. Vậy thì dù tôi
gánh vác chúng sinh,
cũng không thể nào
sinh tâm kiêu ngạo.
Lấy hạnh phúc người
làm quà cho mình,
chẳng hề chờ mong
thiện báo nào khác.

VIII-110. Chỉ chút thị phi,
tôi đã hết lòng
tự bảo vệ mình.
Tương tự như vậy,
bảo vệ hữu tình
bằng trọn tấm lòng
thương mến quan tâm.

VIII-111. Vì tâm mê muội
huân tập sâu dày,
nên tinh huyết người,
tôi lại xem là
chính bản thân tôi,
mặc dù tự nó
vốn không tự tánh.

VIII-112. Vậy thì tại sao
với thân người khác
lại chẳng thể thấy
đây cũng là mình ?
Và tại làm sao
chẳng thể xem mình
chính là người khác ?

VIII-113. Nay đã thấy được
rằng “ngã” là quấy,
thấy biển thiện đức
nằm ở nơi “tha,”
vậy xin buông hết
khuynh hướng ái ngã,
để mà huân tập
nơi lòng vị tha.

VIII-114. Đã thấy tay chân

đều là thân thể,
vậy sao chẳng thể
thấy khắp chúng sinh
đều là hữu tình
trong cùng cõi thế ?

VIII-115. Vì lực huân tập
mà nhìn thân này
lại khởi khái niệm
thấy đó là tôi.
Vậy sao không thể
khởi khái niệm tôi
với thân thể khác ?

VIII-116. Cho nên khi ta
làm lợi cho người,
cũng chẳng có gì
để mà khoe khoang.
Cũng giống như là
tự đút mình ăn,
chẳng hề khởi tâm
mong cầu hồi báo.

VIII-117. Khi gặp nghịch cảnh,
tôi luôn ra sức
gìn giữ cho mình.
Tương tự như vậy,
nay tôi tập quen
khởi lòng từ bi
gìn giữ chúng sinh.

VIII-118. Đức Quan Thế Âm
vì lòng từ bi,
tự mang tên mình
làm chốn hộ trì
cho khắp chúng sinh
thoát mọi sợ hãi
giữa chốn đông người.

VIII-119. Vậy đừng thoái chí,
cứ tập cho quen.
Có người ban đầu
nghe nhắc đến tên
tôi đã thấy sợ,
nhưng quen thân rồi,
tôi lại kém vui
khi phải xa cách.

VIII-120. Ai muốn chính mình
thành nơi nương dựa
của mình và người,
thì nên thâm nhập

diệu pháp kín mật
hoán chuyển ngã tha.

VIII-121. Vì tôi tham luyến
chấp bám thân này
mà việc cõn con
cũng gây kinh hãi.
Thân này sinh ra
biết bao sợ hãi,
sao chẳng ghét nó
như ghét kẻ thù ?

VIII-122. Cũng vì phải giữ
cho thân khỏi bệnh,
cho miệng khỏi đói,
cho cổ khỏi khô,
mà tôi sát hại
cá, chim, nai rừng,
rình rập bên đường
[Chờ dịp cướp bóc]

VIII-123. Vì lợi vì danh
có người thậm chí
giết cả mẹ cha,
cướp phẩm cúng dường,
tự đẩy mình vào
địa ngục vô gián.

VIII-124. Ai người có trí
lại muốn chiêu lòng
cung phụng tấm thân !
Lại chẳng thấy đây
chính là kẻ thù
rất đáng khinh miệt !

VIII-125. “Nếu cho ra rồi
còn gì để hưởng ?”
Đây chính là lời
ái ngã của quỉ.
“Nếu như giữ hết
còn gì để cho ?”
Đây chính là lời
vị tha của trời.

VIII-126. Vì thủ lợi mình
mà hại đến người,
sẽ phải đọa rơi
khổ đau địa ngục.
Vì lợi ích người
mà hại đến mình,
phước đức gặt hái
rực rỡ bao la.

VIII-127. Tranh lợi cho mình,
rốt lại đọa rơi
vào cõi ác đạo,
thấp kém, ngu muội,
vậy sao tôi chẳng
đổi thành lợi người
để sinh vào cõi
tôn vinh hạnh phúc ?

VIII-128. Ép người hầu mình
sẽ phải chịu cảnh
nô lệ tôi đòi.
Hiến mình hầu người
thì sẽ có được
địa vị, quyền uy.

VIII-129. Hết thấy hạnh phúc
trong cõi thế gian
đến từ nơi tâm
cầu lợi cho người.
Hết thấy khổ nạn
trong cõi thế gian
đến từ ham muốn
thủ lợi riêng mình.

VIII-130. Phàm phu ấu trĩ
thủ lợi riêng mình,
còn chư Phật đà
luôn vì lợi tha.
Khác biệt ra sao
có cần phải nói ?

VIII-131. Không đổi vui mình
để lấy khổ người,
thì vô thượng giác
sẽ không thể đạt,
trôi trong sinh tử
không chút niềm vui.

VIII-132. Đừng nói đời sau,
ngay cả kiếp này
cũng không trọn vẹn.
Kẻ dưới thì luôn
biếng lười trốn việc,
chủ trên thì lại
trốn trả tiền lương.

VIII-133. Bao nhiêu niềm vui
đời này kiếp sau,
bao la rạn vỡ
đều vất bỏ hết.
Nào tôi có ngờ !

vì bởi vô minh
tổn hại hữu tình
mà tự chuốc lấy
khổ nạn triền miên.

VIII-134. Bao nhiêu thương tổn
trong cõi thế gian,
bao niềm sợ hãi,
bao nỗi đớn đau,
đều đến từ tâm
vô minh chấp ngã.
Thứ quý dữ này
giữ lại làm chi ?

VIII-135. Không triệt bỏ đi
thì bao khổ đau
chẳng thể tận diệt.
Lửa chẳng tắt đi
thì chẳng làm sao
khỏi bị đốt cháy.

VIII-136. Muốn mình thoát khổ
và diệt khổ người,
nên tôi mang thân
dâng cho người khác,
và trân quý người
như quý bản thân.

VIII-137. Nay tâm tôi ơi
hãy nên đoan chắc
rằng nay tôi đã
tùy thuộc nơi người.
Ngoài tâm vị tha
bây giờ không thể
có tâm nào khác.

VIII-138. Mắt này, tai này,
cùng các giác quan,
nay đã trở thành
sở hữu người khác.
Dùng riêng cho tôi
không được nữa rồi.
Hưởng chi là dùng
chống lại chủ nhân.

VIII-139. Hữu tình từ nay
trở thành trọng yếu.
Thân này có gì
đều hãy cướp sạch
đưa cho hữu tình
hưởng dụng tùy nghi

VIII-140. Lấy cảnh của người
thấp, bằng, hay cao,
đổi thành của tôi.
Và đổi cảnh tôi
thành của người khác.
Dẹp hết tán tâm
để mà quán chiếu:
khởi tâm ganh tị,
cạnh tranh, kiêu căng

VIII-141. Hấn được tôn vinh,
còn tôi cùng đing,
không giàu như hấn,
không chút tài sản.
Người ta kính hấn
mà khinh miệt tôi.
Hấn sống an vui,
tôi khổ cay đắng.

VIII-142. Tôi phải làm lụng,
còn hấn ngồi không.
Ai cũng biết hấn
là bậc vĩ đại.
Ai cũng biết tôi
là kẻ bất tài.

VIII-143. Khoan đã ! Sao lại
là kẻ bất tài ?
Thật ra tôi cũng
được chút điều hay.
So với người này
thì tôi thấp kém,
nhưng với người kia
tôi vẫn trội hơn.

VIII-144. Giới, kiến sa đọa,
nhưng phải đâu là
lỗi ở nơi tôi.
Tôi chỉ là bị
nhiễm tâm quấy phá.
Hấn giỏi sao không
cứu nạn dùm tôi.
Hấn mà cứu tôi,
khổ đau cỡ nào
tôi cũng cam chịu.

VIII-145. Nhưng hấn có hề
muốn cứu tôi đâu.
Sao lại nhìn tôi
xem thường khinh miệt ?
Thiện đức mà hấn
kiêu ngạo biết bao,

đối với tôi đây
phỏng có ích gì ?

VIII-146. Không chút đả thương
cho kẻ trôi lặn,
lạc chốn hung hiểm
cùng tận ác đạo.
Vậy mà ra vẻ
ung dung đạo đức,
còn muốn sánh vai
với bậc thánh nhân !

VIII-147. Hấn với tôi đây
cùng chung địa vị.
để thắng được hấn,
tôi không từ nan,
chiếm đoạt tài sản,
tiếng tăm, danh vọng.

VIII-148. Bằng đủ mọi cách
tôi sẽ làm cho
khắp cả thế gian
biết tôi tài giỏi
và sẽ khiến cho
tài năng của hấn
vĩnh viễn vùi chôn.

VIII-149. Lỗi tôi, tôi dẫu.
Tôi, chẳng phải hấn,
được người cung phụng.
Tôi, chẳng phải hấn,
được hưởng lợi danh.
Tôi, chẳng phải hấn,
được đời ca tụng.

VIII-150. Tôi sẽ thích thú
khi hấn đọa rơi ;
sẽ biến hấn thành
trò cười thiên hạ,
để cho thế gian
dèm pha chế diễu.

VIII-151. Người ta nói rằng
kẻ vô minh này
ganh đua với tôi.
Học rộng, thông minh,
tướng mạo, tài sản,
làm sao có thể
sánh bằng tôi đây.

VIII-152. Mỗi khi thiên hạ
cất lời khen tôi,

tiếng thơ lưng vang
ở khắp mọi nơi,
lòng tôi rúng động,
niềm vui tê dại,
rợn cả lông tóc,
thỏa mãn đầy tràn.

VIII-153. Cho dù hẳn có
được chút tài sản,
nhưng hẳn là người
giúp việc cho tôi,
tôi để cho hẳn
vừa đủ nuôi thân,
dư được chút nào,
tôi dùng quyền uy
mà tước đoạt cả.

VIII-154. Hạnh phúc của hẳn,
tôi sẽ phá tan.
Làm cho tan hoang,
luôn gây tổn hại.
Đó là vì hẳn
ở trong sinh tử
đã từng trăm lần
gây hại cho tôi.

VIII-155. Tâm của tôi ơi,
từ vô lượng kiếp
vì muốn thủ lợi
đã quá mỗi mòn,
chỉ để chuốc lấy
toàn là bất hạnh.

VIII-156. Vậy thì giờ đây
hãy nên cương quyết
dốc tâm dồn sức
hướng về lợi tha.
Phật luôn là người
nói đúng sự thật.
Tôi nên ghi nhớ
lợi ích pháp này.

VIII-157. Nếu trong quá khứ
tùng tu như vậy,
chắc chắn hôm nay
quả Phật đại lạc
không thể chưa thành.

VIII-158. Vì vậy, cũng như
tôi đã từng lấy
tinh huyết của người
mà thấy là mình,

bây giờ cứ hãy
lấy khắp hữu tình
làm chính bản thân.

VIII-159. Hãy vì người khác
mà canh chừng mình.
Thân có được gì
hãy cướp sạch cho
chúng sinh hưởng dụng.

VIII-160. Tôi được an vui,
người khác thống khổ.
Tôi cảnh cao sang,
người khác thấp hèn.
Tôi được nâng đỡ,
còn người đơn chiết.
Vậy sao tôi chẳng
hờn ghen chính mình ?

VIII-161. Hạnh phúc tôi nay
mang ra cho hết,
khổ đau người khác
tôi sẽ ôm về.
Chất vấn lỗi mình,
canh chừng nghiêm ngặt
xem đang làm gì !

VIII-162. Khi người phạm lỗi
tôi sẽ nhận về
chịu lời quở mắng ;
còn tôi làm sai
dù chỉ mảy may
cũng sẽ phát lộ
cho khắp mọi người.

VIII-163. Danh tiếng của người
tôi sẽ thăng hoa
để cho cao trội
vượt quá danh tôi.
Như kẻ thấp hèn
làm thân ở đợ,
tôi đây phục dịch
cho khắp chúng sinh.

VIII-164. Cái ngã này đây
vốn đầy lầm lỗi,
ngẫu nhiên có được
đôi chút điều hay
thì chớ ngợ khen,
hãy chôn dấu kỹ
đừng cho ai biết.

VIII-165. Hết thấy khổ nạn
mà vì lợi riêng
tôi hại hữu tình,
nay xin hết thấy
đổ về nơi tôi.
Xin vì hữu tình
một mình tôi chịu.

VIII-166. Đừng để lộng quyền,
khinh thường, kiêu mạn,
mà hãy giống như
cô dâu mới cưới,
rụt rè, kín đáo,
e thẹn, ngại ngẩn.

VIII-167. Làm như thế này,
giữ như thế kia,
việc ấy liệu hồn
chớ nên xâm phạm.
Tự quản thúc mình
gắt gao như thế,
nếu lỡ vi phạm
phải quất phạt ngay.

VIII-168. Đã bảo như vậy
nếu chẳng chịu nghe,
này tâm ta ơi,
chính từ nơi người
sinh bao việc ác,
nên phải nghiêm khắc
trừng phạt nặng tay.

VIII-169. Khi xưa người cứ
tha hồ hại ta.
Thuở đó đã xa,
không còn thế nữa.
Nay ta đã thấy !
Người liệu trốn đâu ?
Ta đập cho người
Chừa thói kiêu mạn

VIII-170. Hễ vừa khởi tâm
thủ lợi cho mình,
phải ngay tức thì
dẹp bỏ hết đi.
Người đã mang thân
bán cho người ta,
chớ khá than van,
lo mà làm việc.

VIII-171. Là vì nếu ta
lỡ tâm sẩy ý,

không mang người ra
cống hiến cho người,
thì nhất định là
người sẽ bắt ta
giao cho ngục tốt,
trăm luân địa ngục.

VIII-172. Đã biết bao lần
người phản bội ta,
đã biết bao đời
ta triển miên khổ,
nay ký ức ta
tràn đầy oán hận,
nhất định hủy diệt
quân ngã ái này.

VIII-173. Bao giờ muốn vui
thì đừng khi nào
vui cho riêng mình.
Tương tự như vậy,
bao giờ bảo vệ
thì phải luôn là
bảo vệ người khác.

VIII-174. Thân thể này đây
hễ càng nuông chiều
nó càng đổ đốn,
ương hèn, cấu kính.

VIII-175. Để rơi cảnh này,
dù được mọi sự
trên toàn mặt đất
cũng chưa toại lòng.
Nỗi ái dục này
lấy gì thỏa mãn ?

VIII-176. Vì không thỏa mãn
tâm loạn, không vui.
Còn với những ai
tâm không mong cầu
thời nguồn phước đức
vô biên không cạn.

VIII-177. Vậy đừng bao giờ
cho phép thân thể
tăng nỗi khát khao.
Những món tầm thường
không ai thèm muốn,
đó mới thật là
món đồ hữu dụng.

VIII-178. Thân thể này đây

chỉ là tro bụi,
không thể cử động,
chờ người khuân đi,
xấu xí, thối tha,
sao tôi lại xem
đây là chính mình ?

VIII-179. Sống hay là chết
có khác gì đâu.
Bộ máy này đây
liệu có ích gì ?
So với cục đất
thật ra không khác.
Tôi ơi, sao chẳng
vất lòng kiêu hãnh ?

VIII-180. Vì cung phụng nó
mà tôi phải chịu
khổ đau vô lý.
Bao nhiêu mong cầu,
bao nhiêu chán ghét,
chẳng qua chỉ vì
một khúc gỗ khô.

VIII-181. Dù là nướng chiếu,
hay để chim gặm,
thân chẳng hề vui,
cũng không hề ghét.
Cần gì tôi phải
vất vả nâng niu ?

VIII-182. Bị chê chẳng giận,
được khen chẳng vui,
dù khen hay chê,
thân nào hay biết.
Cần gì tôi phải
nhọc công giữ gìn.

VIII-183. Nếu như nói rằng
nâng niu là để
cho bạn tôi vui.
Thế nhưng bạn tôi
với thân của họ
đều cảm thấy thích,
vậy sao tôi lại
chẳng thấy vui cùng ?

VIII-184. Hãy cởi luyến tham
để mang thân ra
làm lợi cho người.
Dù nhiều khuyến điếm
vẫn phải giữ gìn

để làm dụng cụ.

VIII-185. Ấu trĩ bấy nhiêu
đã đủ lắm rồi.

Nay nguyện noi theo
gót chân bậc giác,
nhớ kỹ lời dạy
về bất phóng dật,
quyết tâm quét hết
trì trệ hôn trầm.

VIII-186. Như chư trưởng tử
của đấng Phật đà
vô vàn từ bi,
nay tôi nguyện xin
gánh vác tất cả,
làm việc cần làm.
Nếu không cố gắng
nỗ lực ngày đêm,
biết đến bao giờ
khổ đau mới dứt ?

VIII-187. Vậ để phá tan
hết mọi che chướng,
tôi phải đưa tâm
thoát lối mê lầm.
luôn luôn giữ tâm
ở nơi đề mục,
nhập định tối hảo,
liên tục không ngưng.

/ HẾT CHƯƠNG 8 /

|| Đọc Tiếp Chương 9 >>>

- Trang Đầu - Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬT
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- **Chương Chín: HẠNH TUỆ**
- Chương Mười: HỒI HƯỚNG

Chương Chín: HẠNH TUỆ

Ghi chú người dịch: Xin lưu ý chữ “*không thật có*” ở đây có nghĩa là “*không hiện hữu có tự tánh dị biệt.*” Trung Quán không hề phủ nhận sự vật thật có qua duyên sinh và giả danh.

IX-1. Đức Mâu Ni thuyết:

mọi hạnh tu này,
mục đích là để
hướng về hạnh tuệ.
Vậy muốn diệt khổ
thì phải phát tuệ.

IX-2. Tướng là tục đế.

Tánh là chân đế.
Hai chân lý này
gọi là nhị đế.
Chân đế không là
đối tượng của tâm,
vì tâm ứng với
cảnh hiện tục đế.

IX-3. Cho nên thế gian

có hai loại người:
một là hành giả,
hai là phàm phu.
Tri kiến hành giả
phá bỏ hết thấy
tri kiến phàm phu.

IX-4. Tri kiến hành giả

cũng có thấp cao,
bậc trên phá bỏ
tri kiến bậc dưới.
Dựa vào tỉ dụ
hai bên đều nhận.
Muốn đạt kết quả
thì không quán chiếu.

IX-5. Đối với sự vật,

phàm phu tiếp cảnh
luôn thấy thật có,
chẳng phải hư vọng.
Điểm này hành giả
khác với phàm phu.

IX-6. Mặc dù thấy sắc,

nhưng đây chỉ là
cái thấy qui ước,
chẳng phải chân thật.
Cũng là hư vọng
như [thân] bất tịnh

mà người thế gian
đều thấy là tịnh.

IX-7. Để giúp người đời
dễ dàng hội nhập,
nên Phật nói rằng
sự vật thật có.
Thật ra chân đế
vốn không phải là
sát na sinh diệt.
Hỏi: “vậy chẳng lẽ
sát na sinh diệt
lại là tục đế ?”

IX-8. Điều này không sai:
sát na sinh diệt
là cảnh tục đế
của bậc hành giả ;
đối với thế gian
lại là chân đế.
Bằng không hành giả
thấy thân bất tịnh,
sẽ bị tri kiến
thế gian phá bỏ.

IX-9. Công đức đến từ
đức Phật hư huyền,
so với công đức
từ Phật thật có,
đều là như nhau.
Hỏi: “nếu chúng sinh
chỉ là hư huyền,
vậy khi chết rồi
làm sao tái sinh ?”

IX-10. Duyên còn hội tụ
thì cảnh huyền còn,
cho dù kéo dài
bao lâu chẳng nữa,
cũng đâu vì vậy
mà thành thật có.

IX-11. Giết kẻ hư huyền
sinh từ huyền thuật
thì không tạo nghiệp,
vì nào có tâm.
Thế nhưng chúng sinh
vốn mang tâm huyền,
cho nên phước nghiệp
vẫn sẽ phát sinh.

IX-12. Bùa chú không thể

tạo ra tâm huyễn.
Từ vạn nhân duyên
sinh vạn cảnh huyễn.

IX-13. Chưa từng có chuyện
chỉ từ một nhân
mà sinh nhiều cảnh.
Hỏi: “nếu chúng sinh,
nhìn từ chân đế,
vẫn trú niết bàn,
nhưng trong tục đế
lại trú sinh tử,

IX-14. nói vậy vô lễ
Phật cũng luân hồi ?
Vậy hạnh bồ tát
tu để làm chi !”
Thật ra nhân duyên
nếu chưa đoạn lìa
thì chẳng thể nào
đoạn lìa huyễn ảo.

IX-15. Còn nếu nhân duyên
hết thấy đoạn lìa
thì cho dù là
cảnh huyễn tục đế
cũng chẳng phát sinh.
Hỏi: “nếu tâm huyễn
vốn không thật có,
vậy biết lấy gì
để tiếp cảnh đây ?”

IX-16. Chính các anh nói
cảnh là hư huyễn,
vậy bảo tiếp cảnh
là tiếp cảnh gì ?
Nếu như nói rằng:
“cảnh thì lại khác,
là vì cảnh hiện
cũng chỉ là tâm.”

IX-17. Nói vậy vô lễ
tâm cũng là cảnh ?
Vậy dùng cái gì
để thấy gì đây ?
Chính đức Thế tôn
đã dạy điều này:
tâm chẳng tự thấy[1].

IX-18. Cũng như lưỡi dao,
chẳng thể tự cắt,
tâm cũng tương tự,

chẳng thể tự thấy.
Hay lại nói rằng:
“tâm như ngọn lửa
tự soi sáng mình.”

IX-19. Nhưng mà ngọn lửa
có bao giờ tối
để mà sáng soi ?
Hay lại nói rằng:
“vật gì vốn xanh,
tự nó đã xanh
chẳng cần gì khác,
chẳng phải giống như
là khối pha lê.

IX-20. Nhận thức cũng vậy
có thứ tùy thuộc,
có thứ lại không.”
Nhưng nếu vốn xanh,
vô lẽ một mình
tự trở thành xanh.

IX-21. Khi anh nói rằng
“lửa tự soi sáng,”
lửa này do tâm
thấy biết nói ra.
Nhưng khi nói rằng
“tâm tự soi sáng,”
thì biết lấy gì
thấy biết như vậy ?

IX-22. Đã không có gì
có thể thấy biết,
lại còn tranh cãi
xem tâm có tự
soi sáng hay không,
thật là vô nghĩa,
như xem dung mạo
đứa con của người
phụ nữ không con.

IX-23. Hỏi: “nếu tâm này
không thể tự biết,
làm sao có thể
nhớ tâm đã qua ?”
Thì cũng giống như
nọc độc chuột nước,
nhờ mối tương quan
với việc đã qua
mà nay nhớ lại.

IX-24. Hay anh nói rằng:

“tâm này có khi
có thể thấy được
[tâm của người khác]
lẽ nào không thể
tự thấy chính mình ?”
Mắt bôi thuốc thân,
tuy thấy bình báu
nhưng lại chẳng thể
thấy được thuốc bôi.

IX-25. Tâm vẫn thấy, nghe,
điều này đã hẳn,
không ai chối cãi.
Ở đây nói đến
vọng niệm chấp vào
tự tánh của tâm,
là gốc rễ của
vạn nỗi khổ đau,
đây mới là điều
cần phải phá bỏ.

IX-26. Các anh cho rằng:
“cảnh huyễn là tâm
và cũng chẳng thể
nói là không khác.”
Tâm nếu thật có
sao có thể khác ?
Nếu nói không khác,
thì không thật có.

IX-27. Cảnh hiện dù huyễn
vẫn có thể thấy.
Tâm cũng như vậy.
Các anh cho rằng:
“luân hồi phải dựa
trên điều thật có,
bằng không rỗng rang
như là hư không.”

IX-28. Đã không thật có,
làm sao có thể
dựa vào điều có
để thành thật có ?
Nói như các anh
thì tâm trở thành
hoàn toàn đơn độc,
chẳng có đối cảnh.

IX-29. Nếu như tâm này
đã không đối cảnh,
vậy thì ai ai
cũng đã là Phật,

cần gì phải nói
đến thuyết duy tâm !

IX-30. Hỏi: “cho dù biết
sự vật hư huyền,
làm sao có thể
dứt bỏ nhiễm tâm ?
Thuật sĩ tạo ra
mỹ nhân tuyệt sắc,
biết là không thật
mà vẫn luyến thương.”

IX-31. Đó chỉ là vì
thuật sĩ chưa đoạn
tập khí phiền não
đối với sắc trần.
Thấy mỹ nhân ảo
mà lực huân tập
đối với tánh không
hãy còn quá yếu.

IX-32. Tuy vậy, chỉ cần
quen với tánh không,
từ từ dứt bỏ
thói quen chấp sắc.
Rồi khi quen với
“nhất thiết pháp không”
thì cả điều này
cũng sẽ từ bỏ.

IX-33. Nói “không” là vì
quán chiếu truy lùng,
thấy chẳng có gì
hiện ra trong tâm.
Chứ tánh “không” này
đâu thể tự mình
hiện ở trong tâm
như là thật có.

IX-34. Cả sắc và không
đều vắng trong tâm,
cũng chẳng hề có
trường hợp nào khác,
cho nên yên lặng
vào trong tịch tịnh.

IX-35. Như ngọc như ý,
như cây như nguyện,
toại tâm ý người
dù chẳng tác ý.
Phật trong quá khứ
nhờ phát đại nguyện,

nay hiện sắc thân
trước chúng đệ tử.

IX-36. Như kẻ dựng nên
đền kim sí điểu,
Người chết đã lâu
thế nhưng đền thần
vẫn đủ khả năng
chữa lành tà độc.

IX-37. Bồ tát cũng vậy,
nương hạnh bồ tát
dựng nên thân Phật,
rồi nhập niết bàn.
Nhập diệt đã lâu,
thế nhưng cũng vẫn
toàn thành nguyện ước
cho khắp chúng sinh.

IX-38. Hỏi: “nếu như Phật
vốn không tác ý,
làm sao cúng Phật
lại được công đức ?”
Là vì Phật dạy
cúng xá lợi Phật,
so với cúng Phật,
công đức bằng nhau.

IX-39. Kinh Phật nói rõ,
cho dù huyễn, thật,
kết quả như nhau,
cũng như công đức
cúng Phật thật có.

IX-40. Hỏi: “chúng diệu đế
là đủ giải thoát,
Cần gì phải chứng
tri kiến tánh không ?”
Vì kinh Phật nói
không có lối này
thì chẳng thể nào
đạt chánh đẳng giác.

IX-41. “Nhưng kinh đại thừa
chưa được minh xác.”
Thế kinh các anh,
minh xác cách nào ?
“Vì cả hai bên
đều nhận là đúng.”
Vậy thì đâu phải
minh xác từ đâu.

IX-42. Các anh nhờ đâu
khởi tín tiểu thừa,
tôi cũng y vậy
khởi tín đại thừa.
Nếu như chỉ cần
hai bên chấp nhận,
nói vậy vô lễ
cả kinh Vệ đà
cũng được minh xác ?

IX-43. Hay là nói rằng:
“kinh điển đại thừa
không thể chấp nhận
vì gây nghi vấn.”
Nhưng mà ngoại đạo
nghi vấn kinh Phật,
ngay chính các anh
cùng nhiều người khác
cũng còn nghi vấn,
chẳng lẽ vất đi ?

IX-44. Tỷ kheo chân chính
là gốc chánh pháp,
nhưng muốn chân chính
thật khó muôn vàn.
Tâm còn đối cảnh
thì chẳng thể nào
đến bờ bên kia.

IX-45. Các anh cho rằng
“hễ phiền não đoạn
tức thì giải thoát.”
Thế nhưng cho dù
đoạn dứt phiền não,
nghiệp báo vẫn còn.

IX-46. Nói: “chỉ tạm thôi.
vì ái đã đoạn
nên chẳng thọ sinh.”
Ái dục phiền não
đúng thật đã đoạn,
thế nhưng ái dục
loại không phiền não
vẫn chưa thể đoạn
vì còn vô minh.

IX-47. Ái sinh từ thọ,
mà thọ vẫn còn.
Niệm vẫn sinh khởi.
Tâm vẫn chấp niệm.

IX-48. Tâm chưa chứng không

thì dù có đoạn
cũng chỉ tạm thời,
vẫn sẽ tái khởi,
tương tự như người
nhập định phi tướng.
Vì vậy nhất định
phải quán tánh không.

IX-49. Kinh điển kiết tập
đều được nhìn nhận
chính là lời Phật,
vậy sao không nhận
giáo lý Đại thừa,
so với kinh điển
không hề mâu thuẫn.

IX-50. Vì một không thuận
mà bỏ tất cả,
đã vậy, sao chẳng
vì một thuận mà
nhận hết tất cả
đều là lời Phật ?

IX-51. Diệu pháp này đây
cả đức Ca Diếp
cũng chưa thể lường
mức độ thâm sâu.
Đâu thể chỉ vì
chính mình không hiểu
mà từ bỏ hết.

IX-52. Hết thủy ái, sân,
đều đã tự tại,
nhưng vẫn nán lại
trú ở luân hồi,
vì thương hữu tình
khổ trong vô minh:
đây chính là quả
tánh không mang đến.

IX-53. Sai lầm biết bao
nếu thấy tánh không
có gì không đúng.
Vậy hãy quét sạch
hết thủy hoài nghi
để mà quán không.

IX-54. Bóng tối trùng điệp
của phiền não chướng
cùng với trí chướng,
đều nhờ tánh không
mà quét sạch cả.

Ai người mong cầu
chóng thành chánh quả,
làm sao có thể
bỏ mất tánh không !

IX-55. Điều tạo khổ đau
mới là đáng sợ,
trong khi tánh không
là điều diệt khổ,
sao lại khiến ta
hoảng hốt âu lo ?

IX-56. Nếu “ngã” thật có,
thì sợ cũng đúng.
Thế nhưng “ngã” này
vốn chẳng hề có,
vậy nào có gì
để ai âu lo ?

IX-57. Răng, tóc hay móng
chẳng phải là ngã.
Ngã có phải đâu
là xương hay máu,
hay là đờm, giải,
huyết trắng, mủ xanh.

IX-58. Ngã chẳng phải là
mỡ hay mồ hôi,
chẳng phải phổi, gan,
chẳng là nội tạng,
cũng chẳng phải là
phân hay nước tiểu.

IX-59. Thịt hay là da,
đâu phải là ngã.
Thân nhiệt, hơi thở,
cũng đâu phải ngã.
Lỗ trong thân thể
cũng không là ngã.
Sáu thức cũng vậy,
có phải ngã đâu.

IX-60. Nếu như nhĩ thức
vốn dĩ thường còn,
lẽ ra lúc nào
cũng tiếp âm thanh.
Đối cảnh không có,
nhận biết gì đây ?
Làm sao có thể
gọi đó là thức ?

IX-61. Nếu không cần tâm

cũng vẫn nhận biết,
vô lễ khúc gỗ
cũng biết hay sao ?
Đối cảnh không có
thì thức cũng không.

IX-62. Các anh nói rằng
“thức này thấy sắc,”
vậy sao lúc ấy
chẳng còn nghe thanh ?
Hay là nói rằng:
“đã hết âm thanh ?”
Không có âm thanh
làm gì có thức.

IX-63. Vốn là nhĩ thức,
làm sao có thể
biến thành nhãn thức ?
Cho dù nói rằng:
“một người có thể
vừa cha, vừa con.”
Nhưng nói như vậy
chỉ là lập danh,
không phải tự tánh.

IX-64. Tương tự như vậy,
“khổ,” “trung tánh,” “lạc”
vốn không là cha,
cũng không là con.
Chưa hề tìm ra
có nhãn thức nào
lại thấy âm thanh.

IX-65. Các anh nói rằng:
“giống như diễn viên
sắm nhiều vai tuồng.”
Nếu vậy đâu thể
gọi là thường còn.
Trước sau bất nhất
mà gọi đồng nhất,
việc này đúng thật
chưa từng thấy qua !

IX-66. Các anh nói rằng:
“chỉ là tướng huyễn.”
Vậy xin giải thích
tánh thì ra sao ?
“Chỉ thuần là biết.”
Nói vậy vô lễ
hết thấy chúng sinh
đều chỉ là một ?

IX-67. Sự vật có tâm
hay không có tâm,
lẽ nào giống nhau
vì đều hiện hữu.
Nếu tướng của tâm
hết thấy không thật,
thử hỏi còn gì
làm nền tảng chung ?

IX-68. Đã là vô tri
thì không phải ngã,
chỉ là món vật
giống như chiếc bình.
Nếu như cho rằng:
“phối hợp với thức
thì sẽ nhận biết,”
vậy thì đâu còn
là vật vô tri.

IX-69. Hơn nữa, nếu như
ngã vốn bất động,
vậy biết lấy gì
phối hợp với thức ?
Ngã mà như vậy,
thì cả hư không
ù lì vô tri
cũng gọi là ngã.

IX-70. Các anh cho rằng:
“ngã nếu không có,
thì chẳng có gì
nối nghiệp với quả.
Nếu không có ai
là người gieo nghiệp,
vậy biết lấy ai
làm người chịu quả ?”

IX-71. Cả anh và tôi
đều chấp nhận rằng
chủ thể của việc
gieo nghiệp, chịu quả
vốn không đồng nhất,
và cũng chấp nhận
ngã không tạo tác,
vậy còn tranh biện
ở chỗ nào đây ?

IX-72. “Nhân đồng với quả”
là điều không có
phải là cùng chung
một dòng tâm thức
mới có thể nói

đến việc gieo nhân
thì phải gặt quả.

IX-73. Tâm của quá khứ,
hay của tương lai,
đều không phải ngã,
vì đã không còn,
hay là chưa đến.
Nếu cho rằng ngã
là tâm hiện tại,
vậy khi tâm này
tan vào quá khứ,
ngã cũng tan theo.

IX-74. Cũng như thân chuỗi,
xẻ hết thân ra
chẳng tìm thấy lõi.
Tương tự như vậy,
quán chiếu tận cùng
vẫn không làm sao
tìm thấy được ngã.

IX-75. Hỏi: “nếu chúng sinh
đều chỉ là không,
vậy tâm từ bi
còn phát với ai ?”
Là vì chúng sinh
vô minh chấp ngã,
nên cần phát nguyện
cứu vớt khắp cả.

IX-76. Hỏi: “nếu chúng sinh
đều chỉ là không,
vậy ai là người
thành tựu Phật quả ?”
Đúng là như vậy.
Việc này chỉ do
vô minh thấy có !
Nhưng để diệt khổ,
thì Phật quả mà
vô minh thấy có,
chẳng thể quét đi.

IX-77. Khổ đau đến từ
tự tín chấp ngã,
lại được tăng bồi
bởi niệm vô minh.
Cho dù nghĩ rằng
chẳng thể nào khác,
nhưng quán vô ngã
vẫn là cao hơn.

IX-78. Điều gọi là “thân,”
chẳng phải chân, cẳng,
chẳng phải đùi, hông,
chẳng phải lưng, bụng,
cũng chẳng phải là
lồng ngực, cánh tay.

IX-79. Thân chẳng phải là
xương sườn, bàn tay,
chẳng phải là nách,
chẳng phải là vai,
chẳng là nội tạng,
ruột gan, đầu, cổ,
vậy thật ra thân
trú ở nơi nào ?

IX-80. Nếu thân trú ở
khắp mọi bộ phận,
mỗi bộ phận ứng
với một phần thân,
còn chính thân kia
trú ở chỗ nào ?

IX-81. Nếu nói rằng: “*thân*
đơn nhất, trọn vẹn,
nằm ở bàn tay,
ở từng bộ phận,”
vậy thì vô lễ
bao nhiêu bộ phận
là bấy nhiêu thân ?

IX-82. Không ở bên trong,
chẳng ở bên ngoài,
làm sao đồng nhất
với từng bộ phận ?
cũng chẳng thể khác
với các bộ phận,
hỏi thân như vậy
làm sao thật có ?

IX-83. Thân chẳng hề có.
Chỉ vì vọng tâm
nhìn vào bàn tay
cùng các bộ phận
mà lại khởi niệm
thấy rằng có thân.
Cũng như nhìn đá
khéo chất thành đồng
giả làm bù nhìn,
tưởng có người ta.

IX-84. Hội đủ nhân duyên

thì gã bù nhìn
thấy thành người ta.
Hội đủ bộ phận
thì từ nơi đó
hiện ra thân người.

IX-85. Tương tự như vậy,
bàn tay chỉ là
tổ hợp các ngón
chứ nào tự có;
ngón tay cũng vậy,
do đốt hợp thành;
cả đốt tay cũng
gồm nhiều bộ phận.

IX-86. Mỗi bộ phận này
gồm nhiều phân tử.
Phân tử bao gồm
thành phần phương hướng.
Mỗi thành phần này
chẳng đâu tìm thấy
mẫu bất khả phân,
giống như không gian,
cho nên phân tử
cũng không tự tách.

IX-87. Sắc thể, vì thế,
đều như huyễn mộng.
Đã thấy vậy rồi
luyện ái ai đây ?
Thân đã không có
thì còn nói gì
đến là thân nữ
hay là thân nam ?

IX-88. Khổ, nếu thật có,
tại sao lại chẳng
choáng hết niềm vui ?
Vui, nếu thật có,
tại sao món ngon
lại chẳng mang vui
cho người thoi thóp ?

IX-89. Nếu như nói rằng:
"cảm thọ tuy có
nhưng bị che khuất
bởi điều mạnh hơn."
Đã không cảm được,
làm sao có thể
gọi là cảm thọ ?

IX-90. Hay là nói rằng:

“vi tế vẫn còn,
nhưng khổ thô lậu
đã bị lấn át:
tuy thấy là vui
nhưng trong vi tế
vẫn đang là khổ.”

IX-91. Đã nói: “vì có
yếu tố đối nghịch
mà khổ không hiện,”
đó chẳng phải là
nói rằng cảm thọ
vốn chỉ do tâm
lập danh mà có ?

IX-92. Vì lý lẽ này
mà gọi thiền quán
là pháp đối trị.
Định sinh từ quán,
đây là thức ăn
nuôi dưỡng hành giả.

IX-93. Giữa căn với trần,
nếu có khoảng cách,
làm sao tiếp xúc ?
Nếu không khoảng cách
thì đã là một,
biết lấy cái gì
tiếp xúc gì đây ?

IX-94. Phân tử không gian
vì không khối lượng
nên chẳng thể nào
nhập vào trong nhau.
Đã không thể nhập
thì không thể hòa.
Đã không thể hòa,
chẳng thể tiếp xúc.

IX-95. Có ai lại nói
vật vô thành phần
mà lại có thể
tiếp xúc với nhau.
Ở đâu thấy được
sự tiếp xúc này,
xin hãy vui lòng
chỉ cho tôi thấy !

IX-96. Chẳng thể nói rằng
tâm phi vật thể
mà lại có thể
chạm vào cái tâm.

Ngay cả tổ hợp
cũng không thể có
như là trước đây
đã từng nói rõ.

IX-97. Xúc này từ đầu
vốn đã không có,
vậy thì thọ này
từ đâu sinh ra ?
Thử hỏi có gì
để dầy vò ai ?
Việc gì ta phải
lao đao như vậy !

IX-98. Vốn chẳng có ai
là người cảm thọ.
Chính cảm thọ này
cũng không tự có.
Đã thấy vậy rồi
thì ái và thủ,
cách gì lại chẳng
quay đầu rút lui.

IX-99. Điều thấy trước mắt,
nắm ở trong tay,
hết thấy đều như
là cơn mộng huyễn.
Nếu thọ và tâm
đến cùng một lúc,
thì tâm đã chẳng
tiếp được thọ này.

IX-100. Nếu cái này trước,
cái kia đến sau,
vậy chỉ còn là
kinh nghiệm nhớ lại.
Thọ cũng chẳng thể
tự tiếp chính mình;
cũng chẳng gì khác
có thể tiếp thọ.

IX-101. Chủ thể cảm thọ
vốn không thật có,
nên thọ này cũng
không có tự tánh.
Vậy thì cảm thọ
làm sao có thể
gây tổn hại cho
khối vô ngã này ?

IX-102. Tâm không trú ở
bên trong các căn;

cũng không trú ở
sắc trần bên ngoài;
tâm cũng không hề
trú ở chính giữa:
không trong, không ngoài,
không nơi nào khác.

IX-103. Không ở nơi thân,
cũng không tách lìa.
Không là đồng nhất,
cũng không dị biệt.
Tâm dù mảy may
cũng không thật có:
chúng sinh vốn dĩ
nằm ngoài cảnh khổ.

IX-104. Nếu như tâm thức
đi trước sắc trần,
vậy thì lấy gì
để sinh ra thức ?
Nếu thức và trần
đồng loạt với nhau,
vậy thì lấy gì
để sinh ra thức ?

IX-105. Nếu thức sau trần,
thì cũng vậy thôi,
chẳng biết lấy gì
để sinh ra thức.
Cho nên vạn pháp
từ đâu sinh ra,
là điều vượt ngoài
khả năng nhận biết.

IX-106. Hỏi: “nói vậy thì
còn gì tục đế ?
Tục đế đã không,
nhị đế làm sao ?
Hơn nữa tục đế
nếu đến từ tâm,
làm sao có thể
đạt được niết bàn !”

IX-107. Thật ra chỉ là
vọng cảnh nơi người
nào có phải là
tục đế tâm ta ?
niệm còn nối niệm,
tục đế còn hiện,
bằng không tục đế
đương nhiên không còn.

IX-108. Chủ thể, đối tượng
tùy thuộc lẫn nhau
nên vẫn có thể
dựa lẽ qui ước
để nói đến sự
quán chiếu, tâm tư.

IX-109. Hỏi: “vậy phải lấy
sự tâm tư này
để mà quán chiếu,
rồi lại quán chiếu
sự quán chiếu này,
cứ làm như vậy
có bao giờ xong.”

IX-110. Nếu biết đúng cách
quán chiếu sự vật,
thì có còn gì
để mà quán chiếu.
Đối tượng đã vắng,
nên chủ thể tan,
đó mới chính là
niết bàn chân thật.

IX-111. Ai người nói rằng
hai bên đều thật,
sẽ khó bảo vệ
cho luận kiến này.
Nếu dùng tâm thức
xác định sự vật,
vậy biết lấy gì
xác định tâm thức ?

IX-112. Nếu dùng đối cảnh
xác định tâm thức,
vậy biết lấy gì
xác định đối cảnh ?
Nếu nói hai bên
tùy thuộc lẫn nhau,
thì sao còn gọi
là có tự tánh ?

IX-113. Nếu không có con
đâu thể có cha,
vậy đứa con này
từ đâu mà có ?
Làm gì có cha,
nếu không có con,
nên cả hai bên
không thể thật có.

IX-114. Hay là nói rằng:

“cây đến từ hạt,
chỉ cần nhìn cây
là biết có hạt.
Thức đến từ cảnh,
sao lại không thể
nhìn vào nơi thức
biết cảnh thật có ?”

IX-115. Việc này không thể.
Nếu muốn nhìn cây
để biết có hạt,
phải do tâm thức,
khác với cây này,
suy ra như vậy.
Nay biết lấy gì
nhìn thức tiếp cảnh
để suy ra rằng
thức này thật có ?

IX-116. Lẽ thường cho thấy
sự việc trong đời
đều là có nhân.
Hoa sen nhiều cánh
đều sinh ra từ
nhiều nhân phối hợp.

IX-117. Hỏi: “vậy nhân này
từ đâu mà có ?”
Từ nhân đi trước.
Lại hỏi: “nhân này
sao sinh quả kia ?”
Là vì tùy thuộc
vào nhân đi trước.

IX-118. Tin rằng Thượng đế
sinh ra hữu tình,
vậy xin nói rõ
Thượng đế là gì ?
Nếu nói chỉ là
thành phần thiên nhiên,
thì thôi, cần gì
phí công tranh cãi !

IX-119. Tuy nhiên, đất cùng
các thành phần khác
vốn không đơn nhất,
sinh diệt, ù lì,
chẳng phải thần thánh,
vật dẫm dưới chân,
dơ bẩn bất tịnh,
sao lại có thể
cho là Thượng đế ?

IX-120. Không gian vô năng
chẳng phải Thượng đế.
Ngã cũng không phải,
điều này đã rõ.
Nói rằng: “Thượng đế
ngoài tầm thấy, biết ?”
Vậy bảo rằng “có”
là dựa vào đâu ?

IX-121. Thượng đế thật ra
muốn tạo những gì ?
Hay là Thượng đế
tạo sinh ra ngã
và các thành phần ?
Các anh chẳng nói
ngã và các đại
cũng là thường còn
giống như Thượng đế ?
Tâm thức là từ
đối cảnh sinh ra.

IX-122. Kể từ vô thủy
sướng khổ đều do
nơi nghiệp mà có.
Thử hỏi Thượng đế
sinh được những gì ?
Nhân không khởi thủy,
thì quả chẳng thể
có điểm bắt đầu.

IX-123. Thượng đế nếu không
tùy thuộc gì cả,
tại sao vạn vật
chẳng đồng loạt sinh ?
Không một thứ gì
Thượng đế không tạo,
vậy còn gì để
Thượng đế tùy vào ?

IX-124. Nếu nói Thượng Đế
tùy thuộc thứ khác,
vậy thì vạn vật
sinh từ nhân duyên,
đâu phải Thượng đế.
Hội đủ nhân duyên
thì Thượng đế tạo,
không đủ thì thôi,
không thể tạo sinh.

IX-125. Nếu nói: “*Thượng đế*
không khởi ý muốn
nhưng vẫn tạo sinh,”

vậy là tùy thuộc
vào quyền năng khác.
Còn nếu nói rằng:
“do muốn mà tạo,”
vậy chịu chi phối
của lòng ham muốn,
thử hỏi Thượng đế
vạn năng chỗ nào ?

IX-126. Riêng về tri kiến
phân tử thường còn [*Mimamsaka theory*]
đã được phá bỏ
ở phần trước đây.
Số Luận thì nói [*Samkyas*]
vạn vật sinh từ
vật thể nguyên thủy

IX-127. Cái được gọi là
“vui,” “khổ,” “trung tánh”[2]
ở thế quân bình,
thì được gọi là
vật thể nguyên thủy;
khi mất quân bình,
thì sinh vạn vật.

IX-128. Đã là đơn nhất
mà lại có ba,
là điều không có.
Cho nên ba tánh
không thể hiện hữu,
mỗi tánh lại phải
bao gồm cả ba.

IX-129. Ba tánh đã không,
vậy thì âm thanh
hãy còn rất xa !
Những vật vô tri
như là mảnh vải,
chẳng thể là nơi
chứa được niềm “vui.”

IX-130. Nếu như nói rằng:
“những vật như vải
mang tánh của nhân.”
Trước đây đã chẳng
quán “vật” rồi sao ?
Các anh cho rằng:
“sự vật là do
“vui” và đại loại
làm nhân mà có.”
Vải có bao giờ
từ vui sinh ra !

IX-131. Đúng ra phải nói:

“vui” đến từ “vải.”

Vải đã không có,
thì “vui” cũng không.

“Vui” và đại loại
mà gọi thường còn,
đây thật là điều
chưa từng thấy qua !

IX-132. Nếu “vui” thường còn,

tại sao lại chẳng
liên tục thấy “vui” ?

Hay là nói rằng
““vui” có khi về
dưới dạng vi tế.”
Làm sao có thể
vừa tế, vừa thô ?

IX-133. Hay là nói rằng:

“hết thô lại tế.”

Vậy thô và tế,
không phải thường còn,
đã vậy sao chẳng
nói thẳng mọi sự
đều là vô thường ?

IX-134. Các anh còn nói:

““thô” chính là “vui.””

Rõ ràng khẳng định
“vui” cũng vô thường.
Nếu như nói rằng:
“đã không hiện hữu,
thì không khởi hiện,
vì chưa từng có.”

IX-135. Dù đã phủ định

“việc chưa từng có
chẳng thể phát sinh,”
nay các anh lại
khẳng định điều này.
Nói quả và nhân
đồng loạt hiện hành,
không lẽ ăn cơm
cũng là ăn phân ?

IX-136. Đã vậy cần gì

phí tiền mua vải,
mua nắm hạt gòn
chẳng tốt hơn sao ?
Nói: “vì kẻ phàm
u mê chẳng thấy,
phải do bậc trí

dạy lại điều này.”

IX-137. Nhưng mà trí này
kẻ phàm cũng có,
sao họ không thấy ?
Nếu như nói rằng:
“cái thấy kẻ phàm
không thể tin nhận.”
Nói vậy, đối cảnh
mà kẻ phàm thấy
cũng là hư vọng.

IX-138. Hỏi: “nếu nhận thức
đã không giá trị,
vậy thì đối cảnh
chẳng phải đều là
hư vọng hết sao ?
Vậy quán tánh không
thật là vô lý !”

IX-139. Nhưng mà thật ra
nếu như đã thấy
đối cảnh là không,
thì biết tánh không
của đối cảnh kia
chẳng thể chấp vào.
Đối cảnh hư vọng,
bất kể loại nào,
tánh không của nó
cũng là hư vọng.

IX-140. Như trong giấc mộng
thấy con mình chết,
ý tưởng “đã chết”
thay thế vào cho
ý tưởng “còn sống,”
mặc dù cả hai
đều là hư vọng.

IX-141. Vì vậy sau khi
quán chiếu tận tường,
biết chẳng có gì
là không có nhân, [*vô nhân sinh*]
cũng không có gì
cùng ở trong nhân,
dù là riêng lẽ [*tự sinh*]
hay là tổ hợp, [*cộng sinh*]

IX-142. cũng không có gì
sinh từ nơi khác. [*tha sinh*]
Không từng ở lại
cũng chẳng từng đi,

vọng tâm nhìn vào
cho rằng thật có.
sự vật như vậy
xét cho rốt ráo
khác gì ảo ảnh ?

IX-143. Cảnh tượng hư ảo
thuật sĩ tạo ra
Hay là cảnh ảo
do nhân duyên tạo
biết sinh từ đâu ?
biết diệt về đâu ?
đây là điều nên
quán chiếu tận tường.

IX-144. Đủ duyên thì sinh,
bằng không chẳng có.
Không chút tự tánh,
như ảnh trong gương.
Làm sao có thể
thật có cho được.

IX-145. Nếu đã thật có,
đâu cần đến nhân ?
Nhưng cần gì nhân
nếu không thật có ?

IX-146. Cho dù hội tụ
cả vạn ức nhân,
cũng không biến đổi
được vật không có.
Đã không hiện hữu
thì biết lấy gì
trở thành hiện hữu ?
Trở thành gì đây ?

IX-147. Nếu đã là “không,”
lấy gì thành “có” ?
Thành “có” như vậy
là từ bao giờ ?
Nếu “có” không đến
thì “không” chẳng đi.

IX-148. “không” này không đi
“có” làm sao đến ?
Vật “có hiện hữu”
thì chẳng thể nào
thành “không hiện hữu,”
bằng không hai tánh
chẳng lẽ hiện hành.

IX-149. Vì vậy mà nói

vạn pháp vô sinh,
và cũng nói là
vạn pháp vô diệt.
Hết thấy hữu tình
không hề sinh ra,
cũng không mất đi.

IX-150. Chúng sinh hữu tình
tựa như giấc mơ,
quán chiếu truy tìm
chỉ như thân chuối.
Nói cho rốt ráo,
luân hồi, niết bàn,
chẳng thể phân biệt.

IX-151. Sự vật như vậy
vốn đã là không,
thì đâu có gì
để mà được, mất ?
Có ai ở đó
hưởng vinh, chịu nhục,
cũng nào có ai
khen ngợi, chê bai.

IX-152. Sướng khổ này đây,
từ đâu mà đến ?
Có gì để phải
mừng rỡ, đón đau ?
Xét cho rốt ráo
thì nào có ai
là người tham luyến ?
tham luyến gì đây ?

IX-153. Quán chiếu đời sống
của chúng hữu tình,
thấy đâu có ai
là người đã mất ?
cũng chẳng có gì
sẽ đến, đã qua,
nào có ai là
thân nhân, bằng hữu ?

IX-154. Mong người như tôi
có thể hiểu rằng
hết thấy mọi sự
như là hư không.
Nhưng người thế gian
lại thích tìm cầu
hạnh phúc an lạc
bằng sự níu, đẩy.

IX-155. Khi thì hoảng loạn

lúc lại mừng vui,
khốn khổ bức bách,
đấu đá, cạnh tranh,
đâm chém lẫn nhau,
chửi rủa, thóa mạ,
sống trong tội ác
ngụp lặn đắm chìm.

IX-156. Tỉnh thoảng có khi
trôi lên cõi thiện,
buông thả mình trong
khoái lạc an vui,
để rồi chết đi,
đọa rơi cõi dữ,
chịu khổ cùng cực
đăng đẳng triền miên.

IX-157. Cõi thế gian này
biết bao vực thẳm !
Nơi này chẳng thể
tìm thấy tánh như.
Luôn là mâu thuẫn,
luôn là từ khước,
tánh như vạn pháp
có thể bao giờ.

IX-158. Ở đây biển khổ
rộng không bến bờ,
không có lời nào
nói cho hết được.
Ở đây sức yếu,
mạng sống phù du,

IX-159. đổ dồn tâm sức
băn khoăn gìn giữ
mạng sống, sức khỏe,
cho khỏi đói, mệt.
Phí hết thời gian,
để mà ngủ nghỉ,
để mà phiền muộn,
để mà giao du
với kẻ ấu trĩ.

IX-160. Đời sống vô nghĩa
thấm thoát trôi qua.
Trí tuệ phải đâu
dễ dàng có được !
Thử hỏi cách gì
tìm ra phương cách
để đoạn tán tâm ?

IX-161. Đã vậy còn thêm

biết bao tà ma
sẵn sàng đẩy ta
sa vào địa ngục ;
còn bao đường đi
dối láo hư ngụy ;
còn tâm hoài nghi
rất khó dẹp bỏ.

IX-162. Thân người tự tại
khó lòng tìm lại ;
bốn sự xuất thế
lại càng khó hơn ;
càng hiếm biết bao
đoạn dòng phiền não.
Than ôi, cứ thế
chịu khổ đau hoài.

IX-163. Đón đau cùng cực,
ngục lặn dòng đời,
biển khổ mù khơi,
trầm luân đuối ngạt.
Vậy mà khổ mình
lại không tự thấy.
Ôi chúng hữu tình,
thật đáng thương thay !

IX-164. Cũng như có người
tắm rồi lại tắm,
để rồi liên tục
lửa nóng xông vào,
cứ vậy mà chịu
đón đau khổ khổ,
nhưng lại tưởng là
khoái lạc an vui.

IX-165. Có người lại sống
như thể sẽ không
bao giờ già, chết,
để rồi, trước tiên,
mất đi mạng sống,
tiếp theo rơi đọa
ác đạo hải hùng.

IX-166. Bao giờ tôi mới
có thể dập tắt
ngọn lửa khổ đau
thieu bồng chốn này
bằng trận mưa to
của niềm hỉ lạc,
dào dạt xuống từ
biển mây công đức ?

IX-167. Kho tàng công đức
tôi đã tích lũy
với trọn lòng thành,
tâm không niệm khởi,
bao giờ tôi mới
vén được tánh không
cho khắp những ai
vì chấp niệm khởi
mà khổ trầm luân
trong biển luân hồi.

/ HẾT CHƯƠNG 9 /

Ghi chú chương 9:

[1] Trích Luận giải của ngài Kunzang Pelden: “*Điểm then chốt ở đây là nếu đã cho rằng tâm có tự tánh dị biệt và đơn nhất, vậy tâm này vốn không thể phân hai để có thể vừa là đối tượng vừa là chủ thể nhìn thấy đối tượng ấy.*” Điều nói ở đây không ứng với cái tâm duyên sinh giả danh.

[2] *sattva, rajas, và tamas*. Là ba tánh theo thuyết Số Luận.

|| Đọc Tiếp Chương 10 >>>

- Trang Đầu – Lời Dịch Giả
- Tiểu Sử Tác Giả *Shantideva*
- Chương Một: LỢI ÍCH TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Hai: SÁM HỐI
- Chương Ba: NẮM LẤY TÂM BỒ ĐỀ
- Chương Bốn: TÂM BẤT PHÓNG DẬ
- Chương Năm: GÌN GIỮ CHÁNH TRI
- Chương Sáu: HẠNH NHẪN
- Chương Bảy: HẠNH TẤN
- Chương Tám: HẠNH ĐỊNH
- Chương Chín: HẠNH TUỆ
- Chương Mười: HỒI HƯƠNG

Chương Mười: HỒI HƯƠNG

X-1. Soạn tác luận này,
Nhập Bồ Đề Hạnh,
được bao công đức,
nguyện xin hồi hướng
cho khắp chúng sinh
dấn thân bước vào
pháp hành bồ tát.

X-2. Nương công đức này,
nguyện cho chúng sinh
ở khắp mọi nơi,
đang chịu khổ đau
tinh thần thể xác,
tìm được đầy tràn
hạnh phúc an vui.

X-3. Còn trong luân hồi,
nguyện cõi thế gian
được nguồn hạnh phúc
không bao giờ tàn,
không hề gián đoạn,
hưởng nguồn an lạc
như là sóng cả
của chư bồ tát.

X-4. Nguyện cho chúng sinh
khổ đau trong cõi
địa ngục trùng điệp
trên toàn cõi thế
hưởng được niềm vui
Tây phương cực lạc.

X-5. Nguyện cho kẻ lạnh
tìm được hơi ấm,
nguyện cho kẻ nóng
dịu mát cơn đau
nhờ mây bồ tát
mưa xuống biển mưa
bao la vô tận.

X-6. Nguyện rừng lá chém
thành rừng đẹp vui;
nguyện cây giáo gươm
thành cây như ý;

X-7. địa ngục trở thành
cảnh giới an lạc;
hồ sen bao la
ngọt ngào thơm ngát,
thanh thoát tiếng chim
hạc, ngỗng, thiên nga...

X-8. Nguyện núi than hồng
trở thành núi ngọc;
nguyện đất nung đỏ
thành nền pha lê;
nguyện dãy núi đèo
thành cung điện ngọc
đầy ắp Như lai.

X-9. Nguyện mưa núi lửa
thành trận mưa hoa;
nguyện cõi đặng hoạt
hung tàn vũ khí,
thành chốn nô đùa
tung hoa làm vui.

X-10. Nguyện người trầm luân

nơi dòng sông lửa,
thịt da tan chảy,
xương trắng trần phơi,
nương công đức này
có được thân trời,
cùng bao thiên nữ
bên dòng sông thiên
êm đềm dịu chảy
thanh thảo nằm phơi.

X-11. Tự hỏi "vì đâu
ngục tốt diêm vương
đầu quạ đầu ó
bỗng nhiên hốt hoảng ?
Do diệu lực nào
quét tan bóng tối,
mang lại an vui
cho cõi địa ngục ?"
Ngẩng đầu lên nhìn
thấy giữa trời rộng
sáng ngời hình bóng
đức Kim Cang Thủ.
Tâm khởi mừng vui
nên hắc nghiệp tan,
theo cùng bồ tát
rời xa chốn này.

X-12. Bao giờ thạch nham
bỗng nhiên tan biến
nhờ trận mưa hoa
tắm đầy nước hương.
Tự hỏi nhờ đâu ?
mà tràn niềm vui ?
Nguyện cho chúng sinh
trong cõi địa ngục
thấy được trước mắt
đấng Cẩm Hoa Sen[1].

X-13. Bạn hiền tôi ơi
hãy mau đến đây,
không cần hoảng chạy.
Ai ở trên kia ?
Chính đức Diệu Âm[2]
là bậc bồ tát
hộ trì chúng sinh
ban sự vô úy.
Nhờ lực của ngài
khổ đau tan sạch,
suối an lạc chảy
và bồ đề sinh.

X-14. Xin hãy nhìn xem:

ở trong điện ngọc
trăm vạn chư thiên
đánh lễ gót sen;
trăm vạn thiên nữ
rền lời xung tán.
Đôi mắt của ngài
từ hòa ướt đẫm.
Từ đỉnh đầu ngài
rơi trận mưa hoa.
Chúng sinh địa ngục
thấy được cảnh này
cất tiếng reo vui.

X-15. Tương tự như vậy,
nương thiện căn này,
trùng điệp biển mây
chư đại bồ tát,
như đức Phổ Hiền
cùng chư vị khác,
mưa xuống biển mưa
an vui thơm mát,
cho cõi địa ngục
đầy ắp niềm vui.

X-16. Nguyện cõi súc sinh
thoát cảnh hải hùng
nhai nuốt lẫn nhau.
Nguyện cõi nạ quĩ
được nguồn an lạc
Bắc Câu Lư Châu,

X-17. no đủ, tắm mát,
nhờ dòng sữa ngọt
rót từ ngón tay
đức Quan Thế Âm.

X-18. Nguyện cho người mù
thấy được hình sắc;
nguyện cho người điếc
nghe được âm thanh;
nguyện cho sản phụ
được giống như là
Hoàng Hậu Ma Da,
không gặp đớn đau
trong lúc lâm bồn.

X-19. Nguyện người thân trần
tìm được y áo.
Nguyện người đang đói
kiếm được miếng ăn.
Nguyện người đang khát
tìm ra thức uống,

cùng nguồn giải khát
thơm ngon tuyệt diệu.

X-20. Nguyện cho người nghèo
tìm được tài sản.

Nguyện người yếu khổ
thấy được niềm vui.

Nguyện kẻ tuyệt vọng
gặp nguồn hy vọng,
vĩnh viễn sống trong
bình an hạnh phúc.

X-21. Nguyện người tật bệnh
thoát mọi bệnh khổ.

Nguyện nạn thiên tai
vĩnh viễn không còn.

X-22. Nguyện kẻ khiếp sợ
dứt cơn sợ hãi.

Nguyện kẻ tù đày
thoát cảnh cùm gông.

Nguyện kẻ yếu hèn
tìm ra sức mạnh.

Nguyện cho chúng sinh
sống trong cõi thế
đều biết quay về
nâng đỡ lẫn nhau.

X-23. Nguyện cho lữ hành

trên mọi bước đường
đều gặp hạnh phúc,
không nhọc công vất
làm được tất cả
những gì muốn làm.

X-24. Nguyện người đi biển

tìm được hết thủy
mọi điều mong muốn,
trở về đất liền
bình an vô sự,
sum vầy đoàn tụ
cùng với thân nhân.

X-25. Nguyện khách lữ hành

lạc bước lỡ chân,
sớm gặp đồng hành,
không sợ cướp bóc,
hùm, beo, thú dữ,
đường đi thông dong
không chút mỏi mệt.

X-26. Nguyện kẻ lạc loài

ở nơi hoang dã
không bóng người qua,
hải hùng hoang vắng,
kẻ say, kẻ điên
trẻ thơ, người già,
không nơi nương tựa,
đều được chư Thiên
che chở hộ trì.

X-27. Nguyên cho chúng sinh
thoát cảnh ràng buộc,
có được chánh tín,
trí tuệ, từ bi,
lương thực đầy tràn,
cung cách uy nghi,
luôn nhớ đời trước.

X-28. Nguyên cho mọi người
tài sản bất tận,
như hư không tạnh,
không hề mang lại
tranh chấp, tổn hại,
hưởng dụng tùy ý.

X-29. Nguyên kẻ xấu xí
được tướng trang nghiêm.
Nguyên người dị dạng
được thân toàn hảo.

X-30. Nguyên kẻ mạng thấp
trong cõi thế gian
sinh vào mạng cao.
Nguyên kẻ thấp kém
có được địa vị.
Nguyên kẻ kiêu căng
trở thành khiêm tốn.

X-31. Nương công đức này,
nguyện khắp chúng sinh
từ bỏ ác hạnh,
vĩnh viễn làm theo
những việc tốt lành,

X-32. và không bao giờ
lìa bỏ để tâm,
luôn đi sâu trong
pháp hành bồ tát,
luôn được chư Phật
hộ niệm giữ gìn,
tận diệt hết thảy
ác hạnh ma vương.

X-33. Nguyên khắp chúng sinh
sống đời trường thọ,
an vui hạnh phúc,
đến cả chữ “chết”
cũng chưa hề nghe.

X-34. Nguyên khắp mọi nơi,
có biết bao nhiêu
vườn cây như ý,
pháp âm ngân vang
lời giảng của Phật
cùng chư trưởng tử.

X-35. Nguyên cho mặt đất
ở khắp mọi nơi
không đá gập ghềnh,
như ngọc lưu ly,
như lòng bàn tay
muốt trơn phẳng mịn.

X-36. Trong hàng đệ tử,
nguyên chúng bồ tát
nhiều đến vô lượng,
ngồi kín mọi nơi,
uy nghi trang điểm
khắp mặt đất này.

X-37. Nguyên cho chúng sinh
lắng nghe không ngừng
âm thanh diệu pháp
đến từ chim muông,
đến từ cây rừng,
đến từ ánh sáng,
hay từ không gian.

X-38. Nguyên luôn thấy Phật
cùng chư trưởng tử.
trùng điệp trời mây,
cúng phẩm vô tận,
mang hết kính dâng
bạc Thầy cõi thế.

X-39. Nguyên xin chư Thiên
cho mưa đúng thời,
cho khắp mùa màng
xanh tốt sum xuê.
Nguyên cho quốc vương
thuận theo chánh pháp.
Nguyên cho con dân
thịnh vượng cát tường.

X-40. Nguyên thuốc chữa lành

mọi cơn bệnh dữ.
Nguyện cho mật chú
luôn được thành công.
Nguyện đà kì ni,
quí ăn thịt người
khởi được từ tâm.

X-41. Nguyện khắp chúng sinh
không có một ai
phải chịu nạn khổ,
tạo tác ác nghiệp,
gặp cảnh tật bệnh,
khổ vì sợ hãi,
hay vì bị người
sỉ nhục khinh khi.
Cũng không bao giờ
khổ vì trầm cảm.

X-42. Nguyện cảnh chùa chiền
luôn được thanh tịnh,
trường tồn hưng thịnh
tu học, tụng kinh.
Nguyện cho tăng đoàn
sống trong lục hòa,
chí nguyện xuất gia
toàn thành viên mãn.

X-43. Nguyện người xuất gia
có chí nguyện tu,
được chốn lan nhã,
xả bỏ tán tâm,
an trú trong định
thuần tâm nhu nhuyễn.

X-44. Nguyện cho chư ni
được đủ vật chất,
thoát hết tất cả
tranh chấp tổn hại.
Tương tự như vậy,
nguyện người xuất gia
trang nghiêm giới hạnh.

X-45. Nguyện người phá giới
sám hối tội này,
tiêu trừ nghiệp lực
sinh cõi bình an,
uy nghi giới hạnh,
không còn suy thoái.

X-46. Nguyện cho kẻ trí
luôn được tôn vinh,
được người giữ gìn,

hiến cúng rộng rãi,
tâm luôn thanh tịnh,
danh lừng mười phương.

X-47. Nguyên không còn ai
chịu khổ ác đạo,
cũng không bao giờ
nhọc nhàn vất vả,
mau chóng viên thành
thắng thân của Phật,
thù thắng hơn cả
thân của chư thiên.

X-48. Nguyên khắp chúng sinh
cúng dường chư Phật
nhiều vô số kể,
luôn hưởng được nguồn
an vui thắng diệu
của chư Như Lai.

X-49. Hết thầy bồ tát
vì khắp chúng sinh
có tâm nguyện gì,
nguyện đều thành tựu.
Và xin nguyện cho
khắp cả chúng sinh
hưởng được tất cả
tâm ý của Phật
cùng chư bồ tát
hướng về chúng sinh.

X-50. Tương tự như vậy
nguyện Bích Chi Phật
cùng chư Thanh Văn
được nguồn an vui.

X-51. Và cho đến khi
đạt hoan hỷ địa,
nguyện nương lòng từ
của đức Diệu Âm
mà tôi luôn được
nhớ lại đời trước,
vui hạnh xuất gia.

X-52. Nguyên tôi luôn sống
với chút lương thực
đơn giản thông thường.
Nguyện mọi đời kiếp
tìm được nơi trú
thanh tịnh toàn hảo.

X-53. Mỗi khi trong tôi

khởi tâm muốn thấy
hay là muốn hỏi,
nguyện được diện kiến
bồ tát Diệu Âm,
không chút ngần ngại.

X-54. Như đức Văn Thù
toàn thành mục tiêu
cho khắp chúng sinh
cùng tận không gian,
nay tôi cũng nguyện
làm theo như vậy.

X-55. Không gian vẫn còn,
chúng sinh vẫn còn,
thì tôi còn vẫn
ở lại chốn này,
quét tan khổ nạn
của khắp chúng sinh.

X-56. Nguyện cho khổ nạn
của khắp chúng sinh
trở quả nơi tôi.
Nương vào năng lực
chúng Tăng bồ tát,
nguyện khắp chúng sinh
hưởng được đầy nguồn
an vui thắng diệu.

X-57. Nguyện cho chánh pháp
là thuốc duy nhất
chữa lành bệnh khổ,
là gốc rễ của
mọi nguồn an vui,
luôn được muôn loài
hỗ trợ tôn kính,
tồn tại dài lâu.

X-58. Tôi xin kính lạy
bồ tát Diệu Âm:
nhờ ơn của ngài
mà tâm thiện khởi.
Kính lạy đạo sư
cùng chư đạo hữu:
nhờ ơn chư vị
tâm thiện phát huy.

/ HẾT CHƯƠNG MƯỜI /

Ghi chú chương 10:

[1] Bồ tát Quan Thế Âm.

[2] Manjughosha: một tên khác của đức Manjushri, là đức Văn Thù Sư Lợi.

CUỐI SÁCH:

Đến đây chấm dứt bài pháp Bodhicharyavatara, Nhập Bồ Đề Hạnh Luận, do đại sư Shantideva soạn tác.

Sách này do học giả xứ Ấn Sarvajnadeva và tỷ kheo kiêm dịch giả Kawa Peltsek chuyển Tạng ngữ và hiệu đính thành định bản dựa trên bản chép tay đến từ Kashmir. Về sau bản dịch này lại được học giả xứ Ấn Dharmashibhadra và hai vị tỷ kheo kiêm dịch giả xứ Tây Tạng, Rinchen Zangpo và Shakya Lodro hiệu đính dựa theo nguyên bản đến từ Magadha đi kèm với luận giải. Về sau, thêm một lần nữa bản dịch này lại được học giả xứ Ấn Sumatikirti và vị tỷ kheo kiêm dịch giả Ngok Loden Sherab hiệu đính.

Hồng Như chuyển Việt ngữ - Bản hiệu đính, 21/03/2014

Mọi sai sót là của người dịch

Mọi công đức xin hồi hướng pháp giới chúng sinh.

Ghi chú của dịch giả:

Sách này có thể đọc chung với bài pháp Chói Rạng Ánh Mặt Trời của ngài Patrul Rinpoche, là cầm nang hành trì của Nhập Bồ Đề Hạnh Luận.
