

Tịch Thiên (Shantideva)

NHẬP BỒ TÁT HẠNH

Nguyên tác Phạn ngữ:
Bodhisattvacharyavatara

Hoa dịch: Trần Ngọc Giao

Việt dịch: Thích nữ Trí hải

Thành kính dâng lên Giác linh

*Ni Trưởng (thượng) DIỆU (hạ) KHÔNG,
người trọn đời thể hiện tâm BỒ ĐỀ tôn quý.*

Mục lục

Lời nói đầu	...
Tiểu sử Tôn giả Tịch thiên (Sàntideva)	...

PHẦN VĂN VẤN

<i>Chương I:</i>		
NHỮNG LỢI LẠC CỦA BỒ ĐỀ TÂM	...	
<i>Chương II:</i>		
SÁM HỐI TỘI NGHIỆP	...	
<i>Chương III:</i>		
GÌN GIỮ TÂM BỒ ĐỀ	...	
<i>Chương IV:</i>		
KHÔNG BUÔNG LUNG	...	
<i>Chương V:</i>		
GIỮ GÌN CHÍNH TRI	...	
<i>Chương VI:</i>		
NHÂN NHỤC	...	
<i>Chương VII:</i>		
TINH TẤN	...	
<i>Chương VIII:</i>		
THIỆN ĐỊNH	...	
<i>Chương IX:</i>		
TRÍ TUỆ	...	
<i>Chương X:</i>		
HỒI HƯỚNG	...	

PHẦN VĂN XUÔI

Chương I:

NHỮNG LỢI LẠC CỦA BỒ ĐỀ TÂM ...

Chương II:

SÁM HỐI TỘI NGHIỆP ...

Chương III:

GÌN GIỮ TÂM BỒ ĐỀ ...

Chương IV:

KHÔNG BUÔNG LUNG ...

Chương V:

GIỮ GÌN CHÍNH TRI ...

Chương VI:

NHÂN NHỤC ...

Chương VII:

TINH TẤN ...

Chương VIII:

THIỆN ĐỊNH ...

Chương IX:

TRÍ TUỆ ...

Chương X:

HỒI HƯỚNG ...

Lời nói đầu của người dịch Việt Ngữ

Cách đây vài năm, tôi đã được đọc dịch phẩm *Bồ tát hạnh* của thầy Trí Siêu và sau đó, bản dịch tiếng Pháp *Vivre en héros pour l'éveil*. Sách này đã gây cho tôi một chấn động sâu xa, nhất là thấy đa số các học giả và hành giả Phật giáo hiện nay trên thế giới đều ít nhiều chịu ảnh hưởng của nó trong hầu hết các bài giảng, tác phẩm, dịch phẩm của họ; đủ biết ảnh hưởng nó sâu rộng chừng nào. Được biết luận này mang tên *Nhập bồ tát hạnh* của bồ tát Tịch thiên sống tại miền Nam Ấn vào thế kỷ thứ bảy (xem tiểu sử do thầy Trí Siêu biên soạn). Đây là một trong ba tác phẩm của ngài để lại, nguyên văn Phạn ngữ theo thể kệ tụng, là sách gối đầu giường của tăng ni phật tử tại các nước theo đại thừa ở Ấn độ vào thế kỷ thứ tám, thời gian đại thừa cực thịnh, và sau đó, tại các nước tây vức như Mông cổ, Tây Tạng suốt

ngàn năm, và hiện rất thịnh hành ở các nước tây phương, đã có nhiều bản dịch đủ các thứ tiếng. Riêng Pháp ngữ đã có hai ba bản dịch, Anh ngữ cũng vậy, so ra không sai biệt bao nhiêu, đủ biết các dịch giả tây phương làm việc rất nghiêm túc, nhờ sự hướng dẫn của chính các vị thượng sư đang thực hành các pháp đề cập trong sách này. Các ngài là những bài Pháp sống động đã vừa hướng dẫn, vừa đem lại nguồn hứng khởi cho những dịch giả. Các pháp được đề cập không ngoài mười hạnh Phổ hiền, sáu ba la mật, tịnh chỉ và tuệ quán, lý Tánh không theo lập trường Trung quán mà tác giả, Bồ tát Tịch thiên, là đại biểu. Có thể nói đây là một bổ túc và giải rộng giới bản Bồ tát đặc biệt dành cho giới xuất gia, nhưng cũng có thể phổ cập cho tất cả mọi người, nhất là tám chương đầu của sách đã được chuyển dịch thành thơ lục bát và song thất.

Vì sự gò bó của vần điệu, chắc chắn dịch thơ không thể nào lột hết thánh ý trong nguyên bản, nên song song với bản dịch thơ, còn có bản dịch văn xuôi. Bởi vậy, gặp những chỗ khó hiểu trong bản dịch thơ, xin độc giả tham khảo câu, phần tương đương trong bản dịch văn xuôi. Ngoài ra, trong khi dịch văn xuôi, để giúp người chưa rành những từ ngữ Phật giáo và pháp số, tôi có chú thêm giải thích trong ngoặc đơn kèm theo ngay sau mỗi từ khó hiểu.

Bản dịch này căn cứ trên bản gốc bằng Hán ngữ của Trần Ngọc Giao dịch từ Tạng ngữ kèm chú giải bằng tiếng Phổ thông, do Tạng hải xã Đài Bắc xuất bản (Trung hoa dân quốc năm 81); đồng thời tham khảo bản tiếng Pháp nói trên của Georges Driessens, Editions du Seuil xuất bản 1993, và bản Anh dịch của Stephen Batchelor, *A Guide to the Bodhisattva's Way of Life*, Library of Tibetan Works and Archives xuất bản 1979. Xin chư Bồ tát gia hộ cho bản dịch này không quá xa Thánh ý.

Bản dịch này có ra là nhờ thầy Pháp Quang ở Texas đã khuyến khích dịch văn vần, và gửi tài liệu để tham khảo. Xin nhân dịp

này bày tỏ lòng biết ơn đối với quý thầy
Pháp Quang, Hạnh Nguyễn cùng nhiều vị
khác ở hải ngoại từ bao năm nay đã gửi cho
rất nhiều tư liệu quý báu và cập nhật.

Nguyễn đời đời kiếp kiếp được gặp Bồ đề
quyển thuộc, chỉ ra đời và sống vì an lạc cho
nhiều người, vì hạnh phúc cho nhân loại và
chư thiên.

Tháng 3, 1998
Tỳ kheo ni Trí hải

TIỂU SỬ TÔN GIẢ TỊ CH THIÊN (SHÀNTIDEVA)

- Thích Trí Siêu -

Theo truyền thuyết tôn giả Sântideva sinh ở miền Nam Ấn, vùng Sri Nagara vào khoảng thế kỷ thứ 7. Ngài là thái tử con vua Surastra. Từ những kiếp quá khứ, ngài đã cúng dường phụng thờ nhiều đức Phật và đã tích tụ nhiều căn lành đưa đến giải thoát. Nhờ phước đức ấy nên ngay từ lúc ấu thơ, ngài đã nhiều lần chiêm bao thấy Văn Thù Bồ Tát. Lớn lên, đến tuổi sắp được vua cha truyền ngôi, một hôm ngài nằm mộng thấy hai vị Bồ tát: Văn thù và Tara¹. Bồ tát Văn Thù ngồi trên ngai vàng, bảo ngài rằng: "Ở đây không có chỗ cho hai người." Bồ tát Tara tưới nước nóng trên đầu

¹Tara là một hóa thân nữ của Quán Thế Âm, trong Phật giáo Ấn độ và Tây tạng được nói đến rất nhiều. Quán Thế Âm, khi nhìn thấy chúng sinh đau khổ, ngài nhỏ lệ từ bi và giọt lệ này rơi xuống hóa thành Tara.

ngài và nói rằng: "Vương quyền chính là nước sôi bỏng của địa ngục. Ta đang tấn phong cho người với nước này đây."

Tỉnh dậy, ngài hiểu rằng đó là sự khuyến cáo của hai vị Bồ tát, nên đêm hôm trước ngày lên ngôi, ngài rời bỏ cung thành trốn vào rừng sâu. Sau 21 ngày lang thang trong rừng, vừa khát vừa đói, ngài gặp được một con suối, sắp sửa định uống thì có một thiếu nữ xuất hiện bảo ngài đừng uống vì đó là nước độc, sau đó thiếu nữ dâng cho ngài một thứ nước thơm ngọt như cam lồ. Giải khát xong, ngài hỏi thiếu nữ: "Cô ở đâu đến?"- Thiếu nữ trả lời: "Ở giữa khu rừng mênh mông này là nơi thầy tôi ở, ngài rất đạo đức, từ bi và đã thành tựu phép tam muội của Văn Thù Kim Cang Sư Lợi (Sri Manjuvajra). Tôi từ đó đến đây." Vừa nghe như thế, tôn giả Sântideva mừng rỡ như kẻ nghèo bắt được vàng, yêu cầu thiếu nữ dẫn Ngài đến gặp vị thầy kia. Đến nơi ngài thấy đó là một hành giả (Yogi) sống trong một chòi lá, ngài liền đảnh lễ, xưng tán cúng dường và cầu xin được truyền phép tam muội của Văn thù Bồ tát. Sau 12 năm ở đó tu tập, ngài chứng được phép tam muội trên, thấy được vị thầy kia chính là Văn Thù và thiếu nữ kia chính là Tara. Kể từ đó ngài luôn luôn được

thấy Văn Thù Bồ tát. Sau đó ngài đi về phương đông, xin vào làm việc trong triều của vua Pancamasimha. Nhờ tài giỏi và thông minh nên ngài được vua trọng vọng cho làm Thừa tướng. Để tỏ lòng thành kính nhớ ơn vị thần linh chủ hộ của mình, tức Văn Thù Bồ tát, ngài luôn đeo trên mình một thanh kiếm gỗ¹. Ngài giúp vua trị vì đúng theo Phật pháp và truyền dạy nhiều kỹ nghệ mới lạ. Điều đó khiến các vị đại thần khác ganh tức, tìm cách dèm pha và hãm hại ngài. Họ bảo vua rằng: "Thừa tướng là một người gian xảo, luôn đeo trên mình một thanh kiếm mà không bao giờ rút ra cho ai xem cả. Chúng tôi biết thanh kiếm ấy làm bằng gỗ. Gặp lúc nguy biến làm sao Thừa tướng có thể cứu nguy cho Bệ hạ được? Xin Bệ hạ hãy khám nghiệm lại." Vua tin lời, cho triệu Thừa tướng vào bắt phải rút kiếm ra khỏi vỏ cho vua xem. Thừa tướng nói: "Kiếm của tôi, Bệ hạ không thể nhìn được, nếu không Bệ hạ sẽ hối hận." Nghe vậy, vua càng nghi ngờ nhất quyết đòi xem. Cuối cùng, Thừa tướng nói với vua: "Nếu Bệ hạ nhất quyết muốn xem thì hãy theo tôi đến chỗ

¹Văn Thù Bồ tát, thường hiện thân, tay phải cầm kiếm trí huệ, tay trái cầm kinh Bát Nhã.

vắng, lấy tay che mắt phải lại, chỉ nhìn bằng mắt trái thôi." Vua chấp thuận và thừa tướng rút kiếm ra, hào quang lóe lên quá mạnh khiến con mắt trái của vua rơi xuống đất. Vua liền ăn năn hối hận, biết ngài là một người đặc đạo, một Đại thành tựu giả¹ nên cầu xin sám hối. Biết vua đã ăn năn, Thừa tướng nhặt mắt trái của vua bỏ vào tròng lại khiến vua khỏi mù. Sau đó tôn giả từ bỏ chức Thừa tướng, tìm đến Tu viện Nalanda, xuất gia thọ giới, được đặt tên là Sàntideva. Sau khi nghe hết 3 tạng kinh điển, tôn giả thâm biên soạn 3 bộ luận: Siksàsamuccaya, Sùtrasamuccaya và Bodhicaryavatàra. Ngài tu mật hạnh, học trực tiếp với Văn Thù Bồ tát trong thiền định. Tất cả thời ăn, ngủ, đi, đứng, ngài đều thiền quán về Thanh Quang. Tuy vậy chúng tăng bên ngoài thấy ngài chỉ ăn với ngủ không chịu văn, tư, tu gì cả. Thấy thế một số Thượng tọa học giả họp nhau lại định tống khứ Ngài ra khỏi tu viện. Có người cho ý kiến: "Nếu chúng ta họp lại, bắt mỗi người phải tuần tự trùng tuyên lại Kinh Luận, chắc chắn y phải tự động rút lui, rời bỏ tu viện vì y

¹Mahasiddha: người tu hành đặc đạo có thần thông.

chỉ ăn và ngủ đâu có bao giờ tu học gì." Thế rồi đến phiên tôn giả Sàntideva phải trùng tuyên lại Kinh Luận, ban đầu ngài từ chối, nói rằng không biết gì. Chúng tăng muốn làm nhục ngài nên làm bộ nài nỉ, cuối cùng ngài nói: "Nếu vậy, phải làm cho tôi một tòa sư tử¹ tôi mới trùng tuyên." Nghe vậy có vài người đâm ra nghi ngờ, nhưng đa số chấp thuận vì tin rằng ngài không thể trùng tuyên Kinh Luận gì được. Sau khi lên ngôi tòa sư tử, ngài hỏi: "Các vị muốn tôi tụng lại Kinh Luận đã có từ trước hay những sáng tác mới sau này?" Vì muốn chế giễu ngài nên đại chúng nói: "Những sáng tác mới sau này." Thế là ngài bắt đầu tụng lên Bồ Tát Hạnh (Bodhisattavacaryavatara). Khi tụng đến câu: *Khi Có và Không không còn khởi lên trong tâm...*, thì ngài bay lên hư không rồi từ từ biến mất, nhưng tiếng của ngài còn vọng lại cho đến câu kệ cuối cùng của Bồ Tát Hạnh. Không thấy ngài nữa, tăng chúng hối hận trở về phòng ngài tìm kiếm, thấy trên bàn để lại 3

¹Simhasana: Tòa ngồi chỉ dành cho những hàng Tỳ kheo Trưởng lão Pháp sư.

quyển: Sùtrasamuccaya¹,
Sikṣasamuccaya và Bodhicaryāvatāra (*Nhập
bồ tát hạnh*).

¹Hai tập Sikṣasamuccaya (Giáo Tập Yếu) và Bodhicaryāvatāra (Bồ Tát Hạnh) chắc chắn tác giả là ngài Sāntideva, riêng tập Sùtrasamuccaya, đa số các học giả đều công nhận tác giả là ngài Long Thọ (Nāgārjuna). Tiểu sử này tôi rút ra từ 2 tài liệu History of Buddhism in India của Taranatha và La Légende de Sāntideva trong Indo-Iranian Journal Volume XVI. Trong tạng Luận của Tây tạng có nói đến bộ Mdo.sde.sna.tshogs.kyi.mdo.btus.pa mà học giả Marcelle Lalou đã chuyển sang lại Sanskrit là Visvasùtrasamuccaya, tập này ngày nay đã bị mất tích. Theo học giả J.W.De Jong thì có lẽ 2 tập này tương tự nhau nên các sử gia Tây tạng và luận gia Ấn độ cùng cho tác giả của Kinh Tập Yếu (Sùtrasamuccaya) là ngài Sāntideva. Kinh Tập Yếu đã được Hòa thượng Linh Sơn thượng Huyền hạ Vi dịch từ Hán văn ra Việt văn năm 1985 với tựa đề là Yếu Nghĩa Phật Pháp.

NHẬP BỒ TÁT HẠNH

Chương Một

NHỮNG LỢI LẠC CỦA BỒ ĐỀ TÂM

1-4 Kính lễ Phật, pháp thân thường tại
Kính lễ hiền thánh trải mười phương
Con nay ghi lại Lời vàng
Luật nghi Phật chế cho hàng xuất gia.
Vụng về dột mấy vần thơ
Chỉ mong mình khỏi phai mờ tín tâm
Phúc thay ta được thân nhân loại
Hãy dùng thân tự lợi, lợi tha
Dịp này nếu để luống qua
Thì khi chết đến biết là về đâu

5. Như làn chớp loáng qua mau
Chiếu soi vạn vật giữa mầu đêm đen
Thế gian nhờ đấng Chí tôn
Pháp lành hi hữu vô ngần hiện ra.

6. Căn lành ở trong ta thường yếu
Ác nghiệp thì công hiệu xiết bao
Bồ đề tâm chẳng nường theo
Không sao thắng nổi quá nhiều chướng
duyên.

7. Ba đời chư Phật chứng minh
Bồ đề tâm ấy thực là nh lợi thay
Hữu tình vô lượng nhờ đây
Mà mau được hạnh phúc tày non cao.

8. Ai muốn dứt khổ sâu cõi tạm
Muốn được nhiều vô hạn niềm vui
Muốn mong cứu giúp mọi người
Đừng bao giờ để buông lơi tâm này.

9. Chúng sinh trong cõi luân hồi
Bồ đề tâm ấy tạm thời khởi lên
Tức thì tất cả nhân thiên
Gọi là Con Phật rất nên nể vì.

10. Như hóa chất để xi vàng khối
Bồ đề tâm chuyển đổi thân dơ
Sinh từ máu huyết mẹ cha
Ra thân Phật thật, một tòa kim cương.

11. Đạo sư trí tuệ vô ngần
Xem tôn quý nhất cái tâm bồ đề
Ai người muốn thoát sông mê
Hãy nên giữ vững bồ đề tâm kia.

12. Hạnh lành khác chỉ như cây chuối
Cho quả xong tàn lụi héo hon
Cây Bồ đề vẫn xanh luôn
Không ngưng kết trái đơm bông cõi đời.

13. Như người phạm tội tội bởi
Nhờ nương dưỡng sĩ tức thời được an
Kẻ cầu thoát khỏi nguy nan
Sao không sớm liệu nương tâm bồ đề.

14. Như ngọn lửa ở thì Kiếp hoại
Trong phút giây thiêu cháy tội khiên
Công đức tâm ấy vô biên
Được ngài Di lạc dạy khuyên Thiện Tài.

15. Tóm thâu hai loại sau đây
Cũng từ một họ Bồ đề tâm ta
Một là Tâm nguyện tỉnh ra
Hai là Tâm hạnh, gắng mà làm theo.

16. Bậc hiền trí hiểu sâu hai thứ
Chỗ khác nhau giữa muốn và làm
Như du hành, mới phát tâm
Khác xa với việc dẫn thân trên đường.

17. Trong vòng sinh tử nhiều nương
Nguyện Bồ đề đủ đem đường yên vui
Nhưng kho công đức bởi bởi
Là Bồ đề hạnh nơi người phát tâm.

18. Và với kẻ trong tâm nắm vững
Hạnh bồ đề thề chẳng thối lui
Mong sao cứu vớt muôn loài
Chúng sinh thoát khỏi cảnh đời trầm luân.

19. Kể từ khi phát đại tâm
Dù khi đang ngủ hoặc không nghĩ gì
Thiện căn tiếp tục tràn trề
Như hư không nọ chẳng hề sút sa.

20. Đức Phật vì xót xa kẻ đại
Ham dừng chân ở tại Tiểu thừa
Bản kinh *Diệu Tỳ hỏi thừa*
Nói nhiều công đức kẻ vừa phát tâm.

21. Dù khi thấy một chúng sinh
Gặp cơn đau nhức không đành làm ngơ
Tâm nhiều ích ấy còn dư
Phúc lành cho kẻ tâm từ bữa lan.

22. Huống hồ kẻ phát tâm quảng đại
Mong xua tan vạn loại khổ sầu
Mong đem hạnh phúc thanh cao
Cho vô lượng chúng sinh nào trầm luân.

23. Có ai, cha, mẹ, chư thiên
Phạm thiên cõi dục ai nguyện phát tâm
Lớn lao quảng đại nào bằng
Bồ đề tâm nguyện của hàng sơ cơ?

24. Người ta chẳng bao giờ mơ tưởng
Tâm bồ đề dù hướng bản thân
Huống là hướng đến tha nhân
Mà mong phát nổi cái tâm thượng thừa.

25. Chỉ vì một bản thân ta
Còn chưa phát được hướng là vì ai
Phát tâm lợi ích muôn loài
Là tâm tôn quý muôn đời hiếm khan.

26. Như ngọc báu trần gian không khác
Bồ đề tâm an lạc cho đời
Thuốc mầu đau khổ nhẹ với
Cõi nguồn hạnh phúc không lời nào đo.

27. Nghĩ lành cho chúng sinh thôi
Còn hơn lễ lạy Như Lai pháp tòa
Nói gì công đức bao la
Mang cho tất cả muôn nhà niềm vui?

28. Ai cũng muốn xa rời khổ não
Tại sao mà khổ não càng tăng
Muốn mình hạnh phúc an khương
Ngu si tự phá phước dưỡng cừu nhân.

29. Với người không chút bình an
Trong tâm chất chứa miên man khổ sầu
Bồ đề tâm ngọc báu mầu
Xua tan thống khổ, rạt rào vui dâng.

30. Lại xóa tan mê lầm bao nỗi
Hạnh lành nào sánh với tâm đây?
Bạn hiền nhân thế nào tày ?
Bồ đề công đức lành thay ai bì.

31. Kẻ nào đền đáp ân nghi
Còn nên khen ngợi chỉ vì nhớ ơn
Huống gì Bồ tát gia ân
Với niềm vui sướng chẳng cần chờ xin.

32. Thế gian kính hiền nhân những kẻ
Một đôi lần san sẻ thức ăn
Cho người thiếu thốn cơ bản
Thỏa cơn bỉ cực chút phần nào thôi.

33. Huống chi Bồ tát suốt đời
Dem nguồn phúc lạc Như Lai trọn lành
Trút cho vô lượng quần sanh
Nhờ đây thỏa được muôn nghìn ước ao?

34. Phật từng dạy kẻ nào nghĩ quấy
Về một người như vậy ân nhân
Sẽ sa địa ngục muôn lần
Bao nhiêu nghĩ, bấy nhiêu phân đọa đày.

35. Một lời ca tụng lành thay
Gặt nên quả phúc gấp hai ba lần
Hiền nhân dù gặp khó khăn
Không sinh lầm lỗi còn tăng hạnh lành.

36. Ai người phát đại tâm trân quý
Cho tôi xin kính lễ chân thành
Cho vui đến kẻ hại mình
Tôi xin quy kính suốt lành Từ Bi.

Chương Hai

SÁM HỐI TỘI NGHIỆP

1. Mong gìn giữ tâm tối tôn
Con xin dâng cúng Thế tôn vô lượng
Pháp ngài vô cấu thanh lương
Thánh tăng công đức sánh dường biển khơi.
2. Bao nhiêu thứ hoa tươi quả quý
Và đủ mùi mỹ vị cao lương
Bao nhiêu kho báu trần gian
Nước trong suối mát giải cơn khát lòng.
3. Nguy nga núi ngọc chất chồng
Vườn thiên khả ái rừng tòng yên vui
Hoa tươi trái báu cây trời
Thướt tha buông rủ khắp nơi rừng này.
4. Những hương lạ cõi trời thơm ngát
Hương bột cùng Cây ước trang nghiêm
Mùa màng tươi tốt tự nhiên
Mọi đồ trang sức đáng nên cúng dường.
5. Hồ ao đầy dẫy sen thơm
Tiếng thiên nga hát dịu êm tai người

Bao nhiêu cảnh sắc nơi nơi
Nước non vô chủ cuối trời chân mây.

6. Bằng tâm tưởng con nay tạo tác
Hiến dâng ngài, chư Phật Thế Tôn
Cùng chư Bồ tát mười phương
Xin thương nhận của cúng dường con đây.

7. Con nghèo phước đức trắng tay
Chẳng còn chi khác dâng ngài cho đang
Cúi xin Từ phụ xót thương
Cho con được chút cúng dường này thôi.

8. Nguyên đem thân tâm này, tất cả
Dâng Phật và Bồ tát ngôi cao
Đức từ thương xót nhận thâu
Con xin làm kẻ tở hầu chư tôn.

9. Chở che nhờ đức chư tôn
Lợi sanh thẳng tiến con còn lo chi
Thân tâm ác nghiệp viễn ly
Nguyên muôn đời kiếp xa lìa tội khiên.

10. Đây nhà tắm trang nghiêm thơm ngát
Ngọc lưu ly đá lát nền gương
Lung linh thạch trụ sáng choang
Trên cao bông rủ bảo tràng lọng châu.

11. Đây bao bình đẹp báu màu
Nước thơm sung mãn như bầu rượu tiên
Nhạc âm thánh thót êm đềm
Xin chừ tôn ngự bước lên tảo trần.

12. Đây khăn sạch ướp xông hương quý
Trên thế gian không thứ so bì
Xin lau ngọc thể chừ vì
Dâng lên những tấm thượng y đẹp màu.

13. Trăm ngàn y phục nhuyến nhu
Cùng đồ trang sức nhiệm màu tuyệt luân
Trang nghiêm Bồ tát pháp thân
Văn thù, Biến cát, Quan âm các ngài.

14. Đây hương bột vượt ngoài tam thế
Con dùng thoa thân thể Như lai
Kim thân vi diệu các ngài
Như vàng khéo luyện sáng ngời pháp thân.

15. Mâu ni ruộng phước nào bằng
Con xin dâng cúng hoa thơm đủ màu
Huệ, lài, sen đẹp xinh sao
Tràng hoa đeo cổ con đều hiến dâng.

16. Và mây hương ngút tầng thiên giới
Mùi hương thơm ngát cõi người ta

Thức ăn vi diệu thiên hà
Con xin dâng cúng pháp tòa Như lai.

17. Những đèn trên báu con dâng
Ngự trên những đóa sen bằng vàng nguyên
Đất thơm đầy rải khắp nền
Hoa tươi đẹp ý dâng lên các ngài.

18. Chúa tể đại bi Ngài xứng hiệu
Đây lầu cao muôn diệu ca ngâm
Với bao báu vật rủ giảng
Đầy hư không giới, con dâng lên ngài.

19. Con xin cúng Phật Như lai
Lọng che dát ngọc cán tay bằng vàng
Viền quanh đủ thứ điểm trang
Rất nên mỹ lệ mắt nhìn khó lờ.

20. Thêm những thứ rất là tao nhã
Đồ cúng kèm nhã nhạc điểm tô
Như mây tan hết buồn đau
Nguyện cho cảnh ấy bao lâu vẫn còn.

21. Xin cho mưa báu tràn tuôn
Rưới hoa châu ngọc cúng dường Như lai
Rưới trên bảo tháp, tượng đài
Trên hàng con Phật, mưa này xối chan.

22. Như xưa Diệu cát tường bồ tát
Đã cúng dâng chư Phật cách nào
Con nay cách ấy học theo
Cúng dường Thiện thế cùng bao Con ngài.

23. Biển công đức đáng Như lai
Hải triều thanh vận mãi hoài ngân nga
Xin cho vô tận âm ba
Hãy vang lên để ngợi ca đức Ngài.

24. Con sẽ hóa thân này muôn ức
Như vi trần, lễ đức Như lai
Thế tôn trong cả ba đời
Con đều kính lễ đồng thời Pháp, Tăng.

25. Lễ ngôi xá lợi thiêng liêng
Lạy nguồn gốc của tâm thiên bồ đề
Chư tăng giới hạnh kiên trì
Cùng hàng thánh chúng trú trì xa lê.

26. Từ hôm nay đến kỳ chánh giác
Con nguyện quay về Phật nấu nường
Xin nường Pháp bảo tối tôn
Nường chư Bồ tát thánh tăng cứu đời.

27. Trước mười phương Phật Như lai
Và chư thánh chúng sẵn bồ đề tâm

Cùng tâm bi mẫn vô ngần
Con xin bộc bạch những vắn tâm can:

28. Từ vô thủy lan man lưu chuyển
Trong đời này hoặc những kiếp qua
Con hằng tạo tội hà sa
Tự làm hoặc khuyến người ta chung làm.

29. Vui theo những kẻ ác nhân
Do tâm mê muội khôn phân chính tà
Bây giờ khi đã tỉnh ra
Con xin sám hối thiết tha nguyện chữa.

30. Phiền não động thân và lời ý
Khiến xui con não hại người trên
Ba ngôi, sư trưởng, song thân
Cùng là những kẻ láng giềng gần xa.

31. Bao nhiêu tội nghiệt hằng sa
Xưa nay đã tạo khó mà thứ dung
Chấp tay quỳ trước chư tôn
Con xin sám hối thề không giấu gì.

32. Tội lỗi có khi chưa sám hết
Mà thân con đã chết mất tiêu
Làm sao qua khỏi hiểm nghèo
Xin thương cứu độ con mau thoát nàn.

33. Tử thân không thể cậy tin
Không chờ ai hết tội khiên ai còn
Chẳng cần có bệnh hay không
Cước ngang thọ mạng bốc đồng thế thôi.

34. Bỏ tất cả, chết rồi đi biệt
Bởi ngu si không biết nghĩ xa
Vì thân thích lẫn oan gia
Xưa kia con đã tạo ra tội nhiều.

35. Đời qua như giấc chiêm bao
Chuyện đời trôi cũng như trào nước dâng
Chỉ còn niệm tưởng trong tâm
Việc đi đi mãi không từng tái lai.

36. Thù địch cũng phôi phai như khói
Người chí thân không khỏi ra tro
Thân ta rồi cũng hư vô
Thế gian đồng một tấn trò huyễn hư.

37. Đời này kể thật phù du
Kẻ thân cùng với oán thù chết luôn
Nhưng bao tội lỗi đã mang
Do tâm yêu ghét rõ ràng còn đây.

38. Không nhận thức mạng này mau chóng
Có rồi không như bóng câu qua

Nên con tạo đủ nghiệp tà
Tham sân xú giục theo đà ngu si.

39. Ngày đêm cứ vậy trôi đi
Đời con cứ vậy từng giây hao mòn
Thời gian đâu chảy ngược dòng
Làm sao không đến tử vong thân này ?

40. Nghĩ đến lúc mạng này sắp hết
Dù vậy quanh chi xiết thân bằng
Nhưng bao thống khổ thê lương
Riêng mình phải chịu để dường ai hay ?

41. Tử thân khi đã kê vai
Người thân, bằng hữu, đâu ai ích gì?
Chỉ còn phước để cứu nguy
Mà con quả thực chưa hề tu qua.

42. Hỡi các đấng chở che cứu vớt
Con đâu ngờ đến nước nôì này
Cuộc đời ngắn ngủi lắm thay
Mà con vì nó chất đầy tội khiên.

43. Xem người tội trước phán quan
Nơi y còn nổi kinh hoàng nào hơn
Miệng khô, sắc mặt héo hon
Hình hài tiều tụy khác hơn mọi ngày.

44. Nói chi xiết trăm bề hãi sợ
Nơi tôi khi quý sứ bắt hồn
Phút giây thần thức lìa thân
Rối ren lăm nổi, bội phần hoang mang.

45. Có ai làm chỗ tựa nương
Cho tôi trong nổi kinh hoàng này không?
Mắt nhìn dáo dác mông lung
Tôi tìm chỗ trú bốn phương cõi bờ.

46. Không thấy giữa bao la vũ trụ
Một nơi nào ẩn trú an thân
Lòng thêm hãi sợ muôn phần
Bây giờ còn biết xoay vần sao đây?

47. Phật thương phò hộ chở che
Cứu sinh linh đức từ bi khôn lường
Ban cho vô úy tâm an
Con quay về để tựa nương Phật ngài.

48. Lại quy y Pháp ngài chứng ngộ
Có thể trừ kinh bố tử sinh
Quy y thánh chúng chư tăng
Chư Bồ tát ấy vì năng cứu người.

49. Trong cơn hoảng sợ tôi bởi
Con xin đem tánh mạng này hiến dâng

Phổ hiền bồ tát chí tôn
Văn thù bồ tát, xin dâng lên ngài.

50. Con cất tiếng bi ai thống thiết
Kêu cứu lên bồ tát Quan âm
Đại bi thề nguyện rất thâm
Xin thương xót kẻ mê lầm là con.

51. Hỡi ngài Kho chứa hư không
Là Hư không tạng, và ông Địa tàng
Cùng chư Bồ tát mười phương
Sẵn tâm bi mẫn, dũ lòng chở che.

52. Quy y Kim cương trì bồ tát
Đấng đủ đầy uy lực vô song
Mà khi sứ giả Diêm vương
Thấy là khiếp vía tứ phương chạy dài.

53. Từ lâu con đã trái sai
Không tuân thánh giáo các ngài dạy răn
Trước cơn lo sợ kinh hoàng
Xin nương bóng cả xua tan hãi hùng.

54. Khi trái gió trở trời thân bệnh
Còn phải theo lời dặn lương y
Huống hồ chứng bệnh mê si
Từ bao đời kiếp bủa vi tâm này.

55. Chỉ căn ác bệnh này thôi

Đủ tàn phá cả muôn người thế gian
Không tìm đâu thấy thuốc thang
Chữa sâu si bệnh cho an tâm người.

56. Đấng Vô thượng y vương toàn trí
Sẵn thuốc hay đặc trị khổ đau
Biết mà không dụng thuốc mầu
Rất nên thống trách, còn ngu nào bằng.

57. Gặp nguy hiểm nhỏ trên đường
Còn nên tránh né đề phòng bước chân
Mê si hiểm gấp nghìn lần
Một phen đọa xuống khó hòng ngoi lên.

58. Đừng nghĩ chết hôm nay chưa đến
Cứ an nhiên lơ chuyện tu trì
Nhưng đời ta mãi trôi đi
Cuối cùng tất phải đến kỳ mệnh chung.

59. Ai cho ta tấm bình an?
Làm sao thoát khỏi muôn vàn sợ run?
Chết là chắc đến bên hông
Thì sao có thể yên tâm hưởng nhàn?

60. Còn gì chẳng những kinh nghiệm cũ
Hay chỉ còn ký ức trong ta?
Vì ôm chấp cái thầy ma
Ta quên giáo huấn thầy đà bảo ban.

61. Chết là đi giữa cô đơn
Giã từ quyền thuộc, bỏ luôn xác này
Độc hành phiêu giạt như mây
Sao còn bận với thù ai ích gì.

62. Tạo điều ác phát sinh đau khổ
Làm sao ta thoát khỏi khổ nhân?
Tư duy như vậy chuyên cần
Ngày đêm không nghỉ thoát vòng tội khiên.

63. Bao nhiêu tội lỗi gây nên
Thuộc về bốn trọng sát sinh dâm tà
Tội do vô ý gây ra
Không hành Phật giới, xấu xa đủ điều.

64. Trước khổ báo kèm theo ác nghiệp
Con vô cùng khủng khiếp ăn năn
Khấu đầu kính lạy chư tôn
Con xin sám hối muôn vàn tội xưa.

65. Xin ngài lân mẫn thứ tha
Bao nhiêu tội lỗi thật là đảo điên
Những gì không phải thiện hiền
Từ nay vĩnh viễn con nguyện xả ly.

Chương Ba

GÌN GIỮ TÂM BỒ ĐỀ

1. Con vui theo những hạnh lành
Dứt trừ thống khổ chúng sinh ba đường
Và đem an lạc cát tường
Cho bao nhiêu kẻ còn vương khổ sầu.
2. Con tùy hỉ hạnh tu phước đức
Tích lũy nhân chánh giác trọn lành
Con vui theo hạnh hữu tình
Quyết tâm ra khỏi tử sinh luân hồi.
3. Vui theo Chánh Giác tốt vời
Vui theo Bồ tát ở mười ngôi cao
Vui theo vô lượng công lao
Ban vui cứu khổ cho nhiều chúng sinh.
4. Khi biết Phật rắp ranh nhập diệt
Con vội vàng tha thiết cầu xin:
Xin ngài trụ thế liên miên
Cho nhân gian khỏi sa miền mê luân.
5. Con quỳ trước Phật mười phương
Chắp tay cầu khẩn xin thương hữu tình

Xin vì tất cả chúng sinh
Đốt lên Đèn Pháp quang minh thế trần.

6. Bao thiện hành như trên tích tập
Vui theo cùng thỉnh Phật chuyển luân
Xin cầu cho cả chúng nhân
Tiêu trừ hết mọi não phiền khổ đau.

7. Chúng sinh nào mắc bệnh lâu
Chưa thuyên giảm, muốn tìm cầu thuốc thang
Nguyện làm y sĩ, được phương
Cùng là khán hộ đỡ cơn khổ nạn.

8. Mong mưa thực phẩm xối chan
Giải trừ đói khát lan tràn khắp nơi
Gặp cơn tai ách cơ trời
Hóa thân làm món ăn với đói lòng.

9. Với bao kẻ trong cơn túng quẫn
Hóa làm kho vô tận không với
Hiện ra ở trước mắt người
Bao nhu yếu phẩm cho đời ấm no.

10. Chỉ vì mong muốn lợi tha
Con không tiếc lẫn dù là vật chi
Thân cùng tài sản những gì
Hạnh lành tất cả hưởng về chúng nhân.

11. Khi chết đã không mang theo được
Sao bằng nay xả trước là hơn
Thân, tài, thiện hạnh thí luôn
Niết bàn hiển lộ trong nguồn tâm ngay.

12. Thân này con đã xả ly
Cho chúng sinh dụng, kể chi nhọc nhằn
Dù ai giết hại cũng cam
Nói chi đánh chửi không phiền mảy may.

13. Dù chúng đem thân này đối tượng
Để chê bai trào lộng linh tinh
Đã cho tất cả hữu tình
Đâu còn luyến tiếc xem mình quý trân?

14. Từ nay con nguyện xả thân
Làm bao thiện sự giúp phần yên vui
Hữu tình ở khắp nơi nơi
Nguyện ai thấy được con thời ích tăng.

15-16. Người thấy con kẻ tin kẻ ghét
Cả hai nhà lợi lạc cùng nên
Dèm pha lãng nhục đảo điên
Cũng thành kết một mối duyên bồ đề.

17-18. Xin chỉ lối cho người khách lữ
Xin làm cầu thuyền chở sang sông

Hóa hòn đảo chốn nghỉ chân
Làm đèn, nô bộc đáp ứng nhu cầu.

19-20. Hóa bò bấu, bảo bình như ý
Thuốc tiên cùng thần chú, cây thiêng
Hóa làm đất nước, hư không
Duy trì sự sống suốt trong muôn đời.

21. Với tất cả muôn loài sinh vật
Ở tận cùng biên giới không gian
Xin làm nguồn sống ủi an
Đến khi tất cả niết bàn mới thôi.

22-23. Noi theo chư Phật Như lai
Sau khi lập nguyện siêng thay tu hành
Con vì lợi ích quần sanh
Phát tâm rồi cũng quyết tình tiến tu.

24. Bậc trí giả từ khi phát được
Tâm Bồ đề hết sức thanh cao
Muốn cho tâm ấy càng sâu
Không ngừng ca tụng công lao tâm này.

25-26. Phúc thay ta được thân người
Được sinh đất Phật, Như lai con nhà
Phải theo tư cách Phật gia
Không dơ dòng giống Phật đà tối tôn.

27. Như kẻ đui khốn cùng rách nát
Mò ngay trong đồng rác được châu
Bồ đề tôn quý xiết bao
Ta nay đã được, phúc nào hơn đây.

28. Bồ đề tâm cam lồ bất tử
Vô tận kho trừ khử khó nghèo
Dược phương chữa bệnh cheo leo
Bóng cây che mát nhóc nheo hữu tình.

29. Bồ đề tâm ấy kiêu lương
Nổi bờ sinh tử niết bàn bến kia
Chúng sinh trên ấy đi qua
Vượt bao nẻo ác đường tà hiểm nguy.

30. Như vầng trăng trong tâm héo hắt
Xua tan niềm khắc khoải sầu đau
Như vầng nhật sáng lên cao
Mây vô minh cũng tan vào hư không.

31-32. Từ trong diệu pháp Thế tôn
Đề hồ tinh chất ngọt ngon kết thành
Hỡi bao lưu lạc hữu tình
Nguồn vui thắng diệu sẵn dành nơi đây.

33. Trước chư Phật Như lai cứu thế,
Con ân cần mời cả chúng sinh

Hưởng vui chánh giác trọn lành
Mong thiên nhân chúng đồng tình hỉ hoan.

Chương Bốn

KHÔNG BUÔNG LUNG

1. Đã phát tâm bồ đề kiên cố
Bồ tát nên nỗ lực cần tu
Siêng năng mỗi nhọc không từ
Luật nghi thề chẳng bao giờ trái sai.

2-3. Việc nào do thiếu nghĩ suy
Hứa rồi có thể bỏ đi cũng đành
Làm sao xả giới cao minh
Phật đà thấy rõ, chính mình cũng tin.

4-5. Bội thề lợi lạc chúng sinh
Dối lừa quả báo sẽ dành mai sau.
Vật hèn đã hứa không trao
Còn sa quỷ đói, thể theo Kinh thường.

6-7. Huống mời chúng hưởng vui tối thượng
Dối gạt nhau cõi thiện nào lên?
Xả tâm mà vẫn chứng nên
Là điều khó hiểu, chỉ riêng Phật rành.

8-9. Xả bồ đề tội chẳng khinh
Làm cho tất cả chúng sinh mất nhờ.

Nếu ai dù chỉ sát na,
Ngại ngần bồ tát, quả kia khôn lường.

10-11. Làm bất an một người đủ khốn
Huống muôn người cùng tận hư không?
Thọ rồi xả giới như không
Thì quanh quẩn mãi trong vòng trầm luân.

12-13. Phải nên theo giới tu lần
Nếu không nỗ lực chắc đành đọa sa.
Độ sanh nhiều Phật đã qua
Do ta chương nặng, hóa ra vô phần.

14. Nay nếu chẳng tu tâm sửa tính
Sẽ sa vào những cảnh khổ đau
Bệnh nhiều, trần trối, xẻ cưa
Và bao tai họa đón chờ ác nhân.

15. Khó thay Phật xuất thế gian
Làm người tin Phật, tu hành đủ duyên
Những điều không hẹn mà nên
Biết sau có được như trên vẹn toàn?

16. Nay ta được ổn an, vô bệnh,
Không nào phiền, hạnh phúc lắm thay
Mạng căn suy giảm từng giây
Hình hài như bọt tan ngay mấy hồi.

17-18. Nếu ta vẫn cứ buông trôi
Đọa sa ác đạo khó thời ăn năn.
Đủ duyên làm thiện không hăng
Đến khi khổ bức còn toan nỗi gì.

19. Khi ấy đã không sao hành thiện
Lại tích nhiều bất thiện càng tăng
Trải qua vô tận thời gian
Đến tận cửa sự tốt lành chẳng nghe.

20. Thân người khó được lăm thay
Phật từng ví dụ duyên may rùa mù
Lên đênh trên biển Thần phù
Ván kia hồ dễ cùng rùa gặp nhau.

21-22. Phạm tội nặng sát na cũng đọa
Huống gì qua vô tử luân hồi
Ở trong ác thú không thôi
Khó bề giải thoát, còn khơi tội nhiều.

23-24. Ở trong nhàn cảnh không tu
Tự coi thường thế còn ngu nào bằng.
Biết mà vẫn cứ trôi lăn
Thì khi sắp chết trăm phần khổ ưu.

25-26. Lửa địa ngục thiêu thân khó nhẫn
Lửa ăn năn càng ngấm tâm can

Được thân người thực khó khăn
Lại thêm có trí biện phân dữ lành.

27. Mà nay vẫn đọa hỏa khanh
Khác nào như thể tâm mình hôn mê
Chẳng hay mắc phải bùa chi
Mà sinh lú lẫn, lương tri không còn.

28-29. Kẻ thù ta tham sân vô dạng
Không chân tay cũng chẳng thông minh
Hại ta điều đứng mặc tình
Khuất thân chịu nhục, hổ mình lấm thay.

30. Dù chư thiên chúng, tu la
Cùng nhau hợp sức bắt ta đọa đày
Vào trong hỏa ngục a tỳ
Cũng không thể được, nói gì tha nhân.

31. Nhưng phiền não công năng ghê thực
Ném ta vào lửa ngục như chơi
Dù cho cả núi Tu di
Cũng ra tro bụi chẳng chi sót chừa.

32. Thế gian tất cả kẻ thù
Không như phiền não kẻ thù trong tâm
Dằng dai vô thủy vô chung
Hại ta đến mức khốn cùng mới thôi.

33-34. Thuận kẻ địch ở đời còn lợi
Theo nào phiến chỉ hại mà thôi
Làm sao sống được an vui
Giặc thù phiến nào không lui, cứ lì.

35. Khi còn phiến nào sân si
Những tên ngục tốt bảo trì tử sinh
Đồ đao hành hạ tâm linh
Làm sao có được an bình trong tâm ?

36. Kẻ cừu địch tham sân chưa dứt
Thì sao đành bỏ mất công phu
Thế nhân hăm hở diệt thù
Còn quên ăn ngủ khi thù chưa tan.

37. Dù thân trúng phải tên đao
Chưa phân thắng bại ai nào thối lui?
Mặc dù những địch thù kia
Trước sau cũng chết theo lẽ tự nhiên.

38-39. Nay ta muốn dẹp yên phiến nào
Dù trăm nguy ngàn khó không sờn
Thương binh còn thấy vẻ vang
Nên vì đạo cả xem thường khổ đau.

40. Kẻ chài, đồ tể, nông phu
Vì cơm áo chịu gian nguy cực hình

Ta vì an lạc quần sinh
Sao không nhẫn nại trăm nghìn chướng duyên ?

41-42. Đã nguyên độ vô biên phiền não
Mà bản tâm rốt ráo chưa yên
Sao không khéo lượng sức mình ?
Từ nay ta quyết định ninh diệt thù.

43. Nâng niu kiếm báu trừ ma
Sân si thê diệt như là cừu nhân
Ngộ, mê năng lực tương đương
Mới mong đoạn dứt thâm căn não phiền.

44-45. Thà chịu khổ bị thiêu bị chặt
Thê quyết không khuất giặc si mê
Giặc thường kéo đến rút đi
Giặc phiền não ấy một đi không về.

46. Tuệ quang chiếu phá si mê
Trục ra khỏi khối tâm kia một lần
Còn đâu tông tích tham sân
Chớ nên nhu nhược không cần gắng tu.

47. Phiền não không ở ngoài, trong, giữa
Không ở đâu, xuất xứ huyễn hư
Hãy vì tuệ giác tiến tu
Sao ta luống chịu ngục tù khổ đau?

48. Tư duy lễ ấy cho sâu
Luật nghi Phật chế nên mau tuân hành
Y vương lời dặn đình ninh
Không theo toa thuốc sao lành bệnh đây?

Chương Năm

GIỮ GÌN CHÍNH TRI [Tỉnh giác]

1-2. Giới là gìn giữ tâm căn
Voi say không hại bằng tâm si cuồng
Tâm cuồng nếu cứ thả rông
A tỳ địa ngục sẽ trông đợi mình.

3. Dây chính niệm buộc tâm điên dại
Ta đâu còn lo ngại điều chi
Nếu làm được vậy thường khi
Thì công đức ấy không gì quý hơn.

4-5. Bao nhiêu thú dữ, cừu nhân
Ngục hình, la sát, quỷ thần kể luôn
Đều vô hiệu nếu buộc tâm
Tâm thuần tất cả do tâm cũng thuần.

6-7. Phật từng dạy vô vàn thống khổ
Do tâm sinh tất cả không chừa
Ngục hình ai đã tạo ra?
Nữ nhân địa ngục ấy là ai sinh?

8. Bao nhiêu hình cụ kể trên
Đều do tâm ác tà nên hiện hành

Thế nên vật đáng sợ kinh
Trong ba cõi, chính tâm mình đấy thôi.

9. Nếu làm mọi chúng sinh hết khổ
Mới gọi là thí độ cao siêu
Sao nay chúng vẫn khó nghèo
Khi xưa bố thí Phật theo cách nào ?

10. Cái tâm hoan hỷ tặng trao
Thân, tài, thiện quả cho bao hữu tình
Gọi là thí độ cao minh
Cho nên bố thí cốt hành từ tâm.

11. Lừa đâu các loại cá tôm
Cùng muôn thú vật tránh cơn săn tằm?
Hãy trừ diệt mọi ác tâm
Tức thành Giới độ việc làm không sai.

12. Trên thế gian đầy đầy kẻ ác
Điều phục sao cho hết chúng đây?
Nhưng khi chấm dứt sân si
Cũng như tận diệt thù kia một lần.

13. Làm sao có đủ lượng da
Trải trên đại địa để mà êm chân?
Chỉ cần mảnh nhỏ dưới chân
Cũng như lót thảm toàn phần đất đai.

14. Kẻ thù ngoài không sao dẹp hết
Điều phục tâm cần diệt chi đâu
15. Tâm minh quả báo cao siêu
Hơn hành động tốt tâm nhiều xấu xa.

16-17. Tụng kinh, khổ hạnh sa đà
Nhưng tâm tán loạn cũng là vô công.
Phật đà cốt dạy tâm tông
Không tưởng lễ ấy, trầm luân ba đường.

18-19. Khéo giữ đạo tâm thường như thế
Thì đâu cần giữ các giới kia
Giữa đời ác độc xấu xa
Nên xem Tâm ấy như là vết thương.

20. Ta lo chữa nhọt trên thân
Sợ khi phát tác khó phần ở yên
A tỳ ngục khổ vô biên
Tâm này ung nhọt đáng nên kinh hoàng.

21-22. Dù ở giữa ác nhân, nữ sắc
Quyết giữ tâm chắc chắn không lui
Thà ta mất hết thân, tài
Quyết không tổn hại tâm này được đâu.

23. Chắp tay thành khẩn khuyên nhau
Giữ tâm cốt yếu gồm thâu hai điều:

Một là *chính niệm* thường theo
Hai là *tỉnh giác* lúc nào tâm lung.

24. Kẻ thân bệnh thì không còn sức
Làm việc gì lợi ích cho ai
Tâm mà phiền não sử sai
Thiện hành thật cũng không tài nào xong.

25. Người không tỉnh giác trong tâm
Thì không nhớ được pháp phần hay ho
Những gì học bởi văn, tư
Như bình rò rỉ nước vô chảy dài.

26. Dù có tín, đa văn, tinh tấn
Tỉnh giác không, cũng chẳng ích chi
Nghĩa là khi mất chính tri
Liền sa tội lỗi sân si đủ điều.

27. Lỗi không tỉnh giác thường theo
Sau đui thất niệm ngõ hầu hại ta
Cướp bao công đức hà sa
Khiến xui ta đọa nẻo tà ác kia.

28. Bọn giặc bất chính tri, thất niệm
Luôn rắp ranh cướp thiện pháp mình
Pháp thân huệ mạng tiêu dên
Lấp đường đến cõi nhân thiên tốt lành.

29. Vậy nên hành giả tu tâm
Không lơ chính niệm trong tâm ý mình
Nhớ luôn tai họa voi điên
Tức thì chính niệm ở yên tâm này.

30. Nhờ sợ đọa, theo thầy học đạo
Nhớ những lời chỉ giáo đĩnh ninh
Kẻ nào có đủ đức tin
Để làm chính niệm phát sinh nơi lòng.

31-32. Bằng tri kiến rất suốt thông
Phật và Bồ tát thấy trong tâm mình
Đáng nên tầm quý sợ kinh
Tư duy như vậy, ta liền chính tâm.

33. Do cửa ý không lơ chính niệm
Mà chính tri xuất hiện theo sau
Những gì quên mất từ lâu
Cũng liền trở lại lâu lâu trong tâm.

34. Khi mầm ác mới manh nha
Biết ngay tai họa để mà giữ tâm
Ở trong chính niệm bình an
Như cây bám vững trong lòng đất kia.

35-36. Chớ bao giờ ngó lia dáo dác
Luôn quyết tâm hạ mắt tầm trông.

Khi cần dưỡng mục nhìn mông
Thấy ai hãy cứ ôn tồn hỏi han.

37. Khi đi quan sát bốn phương
Đề phòng bất trắc trên đường ta đi
Muốn xem sau có việc gì
Dừng chân rồi sẽ xoay người ngoá lui.

38. Khi xem kỹ trước sau đường lối
Mới tiến lên hoặc thối quay về
Ở vào tất cả mọi khi
Phải nên nhận thức hành vi đáng làm.

39-40. Mỗi khi đi đứng ngồi nằm
Hãy luôn rõ biết thân đang làm gì
Cái tâm voi chúa cuồng si
Buộc nơi trụ Pháp hết khi chạy quàng.

41. Bậc hành giả tinh chuyên tập định
Không lúc nào quên tỉnh giác tâm
Luôn luôn để ý canh chừng
Xem trong tâm ý hiện hành ra sao?

42. Gặp cơn nguy, dịp ăn khao
Không sao chuyên chú tâm vào chính tri
Cũng nên trú xả an vi
Như khi bố thí khó bề trú tâm.

43. Khi làm một việc gì đã định
Nên chú tâm đừng tính lãng xãng
Phải làm việc ấy cho xong
Tính qua việc khác cũng không hại gì.

44. Thế thì mọi việc thi vi
Sẽ nên thành tựu, chính tri cũng thành
Cái tâm tán loạn không tăng
Thói quên tỉnh giác không hằng lớn thêm.

45-46. Giữa đám người xem phim, tán chuyện
Hãy đoạn tâm tham luyện việc này
Đừng vô cố hại cỏ cây
Việc gì phạm giới bỏ ngay không làm.

47-48. Thân di động, miệng nói năng
Trước nên quán xét nên chãng sẽ làm.
Khi tâm nổi giận hay tham
Như cây đứng lạng dứt làm, nói phô.

49-50. Khi tâm khởi lãng xãng tán loạn
Phê bình người, ngã mạn, dối, khinh
Lời thô, ly gián, khen mình
Hãy như cây đứng, dứt làm nói phô.

51-52. Khi tâm nghĩ đến lợi danh
Ham người cung kính, muốn thành chủ ông

Muốn điều ích kỷ hại nhân
Hãy như cây đứng, ở an không làm.

53. Tâm không nhẫn, biếng làm, sợ hãi,
Muốn thốt lời vô nghĩa linh tinh
Hoặc sanh thiên ái không bình
Hãy như cây nọ đứng yên vững vàng.

54. Xét từng tâm lý nhiễm ô
Ưu làm những việc bá vợ chẳng cần
Dùng phương pháp trị mỗi lần
Kiên trì quyết giữ định an tâm này.

55. Có tín đức sâu xa, cương quyết
Tâm an bình, cung kính, siêng năng
Biết tầm quý, sợ gieo nhân
Luôn luôn mong muốn vui an cho người.

56. Đừng sinh chán ghét trong tâm
Thấy bao nhiêu kẻ thường hằng trái nhau
Từ bi trải khắp một bầu
Thương thay sinh chúng xiết bao mê lầm.

57. Muốn cho lợi ích riêng mình
Và cho sinh chúng, khéo đừng trái sai
Luôn luôn buộc chặt tâm đây
Quán đời như huyễn mây bay cuối trời.

58. Hãy luôn thấy thân người khó được
Được an nhàn vô bệnh khó thay
Vậy nên cốt giữ tâm này
Ở yên bất động sánh tà non cao.

59-60. Này tâm, người vẫn không sao
Lúc chim kên đến tranh nhau thân này
Đừng xem nó chính tôi đây
Người không phải nó, ôm thầy ích gì.

61. Này tâm ý rất ngu si
Sao không giữ tịnh thân như cây rừng
Giữ chi cái bộ máy thân
Chứa bao ô uế bại vong thế mà?

62-64. Trước dùng ý tách da khỏi thịt
Dùng tuệ đao lóc thịt khỏi xương
Chẻ cho đến tận tủy gân
Thấy chi tinh diệu, mền thương nỗi gì?

65. Sao người bám chặt thân này
Khi không ăn uống được gì nơi thân:
Máu phân mũi dãi ruột gan
Toàn là những thứ vô vàn uế dơ.

66. Cái thân này chỉ như thực phẩm
Cho quạ chồn thú vật ăn thây

Chỉ nên ham thích thân này
Để khi hành thiện sử sai mọi điều.

67. Nếu người tiếc giữ cái thân
Khi giờ chết đến liệu làm được chi
Tử thân sẽ đoạt tử thi
Cho chim thú rửa, chẳng gì xót thương.

68-69. Khi tôi tớ không đương nổi việc
Ông chủ thường dứt tiết thù lao
Nuôi thân mà nó tẩu đào
Chẳng nên quý chuộng, tơ hào không cho.

70. Hãy nên xem cái thân đây
Như con thuyền tốt đưa người lại qua
Chuyển thân trong cõi ta bà
Thành thân như ý Phật đà bảo ban.

71. Hãy tự chủ thân lời tâm ý
Hãy thường nên lộ vẻ vui tươi
Chớ nên nhăn mặt nhíu mày
Luôn làm bạn tốt mọi loài chúng sinh.

72. Mỗi khi di chuyển ghế giường
Hoặc khi mở cửa, tránh ồn inh tai
Nói năng hiền dịu hòa hài
Luật nghi Con Phật nhớ hay giữ gìn.

73. Chim bắt cá, mèo rình, trộm cắp
Hành động im phăng phắc, nín thính
Cho nên thành tựu việc mình
Phật hành cũng vậy, mới nên đạo mẫu.

74. Sống chung hãy khéo khuyên nhau
Làm lành lánh dữ lời câu chân thành
Ai khuyên điều lợi cho mình
Xem như thầy dạy, tận tình sửa sai.

75-76. Hãy khen ngợi những lời khéo thuyết
Vui theo cùng việc phước của người
Nếu ai ca tụng đức người
Phản quan xem thử lời người đúng, sai.

77. Hãy nên tùy hỉ thiện hành
Niềm vui khó được biến thành bao la
Khi trong khắp cõi ta bà
Xiết bao thiện sự người ta hiển bày.

78. Vui theo chẳng có gì mất mát
Mà đời sau phúc lạc càng sâu
Nếu do ganh tị phát râu
Sẽ thêm thống khổ đờn đau nhiều bề.

79. Lời chân thật hãy nói ra
Nghĩa lời minh bạch nghe mà hân hoan
Lìa bao động lực tham sân
Nhu hòa, thích đáng, thêm phần an vui.

80. Hãy nhìn với từ tâm, thành thực
Mọi hữu tình, xem thật từ đây
Tôi nhờ cây chúng sinh này
Mà ngôi chính giác tương lai viên thành.

81. Nhiệt tâm khởi niệm làm lành
Hãy tu đối trị ác hành thường xuyên
Như nơi ba thứ phước điền
Nếu gieo sẽ gặt vô biên phúc phần.

82. Trang bị đủ đức tin, trí sáng
Hãy thường nên hành thiện không lơ
Bao nhiêu việc tốt chớ từ
Tự mình đương lấy, chẳng nhờ cậy ai.

83. Tiến tu sáu độ đêm ngày
Chớ vì việc nhỏ mất ngay pháp lành
Hãy thường thương tưởng chúng sinh
Sao cho tất cả hữu tình an vui?

84. Rõ đạo lý như Kinh vẫn dạy,
Nên thường xuyên ích lợi hữu tình
Như lai Thiện thế cao minh
Khai vãi giới cấm thanh văn phải gìn.

85. Lúc ăn san sẻ trước tiên
Cho ba ác đạo, bậc hiền, đôn cô
Khi ăn vừa đủ nên thôi
Mặc thì nhớ giữ không ngoài ba y.

86. Cái thân để duy trì chính pháp
Chớ nên vì việc vật hi sinh
Nếu hay như vậy tu hành
Chớ nên ước nguyện chúng sinh mong chờ.

87. Chẳng nên thí xả mạng này
Nếu không bi nguyện sát tay biển non
Đời đời chỉ nguyện xả thân
Mưu cầu lợi ích muôn vàn chúng sinh.

88-89. Không nói pháp cho người thiếu lễ :
Cầm gậy, dù, binh khí, trùm đầu,
Cho người nữ không bạn bầu;
Với người thiếu trí pháp sâu chớ bàn.

90. Nương theo kinh giáo tu hành
Không tuyên pháp tiểu cho trình độ cao
Hạnh bồ tát chớ lãng xao
Không dùng chú thuật âm mưu đối người.

91. Khi vứt tấm xía và nhổ bọt
Đồ uest dơ hãy lấp đất lên
Những gì phế thải linh tinh
Nước trong, đất sạch không nên vứt vào.

92. Lúc ăn chớ ngậm cơm đầy
Không nhai ra tiếng miệng thì há to
Khi ngồi không duỗi chân ra
Hai bàn tay chớ xoa chà vào nhau.

93. Ở những nơi xe, tàu hỗn tạp
Không cùng người khác phái kề bên
Tránh điều dễ mất niềm tin
Thế gian dị nghị cơ hiềm dứt ngay.

94-95. Chớ ra hiệu bằng búng tay
Nên cung kính duỗi bàn tay chỉ đường.
Tỏ bày ý kiến nhẹ nhàng
Vung tay múa ngón thói thường chớ theo.

96. Khi nằm ngủ quay đầu phương Bắc
Hương niết bàn của Phật Thế tôn
Duy trì tỉnh giác quyết tâm
Đến khi muốn thức phải choàng dậy ngay.

97. Giới điều bồ tát luật nghi
Không sao kể xiết những gì trong kinh
Hãy nên dốc hết sức mình
Tu trì giới tịnh tâm hành như trên.

98-99. Kinh Ba tụ ngày đêm sáu buổi
Đọc cho thường, sám hối tội khiên
Nương theo năng lực kể trên
Theo lời Phật dạy, tinh chuyên tu hành.

100. Giới nào có giới chẳng cần
Cho Con Phật muốn viên thành phước sơn ?
Khéo hành như vậy luôn luôn
Quyết là phước đức tràn tuôn vô ngần.

101. Dù trực tiếp hay là gián tiếp
Mỗi hành đều hưởng nghiệp lợi tha
Bao nhiêu công đức hà sa
Hưởng về quả Giác cũng cho hữu tình.

102. Dù cho mất tính mạng mình
Quyết không từ bỏ Bạ lành đáng ưa
Tinh thông giáo nghĩa đại thừa
Thực hành viên mãn giới Bồ tát kia.

103. Những phép tắc hầu thầy nên biết
Được nói trong hầu hết Luật, Kinh
Như trong truyện Cát tường sinh
Kinh Hoa nghiêm ấy, hãy xem cho tường.

104. Giới thường rải rác trong kinh
Vậy nên người học phải tinh Kinh tàng
Trong Ba kho chứa lời vàng
Có kinh *Thánh xử Không tàng*, đáng xem.

105. Lại nên biết lý do tu tập
Những điều này phải đọc trong kinh
Học xứ tập yếu là kinh
Kèm theo bộ luận trùng tên, giải rành.

106-107. Xem *Toát yếu tất cả kinh*
Luận ngài Long thụ nên xem cho tường
Những gì Luật chẳng cấm ngăn
Hãy nên tu học, thế gian nương nhờ.

108-109. Tóm tắt, nghĩa không lơ tỉnh
giác
Là luôn luôn quan sát thân tâm
Và nên y giáo phụng hành
Chỉ xem toa thuốc chẳng lành bệnh đâu.

Chương Sáu

NHÃN NHỤC

1-2. Thiện hành tích lũy ngàn năm
Một giây nóng giận tiêu tan tức thì
Ác nào sánh kịp sân si
Hạnh tu nhẫn nhục không gì quý hơn.

3. Hận thù nếu cứ ôm giữ mãi
Chẳng bao giờ tìm thấy an vui
Còn đâu hạnh phúc thanh thoi
Bỏ ăn mất ngủ, trọn đời bất an.

4. Một người gia chủ nổi sân
Có khi bị giết bởi chân tay mình
Những người ông đã tận tình
Giúp cho tài sản an bình bấy lâu.

5. Vì nóng giận, bạn bầu thân quyến
Đều bỏ ta, chẳng luyến lưu chi
Dù ta bố thí tràn trề
Tâm sân hận mãi khổ vì cô đơn.

6. Kẻ thù giận dữ tạo nên
Bao nhiêu đau khổ triền miên đọa đày

An vui hiện tại, tương lai
Đều là quả phúc cho người không sân.

7. Được nuôi dưỡng bằng tâm bất mãn
Ái biệt ly, ghét chán gặp hoài
Hận thù cứ thế dằng dai
Cuối cùng hủy diệt con người nơi ta.

8-9. Hãy nên trừ khử thức ăn
Duy trì lớn mạnh hận sân nơi lòng
Gặp gì cũng cứ như không
Giận thì tổn đức, điều mong chẳng thành.

10. Tại sao phải tự hành tự phạt
Với việc còn biện pháp cứu nguy
Nếu không còn có cách chi
Thì đau khổ liệu ích gì cho ai ?

11. Với bản thân và người bằng hữu
Ta cầu mong cho khỏi khổ đau
Khỏi lời lăng nhục, ác thô
Nhưng còn với kẻ oán thù, không đâu.

12. Đời vui hiếm, lắm sầu đau
Nếu không có khổ, ai nào xuất ly?
Tâm ơi đừng cảm lên đi
Dù bao đau khổ sá chi lẽ thường.

13. Kẻ ngoại giáo theo đường khổ hạnh
Chuốc vào thân những cảnh đốn đau
Nay ta muốn đắc đạo mầu
Sao không can đảm chịu bao oan tình?

14-15. Đói lòng, nóng lạnh, bọ sâu
Kẻ quen chịu đựng có đâu than phiền
Nhờ quen những hại nhỏ nhen
Ta dần nhẫn được rồi ren khổ nài.

16. Những nỗi khổ trời giam đánh đập
Thời tiết hay bệnh tật gây nên
Đừng nên vì chúng nãi phiền
Chỉ càng thêm khổ cho mình ta thôi.

17-18. Trước cùng một cảnh máu me
Kẻ thì ngất xỉu người thì tiến lên
Đều do tập quán mà nên
Vậy ta hãy tập xem khinh khổ sâu.

19-20. Bạc trí dù trải bao gian khó
Vẫn giữ tâm ổn cố bình an
Như người chiến sĩ vinh quang
Bị thương vẫn tiến, khi chưa tan thù.

21. Nhờ đau khổ, hết kiêu căng
Chán xa sinh tử, xót thương hữu tình

Ăn năn tội ác, vui lành
Đây bao thiện đức do từng khổ đau.

22. Trên đời có biết bao thống khổ
Bệnh tật và mưa gió gây nên
Khổ nào cũng bởi duyên sinh
Sao ta chỉ giận hữu tình mà thôi?

23-24. Ốm đau cùng những sân si
Dù không ai muốn vẫn thì khởi lên
Cơn sân không tự biết mình
Kẻ sân không tính ta nên nổi xùng.

25-26. Tội ác và lỗi lầm đủ thứ
Không bỗng dưng vô cớ phát sinh
Nhân duyên tụ hội mà thành
Các duyên cùng quả đã đành vô tâm.

27-31. Việc gì cũng bởi duyên sinh
Hiểu ra lẽ ấy không nên oán hờn
Những gì sinh diệt hợp tan
Chỉ như huyễn hóa bóng vang thôi mà.

32. "Nếu mọi sự đã là không thực
Ai là người chế phục cái chi?
Sao còn nói diệt sân si? "
- Đời này thật có khổ vì nổi sân.

33. Khi ai vô cớ hại mình
Hãy nên xem đấy duyên sinh, vô thường
Duyên kia có hợp có tan
Ta nên hoan hỉ, dễ dàng bỏ qua.

34. Nếu đau khổ do ta tự chọn
Thì không ai lựa chọn khổ đau
Lẽ ra không kể khổ sầu
Vậy nên tất cả quy vào duyên sinh.

35. Có người sơ ý bị thương
Vì gai nhọn hoặc dao gươm đâm mình
Có người ham muốn dục tình
Đâm ra sâu khổ hại mình bỏ ăn.

36-37. Có người tự ải, tự trầm
Tự ăn độc dược do tâm khổ sầu
Tự mình còn hại mình thay
Làm sao không tác hại dây đến người ?

38. Dù không thể xót thương những kẻ
Vì sân si đã giết hại ta
Đừng nên giận họ, ít ra
Bởi vì tất cả chỉ là duyên sinh.

39. Nếu là một kẻ ngu si
Thói ưa tác hại chỉ vì ác tâm

Nỗi sân với họ cũng lắm
Như sân ngọn lửa đã làm cháy ta.

40. Nếu sự hại phát sinh ngẫu hứng
Nơi một người tính vốn hiền lương
Nỗi sân vì họ cũng dường
Giận hờ không để khói vương bụi mù.

41. Khi ta bị đánh bằng cây
Ta thường oán ghét con người đánh ta
Kẻ kia cũng bị sử sai
Bởi cơn giận dữ, vậy ai đáng thù?

42. Có lẽ xưa ta từng tác hại
Nên ngày nay đáng phải tổn thương
Tư duy như vậy nguồn cơn
Không còn sân hận đau buồn làm chi.

43. Từ hai phía có đau này
Bên kia là gậy, bên này là thân
Kẻ mang gậy người mang thân
Vậy ta nên phải giận sân kẻ nào?

44. Tấm thân, thương tích dạng người
Chút chi động đến cũng thời đớn đau
Chính vì ngã ái mê ngu
Ta ôm giữ nó, vậy chừ trách ai?

45. Kẻ ngu không muốn khổ đau
Mà sao cứ tạo nhân sâu khổ luôn
Rồi khi hại đến bản thân
Do mình tự tác, sao sân hận người?

46. Ví như quý sứ canh giữ ngục
Cùng núi đao rừng kiếm hỏa xa
Đều do tự nghiệp mà ra
Gieo nhân gặt quả, đừng ta thán người.

47-48. Kẻ hung ác vì hại ta
Mà sa địa ngục chịu bao khổ nài
Còn ta nhờ nhân, không sân
Tiêu trừ ác nghiệp, phước tăng vô vàn.

49. Rốt cuộc ta mới là người hại
Kẻ ác nhân có lợi cho ta
Sao còn sân hận người ta
Hỡi tâm thô bạo hồ đồ kia ơi.

50. Công phu Nhân nhục giúp ta
Khỏi sa địa ngục, phần ta đã đành
Nhưng còn kẻ xấu hại mình
Số phần nào sẽ để dành cho y ?

51. Nếu ta tác hại người gây hấn
Tội của y cũng vẫn không tan

Mà ta lại mất bình an
Hạnh tu nhân nhục khó làm phải tiêu.

52. Tâm ta đâu có dạng hình
Chẳng ai có thể tổn thương tâm này
Nếu tâm chấp trước thân đây
Liên sinh đủ thứ ách tai khốn nàn.

53. Những lời thô ác khó nghe
Chẳng can hệ đến thịt da thân này
Hỡi tâm ngu xuẩn kia ơi
Vì sao nó lại khiến người khổ sâu?

54. Nếu người bảo vì câu nói ấy
Làm người ta hết thấy ưa tôi.
Nhưng dù ai ghét, thương người
Có ai thay đổi nghiệp người đâu mà ?

55. Nếu vì thế mà người mất lợi
Hãy nhớ như mây nổi, chiêm bao
Chết không mang được gì theo
Ngoài ra ác nghiệp vẫn đeo bên mình.

56-58. Làm điều ác để nuôi thân
Cuối cùng cũng chết, sao bằng chết non
Chiêm bao vui sướng trăm năm
Vội trong khoảnh khắc, tỉnh đồng hư vô.

59. Dù kẻ có rất nhiều tài sản
Hưởng thú vui sống trọn tuổi trời
Nhưng khi chết vẫn đơn côi
Khác nào bị cướp, nước trôi, cháy nhà.

60. Nếu bảo nhờ tiền tài mới sống
Mới làm lành lánh dữ tu thân
Nhưng người vì lợi nổi sân
Phước bèn mất hết, còn tăng tội nhiều.

61. Nếu vì sự sống nhu cầu
Chuyên làm ác nghiệp để sau đọa đày
Một đời sống thật xấu xa
Thì đâu có lợi cho ta hay người?

62. Nếu sân hận "vì lời phỉ báng
Khiến người không tin tưởng nơi tôi. "
Vậy sao không giận một người
Khi y cũng phỉ báng người khác kia?¹

¹Ví dụ A là tôi, B là người phỉ báng, C là một hay nhiều người khác, còn D là luận chủ. Lập luận chính của A là: A giận B vì lời phỉ báng làm cho C mất niềm tin. D quật lại: Thế thì khi B phỉ báng C, cũng làm C mất niềm tin, sao A không giận.

63. Người kia bị mất lòng tin
Không can hệ đến tôi nên chẳng phiền
- Lời thô ác bởi đảo điên
Sao không nhẫn được, lại sinh oán hờn?¹

64. Nếu nổi sân vì người phá tháp
Phá hại chùa, tượng, Pháp cao siêu
Thật là vô lối xiết bao
Vì chư Thiện thế tứ hào chẳng suy.

65. Với ai làm hại bạn, thầy
Thân bằng quyến thuộc ta, hay bậc hiền
Hãy xem tất cả do duyên
Chẳng nên sân hận, chước thêm đau lòng.

66. Thế gian đủ thứ hại mình
Do vô tình hoặc hữu tình gây nên

¹ Đáp câu hỏi của Luận chủ ở số 62 là sao A không giận B khi B phỉ báng C, vì C cũng sẽ bị mất niềm tin của những C khác. A đáp sự mất niềm tin chỉ can hệ đến C khác, nên A không giận. Luận chủ lập một công thức duyên sinh khác như sau:

Sự phỉ báng của B (nhân) đưa đến sự C bị mất niềm tin (quả): A không giận vì không dính gì mình. Và cơn giận của B (nhân) đưa đến sự phỉ báng của B (quả): A đáng lẽ cũng đừng giận, vì không dính đến mình.

Sao ta chỉ giận hữu tình ?
Hãy nên nhẫn chịu, chớ sinh oán cừu.

67-68. Kẻ do ngu si mà tác hại
Người do ngu chấp ngã nổi lên
Đều do oan nghiệt gây nên
Vậy ai có lỗi, ai không trong này?

69. Khi đã thấy biết vậy rồi,
Hãy nên nỗ lực tiến tu hạnh lành
Đãi nhau bằng tấm chân tình
Từ tâm giải thoát, chớ hành khổ nhau.

70. Ví như khi mái nhà bốc lửa
Hãy mau tìm cách chữa cháy lan
Như là rút bớt cỏ tranh
Hoặc là những thứ dễ thành mồi ngon.

71. Những gì do bởi tâm tham
Làm cho lửa giận lan tràn đến nơi
Đốt kho công đức tươi bởi
Chớ nên trừ khử kịp thời tâm kia.

72. Như kẻ bị trói tay chờ chết
Chịu đứt tay để được thoát nguy.
Ta nhờ các khổ lúc tu
Mà may thoát khỏi ngục tù Diêm vương.

73. Nếu hiện tại ta không chịu được
Những khổ đau nhỏ nhất hàng ngày
Sao không sợ thói sân si
Cái nhân địa ngục A tỳ gồm ghê ?

74. Vì tham dục chẳng chán chê
Mà ta luống chịu trăm bề khổ đau
Nhưng chưa được lợi ích nào
Cho bản thân hoặc cho bao nhiêu người.

75. Cái khổ này thực không đáng kể
Nhưng viên thành lợi ích vô biên
Là trừ khổ hại chúng sinh
Vậy khi nhẫn chịu còn nên vui mừng.

76. Có người rất đổi sướng vui
Ngợi ca công đức kẻ người đang thù
Vậy này tâm ý ta ơi
Hãy cùng ca ngợi cho với khổ sâu.

77. Sự tùy hỷ phát sinh như thế
Là suối nguồn an lạc thanh cao
Được chư Phật cùng khen lao
Cách hay thu phục biết bao nhiêu người.

78. Nếu người bảo "Nó được khen
Nhưng tôi không muốn nó nên anh hào."
Vậy thì chớ trả thù lao
Rồi người sẽ chuốc xiết bao não phiền.¹

79. Người khoái chí chúc lành kẻ khác
Khi họ khen công đức của người
Nhưng sao người lại không vui
Khi nghe khen ngợi kẻ người oán thù?

80. Phát tâm vô thượng bồ đề
Là mong tất cả mọi người an vui
Vậy nay chúng được thành thời
Sao người trở lại giận sôi trong lòng?

81. Lúc đầu người phát tâm mong ước
Cho hữu tình được phước lớn lao
Cớ sao nay lại khổ sầu
Thấy người hưởng chút tư hào lợi danh ?

¹Đoạn này có lẽ muốn nói : B do nghiệp lành quá khứ hay hiện tại mà được tiếng khen, và do tiếng khen mà B được sung sướng. Nhưng A không muốn B sung sướng, nghĩa là không muốn B hưởng quả báo. Luận chủ bảo A: Nếu vậy, đáng lẽ người cũng đừng trả lương cho người đã giúp việc mình, vì cũng làm cho y sung sướng. Nhưng ăn quýt thì sẽ chịu quả báo.

82. Chúng sinh vốn cha mẹ mình
Đáng người cấp dưỡng tận tình lo toan
Họ nay tự lực bình an
Đã không mừng lại đem tâm ghét hiềm ?

83. Không mong chúng được niềm vui nhỏ
Nói gì mong giác ngộ toàn vui
Tâm bồ đề ấy còn đâu
Nơi người ganh ghét kẻ giàu hơn ta?

84. Quà kia được biểu kẻ thù
Hoặc đang còn ở trong kho nhà người
Thì đâu có phải phần người
Không chi can hệ khiến người phải rầu.

85. Sao tự phá phước cùng công đức
Còn khiến cho kẻ khác mất tin ?
Gia tài công đức không gìn
Chính người đáng tự giận mình là hơn.

86. Người không sợ những ác hành
Do mình đã tạo, nên thành kém may
Thế mà còn nổi sân si
Vì ganh tị với phúc người hay sao ?

87. Giả như kẻ thù người bị hại
Có gì đâu trong ấy để vui?
Kẻ kia do đến vận xui
Không do người muốn mà người tổn suy

88. Dù người khổ như người mong muốn
Thì cũng không đáng để vui mừng
Không gì là địa ngục nhân
Cho bằng cái sự ăn mừng khổ đau.

89. Đây là một cái lưới câu
Vô minh phiến não buông câu hại người
Nếu ai mắc phải mối này
Đồng sôi địa ngục khó ngày thoát ra.

90. Sự vinh quang cùng lời ca tụng
Không khiến cho kẻ nhận bình an
Không đem trường thọ, kiện khang
Không làm hết bệnh đa mang chút nào.

91. Nếu rõ biết thế nào thật lợi
Thì những lời khen ngợi ích chi?
Còn như muốn đỡ sầu bi
Chỉ cần uống rượu trau tía giải buồn.

92. Nếu vì muốn được nổi danh
Mà tài sản, tính mạng mình mất luôn
Thì khi chết được tiếng thơm
Còn ai ở đó mà buồn với vui?

93. Khi sụp đổ lâu đài trên cát
Kẻ ngu cùng trẻ nít khóc than

Cũng như khi mất tiếng tăm
Tâm ta điên đảo giống tuồng trẻ ngu.

94. Âm thanh đã biết vô thường
Thì nghe khen ngợi cũng dường như không.
Nếu vì người ấy vui lòng
Trong khi khen ngợi, nên lòng người vui.

95-96. Thế thì sao lại không vui
Nghe ai khen ngợi kẻ người oán cừu ?
Dù khen người hoặc kẻ thù
Người khen vui vẻ, người nào liên can.

97-98. Khi tâm nghĩ "ta được khen"
Thật không thích đáng để sinh vui mừng
Ngợi khen làm tán loạn tâm
Phá nhiều thiện pháp, hết tâm chán lìa.

99. Nếu hiện tại có người bôi bác
Muốn phá cho tan nát danh ta
Chính là người đã cứu ta
Khỏi sa địa ngục đường tà đày thối.

100. Đã cầu giải thoát luân hồi
Thì không trói buộc bởi đời lợi danh
Sao còn giận tức hữu tình
Những người cởi mở cho mình trói trăn?

101. Khi ta đến một nơi nguy khốn
Mà bị người đóng cổng chặn ngăn
Ấy là Phật tổ gia ân
Sao còn giận tức kẻ ngăn can mình?

102. Nếu người bảo kẻ thù tác hại
Trở ngại bao công đức của người
Hạnh tu nhân nhục cao vời
Sao không nhân đấy tu ngay một lần?

103. Nếu ta có lắm ưu phiền
Nên không chịu nổi kẻ hiềm khích ta
Ấy mình tự chướng hạnh tu
Bao nhân phước đức, nhân là tối cao.

104. Không tổn hại, nhân nào sinh khởi
Nhân kẻ thù công đức phát sinh
Vậ thù địch chính ân nhân
Cho ta tu phước, đâu ngăn ngại gì?

105. Khi cho mà gặp kẻ xin
Thì sao gọi đấy chướng duyên cho mình
Cũng vô lý như bảo rằng
Giới sư trở ngại cho mình xuất gia.

106. Thế gian đầy dẫy người xin
Cho ta bố thí gieo duyên phước lành

Nhưng thù nghịch lại hiểm khan
Ta không sinh sự, ai màng hại ta ?

107. Thù nghịch cũng như là báu vật
Ta chẳng tìm mà được đến tay
Giúp ta giác ngộ là đây
Hãy nên ưa mến kẻ hay hại mình.

108. Muốn tu nhẫn nhục cho thành
Kẻ thù hợp tác với mình mới xong
Vậy bao phước đức thành công
Hãy nên phụng hiến kẻ từng hại ta.

109. Nếu bảo "kẻ thù đâu muốn giúp
Cho ta thành quả phúc thanh cao?"
Vậy thì thánh pháp cao siêu
Cũng đâu muốn giúp nường theo tu hành.

110. Nếu bảo : "Thù chỉ chuyên tác hại
Đâu muốn gì ích lợi cho tôi ? "
Hại kèm thiện ý cứu đời
Thì như y sĩ, đâu thời nhẫn kham?

111. Nhờ một kẻ sân si tột độ
Nhẫn nhục thành kiên cố nơi ta
Kẻ thù, nhân tốt cho ta
Nên cung dưỡng họ như là pháp thân.

112. Đức Mâu ni có dạy rằng
Chúng sinh với Phật cũng ngang phước điền
Muốn thành lục độ vô biên
Hãy gieo giống phước lên trên ruộng này.

113. Kể bao đối tượng ta nương
Để tu chứng đạo, chúng sinh Phật đồng.
Chỉ tôn Phật, chúng sinh không
Là lời chẳng có ở trong kinh nào.

114. Xét trên trí đức cao sâu
Dĩ nhiên Phật, chúng sinh nào giống nhau?
Chúng sinh giúp chứng đạo mầu
Nên đồng với Phật, ấy do quả lành.

115-116. Cúng dường tất cả chúng sinh
Với tâm từ mẫn, vô biên phước tồn
Vì là nhân của quý tôn
Cũng như kính Phật Thế tôn vô lượng.

117. Hằng sa công đức nan lương
Đồng quy nơi một kim thân Phật ngài
Một công đức nhỏ trong đây
Đủ cho ba cõi quay về cúng dâng.

118. Nhờ chúng sinh Phật thành chính đạo
Nên hữu tình có tạo phần công

Vì hai đức ấy tương đương
Cho nên thực đáng cúng dường chúng sinh.

119. Như lai đáng nói lời chân
Ban vui tất cả thiết thân hữu tình
Cách nào báo Phật thâm ân
Cho bằng giúp chúng sinh hằng an vui ?

120. Phật từng xả thân vào hỏa ngục
Cứu chúng sinh lăn lóc tam đồ
Nhớ ân đức Phật sâu xa
Con nguyện tu hạnh lợi tha báo đền.

121. Phật xưa không tiếc thân mình
Dem cho tất cả hữu tình an vui
Ngu si kiêu mạn là tôi
Nếu không làm kẻ tôi đòi chúng sinh.

122. Phật vui khi chúng sinh an
Chúng sinh tổn hại Phật tan nát lòng
Hữu tình sướng, Phật an tâm
Làm cho chúng khổ, tổn thương Phật ngài.

123. Như thân thể quán trong lửa rực
Dù ai cho ngũ dục không màng
Phật đà không thể hân hoan
Nếu ta tổn hại chúng sinh con Ngài.

124-125. Khi xưa con hại hữu tình
Khiến đau lòng Phật, nay xin sám chữa
Từ nay con nguyện dứt trừ
Dù ai chà đạp xin thề nhẫn kham.

126. Phật với tâm đại bi vô ngại
Trong hữu tình thấy tánh Như lai
Sao không kính trọng tánh này
Ở trong tất cả muôn loài chúng sinh?

127. Hãy làm cho chúng sinh vui
Thì ta sẽ khiến Như lai vui lòng
Lại còn lợi lạc bản thân
Bao nhiêu đau khổ xóa tan trên đời.

128. Ví như có kẻ làm quan lớn
Hại dân lành, tán tận lương tâm
Nhưng người dũng sĩ khôn ngoan
Dù dư sức cũng chẳng ham báo thù.

129. Vì quan ấy chẳng đờn cô
Sau ông còn có ô dù lớn lao :
Phật đà bi mẫn gồm thấu
Và bao ngục tốt, lẽ nào coi khinh?

130-131. Hãy làm cho chúng sinh hoan hỉ
Như bề tôi phụng thị ác vương
Ta không đọa bởi vua sân
Mà sa địa ngục nếu sân hữu tình.

132. Và dù bạo chúa hân hoan
Cũng không thể biểu niết bàn cho ta
Quả do đức tính nhân hòa
Ban vui cứu khổ mọi nhà chúng sinh.

133. Kết quả làm hữu tình vui sướng
Là đời này được hưởng vinh quang
Đời sau thoát khỏi khổ nần
Hãy luôn ghi nhớ lời vàng chớ quên.

134. Trong vòng sinh tử liên miên
Sống lâu vô bệnh dung nhan tuyệt trần
Tiếng thơm nhờ đức vô sân
Và bao hạnh phúc sánh bằng Luân vương.

Chương Bảy

TINH TẤN

1. Kế nhẫn nhục, cần tu tinh tấn
Tâm bồ đề mới vững trú luôn
Gió lay quả phúc tràn tuôn
Không siêng, khó động mạch nguồn tâm linh.
2. Siêng là hăng với việc lành
Không bao giờ tự bỏ mình, thối lui
Cũng không biếng nhác nằm dài
Hay là tham đắm việc đời lãng xãng.
3. Do ham hưởng thú vui làm biếng
Ưu ngử nhiều thành tánh trong ta
Luân hồi sinh tử khó ra
Vì không chán khổ, mê sa thói lười.
4. Sao chưa biết được lẽ này:
Lưới mê đã vướng, khó ngày thoát ra.
Bào thai ngục ấy lại sa
Để thêm tái diễn bi ca khổ sầu.
5. Không thấy sao, bao người thân thích
Đã dần theo thần chết ra đi?

Vẫn tham say ngủ li bì
Như trâu bất động trước người đồ phu.

6-7. Niêm phong ngõ thoát không chừa,
Tử thần rình rập, đang chờ nạn nhân
Đợi khi nước đã đến chân
Mới lo thì đã muộn màng ích chi ?

8-9. Bất kể việc ta còn dang dở
Thần chết liền chiếu cố thân ta
Bà con tuyệt vọng lân la
Đau buồn sưng mặt, lệ sa đầm đìa.

10. Hãi hùng nghe tiếng âm ty
Cuống cuống phóng uest lấp che thân mình
Ăn năn tội lỗi bình sinh
Nhưng đà quá muộn trước tình thế nay.

11. Trước thần chết tâm này hoảng hốt
Như cá nằm trên thớt bất an
Huống chi thống khổ muôn vàn
Ở trong địa ngục ác hành tạo nên?

12. Như thịt da trẻ sơ sinh
Nước sôi chạm đến, cực hình nào hơn?
Sao ta có thể an nhiên
Khi mình đã tạo tội khiên quá nhiều?

13. Tai họa đến cho người biếng nhác
Mong quả lành không quyết gắng công
Khi thân chết đến bên hông
Miệng kêu khổ đến thiên thông thét gào.

14. Thân người như chiếc xuồng nan
Đưa ta vượt biển muôn vàn hiểm nguy
Khó tìm khi đã mất đi
Chớ ham ngủ, kẻ ngu si biếng lười.

15. Sao bỏ luống niềm vui chính pháp
Suối nguồn bao pháp lạc cao siêu
Thú vui thấp kém đuổi theo
Chỉ đưa người đến đủ điều rồi ren ?

16. Hãy can đảm, trừ hành trang:
Tập thiền tự chủ thân tâm cho thường;
Quán ta bình đẳng tha nhân;
Đổi trao địa vị bản thân với người.

17. Đừng nên khiếp nhược thối lui
Nghĩ rằng ta chẳng có tài cán chi
Làm sao giác ngộ được gì?
Hãy nghe kinh giáo Như lai dạy rành.

18-19. Chỉ cần có đức siêng năng
Thì ruồi muỗi cũng chứng thành ngôi cao

Huống là nhân loại như ta
Nếu không xả giới, quyết là chứng nên.

20. Nếu người sợ bỏ tay chân
Như trong Giới luật khuyên nên gắng làm
Thật là lo sợ viển vông
Kẻ ngu chưa biết biện phân chính tà.

21. Người đã trải qua vô số kiếp
Nào bị đâm bị đốt, xả cửa
Mà ngu si vẫn như xưa
Bồ đề vô thượng vẫn chưa viên thành.

22-23. Nay ta vì hạnh bồ đề
Như người chữa bệnh không nề đớn đau
Chịu đau nhỏ trừ hại to
Khổ này có hạn, không lo kéo dài.

24. Phương pháp này Y vương chẳng dụng
Chữa lành vô số chứng nan y
Được phương ngài rất tinh vi
Không gây đau đớn chút gì chúng sinh.

25. Dạy tu bố thí trước tiên
Đem cho vật thực, Phật khuyên nên hành
Đã quen thí vật linh tinh
Dẫn cho cả máu thịt trên thân mình.

26. Khi đối tự thân mình đã rõ
Không khác gì cọng cỏ lá rau
Thì không khó nhọc chi đâu
Xả thân bố thí mình đầu chân tay.

27. Ác hành khi đã cạn vơi
Thì không còn khổ, trọn đời an nhiên
Dứt tà phân biệt, hết phiền
Thân tâm thanh tịnh, tội khiên sạch lâu.

28. Phước đức trang nghiêm thân tươi mát
Tuệ sáng ngời Bồ tát tâm an
Vì đời nguyện trú tử sanh
Đâu còn chán ghét thế gian nào phiền ?

29. Bồ đề năng lực vô biên
Tiêu trừ ác nghiệp tiền khiên bao đời
Lại tặng phước tận trùng khơi
So Thanh văn chúng chẳng ai sánh bì.

30. Hãy ngự trên bồ đề tuấn mã
Làm tiêu tan tất cả chán chường
Chớ lùi, hãy vững dây cương
Từ an vui đến vô vàn an vui.

31. Dục, tin, hỉ, xả không lời
Khiến ta lợi lạc cho người thế gian

Dục là mong thoát tai nạn
Việc làm thiếu dục không xong được nào.

32. Lực tinh tấn muốn tăng thêm mãi
Phải cố trừ giải đãi ươn hèn;
Mong cầu, hỉ, xả, tự tin
Tiến lên tự chủ, cần chuyên thiện hành.

33. Nguyên trừ vô số tội khiên
Vì thân ta, lẫn vô biên hữu tình
Dứt điều ác tận ngọn ngành
Phải bao đời kiếp tu hành mới xong.

34. Nhưng nếu ta chưa từng phát khởi
Một niệm trừ tội lỗi mê tà
Khổ nần chắc sẽ đọa sa
Làm sao không khiến tim ta hải hùng?

35. Vô biên công đức nguyên tu
Đem bao lợi ích cho ta lẫn người
Chỉ duy một đức trong đây
Cũng cần vô số kiếp dày công tu.

36. Thế mà nay ta chưa có được
Chút phần nào công đức phải tu
Một đời vô nghĩa luống qua
Lạ thay chẳng tiếc thân kia khó còn.

37.Ta chưa vì Phật hiến dâng,
Chưa bày yến tiệc mời từng chúng sinh
Chưa theo giáo lý thực hành
Chưa tặng thỏa mãn hữu tình khát khao.

38.Với người sợ, chưa bao che nổi
Chưa mang vui sướng tới kẻ sầu
Riêng mình chắc phải khổ đau
Nhập thai, già chết, sầu ưu não nề.

39. Bao nhiêu thống khổ ê chề
Đều do tôi đã chưa hề ham tu
Thuốc hay sao lại chối từ
Khi đã biết rõ ngục tù đôn dau?

40.Phật đã dạy mong cầu là gốc
Làm phát sinh bao đức tốt lành
Muốn cầu diệu pháp quang minh
Tư duy khổ quả nghiệp nhân cho tường.

41.Bao nhiêu khiếp sợ, đau thương
Xa lìa ân ái, ghét thương kẻ bên
Cầu không toại, ở không yên
Đều do ta đã gây nhân bao đời.

42.Đến đâu cũng được thanh thoi
Là do phúc trước chiêu vời quả son

Việc lành ta đã vuông tròn
Mong người thoát khổ, nổi lòng ước ao.

43. Kẻ ác nhân mong cầu hạnh phúc
Vẫn gặp đầy nhung nhúc khổ đau
Vì chưng khổ báo thường theo
Chân trời góc biển không đâu thoát nài.

44a. Tu nhân tích chứa phúc lành
Hóa sinh vào đóa bạch liên thơm lừng
Trong hoa mát mẻ thên thang
Diệu âm pháp hỷ chứa chan thân mình.

44b. Thân tâm tràn ngập quang minh
Phật quang chiếu xúc hoa liên mở ra.
Hân hoan kính lễ Di Đà
Tôi thành Con Phật trước tòa Như Lai.

45. Tạo nghiệp ác ghê thay thống khổ
Bị đọa vào những chỗ rên la
Nước đồng sôi rưới tuột da
Giữa nền sắt nóng ngã ra nát nhừ.

46. Vậy nên ta phải chuyên tu
Mong cầu thiện pháp siêng lo việc lành
Hãy đọc kinh *Kim cang tràng*
Dạy tu tự tín, thực hành điều hay.

47.Mỗi khi muốn bắt tay vào việc
Khả năng mình hãy xét trước tiên
Không kham nên bỏ ngay liền
Làm thì cho đến vẹn tuyền mới thôi.

48.Bởi vì nếu cứ thói lui
Thói quen ảnh hưởng nhiều đời vị lai
Khổ đau cứ thế nối dài
Việc lành dang dở, quả thời dở dang.

49.Với thiện hành hãy nên tự tín
Nghĩ mình ta nhất định đảm đương
Khả năng đoạn hoặc chứng chân
Trong ta có sẵn, chớ thường tự khinh.

50.Người đời khó đạt lợi mình
Xiết bao phiền não xích xiềng buộc thân
Hưởng là lợi kỷ lợi nhân
Như ta đã được phúc phần xuất gia.

51.Thế nhân vẫn cần cù việc vật
Sao ta đành ngoảnh mặt an thân
Cho rằng việc chẳng tương ứng
Siêng năng thiện sự nhớ đừng kiêu căng.

52.Với con rắn độc chết nhăn
Quạ kia lấm liệt uy phong đại bàng

Đức tin yếu kém nơi lòng
Thì suy sụp bởi sai lầm nhỏ nhoi.

53.Kẻ yếu kém bỏ rơi nỗ lực
Khó giải trừ phước đức hiếm khan
Với người cố gắng tinh chuyên
Dù bao trở ngại không phiền não chi.

54.Đức tin tôi sẽ kiên trì
Vượt qua đọa lạc tiêu trừ ác duyên
Lỗi lầm nếu thảng lướt mình
Làm sao ra khỏi tử sinh luân hồi ?

55.Phải chiến thắng não phiền tội ác
Đừng để cho tội ác thắng ta
Như lai pháp tử giống nhà
Kiên trì tự tín mới ra con nòi.

56.Những người ngã mạn hợm mình
Là không có đủ tự tin nơi lòng
Tự tin nên khỏi long đong
Như người ngã mạn khó hòng an tâm.

57.Trong ngã mạn ngoài kiêu căng
Sẽ sa đường ác gian nan lâu dài
Mất toi phúc lạc kiếp người
Làm thân nô bộc trọn đời hẩm hiu.

58.Ngu si xấu xí hao gầy
Đến đâu cũng bị mọi người rẻ khinh.
Kẻ tu khổ hạnh hợm mình
Không vào trong số tự tin thiện hành.

59. Ai muốn thắng quân thù ngã mạn
Mà kiên trì tự tín trong tâm
Chính là chiến thắng vẻ vang
Chóng thành nguyện ước thế gian mong chờ.

60.Giữa rừng phiền não bao vây
Trăm ngàn nhẫn chịu không hề nóng nôn
Như sư tử giữa bầy chồn
Quyết không để giặc não phiền hại ta.

61.Kẻ lâm nạn giữ gìn đôi mắt
Giữa chợ đời dễ gặp khốn nguy
Nếu ta mất tuệ bảo trì
Ma quân phiền não chẳng hề đáng lo.

62.Thà bị thiêu đốt, chặt đầu
Còn hơn khuất phục giặc ngu não phiền
Ở nơi đâu, mọi thời gian
Thề không làm việc bất ứng vô nghì.

63.Như con trẻ trò chơi theo đuổi
Tôi cũng thề sẵn đuổi thiện hành
Đam mê thích thú hết mình
Không bao giờ chán, nhiệt tình hăng say.

64.Thế nhân nỗ lực cầu vui
Mà không chắc được niềm vui mong cầu
Lợi tha mang lại an vui
Nếu không làm, chẳng có vui được nào.

65.Người đời không chán ham năm dục
Như ong tham hút mật đầu gươm
Dẫn sanh an lạc niết bàn
Thiện hành công đức đáng ham gấp mười.

66.Để viên thành phước cao thâm
Hãy siêng hành thiện với niềm hân hoan
Như voi lao xuống đầm sen
Giữa trưa nóng bức ngâm mình, khoái thay.

67.Khi thân tâm đã mệt nhoài,
Thì nên dưỡng sức, tạm thời xả buông
Việc gì khi đã làm xong
Cũng nên xả để tính sang việc ngoài.

68.Như chiến sĩ sa trường lão luyện
Phản công ngay đường kiếm kẻ thù

Trước gương nhọn của si ngu
Khéo nên kèm chế giặc thù vô minh.

69. Khi đánh nhau lỡ làm rơi kiếm
Vội vàng ta sẽ lượm nhặt lên
Mất đi chính niệm hiện tiền
Sợ sa hỏa ngục nên liền chính tri.

70. Độc khi đã thấm vào thân
Do tuần hoàn máu, sát nhanh thân này
Độc phiền não cũng như đây
Làm cho tội ác lấp đầy bản tâm.

71-72. Hãy gìn giữ bản tâm chuyên chú
Như bưng dầu bị cổ kê gương
Hoặc như rấn độc bên hông
Xua tan biếng nhác bốc đồng nổi lên.

73-74. Mỗi khi lỡ phạm lỗi lầm
Hãy nên tự trách, thề không bao giờ
Mọi thời chính niệm siêng tu
Mong thành đạo nghiệp, minh sư phải tâm.

75-76. Muốn năng lực để làm thiện sự
Không buông lung lời dạy nhớ ghi
Như bông theo gió nhẹ bay
Tâm vui mọi việc khéo hay viên thành.

Chương Tám

THIÊN ĐỊNH

1. Sau khi tinh tấn khởi công,
Kế là thiên định đốc lòng chuyên tu
Tâm mà tán loạn lo âu
Để sa nanh vút não sâu vô minh.
2. Tâm tán loạn do gần thân tộc
Cùng đắm mê thế tục phồn vinh
Nên cần xa lánh tài danh
Ở nơi vắng vẻ, quyết tình viễn ly.
3. Tu là danh viễn lợi ly
Bà con xem tợ áng mây ngang trời
Thực hành thiên quán không lời
Tuân theo kinh giáo như lời dạy răn.
4. Tuệ luôn phải theo liền tịnh chỉ
Mới dẹp tan não loạn mê si
Trước tiên *tịnh chỉ* tu trì
Do lìa tham dục, *định* thì dễ an.
5. Bản thân vốn đã vô thường
Mẹ cha dưỡng thể lá vàng thu rơi

Tái sinh đến cả ngàn đời
Cũng không gặp lại những người yêu thương.

6. Chưa gặp họ, đương nhiên sầu khổ
Do nào phiền nên khó định tâm
Gặp rồi cũng phải ly tan
Rốt cùng đau khổ lai hoàn khổ đau.

7. Hữu tình thực chất gì đâu
Mến yêu ngang trái thêm rầu lòng ta
Đã mong giải thoát ta bà
Sao không dứt khoát lìa xa thân bằng?

8. Đời vô nghĩa theo thương với nhớ
Những bà con như lá thu bay
Vô thường quyền thuộc nào hay
Phá tan cơ hội chứng ngay chân thường.

9. Hành vi như vậy ngu phàm
Khiến ta chắc đọa vào trong tam đồ
Đã ly gia, hướng đường tu
Sao còn thân cận phàm phu mê lầm?

10. Vừa phút trước bạn thân bè thiết
Đã giây sau hóa địch hóa cừu
Vui chơi cũng chúc oán thù
Không sao khiến kẻ phàm phu vừa lòng.

11. Nếu mình thành thực khuyên can
Chẳng nghe thì chớ, nổi sân, xúi càn.
Mình không theo, họ nổi sân
Sa vào ác đạo biết chừng nào ra?

12. Đối với kẻ hơn ta, ganh ghét
Với đồng hàng, không ngớt tranh đua
Kiêu căng với kẻ kém thua
Trái tai nổi giận, phạm phu khó gån.

13. Bận bầu với kẻ ngu phạm
Lại thêm cái lỗi luận đàm linh tinh
Chê người khác, tự khen mình
Cùng bao nhiêu thói chẳng hiền thiện chi.

14. Người chẳng lợi ích gì ta cả
Ta cũng không có lợi cho người
Thân gần chỉ hại mà thôi
Vậy nên xa lánh những người phạm ngu.

15. Gặp thì vui vẻ đón chào
Không thân mật quá, xã giao vừa chừng
Hãy theo cách của chính nhân
Lạnh lùng như nước trắng rằm đêm thu.

16. Như ong hút mật hoa nào khác
Khi ra ngoài vì pháp hóa duyên

Xong xuôi việc hãy tịch nhiên
Như vầng trăng mới ghé hiên nhà người.

17. Kẻ nào ôm thối ta đây
Nhiều tiền lắm của mọi người nể nang
Thì khi chết đến kinh hoàng
Sợ sa ác đạo, khó toàn an vui.

18. Vậy này ngu ý ta ơi
Sao còn tham luyến cuộc đời lợi danh?
Ham danh vướng lụy trần gian
Chước thêm thống khổ muôn vàn mai sau.

19. Bạc trí chẳng màng đâu danh lợi
Rõ ham danh rước lấy đắng cay
Kiếp sau nẻo ác đọa đày
Lợi danh bản chất mây bay cuối trời.

20. Dù cho bạc chảy tiền rơi
Tiếng tăm lừng lẫy dưới trời trần gian
Những danh cùng lợi đa đoan
Chẳng làm toại ý, ta càng khổ tâm.

21. Lời ca tụng đáng ham chi lắm
Khi có người hủy báng coi khinh
Chê bai đâu đáng bực mình
Vì tôi cũng có người khen ấy mà.

22.Chúng sinh trăm tính trăm nhà
Ngay chư Phật cũng khó mà làm vui
Huống chi hèn mọn như tôi
Vậy nên xả mối lo người chê khen.

23.Bần cùng bị miệt khinh hết chỗ
Giàu chước thêm tật đố ghét ganh
Thói kia đâu phải lương bằng
Bạn bầu với chúng bình an nỗi gì?

24.Phật từng dạy, kẻ ngu si
Nếu không được lợi, sầu bi nát lòng
Vậy nên chớ bạn bầu cùng
Chỉ thêm bất ổn, nhọc công sức mình.

25. Làm bạn với cây rừng, chim chóc
Chẳng làm ta long óc inh tai
Tâm luôn an lạc hòa hài
Đến bao giờ được ở nơi núi rừng?

26.Bao giờ được ở động hang
Gốc cây tĩnh mịch, chùa hoang vắng người?
Nguyện nay cắt đứt duyên đời
Không còn tham luyến trần ai thân bằng.

27.Bao giờ mới được dời thân
Đến nơi khoáng đạt thiên nhiên u nhàn

Không tham chỗ tạm dừng chân
Tự do mặc ý dưỡng thân, khoái sao.

28. Bao giờ được chẳng lo cùng sợ
Ở rừng sâu chỉ có trời trăng
Vật hèn trộm chẳng ghé trông
Độc cư thậm chí chẳng màng che thân?

29. Bao giờ đến được thi lâm
Nhìn xương thây chết sinh tâm chán lìa
Thân ta và bộ xương kia
Đồng là những thứ đi về hư vô.

30.Thân này sẽ rời ra vữa nát
Mùi hôi xông thú giạt mình kinh
Sói chồn cũng chẳng thềm tranh
Đấy là chung cục biến thiên thân này.

31.Sống thì xương thịt liền ngay
Chết bèn phân tán chỗ này chỗ kia
Tấm thân này đã chia lìa
Huống chi thân tộc bạn bè gần xa?

32.Khi sinh cũng chỉ mình ta
Chết đi cũng một thân ta độc hành
Ai san sẻ được với mình
Mà đeo quyển thuộc linh tinh ích gì?

33.Như lữ khách đường dài không đấm
Chỗ dừng chân nghỉ tạm qua đêm
Ai người muốn dứt tử sinh
Chẳng nên ái luyến gia đình bà con.

34.Chờ khi quyển thuộc lương bằng
Theo sau khóc lóc còn mong nổi gì
Thân này đã hóa tử thi
Mới vào núi ở thì e muện màng.

35. Một mình độc trú sơn lâm
Lánh xa kẻ oán người thân chẳng kể

Tự xem đã chết thân này
Thì khi chết thật, còn ai khóc mình?

36.Trong rừng vắng, bốn bề tĩnh mịch
Kẻ hại cùng thương tiếc đều không
Để dành an trú định tâm
An nhiên trút bỏ tấm thân bọt bèo.

37.Ai người khổ hạnh học theo
Độc cư rừng núi, ít điều phiền lo
Thiên nhiên cảnh đẹp xinh sao
Lắng yên tư tưởng lao xao rộn ràng.

38.Niệm thế tục đã ngưng bỏ hết
Thì ta nên chuyên nhất tâm mình
Đi vào tịnh chỉ tinh minh
Phá trừ mê muội dứt phiền não kia.

39.Đời này cùng kiếp tương lai
Dục tham mang đến họa tai khôn lường
Một đời bắt trói sát sanh
Kiếp sau địa ngục súc sinh sa vào.

40. Trước mặt những ông tơ bà mối
Sao không hề sợ tội đa mang?
Khẩn cầu cho được một nàng
Mặc bao dị nghị tiếng tăm không cần.

41. Dù nguy hiểm, cứ lần khôn
Gia tài khánh kiệt bất cần, kệ thầy
Miễn là gái đẹp vào tay
Tiêu điều khoái lạc sánh tày tiên ông.

42. Trừ bộ xương, có gì nơi ấy?
Chỉ vì đam mê gái dâm ngu
Không còn tự chủ thân ta
Niết bàn thanh tịnh lánh xa, không màng.

43a. Lúc đầu, gái phải gan dạ lắm
Mới thò đầu để ngắm nhìn ta
Vén khăn che mặt nàng ra
Thì nàng cúi mặt thẹn thùa ngó lơ.

43b. Trước khi thân thể ra ma
Mặt nàng vẫn cứ phát phơ sau màn
Dù ai nhìn ngắm hay không
(Cũng như lúc chết lựa hồng đắp lên.)

44. Cái dung nhan người từng mê đắm
Giữa rừng cây lặng ngắm mây trôi

Quạ tha khăn phủ mắt rồi
Sao người thấy mặt, rụng rời tránh xa?

45. Xưa ai lén ngó mặt kia
Tận tình bảo vệ cũng vì ghen tuông
Sao nay trước lũ quạ chồn
Người không tranh thủ giữ luôn cho mình?

46. Đã trông thấy thịt sình, vữa nát
Chim thú đang giành giật nhau ăn
Sao còn khó nhọc điểm trang
Vật kia vốn dĩ món ăn quạ chồn?

47. Bộ xương trắng gầy kinh hồn
Khi nằm bất động không còn máu me
Vậy sao người chẳng gớm ghê
Nữ nhân linh hoạt như thầy đứng ngồi?

48. Người tham thân ấy hồi mặc áo
Sao nay không còn áo không ham?
Nếu thầy chết đã không màng
Thì sao thầy sống yêu thương hết mình?

49. Phân và nước bọt phát sinh
Từ nơi những thức uống ăn ngon lành
Tại sao có thứ rẻ khinh
Thứ thì quý chuộng, chẳng bình đẳng chi ?

50. Gói bông tơ sạch và êm ái
Không đủ làm khoái kẻ đa dâm
Ưu mùi hương của nữ nhân
Hóa ra hôn ám, hồn thần đảo điên.

51. Kẻ ham dâm dục bảo rằng
Gói tuy mềm mại chẳng thành uyên ương
Lại còn vì gói nổi sân
Vật mình vứt gói chẳng cần nữa chi.

52. Nếu người bảo: của dơ không muốn
Vậy cố sao ham muốn bộ xương
Đang còn dính với thịt gân
Nơi người phụ nữ người tăng áp yêu ?

53. Ngày nào cũng trải bấy nhiêu
Những kinh nghiệm của khá nhiều uest dơ
Nơi thân thể của chính ta
Sao còn tham hưởng túi da của người ?

54. Nếu người bảo chỉ ưa ve vuốt
Thịt da mềm não nuốt nữ nhân
Vậy sao không khoái tẩm thân
Khi thành bất động, thức thần lìa xa?

55. Vậy nên tâm thức nàng ta
Mới là đối tượng để mà đắm mê

Nhưng tâm không thể vượt ve
Ôm chi một khối chẳng hề tương can?

56. Cũng không lạ khi người chẳng rõ
Thân mọi người cái ở ướ dơ
Không hay dơ ướ thân ta
Mới là kỳ lạ, mù lòa lắm thay.

57. Này tâm tham những thói thân
Sao không tham đóa liên đài tinh khôi?
Vùng triều dương chiếu hoa khai
Lại đi tham một túi đầy nhiễm ô.

58-59. Người không muốn sờ vào đất ướ
Sao mong sờ thân thể nhuộm nhơ
Sinh từ tinh huyết thói tha
Chỗ mà thân ấy xuất ra cũng hèn.

60-61. Con dòì bọ giữa đống phân
Khiến người ghê tởm, sao ham thân người
Một nơi bất tịnh dẫy đầy
Do tham, thân của mình người đều ưa.

62. Những thực phẩm rau dưa khoái khẩu
Cơ thể này thấm thấu bài ra
Làm cho đại địa thối tha
Rõ ràng thân ấy bẩn dơ quá nhiều.

63-64. Thân bất tịnh là điều rõ rệt
Còn nghi nên quan sát thầy ma
Hoặc xem thân bị xẻ cưa
Để trừ tham đắm thân ta thân người.

65. Mùi hương thoảng đến mũi người
Là hương của nước hoa người kia mang
Chứ đâu có phải thể thân
Mà người tham đắm, cho rằng nó thơm.

66. Nếu cái thân vốn thường hôi hám
Tốt hơn là đừng bám theo thân
Sao còn bôi trát hoa hương
Đối mình gạt chúng, thế gian lắm điều.

67. Nếu thơm là của nước hoa
Thì thân thể ấy toát ra mùi gì ?

Mùi hương khác với thân kia
Sao ham thân thể chỉ vì thơm tho ?

68. Cũng thân ấy không do trang sức
Tóc móng dài chẳng cắt, miệng hôi
Sẽ làm khiếp đảm bao người
Có gì đáng để tâm người tham nào?

69. Dục tình gươm giáo hại tai
Không cho cùn nhụt, lại mài bén thêm
Cái phùng mê muội đảo điên
Đầy trong thiên hạ, đáng phiến lăm thay.

70. Chỉ một nắm xương ngoài nghĩa địa
Đủ khiến người thối thía vô thường
Sao người có thể hân hoan
Thấy xương di động lan tràn thành đô?

71. Cái thân phụ nữ uest dơ
Làm cho tan nát cơ đồ nam nhi
Chạy theo cát bụi đời ni
Kiếp sau còn đọa âm ty héo mòn.

72. Tuổi ấu thơ chưa kham kiếm bạc
Lớn tiền đâu rước được cô nàng?
Đến khi cơ nghiệp vững vàng
Cái già ập đến còn toan nổi gì?

73. Kẻ nghèo lao động mệt đừ
Để mong có được đồng dư hưởng nhàn
Khổ thay tinh lực tiêu tan
Đêm về như tử thi lặn ngủ dài.

74. Lại có kẻ trang đài lữ thứ
Vì mưu sinh chồng vợ rẽ chia
Trải bao cay đắng ê chề
Mấy năm hồ dễ đi về gặp nhau ?

75. Có người ham lợi bán thân
Tha phương cầu thực gió trăng mấy mùa
Tiền chưa có được đồng dư
Thân kia gió nghiệp đẩy đưa sa đà.

76. Lại có kẻ đi ra làm mướn
Thân tôi đòi chẳng được tự do
Cửa nhà sa sút đơn cô
Vợ lâm bồn giữa mả mồ đồng hoang.

77. Phàm phu tham dục trối trăn
Tự lừa dối bảo: nuôi thân kiếm tiền
Làm bao nghề nghiệp đảo điên
Hoặc đăng cửa lính, sa trường bỏ thân.

78. Vì tham dục có người tự sát
Bị giáo dài xuyên suốt ruột gan

Hoặc là đoản kiếm sát thương
Hoặc cơn hỏa hoạn thiêu thân cháy nhà.

79. Tham tiền trải lấm khổ đau
Làm ra, cất giữ, âu sầu tài hao
Vì tiền tâm lực tiêu ma
Biết bao giờ mới thoát ra khổ này?

80. Tham dục khổ não nhiều, vui ít
Chẳng khác nào con vật kéo xe
Ruột sa nước mắt đầm đìa
Chỉ mong ngậm cỏ đờ khi đói lòng.

81. Lợi nhỏ này sức sanh dễ được
Chữ con người chật vật hết hơi
Bôn ba góc biển chân trời
Tiếc thay hủy hoại thân người hiếm khan.

82. Sắc tài rồi cũng tiêu tan
Đam mê khiến đọa muôn vàn khổ đau
Vui giây lát, khổ dài lâu
Sức sinh quý đổi về sau đọa đày.

83. Kham nhẫn một phần ngàn khổ ấy
Để tu hành cũng thấy vinh quang
Dục tham luống chịu nhọc nhằn
Qua vô lượng kiếp chẳng mang lại gì.

84.Lấy đau khổ để mà suy
Mối hay tham dục lắm bề tai ương
Địch thù, binh lửa không bằng
Hố sâu, độc dược chẳng nhằm nhò chi.

85.Vậy nên hãy chán chê thanh sắc
Vui núi rừng, tranh chấp lánh xa
Thân tâm chấm dứt bốn ba
Thì còn đâu nữa bi ca khổ sầu.

86.Dưới trăng vắng vặc đêm thâu
Hương rừng phảng phất gió đầu thu êm
Vui thay ẩn sĩ tâm thiền
Từ bi lan khắp hữu tình khổ đau.

87.Dưới gốc cây hoặc ngôi nhà trống
Hoặc ở nơi hang động cô liêu
Tung tăng mặc ý tiêu diêu
Chẳng còn sở hữu nên nhiều tự do.

88.Lìa tham ái, chẳng âu lo
Còn đâu vương bận trâu bò ngựa xe
Vương hầu khanh tướng thua xa
Thú vui ẩn sĩ rừng già đạm thanh.

89.Sau thiền quán hại tai năm dục
Và quán về công đức yếm ly

Đến phần tu quán bồ đề
Dứt tâm phân biệt người, ta rạch rời.

90. Trước tiên nên quán ta, người
Giống nhau ở chỗ tìm vui tránh phiền
Nên cần thương cả chúng sinh
Cũng như thương bản thân mình thế thôi.

91. Thân thể dù chân tay đủ thứ
Giữ chân tay đồng nghĩa lo thân
Khổ vui khác mỗi cá nhân
Tìm vui tránh khổ vẫn hằng giống nhau.

92. Khổ mà ta chịu nơi thân
Không gây tổn hại đến thân của người
Nhưng vì xem khổ là tôi
Khó kham bởi ngã chấp nơi tâm mình.

93. Khổ người chẳng liên can bản ngã
Nhưng lắng nghe tận đáy tim ta
Thì ta sẽ thấy xót xa
Như mình đau khổ, khó mà nhẫn kham.

94. Khổ đau người, hãy xua tan
Và đem an lạc muôn vàn chúng sinh
Ai ai cũng vốn như mình
Ưa vui ghét khổ hữu tình thói chung.

95-96. Ta lẫn người đều mong vui sướng
Sướng vui sao muốn hưởng riêng mình
Có ai muốn khổ vào thân?
Sao ta chỉ tự che thân thoát nản?

97. Nếu người bảo : "Chẳng tương quan
Khổ nơi người khác không quàng đến tôi."
Vậy thì nỗi khổ tương lai
Can chi hiện tại, mà người phải phòng?

98. Nếu vì "khi chết mang thân khác
Thân tái sinh cũng khác thân này
Sẵn sàng chấp nhận tương lai. "
Ấy là tà kiến hại tai khôn lường.

99. Bảo "ai khổ tự lo thân
Tôi không phải nó, đâu cần chờ che ? "
Vậy thì chân chẳng phải tay
Đáng ra tay chớ chờ che chân mình.

100. Nếu người bảo "Quả tình phi lý
Chỉ do tôi nắm lấy bản thân."
Vậy đừng chấp tự, tha thân
Đấy là tà kiến phải cần bỏ đi.

101. Chỉ do tương tục thời gian
Và năm uẩn kết hợp thành cái thân

Thật không có tự, tha nhân
Thì ai trừ diệt khổ nài cho ai?

102. "Nếu kỳ thực không người chịu khổ
Thì ta, người nào có khác nhau? "
Nhưng đà thấy có khổ đau
Quyết trừ diệt, chớ mè nheo ta người.

103. Đừng nói "Chẳng cần chi diệt khổ
Cho mọi người, vì có thực đâu? "
Vậy thì khi bạn khổ đau
Cũng nên thầy kệ như bao hữu tình.

104. "Vì sao nỗ lực phát sinh
Cái tâm bi mẫn khiến mình khổ thêm? "
Thực khi thương khổ chúng sinh
Thì không còn có sầu riêng chút nào.

105. Kẻ có lòng vị tha quảng đại
Thì sẽ vì tự lợi lợi tha
Rước phiền đến bản thân ta
Để trừ thống khổ hằng sa hữu tình.

106. Trong *Tam ma địa vương* kinh
Nói về Bồ tát hi sinh cứu người
Biết vua mưu hại cho ngài
Vẫn cam chịu để vạn người sống an.

107. Quán bình đẳng, ai chuyên pháp đó
Sẽ ham trừ thống khổ thế gian
Như thiên nga xuống đầm sen
A tì địa ngục hân hoan bước vào.

108. Hiền nhân vui sướng rạt rào
Khi sinh chúng hết khổ đau, thoát nài.
Niềm vui như thể đại dương
Không còn đâu những tính toán riêng mình.

109. Hãy mưu lợi ích tha nhân
Mà không tự đắc kiêu căng chút nào
Không chờ quả tốt mai sau
Vui làm thiện nghiệp chẳng cầu lợi danh.

110. Như ta tự giữ mình, tránh khổ
Dù chỉ là đau khổ linh tinh
Ta nên che chở hữu tình
Yêu người như thể yêu mình, không hai.

111-112. Giọt tinh huyết chẳng phải ta
Nhưng ta quen thói chấp "ta, thân này."
Thân ta hoán vị thân người
Cũng thành không khó, nếu đời thói quen.

113. Tự thương thân gặp nhiều tai họa
Thương thân người phúc hóa hăng sa

Hãy nên tu tập vị tha
Diệt trừ ngã chấp mới là an vui.

114. Tay chân đồng một thân thôi
Một phần đau đớn, cả người bất an
Cuộc đời như một thể thân
Hữu tình cũng tợ tay chân ấy mà.

115. Thân này vốn không ta, vô ngã
Ta lại quen nhìn nó của ta
Sao không xem kẻ khác kia
Cũng dường như thể đấy là thân tôi ?

116. Hãy lo lợi ích muôn người
Như lo chính bản thân tôi sống còn
Ai cần đến đáp, kiêu căng
Khi nuôi dưỡng chính thể thân của mình?

117. Một lời nặng khiến mình khó nhẫn
Những đớn đau cần thận tránh xa
Như ta thương bản thân ta
Hãy đem tâm ấy trải ra muôn người.

118. Đại bi cứu hộ muôn loài
Quan âm bồ tát thương hoài chúng sinh
Gia trì thánh hiệu thiêng linh
Trừ bao khiếp sợ hữu tình trầm luân.

119. Dù thấy khó xin đừng thối chí
Mọi việc đều hóa dễ do quen
Có người ta sợ nghe tên
Nhưng khi kề cận trở nên bạn hiền.

120. Kẻ nào muốn tự cứu mình
Và bao kẻ khác khỏi vò vò khổ đau
Tập quen tha, tự đổi trao
Ấy là bí quyết đi vào Vô sanh.

121. Chỉ vì tham đắm tự thân
Mà sinh ra đủ muôn ngàn sợ run
Nguồn lo ấy chính bản thân
Đáng nên giận nó, cừu nhân đâu bằng.

122. Vì bản ngã trăm mưu ngàn kế
Trị đời gây lăm kẻ sát sinh
Thú chim không chốn ẩn mình
Lại thêm trộm cướp, nấp rình đường quan.

123. Kẻ vì lợi lộc danh xưng
Hại cha giết mẹ lương tâm không còn
Trộm Tam bảo vật bán luôn
Gieo nhân địa ngục muôn vò vò khổ đau.

124. Kẻ thông minh ai nào thiển cận
Bảo hộ và cứng dưỡng tấm thân
Chỉ nên xem nó cừu nhân
Để đưa ta đến mười tầng âm ty.

125. *Nếu cho hết, tôi còn gì*
Đây là cửa quý, lối suy nghĩ này.
Đường đi lên cõi lành thay
Là tâm nghĩ tưởng *của này để cho.*

126. Ai vì bản thân ta, hại chúng
Sẽ sa vào rẻ rúng khổ đau
Vì người chuốc lấy thương đau
Thì bao nhiêu việc cũng mau viên thành.

127. Muốn mình ở tốt trên cao
Sẽ rơi vào chốn vực sâu thấp hèn
Hạ mình nâng kẻ khác lên
Thì sinh đến cõi nhân thiên tốt lành.

128. Sai người phục dịch cho mình
Mai sau chịu cảnh rẻ khinh tôi đòi
Hậu người để bạc phần tôi
Sẽ thành vương tước sống đời cao sang.

129. Bao nhiêu hạnh phúc trần gian
Ấy do xả kỷ lợi nhân mà thành

Bao nhiêu thống khổ lên đên
Đều do ích kỷ, mong mình sướng thôi.

130. Cần chi nói lảm lời, quá rõ
Kẻ phàm ngu chỉ biết có ta
Đấng Mâu ni lợi muôn nhà
Xem hai nẻo ấy khác xa muôn trùng.

131. Nếu không gác hạnh phúc mình
Để lo quần chúng, khó thành tu nhân
Ngôi cao chánh giác vô phần
Ở trong sinh tử cũng không an nào.

132. Tạm gác chuyện đời sau để đó
Riêng đời này chịu khó có công
Không vì kẻ khác hết lòng
Thì sao thành tựu ước mong riêng mình?

133. Lợi tha được phúc cho mình
Không làm như thế ắt mình kém vui
Hại người chuốc lảm khổ xui
Kẻ ngu chắc phải làm mỗi nạn tai.

134. Bao nhiêu tai họa ở đời
Hãi hùng khốn khổ đêm dài bất an

Đều do chấp ngã thương thân
Ác ma ăn hại, ta cần để chi ?

135. Khi ma ngã chấp chưa trừ
Thì ta vẫn khổ đau như thuở nào
Chưa quăng bó lửa trên tay
Đừng hòng nó chẳng cháy lây thân mình.

136. Hãy đình chỉ ác hành tự hại
Với hữu tình mang lại an vui
Thương người như thể thân tôi
Thì kho hạnh phúc trên đời chứa chan.

137. Với tâm nên tự nhủ rằng
Từ đây ta thuộc của toàn chúng sinh
Chuyên mưu lợi ích hữu tình
Ngoài ra việc đó không nên nghĩ gì.

138. Mất này với tứ chi thân thể
Từ nay không dùng để lợi riêng
Không làm tổn hại chúng sinh
Bằng thân kia đã hiến mình lợi tha.

139. Thân tài sản thấy mang ra
Để làm lợi lạc muôn nhà xung quanh
Luôn luôn tôn trọng hữu tình
Giúp ta mau chóng viên thành quả tu.

140. Cách thiền quán như sau hoán đổi
Địa vị tôi đổi với ba người
Thấp, bằng, cao quý hơn tôi
Quán ba tâm trạng ba người nói trên.

141. Trước là tâm trạng ghét ghen
Của người tự thấy thấp hèn hơn tôi:
"Bao nhiêu hạnh phúc trên đời
Đều quy thân nó, còn tôi không gì.

142. "Ta lao động mệt đừ, vất vả
Kia an nhàn thư thả tẩm thân
Kia thì danh dự vẻ vang
Ta thì khốn đốn thân tàn danh hư.

143. "So vài kẻ, nó còn thua
Và ta cũng trội hơn xa lắm người
Ta đây đâu phải bất tài
Đương nhiên ta cũng có vài điểm son.

144. "Sở dĩ ta không tròn giới, kiến
Ấy đều do phiền muộn xui nên
Đáng y ra mặt bạn hiền
Giúp ta tiến thủ, không phiền khó khăn.

145. "Kẻ kia chẳng giúp ta cùng
Lại còn khi dễ, ôi lòng xấu xa

Y dù có lắm tài ba
Cũng đâu ích lợi cho ta chút gì ?

146. "Y không xót kẻ ngu si
Kẹt nơi cửa ngục a tỳ gớm ghê
Chỉ ra ngoài để tự khoe
Muốn tranh thắng với ai kia trí hiền."

147. Đây tâm lý kẻ ngang hàng:
"Kia là người kẻ ngang bằng như tôi
Tôi cần vượt nó xa vời
Về danh, tài lợi tay đôi tranh hùng.

148. "Ta sẽ tự tuyên dương công đức
Khiến danh mình vang khắp gần xa
Và dìm công trạng kẻ kia
Không ai được biết chút gì mảy may.

149. "Lỗi lầm ta hãy nên giấu kỹ
Để mọi người kiêng nể ta hơn
Chỉ riêng ta được cúng dường
Không cho kẻ ấy được phần lợi danh.

150. "Mong sao y gặp tai nạn
Bôn ba lưu lạc chẳng phần yên vui
Bị người trào lộng chê bai
Bị người quở trách, mới hài lòng ta."

151. Cuối cùng kẻ hơn ta lại nghĩ:
"Dung mạo ta, tài trí, giàu sang
Kẻ kia sao dám tranh hơn?
Rõ diên thực, tợ tôm tranh với rồng.

152. "Khi nghe đại chúng đồng thanh
Ngợi ca công đức của mình ta đây
Thì ta sung sướng ngất ngây
Lông mao dựng đứng, nổi gai khắp người.

153. "Ta sẽ đoạt của y tài sản
Nếu y làm thuê mượn cho ta
Chỉ bao vừa đủ ấm no
Còn dư chiếm hết, khỏi lo y giàu.

154. "Phải làm y mãi lo âu
Mất ăn mất ngủ, khổ sâu liên miên."
Chính do chấp ngã hại mình
Ở trong sinh tử chịu nghìn đốn đau.

155. Hối tâm, vì muốn lợi riêng
Trải vô số kiếp lưu linh nhọc nhằn
Nhưng sao thống khổ càng tăng
Đều do ngã ái người hằng chưa buông.

156. Nay đổi lại nên vâng lời Phật
Tận tâm làm lợi lạc quần sanh

Như lai luôn nói lời chân
Vâng theo giáo lý trăm phần yên vui.

157. Nếu người từ trước đến nay
Luôn hành như thế, đâu hay khổ hoài?
Dù chưa chứng Phật Như lai
Cũng không đến nỗi lạc loài trầm luân.

158. Từ tinh chất của mẹ cha
Sao người có thể chấp là thân tôi
Vậy thì với kẻ khác người
Cũng nên cho chính thân tôi thể đồng.

159-160. Thử xem hoán đổi thực không
Của mình lấy hết biểu không cho người
Sẻ san lợi lộc an vui
Quan tâm mọi kẻ, hết người ghét ganh.

161. Ta nên bỏ hạnh phúc mình
Chịu thay thống khổ, thường hành lợi tha
Xem từng tâm niệm của ta
Xét tìm lầm lỗi để mà sửa sai.

162-163. Tội kẻ khác ta hay nhận thế
Lỗi nhỏ mình không thể bỏ qua
Tán dương tiếng tốt người ta
Đức mình ẩn giấu, khó mà ai hay.

164. Tự thân nhiều lỗi xưa nay
Công lao chẳng đủ cho người ngợi khen
Vậy nên giữ phận thấp hèn
Luôn hầu hạ chúng tợ tên nô tỳ.

165. Bởi trước đây tôi thường ích kỷ
Làm việc gì cũng hại chúng nhân
Nên nay vì muốn ăn năn
Tôi nguyện lãnh hết khó khăn cho người.

166. Khi tu hoán vị mình người
Chớ nên lộ vẻ ta đây, ngoan cường
Như dâu mới đến nhà chồng
Hành vi nhút nhát, nói năng rụt rè.

167. Hạnh lợi tha kiên trì chớ xả
Luôn giữ gìn tất cả chúng sinh
Chế tâm tham dục hiện hành
Nếu quên giữ giới, tự mình răn tâm:

168. "Hỡi này tâm ý ta ơi
Đã nghe giáo giới, cứ lời tu hành
Thì bao tội lỗi, coi chừng
Chỉ do người chịu chớ đừng trách ai.

169. "Từ trước ta bị người khống chế
Trở thành người ích kỷ kiêu căng

Hại kia thấy đã rõ ràng
Ta nay quyết đập tan tành thói hư.

170. "Từ nay tất cả tâm tư
Từ ích kỷ đến lợi tha chuyển thành
Vậy người hãy rán tuân hành
Quên thân thể, với chúng sanh hết lòng.

171. "Nếu ta đã buông lung lơ đãnh
Chưa đem người phụng hiến hữu tình
Thì người, tâm ý tình ranh
Chắc đem ta bán mười thành âm ty.

172. "Trải qua vô số kiếp kỳ
Ta luôn điều đứng cũng vì tâm đây
Chỉ lo ích kỷ riêng tây
Nay ta quyết dẹp họa tai khôn lường.

173. "Nếu người còn tự tiếc thân
Chớ nên chấp ngã, lẩn khân lo mình
Nhớ luôn thương giúp hữu tình
Ấy là người tự thương mình đấy thôi.

174. "Đã da thói người càng che chở
Càng nâng niu phục vụ tấm thân
Thì càng khiến nó trầm luân
Đọa vào thống khổ muôn phần đáng thương.

175. Dục tham vẫn cứ leo thang
Trong khi thân thể ngày càng suy vi
Làm sao thỏa mãn tham kia
Chủ toàn cõi đất cũng chưa thỏa lòng ?

176. Theo tham dục bao giờ mới mãn
Chỉ chước thêm thất vọng nảo nề
Nhưng người không ước mong chi
Thì bao hạnh phúc tràn trề như mưa.

177. Hưởng nhiều tăng sự tham thân
Chớ nên cho túi da thân đủ đầy
Vật ưa thích cũng không ôm
Tâm mà được thế, quý hơn kho tàng.

178. Thân bất tịnh đáng nên kinh hãi
Duy chỉ là một khối vô tri
Do tâm thúc giục chuyển di
Chết ra tro bụi, chấp gì "thân tôi" ?

179. Dù còn sống hoặc ra ma
Cái thân chỉ một túi da vô tình
Sao si chấp nó là mình
Sao không xả hết hợm mình kiêu căng ?

180. Do phụng thị tấm thân túi thịt
Chịu vô vàn bao xiết khổ đau
Cần chi tức giận, tham cầu

Khi thân ấy chẳng khác nào khúc cây?

181. Dù ta tận lực chở che
Hay là phó mặc chim tha thú vô
Thân kia có giận, vui đâu
Sao ta vì nó chuốc vào tham sân?

182. Khen thân nào khiến thân mừng
Chê thân nó cũng chẳng từng giận chi
Cái thân vô giác vô tri
Cần chi lao nhọc chỉ vì nó thôi ?

183. "Ai ưa thích cái thân này
Chính là bạn tốt khiến tôi yêu vì."
Mọi người vẫn ái tự thân
Sao người tất cả không từng mến ưa?

184. Hãy quên mình, sống cho đại chúng
Lìa tham thân, phụng thị muôn người
Thân này có lắm họa tai
Nhưng là lợi khí nếu hay giúp đời.

185. Lối hành xử của kẻ ngu
Từ nay chán bỏ, chỉ theo trí hiền.
Đẹp tan giải đãi thù miên
Tuân theo Giáo huấn cần chuyên tu trì.

186. Như Con Phật, đấng từ bi
Tôi nguyện hoàn tất những gì phải lo
Nếu không tinh tấn chuyên tu
Bao giờ ra khỏi ngục tù khổ đau?

187. Muốn trừ chướng ngại cho tu tập
Phải tránh xa nẻo ác đường tà
Thường theo chính đạo Thích ca
Chuyên tâm tu học pháp Tam ma đề.

Chương Chín

TRÍ TUỆ

[Suốt chương này, những câu "trong ngoặc kép" là luận điệu của những học thuyết trong và ngoài Phật giáo phản bác hoặc chất vấn Trung quán; tiếp theo là trả lời của luận chủ theo lập trường Trung quán. Xem phần dịch văn xuôi để rõ chi tiết.]

1. Bao điều Phật dạy kể trên
Cốt làm trí tuệ phát sinh nơi lòng
Muốn ra khỏi biển trầm luân
Cần sinh tuệ giác Tính không sáng ngời.

2. Lẽ phải đời gọi là tục đế
Thắng nghĩa là chân lý siêu phàm
Không do phân biệt nơi tâm
Còn phân biệt, vẫn trong vòng trầm luân.

3. Thế gian những kẻ ngu phàm
Có quan điểm khác với hàng thiền gia
Những gì tục đế nói ra
Bị hành giả pháí Du già bác ngay.

4a. Thiên gia cũng khác nhau tuệ lực
Càng lên cao thấy bực dưới sai
Như màn ảo thuật hiển bày
Thế tình như huyễn với người tu tâm.

4b. Nếu ai hỏi vị ấy rằng
"Đã như huyễn hóa thì cần tu chi?"
Muốn thành Phật quả chân như
Nên dùng huyễn pháp đi tu ấy mà.

5. Việc gì cũng xem là có thật
Người thế gian phân biệt linh tinh
Thiên gia xem tợ huyễn hình
Đây là đầu mối luận tranh hai nhà.

6. Cảnh gì hiện trước mắt ta
Làm nên tục đế, gọi là giả danh
Chỉ do điên đảo mà thành
Như dơ bảo sạch, không nên tin vào.

7a. Muốn dẫn đạo cho người thế tục
Phật dạy rằng các pháp vô thường
Thật thì các pháp vốn không
Có đâu để diệt trong từng sát na?

7b. Vậy nên hiểu vô thường tục đế
Không phải là thắng nghĩa sâu xa.

"Nói tồn tại chỉ sát na
Phải chăng cũng trái tục gia lối nhìn?"

8a. Không lầm, cái thấy nhà thiền
Cho rằng các pháp chỉ bên sát na
Chấp thường thế tục vốn ưa
Lối nhìn thiền giả tạm là thật chân.

8b. Cũng như cái thấy thân bất tịnh
Với người đời nhất định trái tai
Nhưng mà nó vẫn không sai
Vậy nên chưa chắc ngược đời phi chân.

9a. "Nếu vạn pháp đã là không thực
Thì cúng dường công đức nào sinh?"
Phật như huyễn, đức huyễn sanh
Cũng như Phật thật, đức thành thật chân.

9b. "Nếu là như huyễn chúng sinh
Vậy sau khi chết tái sinh thế nào?"

10a. Huyền duyên còn tụ bao lâu
Huyền hình vẫn cứ thi nhau diễn tuồng.

10b. Như ảo thuật, hữu tình không khác
Đều khởi lên do các duyên sinh
Đâu vì yếu tố thời gian
Lâu dài tương đối mà thành thật chân?

11. Khi người huyễn sát sinh, bố thí
Vì vô tâm, chẳng tội phước chi
Chúng sinh với huyễn tâm kia
Cũng sanh như huyễn tội và huyễn công.

12. Chú thuật không thể sinh tâm huyễn
Tâm không từ huyễn thuật sinh ra
Nhân duyên đủ thứ hợp hòa
Phát sinh các dạng vật và chúng sinh.

13. Không bao giờ có một nhân
Sinh ra tất cả mọi thành quả kia.
"Nếu cho vạn pháp chân như
Chỉ trên tục đế bày ra luân hồi,

14. "Phật còn có thể luân hồi
Thì Bồ tát hạnh còn ai tu hành?"
Huỳnh duyên nếu vẫn vận hành
Huỳnh hình không diệt, hữu tình theo đây.

15. Phật đã chấm dứt duyên sinh tử
Nên dù trên tục đế, không sinh.
"Nếu cho vọng thức không thành
Lấy gì duyên với cảnh tình huyễn hư?"

16. Theo ông, ngoại cảnh huyễn hư
Thì đâu còn có cảnh gì để duyên?

"Cảnh kia do thức mà nên
Thức này ngó lại cảnh mình biến ra."

17. Nếu huyễn cảnh chính là tâm thức
Thì cái chi thấy được cái chi?
Phật Như lai đáng chớ che
Dạy rằng tâm chẳng bao giờ thấy tâm.

18. Như gương không tự cắt mình
Tâm không thể tự thấy mình được đâu.
"Ví như ánh sáng đèn dầu
Tự mình chiếu sáng, tâm nào khác chi?"

19a. Ánh sáng chẳng phải đâu tự chiếu
Và tối không thể hiểu tự che
(Vì khi đèn chiếu vật kia
Nó không từng bị bóng gì che lên.)

19b. "Trả lời: Ví dụ gương xanh
Khi gương chiếu một vật xanh hiện hình
Nhưng còn ánh ngọc màu xanh
Thì không nường những bóng hình nọ kia.

20a. "Cũng tương tự, có hai loại thức
Có và không nường các vật ngoài."
Bác rằng: ví dụ ấy sai
Xanh lưu ly ví tâm soi chiếu mình.

20b. Vì lưu ly tự tính xanh
Không do duyên khác để thành màu kia.

21a. Chính vì có thức liễu tri
Nên hay biết được đèn thì chiếu soi;

21b. Nhưng cái thức tự soi chính nó
Thì do đâu sáng tỏ điều này?
Vì theo trong thẳng nghĩa đây
Tự, tha thức chẳng mảy may thực nào.

22. Không tâm nào để ngắm tâm
Nên dù tự chiếu hay không, bất thành
Khác nào nói gái vô sinh
Có con đẹp xấu, đâu thành nghĩa chi?

23. "Nếu không có tự chứng phần
Làm sao nhớ được những tâm qua rồi?"
Do tương quan với cảnh ngoài
Mà tâm nhớ lại lần hồi xưa sau.

23b. Như con gấu nhức đau mình mẩy
Khi giật mình tỉnh dậy đầu xuân
Suy ra biết chuột cắn nhâm
Trong khi an giấc suốt trong đông dài.

24. "Như người biết được tha tâm
Cho nên cũng biết tự tâm của mình."

Có người mắt được bùa linh
Cái gì cũng thấy, mắt mình thì không.

25. "Nếu tự, tha thức không lập được
Thì kiến văn tri giác đều không?"
Những gì thấy biết nghe trông
Không nên chấp thực, nguyên nhân khổ sâu.

26. "Huyễn duyên không ở ngoài tâm
Cũng không là một với dòng tâm kia."
Làm sao có một pháp chi
Không ngoài tâm, cũng lại vừa phi tâm?

27. Theo Duy thức cảnh ngoài phi thực
Trung quán cho tâm thức huyễn hư.
"Luân hồi nương thật tâm tư
Nếu không tất cả đồng là hư vô."

28. Nếu sinh tử phải nương thật pháp
Thì làm sao có tác dụng chi?
Tâm thành đơn độc không hai
Vì không có những pháp ngoài trợ duyên.

29. Nếu tâm lìa cảnh tự tồn
Chúng sinh tất cả cũng đồng Như lai.
Vậy thì Duy thức tông kia
Cuối cùng đâu có ích chi lập thành.

30. "Dù biết vạn pháp là như huyễn
Dứt làm sao tham luyến si sân
Như phù thủy tạo mỹ nhân
Rồi sinh say đắm cô nàng, thì sao?"

31. Huyễn sư đối những gì thấy biết
Chưa bao giờ tận diệt tham sân
Đã quen nhận giả làm chân
Nên khi thấy huyễn mỹ nhân phát thèm.

32. Nhờ quen tu tập Tánh không
Không xem các pháp thật chân chút nào
Bản thân Không tánh có đâu
Cuối cùng đoạn nốt cả bầu chấp không.

33. Không thấy có pháp nào chắc thực
Thực hữu không còn được đặt ra
Thì Không chẳng bận tâm ta
Như con thạch nữ đâu mà chết đi?

34. Khi không, có hết khởi lên
Trong tâm vắng lặng một miền bao la
Không còn duyên pháp gần, xa
Chứng nên cảnh giới rất là tịch nhiên.

35. Như ngọc ma ni và cây ước
Dù vô tâm thỏa được ước mong

Sắc thân Phật hiện nhân gian
Do bồ tát nguyện, cùng tâm hữu tình.

36. Như Kim sí điều tháp linh
Vẫn còn năng lực chữa lành vết thương
Nhờ linh chú bà la môn
Gia trì lên đấng thuở còn xa xưa.

37. Cũng thế, do hạnh tu Bồ tát
Vô lượng thời tạo pháp thân thiêng
Nên dù Phật đã tịch viên
Vẫn còn lợi lạc vô biên hữu tình.

38. "Cúng dường tháp Phật vô tình
Thì sao có được chút thành quả chi?"
Phật dù nhập diệt hay chưa
Cúng dường công đức chẳng hề khác nhau.

39. Trên tục đế hay theo thắng nghĩa
Quả cúng dường một thể như như
Phật phi thực, quả huyễn hư
Cúng dường Phật thật, quả thì thật chân.

40. "Cần chi phải thấy Tính không
Chỉ cần kiến đế thoát vòng trầm luân."
Trong kinh Bát nhã dạy rằng
Bồ đề muốn chứng phải cần tuệ Không.

41. Nếu đại thừa không do Phật thuyết
Tiểu thừa kinh sao biết chính tông?
"Hai ta xác nhận một lòng."
Khi ông chưa nhận, chắc không đúng nào?

42. "Lại còn hệ phái truyền trao."
Đại thừa cũng vậy, khác nào các ông?
Hai nhà xác nhận thành chân
Vệ đà ngoại điển cũng cần tin sao?

43. "Đại thừa kinh bị nhiều tranh cãi."
Kinh tiểu thừa chẳng phải an thân
Bị bài bác bởi ngoài, trong
Sao không nhân đấy, bác luôn tiểu thừa?

44. Nếu kinh nào nhập Ba tạng
Các ông thừa nhận lời vàng Thế tôn
Đại thừa tuyên thuyết chính tông
Cũng gồm giới định tuệ đồng như nhau.

45. Nếu vì không hiểu sâu Bát nhã
Phủ nhận luôn tất cả đại thừa
Hãy vì kinh giống tiểu thừa
Cũng nên xem tất đồng là Phật ngôn.

46. "Nếu là kinh Phật chính tông
Đại a la hán sao không tỏ tường?"
Kinh này nghĩa lý cao thâm
Đâu vì nan giải, gạt phăng đại thừa?

47. Nói "giáo lý dành cho la hán"
Nhưng khó thành nếu chẳng chứng Không
Khi còn duyên pháp trong tâm
Khó mà an trú niết bàn tịnh thanh.

48. "Mặc dù chẳng hiểu Tính không
Quán vô thường đủ thoát vòng trần ai."
Công năng nghiệp cũ còn hoài
Nên la hán vẫn chưa ngoài khổ đau.

49. "A la hán không còn ái thủ
Quyết định không còn thọ thân sau."
Vô minh dù bất nhiễm ô
Vẫn còn tái diễn lăm trò khổ đau.

50. Do duyên cảm thọ, ái sanh
Vị kia chỉ đoạn hiện hành ái thôi
Tâm còn chấp thật vài nơi
Thọ nằm trong đó, luân hồi khó ra.

51. Nếu tâm thức lìa xa Không quán
Phiền não dù tạm lắng, lại sanh

(Như khi xuất định vô tâm)
Vậy mong dứt khổ, tuệ Không phải tâm.

52. Khi thiền quán về chân không
Hết tham vui sợ khổ trong luân hồi
Từ bi trải khắp muôn nơi
Ở trong sinh tử độ người đang mê.

53. Chớ nên vì không thông nghĩa lý
Mà vội vàng bác bỏ Tính không
Hãy nên như lý tu Không
Dứt trừ nghi hoặc, thoát vòng trầm luân.

54. Tính không phá được tối tăm
Do phiền não với mê lầm gây nên
Muốn mau thành bậc đại hiền
Sao không dứt khoát tu liền Tính không?

55. "Quán tính Không làm tôi sợ hãi."
Chấp thật chân mới phải đáng kinh
Vì do chấp có, khổ sinh
Thấy Không, lắng dịu vô minh não phiền.

56. Nếu còn có chút nào thật ngã
Tất nhiên còn sợ hãi nọ kia.
Nhưng vì thật chẳng có ta
Thì ai ở đấy để mà sợ run?

57. Răng tóc móng đều không phải ngã
Ngã cũng không là máu huyết, xương
Không là nước mũi, bọt, đàm
Không là thịt, nước mật vàng mật xanh.

58. Ngã không là phổi hay gan
Mồ hôi hay mỡ lại càng không ta
Không là nội tạng trong da
Không là phân tiểu thối tha khó nhìn.

59. Thịt da cũng chẳng phải mình
Ấm nồng khí lực thật tình không ta
Trong thân lỗ hổng hà sa
Thức tâm sáu loại đều là huyễn hư.

60. Nếu thức về âm thanh thường tại
Thì lúc nào cũng phải có nghe
Nhưng khi không đối tượng nghe
Làm sao gọi được đấy là thức thanh?

61. Nếu không thức tâm mà cũng biết
Khúc cây hay phân biệt giác tri?
Nên không đối tượng sở tri
Quyết là không có năng tri được nào.

62. Nếu bảo khi không thanh, biết sắc
Sao lại không nghe được âm thanh?

"Vì thanh lúc ấy chẳng gần."
Thế thì nhĩ thức cũng bằng hư vô.

63. Cái tâm biết được âm thanh
Chuyển ra biết sắc, sao thành thường chân?
"Như người làm cả cha, con."
Vậy là đối đãi, chỉ còn giả danh.

64. Như Số luận chủ trương Ba đức¹
Cái làm nên thực chất trường tồn
Làm sao cha lại là con
Đã thường biết sắc, chuyển thành biết thanh?

65. Nếu cho ví dụ đóng tuồng
Thì tâm thức ấy vô thường, không chân
"Thức tuy khác dạng, thể đồng "
Đây điều Số luận chưa từng nói ra.

66. "Nếu đa dạng trở thành phi thực
Các dạng kia thực chất là chi?
Phải là cái ý thức kia."
Chúng sinh như thế đồng thì một tâm ?

¹ Ba đức theo Số luận, nguyên tố sinh ra vạn vật là sattva, rajah và tamah, có nhiều cách dịch, như Thật, Đức, Nghiệp theo cách sách Phật giáo xưa; bình đẳng, khoái lạc và khổ đau theo thầy Trí Siêu; lạc, ưu và ám theo Trần ngọc Giao dịch giả Hoa ngữ.

67. Ngã có tâm cùng thân bất động
Cũng thành ra một giống trường tồn.
Những tâm nghe, thấy...đều lằm
Làm sao cái giả cộng đồng thực chân?

68. Cái vô tri chỉ như bình nước
Thì có đâu thành được ngã thường?
Thức tâm chờ vật mới thành
Thì vô tri đã tan tành còn đâu?

69. Nếu cái ngã thường hằng bất biến
Dính gì tâm chuyển biến li ti?
Ngã là bất biến vô tri
Hư không với ngã có gì khác nhau?

70. "Nếu không có thật ngã nào
Luật nhân quả ấy làm sao vận hành?
Con người tạo nghiệp qua nhanh
Còn ai chịu quả do mình đã gây?"

71. Con người tạo nghiệp đời nay
Với người thọ quả tương lai, bất đồng
Tôi cùng công nhận như ông
Thì còn chi nữa mà hồng cãi tranh?

71b. "Nhưng với nhân quả trong hiện thế
Cùng một căn thân ấy, thì sao?"

72a. Trong nhân, chẳng thấy quả nào
Cha con cùng lúc không sao sinh thành.

72b. "Thế lời Phật dạy trong kinh
Ai làm nấy chịu, ông đành bỏ qua?
Muốn ngăn chặn kẻ ác tà
Đừng quên nhân quả Phật đã dạy răn.

73. Kỳ thực xét trên phần chân đế
Tâm vị lai quá khứ đều không
Thì đâu có ngã hằng tồn
Tâm trong hiện tại diệt vong còn gì?

74. Hãy nhìn cây chuối thân kia
Lột ra từng bẹ, còn gì nữa đâu?
Nếu đem quán tuệ tâm cầu
Không sao thấy được ngã nào thật chân.

75. "Nếu hữu tình thật không hiện hữu
Khởi bi tâm để cứu kẻ nào?"
Do mê si khéo bày trò
Giả vờ độ chúng, chứng mau bồ đề.

76. "Không người, ai chứng quả đây?"
Do tâm si ám đặt bày thế thôi.
Muốn trừ thống khổ mang vui
Bày ra huyền quả huyền người tu chân.

77. Chỉ nên bỏ mê lầm về ngã
Làm tăng thêm tất cả khổ nhân

Cách trừ ngã chấp tuyệt luân
Là vô ngã quán, triệt dần khổ đau.

78a. Trước hãy xét cho sâu thân thể
Xem cái gì đáng kể là thân?
Dưới từ hai gót bàn chân
Đùi và vế chẳng phải thân chút gì.

78b. Bụng, lưng cùng ngực với vai
79. Xương sườn, tay, nách, cổ, đầu, ruột gan
Bao nhiêu phủ tạng bên trong
Phần nào tên ấy, thân đồng hư vô.

80. Nếu thân ở khắp mỗi phần
Thì toàn thân ở mỗi phần hay sao?
Còn thân thể thật ở đâu
Cái thân riêng chẳng phần nào tương can?

81. Nếu toàn thể ở mỗi phần
Bao nhiêu bộ phận, phải ngần ấy thân.
Thành ra vô số thể thân
Điều này phi lý, chẳng cần đắn đo.

82. Cái thân không ở ngoài, trong
Của từng mỗi một thân phần nọ kia
Mỗi phần thân thể thật gì
Làm sao có một thân ly các phần?

83. Vậy nên biết cái thân không thật
Vì mê mờ các vật trong thân
Tạo nên tâm chấp thể thân
Như lằm đồng gạch xếp thành dáng ai.

84. Đá kia vẫn bị trông lằm
Khi bao điều kiện gây lằm chưa tan
Khi còn tụ hội nhân duyên
Vẫn còn tay, mặt giả danh thân người.

85. Như thân thể đã không thật có
Tay chân kia nào có thật chi
Khi càng phân tích chẻ chia
Chỉ là ngón, đốt, li ti nhiều phần.

86. Chẻ chia đến mức tột cùng
Chỉ là những hạt không phân, không phương
Còn đâu tông tích cái thân
Dù trông như thật, hư không khác gì.

87. Ai phân tích kỹ thân này
Lại còn tham luyện hình hài huyễn hư?
Thân dường như thể mộng mơ
Làm sao phân biệt trẻ già gái trai?

88. Kế đến xét khổ này nếu thật
Không bao giờ khổ tận cam lai

Lạc không thực có mảy may
Vì khi đang khổ, chẳng ai thích gì.

89. Nếu cho vì khổ đau cường liệt
Nên chẳng còn cảm giác lạc kia
Nhưng chưa trải nghiệm cái gì
Sao thành lạc thọ được, vì vô can?

90. "Trong đại lạc, khổ phân vi tế
Khổ nhỏ này cũng kể loại vui."
Cần chi phân tích lời thôi
Có đâu cảm thọ đồng thời cả hai?

91. Nói "không khổ thọ hiện bày
Nơi tâm của một con người đang vui."
Đây là chấp trước lầm sai
Cái chưa hiển hiện, sao bày đặt tên?

92. Vậy phải nên tu liền quán tuệ
Thấy Tính không đối trị sai lầm
Không gì hiện hữu thật chân
Đây là mảnh đất dưỡng sanh nhà thiền.

93. Nếu có giữa căn trần khoảng cách
Thì làm sao có xúc sinh ra?
Nếu căn, trần cũng một nhà
Cả hai là một, ai mà gặp ai?

94. Hạt căn và hạt thuộc trần
Bằng nhau nên chẳng thể nằm trong nhau
Không vào nhau chẳng gặp nhau
Đã không gặp gỡ, còn đâu xúc gì?

95. Nếu cho chúng gặp nhau một phía
Tức thành ra hạt có nhiều phương
Thì còn đâu hạt vi trần
Vốn là nhỏ nhất, không phân được nào.

96. Với thức vô sắc kia cũng vậy
Có xúc trần, vô lý lắm thay
Nếu căn trần thức sum vầy
Phát sinh nhận biết, thể này không chân.

97. Như trên, xúc ấy làm nhân
Đã là không thực, thọ chân thật gì?
Nhọc công cầu lạc mà chi
Khổ nào tổn hại ai kia được nào?

98. Tìm tông tích không người cảm thọ
Lại không luôn cảm thọ khổ, vui
Khi đã thấy được đến nơi
Quả kia là ái diệt ngay tức thì.

99. Những gì ta thấy hoặc sờ
Đều không có thực, mộng mơ huyễn hình
Tâm sinh cảm thọ liền sinh
Nên tâm, thọ chẳng tách riêng được nào.

100. Có thể nhớ thọ gì về trước
Hoặc cầu mong cảm giác về sau
Bản thân kinh nghiệm có đâu
Một đầu đã quá, một đầu chưa sinh.

101. Người cảm thọ đã không có thật
Nên thọ này cũng chẳng thật đâu
Cớ sao huyễn hóa mặc dầu
Làm cho điều đứng cả bầu thân tâm?

102. Ý thức không ở nơi căn
Cũng không nơi vật hay miền trung gian.
Đã không ngoài cũng không trong
Hoặc nơi nào khác, đều không thể thành.

103. Không phải thân, cùng thân không khác
Không hiệp thân chẳng tách rời thân
Hoàn toàn không chút thật chân
Chúng sinh tánh vốn niết bàn từ xưa.

104. Nếu lìa cảnh vẫn còn có thức
Thì thức nương theo vật gì sanh?

Cả hai thức, cảnh đồng sanh
Thì sao thức ấy phải cần gặp duyên?

105a. Nếu thức xuất hiện sau đối tượng
Duyên cảnh gì để có thức sinh?
Vì khi thức ấy khởi lên
Tượng kia đã diệt, thức thành trơ vơ.

105b. Vậy nên không thể cho rằng
Sự sinh các pháp thật chân chút nào.

106a. "Nếu không có tục đế đâu
Làm sao kiến lập hai đầu tục, chân?"

106b. "Nếu tục đế lập vì kẻ khác
Đang mê lầm các pháp thật chân
Thì làm sao để chúng sanh
Từ đau khổ đến niết bàn an vui?"

("Dù cho có một số người
Có kinh nghiệm được niềm vui niết bàn
Thì không khỏi kẻ nghi nan
Vẫn còn tương đối trong vòng diệt sinh.")

Thật là có cái Vô sinh
Vì không liễu đạt, cho thành ngoa ngôn
Nhưng không vì kẻ mê lầm
Niết bàn chân thật trở thành hư vô.)

107. Phân biệt ấy do người chưa thoát
Khi ngộ rằng các pháp phi chân
Thì đây đích thực niết bàn
Không còn kiến lập tục, chân làm gì.

108a. "Tâm phân biệt cùng là đối tượng
Đều tương quan vay mượn lẫn nhau
Cảnh kia nếu chẳng thật đâu
Cái tâm quán sát truy cầu thật chẳng?"

108b. Đây là tục đế thế gian
Đúng theo chân đế tâm không thật gì.

109. Khi Không tính đã tìm ra
Không cần tâm nữa xét tra tâm này.

110. Đối tượng tâm hiển bày chẳng thật
Thì tâm kia mất chỗ nấu nướng
Cảnh không, tâm cũng không sanh
Chính là tự tính niết bàn an vui.

111. Thuyết cho rằng cảnh, tâm đều thật
Lập luận này xét thật khó tin
Cảnh kia do thức mà nên
Thức này thành lập do duyên cái gì?

112. Thức mà do cảnh lập ra
Cảnh thì ai lập ? Thế là vẫn quanh

Cảnh, tâm đối đãi mà nên
Cả hai cần biết chẳng chân thật gì.

113. Không con đâu gọi là cha
Không cha, con ấy vậy là ai sinh?
Cha con đối đãi mà nên
Cũng như tâm, cảnh chẳng thành thật chân.

114. "Như mầm từ hạt giống sanh
Do mầm, biết có hạt nằm dưới kia.
Do tâm từ cảnh sinh ra
Mà ta biết được cảnh kia thật tồn. "

115. Do tâm khác với hạt mầm
Cho nên biết hạt từ mầm nọ kia
Nhưng khi nhận thức cảnh gì
Thì do đâu biết có tâm thức này?

116. "Mọi sự không do gì sanh cả."
Nhưng thế gian thấy có nhân sinh
Như là rễ, cọng, hoa sen
Có ra do những nhân duyên hợp thành.

117. "Do gì sinh sai biệt nhân?"
Ấy do nhân trước không từng giống nhau.
"Từ nhân sao có quả sinh?"
Đấy do năng lực vận hành từ xưa.

118. "Trời Tự tại sinh ra tất cả."
Xin hỏi ông trời đó là chi?
"Ngài là đất, nước, hư không."
Tức là tứ đại, chứ thần thánh đâu?

119. Đất nước vốn vô thường, nhiều thứ
Bị dẫm lên, dơ uest, không thiêng,
Không sao gọi được thần linh
Đặt tên là Tự tại thiên thêm râu.

120. Hư không cũng chẳng là Tự tại
Ngã cũng không tự tại chút nào.
"Khó tư nghì đấng tối cao."
Thế thì nói đến ông đâu ích gì.

121a. "Những gì trời ấy sản sanh?
Cái ta, đại chúng, bản thân của ngài."
Đã xem *trường cứu* trước đây
Sao giờ nói những thứ này được sanh?

121b. Trời cũng không thể sanh tâm thức
Duyên cảnh mà các thức liền sanh
122a. Và do tích thiện ác hành
Từ vô thủy kiếp nay thành thức tâm.

122b. Nếu nhân đã là không khởi thủy
Quả sao mà khởi thủy được sinh?

123a. Sao không sáng tạo liên miên
Đã là Tự tại, không duyên pháp nào ?

123b. "Quả liên tục không phát sinh
Nhân tuy trường cửu, sinh cần có duyên."
Đã là đấng Tự tại thiên
Tất nhiên không thể cần duyên tác thành.

124. Nếu nhiều duyên hợp sinh ra quả
Thì duyên kia chính đã là nhân
Các duyên nhóm hợp thì sanh
Không duyên tụ hội, bất thành vật chi.

125. Nếu quả sinh không do thiên dục
Tức là do năng lực khác sanh
Nếu do trời muốn mới thành
Tức trời còn thuộc ý hành đổi thay.

126. Thắng luận nói hạt nhân trường cửu
Đã bác không thực hữu vi trần.
Luận sư Số luận chấp rằng
Chúng sinh do một thường hằng chủ ông.

127. "Lạc, ưu và ám bình quân¹
Là ba tánh đức chủ nhân trị vì
Quân bình ba tánh lung lay
Tạo nên vũ trụ muôn loài chúng sinh."

128. Ba tính bất đồng trong một thể
Chủ trương này phi lý lắm thay
Dù cho có những tính này
Mỗi nguyên tố phải trưng bày thành ba.

129. Nếu không ba tính làm nhân
Quả là thanh sắc chẳng từng thực chi
Lại như vật chất vủi y
Vô tâm nên cũng không gì lạc, ưu.

130 a. "Y phục có tính như ba đức
Vì sinh ra lạc thọ vân vân."
Như trên phân biệt rõ ràng
Không gì thật hữu: thể thân, áo quần...

¹ Ba đức theo Số luận, nguyên tố sinh ra vạn vật là sattva, rajah và tamah, có nhiều cách dịch, như Thật, Đức, Nghiệp theo cách sách Phật giáo xưa; bình đẳng, khoái lạc và khổ đau theo thầy Trí Siêu; lạc, ưu và ám theo Trần ngọc Giao dịch giả Hoa ngữ.

130b. Lại theo Số luận chủ trương
Do nhân ba đức phát sanh áo quần
Nhưng nhân gian cũng thấy rằng
Khổ vui sanh vãi, thật không đúng nào.

131. Nếu vãi mà sanh ra lạc khổ
Không vãi thì lạc khổ không sanh?
Cho nên nói lạc thường hằng
Tuyệt nhiên không phải thật chân chút nào.

132. Lạc (ba tính) nếu là hằng có
Sao không vui khi khổ phát sinh?
"Vì khi ấy lạc tế tinh."
Khi thô khi tế, sao thành thường nhân?

133. Vậy ba tính ấy vô thường
Khi vầy khi khác luôn luôn đổi dời.
Sao không thừa nhận do đây:
Hữu vi tất cả pháp này biến thiên.

134. Lạc đã có khi thô khi tế
Hiển nhiên là lạc ấy vô thường
Trong nhân đã chẳng có chi
Tuyệt nhiên đâu có quả gì được sanh.

135. Dù ông có chấp nhận rằng
"Quả tuy chẳng hiện, ẩn tàng trong nhân."

Quả mà sẵn trú trong nhân
Ăn vào thực phẩm cũng đồng ăn dơ.

136 a. Lại sao ông chẳng mua bông vải
Thay vì mua vải dệt thành y ?
"Thế gian vì vẫn còn mê
Nên không thấy những vật kia thể đồng."

136b. Nhưng tông chủ Số luận tông
Cũng mang y phục từ bông vải thành.

137a. Quả mà hiện hữu trong nhân
Thì sao người tục chẳng đồng tôn sư?

137b. "Kẻ phàm tục khi chưa đắc quả
Kiến thức chưa có giá trị gì."
Những gì do họ thấy ra
Vậy thì cũng chẳng phải là chính chân.

138. "Mọi tri thức đều sai lầm
Thì Không tính ấy chẳng lầm hay sao.
Đương nhiên nó chẳng thật nào
Không chân thật, ích gì đâu tu hành?"

139. Khi chưa thấy sai lầm chấp thật
Thì tính không, phi thực khó bàn
Nhưng khi vừa thấy giả, không
Cái tâm biết huyễn chẳng cần nữa chi.

140. Như người nằm mộng chết con
Nhớ ra vốn chẳng có con cái gì
Giả tâm biết phi hữu này
Khử trừ được ý tưởng về hữu kia.

141. Khi phân tích để làm sáng tỏ
Không vật gì không có nguyên nhân
Không hề có độc một nhân
Hay là tập hợp các nhân khởi đầu.

142. Mọi pháp không do từ đâu đến
Không trú và diệt chẳng đi đâu
Do tâm mê chấp nặng sâu
Thấy ra có thật, mặc dầu huyễn hư.

143. Hãy tra xét dần ra manh mối
Sự vật do duyên hội mà thành
Cùng bao cảnh vật huyễn sanh
Chúng từ đâu đến, thực tình đi đâu?

144. Nhân duyên tu hội hiện hình
Nhân duyên tan rã thấy hình chi đâu
Đời hư huyễn tợ chiêm bao
Cảnh duyên sinh ấy khác nào bóng gương?

145. Nếu cho các pháp là thật có
Còn cần chi tìm rõ nguyên nhân

Nhược bằng các pháp vốn không
Nhọc công tìm kiếm nguyên nhân làm gì.

146. Dù do ức vạn nguyên nhân
Hữu không thể biến từ không được nào.
Vô đà không thể thành chi
Mất vô chẳng thể lấy gì hữu sanh.

147. Nếu vào lúc vô, không có hữu
Thì lúc nào hữu mới có nên?
Khi mà cái hữu chưa sanh
Đương nhiên chưa thoát khỏi vành hư vô.

148. Khi chưa tách khỏi hư vô
Hữu không thể có thời cơ hiện hình.
Cũng không thể trở thành vô
Hóa ra vừa hữu vừa vô một mình?

149. Thế nên tánh diệt bất thành
Tánh sinh cũng chẳng có thành được đâu.
Chúng sanh ngay tự buổi đầu
Chẳng ai có diệt, ai nào sinh ra.

150. Chúng sinh có hiện dù sao
Chỉ như cây chuối, chiêm bao mơ màng
Nên sinh tử với niết bàn
Cũng đồng một thể, bước đường không hai.

151. Trong lý tánh xưa nay không vật
Thì có chi để được, mất đâu
Có ai cung kính cúi đầu
Có ai khinh miệt ai đâu mà bàn?

152. Từ đâu vui khổ sinh ra
Có chi để khổ, chi mà vui chẳng?
Tìm đâu cho thấy được rằng
Ai người tham ái, ái tham cái gì?

153. Xét sâu trên thế giới này
Có ai sắp chết, ai đang sinh thành?
Đã sanh và sẽ thọ sanh?
Thật đâu thân hữu, gia đình bà con?

154. Hỏi những ai tra tâm sự thật
Nhận cho rằng muôn vật huyễn hư
Chỉ vì ham muốn riêng tư
Mãi hoài tranh chấp, ghét thù thương thân.

155. Vì mưu hạnh phúc bản thân
Phát sinh lo lắng đấu tranh nhọc nhằn
Có khi cốt nhục tương tàn
Gieo nhân ác, chịu trăm ngàn khổ đau.

156. Dù gặp được sang giàu lạc thú
Chết rơi vào đọa xứ gian nan

157. Trong ba cõi thực bất an
Bị nhiều trói buộc, lẽ chân khó tầm.

158. Trải bao xiết vô vàn thống khổ
Lực thiện hành thì quá nhỏ nhoi
Thời gian thấm thoát như thoi
Thoáng qua già chết, mất toi kiếp người.

159. Chỉ vì lo giữ mạng này
Chịu bao đói khát đọa đầy tẩm thân
Một đời lo chuyện ngủ, ăn
Bị người tác hại, ác nhân bạn bầu.

160. Một đời vô nghĩa chóng qua
Không từng thấy vạn pháp là Tính không.
Đời nay có cách gì chẳng
Diệt trừ tán loạn trong tâm ý này?

161. Thế lực của quỷ ma rất mạnh
Khiến sa vào bất hạnh lớn lao
Đường tà nẻo ác dẫn sâu
Đâu là chính đạo, không sao tỏ tường.

162. Khó thay được lại thân người
Khó thay gặp Phật ra đời độ sanh
Khó thay đoạn dứt vô minh
Thương thay thống khổ liên miên hữu tình.

163. Mây trôi bèo giạt lênh đênh
Ngu si chẳng ý thức mình khổ đau.

164. Kẻ thì nước, lửa lao đầu
Hành thân hoại thể, tự kiêu hạnh tà.

165. Sống như chẳng bao giờ già chết
Theo sắc thanh mê mệt đảo điên
Tử thần đoạt mạng trước tiên
Sau còn ác đạo triền miên đọa đày.

166. Bao giờ phước như mây tích tụ
Giáng cơn mưa pháp vũ cam lồ
Lửa hừng phiên nào tan mau
Chúng sinh an lạc, đạo mâu chứng nên?

167. Bao giờ tâm được rỗng rang
Hằng duyên Không tính, không duyên pháp nào?
Chúng sinh chấp hữu sâu đau
Tính không diệu pháp giải bao khổ nà.

Chương Mười

HỒI HƯỚNG

1. Nguyên đem tất cả phúc lành
Tạo *Bồ tát luận* hiến dâng hữu tình
Cầu cho tất cả chúng sinh
Noi gương Bồ tát dẫn mình lợi tha.
2. Mong sao trong khắp mọi nhà
Không còn bệnh khổ rên la khốn nạn
Những ai sâu muộn bất an
Niềm vui bất tuyệt dâng tràn tâm tư.
3. Cùng tận kiếp luân hồi trời buộc
Mong chúng sinh thường được thanh thoi
Mong niềm hỉ lạc không vơi
Như chư Bồ tát, mọi thời an nhiên.
4. Mong sao địa ngục chúng sinh
Hưởng vui vô tận như miền Lạc bang
5. Từ bi sưởi ấm hàn băng
Dịu cơn nóng bức mưa chan cam lồ.
6. Những địa ngục núi đao rừng kiếm
Mong hóa thành vườn kiểng vui chơi

Cành cây gươm giáo sáng ngời
Biến thành cây báu thỏa người ước mơ.

7. Mong sao những chốn ngục tù
Hóa nên vườn đẹp điểm hồ sen thơm
Thiên nga cùng đủ giống chim
Vang lên tiếng hát dịu êm tai người.

8. Hố than hừng hóa ra châu báu
Nền sắt nung, mã não lưu ly
Nguyện cho Núi ép a tì
Hóa ra nước Phật cực kỳ trang nghiêm.

9. Mong sao đá lửa, đao binh
Ở trong địa ngục biến thành mưa hoa
Cảnh tượng tàn cũng trôi qua
Chỉ còn thân ái trăm nhà hòa vui.

10. Cảnh địa ngục đồng sôi sắt nóng
Tuốt thịt lòi xương trắng như bông
Hóa thành ao nước mát trong
Chúng sinh trong ấy thong dong chơi đùa.

11a. Chúng địa ngục khởi lên ý nghĩ:
"Sao Diêm vương khiếp hãi sợ run?
Những tên ngục tốt kinh hoàng?
Ai đem năng lực phá tan đau buồn?"

11b. Ngược trông lên cõi hư không
Thần Kim cương thủ uy phong đứng nhìn
Mong sao địa ngục chúng sinh
Vui theo Bồ tát, xa liền khổ đau.

12. Nguyên cho mưa cam lồ tịnh thủy
Tắt lửa hừng phá hủy hỏa khanh
Chúng sinh khoan khoái ngược lên
Quan âm bồ tát hoa sen tay cầm.

13. Nguyên cho địa ngục hữu tình
Ngược trông Bồ tát vui mừng bảo nhau:
"Từ nay ta hết lo âu
Đức Văn thù nự trên đầu chúng ta.
Thân quang minh chiếu sáng lò.
Tâm ngài thấm nhuận bồ đề từ bi
Ban vui cứu khổ muôn nơi
Tiêu tan khiếp sợ khắp loài chúng sinh

14. "Hãy nhìn ngài ở trong cung
Có ngàn thiên nữ hát mừng ngợi ca
Trên trời mưa xuống thiên hoa
Đại bi đẫm lệ chan hòa mắt xanh.
Bàn chân ngài tợ đóa sen
Có tràng vương miện hiến dâng lên ngài."

15. Nguyên cho địa ngục hữu tình
Được trông theo đám mây lành hiện ra

Tâm chư Bồ tát bao la
Cam lồ rưới mát muôn nhà chúng sinh.

16. Nguyện cho cõi bần sanh thoát được
Nỗi kinh hoàng mạnh nuốt yếu thua
Không còn thịt xáo nôi da
Nguyện cho quỷ đói vui ca thái bình.

17. Nguyện Tay vàng Quán Thế âm
Không ngưng rưới rắc chứa chan cam lồ
Cho loài quỷ đói được no
Thường xuyên mát mẻ dứt bao ác hành.

18. Nguyện cho mù thấy sắc hình
Nguyện người điếc được nghe thanh xa gần
Nguyện cho sản phụ lâm bồn
Không hề đau đớn, sinh con quý hiền.

19. Nguyện cho kẻ lã hình được áo
Kẻ đói lòng, cơm cháo nước trong
20. Bạc tiền cho kẻ khốn cùng
Kẻ đang tuyệt vọng khởi lòng tin sâu.

21. Nguyện người mắc bệnh khởi mau
Nguyện nhân gian chấm dứt bao tật nần.

22. Người khiếp sợ được bình an
Kẻ đang bị trói ngạt tràn tự do

Mọi người nghĩ đến lợi tha
Yếu thành mạnh khỏe, muôn nhà an vui.

23. Nguyên thương nhân khắp nơi an ổn
Thành tựu điều mong muốn không sai
24. Tàu buôn cập bến vui thay
Thỏa bao ước nguyện, sum vầy thân nhân

25. Nguyên cho kẻ lữ hành lạc lối
Gặp được ngay bạn hữu đồng hành
Thoát bao thú dữ, ác nhân
Đường đi thuận lợi, bình an đến nhà.

26. Nguyên chư thiên chúng thiện thần
Giữ gìn sẵn sóc kẻ vương ách nà:
Yếu già quan quả cô đơn
Ngu si, điên dại, tuyệt đường sinh nhai.

27. Nguyên người thoát tám nạn tai
Sống đời hạnh phúc, đủ đầy đức tin
Lòng thương và trí thông minh
Nhớ đời quá khứ, giữ gìn chánh tri.

28. Nguyên hữu tình được kho vô tận
Vật cần dùng khỏi bận lòng chi
Không tác hại chẳng sân si
An bình hạnh phúc muốn gì được ngay.

29. Nguyện bản hàn dung nhan rạng rỡ
Khổ hạnh gây uy đức trang nghiêm
30. Gái hèn chuyển hóa thân nam
Nghèo nên quý hiển, kiêu căng hạ mình.

31. Nguyện cho tất cả hữu tình
Dứt bao ác nghiệp, thiện hành mến ưa.

32. Hành bồ tát hạnh say sưa
Không bao giờ xả bỏ đề tâm kia.
Nguyện chư Thiện thế từ bi
Đưa tay tiếp dẫn xa lìa nghiệp ma.

33. Nguyện hữu tình sống lâu vô hạn
Trải thặng ngày tận hưởng an vui
Tử vong cùng những vận xui
Không từng biết đến, chẳng thời nghe danh.

34. Nguyện cho khắp mười phương thế giới
Đầy rừng cây Như ý trang nghiêm
Pháp âm vi diệu vang rền
Phật và Bồ tát thuyết tuyên đạo mầu.

35. Nguyện cho đại địa khắp nơi
Như lưu ly, chẳng góc gai đá ghềnh
36. Nguyện bao pháp hội Thanh văn
Có chư Bồ tát quang lâm đạo tràng.

37. Nguyện cho các hữu tình nghe được
Từ rừng cây xào xạc Pháp âm
Từ nơi ánh sáng, hư không
Lá hoa chim chóc truyền thông nghĩa mẫu.

38. Nguyện cho tất cả cùng nhau
Thường đem phẩm vật dồi dào như mây
Cúng dường Phật đáng đạo sư
Cùng chư Bồ tát tâm từ bửu lan.

39. Nguyện thế gian mưa chan đúng lúc
Cho mùa màng ngũ cốc tăng gia
Nguyện cho quốc chủ nhân hòa
Trị dân đúng pháp, muôn nhà an vui.

40. Nguyện thần chú linh nghiệm ngay
Tiêu tai giải nạn, thuốc hay bệnh lành.
Nguyện la sát quỷ phi hành
Khởi tâm thương xót, thường hành từ bi.

41. Nguyện hữu tình không còn đau khổ
Không lỗi lầm chẳng sợ hãi chi
Không tật bệnh, bị khinh khi
Chẳng ai gặp phải điều gì kém vui.

42. Nguyện khắp chốn già lam tu viện
Lời kệ kinh hưng thịnh vang xa

Nguyện cho tăng chúng hợp hòa
Bao nhiêu pháp sự tăng già thành công.

43. Nguyện Tỳ kheo muốn tu hành
Tìm ngay được chốn núi rừng hoang vu
Đoạn trừ tán loạn tham ưu
Thân tâm khinh khoái tiến tu thiện hành.

44. Nguyện cho ni hết cạnh tranh
Được nhiều lợi dưỡng, tu hành không lui
Nguyện hai bộ chúng tăng, ni
Giới thường tăng tiến, luật nghi chẳng rời.

45. Nguyện sao cho những người phạm giới
Biết ăn năn cải hối lỗi lầm
Được sinh vào cõi tốt lành
Dứt trừ vĩnh viễn ác hành đã qua.

46. Nguyện cho hiền giả xuất gia
Được người tôn kính, muôn nhà cúng dâng
Đạo tâm sáng tỏ vằng trăng
Tiếng thơm giới đức mười phương vang rền.

47. Nguyện cho tất cả thế gian
Xa lìa ác đạo khổ nạn không vương
Mau thành quả Giác khôn lường
Bằng thân vượt hẳn sắc thân cõi trời.

48. Nguyên hữu tình ở khắp nơi
Đối trên chư Phật không lời cúng dường
Nguyên cho chúng được an khương
Vô biên phước đức nhờ nương Phật ngài.

49. Mong hạnh nguyện của chư Bồ tát
Được viên thành lợi lạc chúng sinh
Nguyên cho tất cả hữu tình
Được trên chư Phật Cha lành đoái thương.

50. Nguyên hàng Độc giác, Thanh văn
Cũng đều thấm nhuần chứa chan phúc lành.

51. Cho đến lúc thăng Hoan hỉ địa
Nguyên mong ân Đại trí Văn Thù
Tôi thường nhớ được kiếp xưa
Đời nào cũng được xuất gia tu hành.

52. Nguyên luôn được ở rừng xanh
Uống ăn đạm bạc, vui thiền tịch liêu

53. Nguyên khi cần hỏi pháp sâu
Thấy ngay bồ tát Văn Thù hiện ra.

54. Mong lợi lạc hằng sa sinh chúng
Nguyên cho tôi được giống như ngài:
Việc làm viên mãn không sai
Trí bi vô tận, độ đời vô biên.

55. Phương nào còn có chúng sinh
Tôi nguyện đến đấy xua tan khổ cùng.

Bao lâu, cùng tận thời không
Tôi nguyện độ chúng thoát vòng trầm luân.

56. Bao thống khổ chúng sinh tạo tác
Tôi nguyện xin lãnh hết nơi thân
Bao nhiêu bồ tát thiện nhân
Quả son xin nguyện hiến dâng hữu tình.

57. Được phương duy nhất tối linh
Ban vui cứu khổ chúng sinh muôn đời
Là Ba ngôi báu sáng ngời
Nguyện tồn tại mãi trên đời độ sanh.

58. Con kính lễ Văn Thù Bồ tát
Khiến xui con được phát tâm lành
Con xin kính lễ Bụt lành
Bao nhiêu Bồ tát trưởng thành tâm con.

PHẦN VĂN XUÔI

Chương một

NHỮNG LỢI LẠC CỦA TÂM BỒ ĐỀ

Kính lễ chư Phật Bồ tát,

1. Trước chư Phật và Bồ tát, các đấng đã được Pháp thân, cùng những bậc hiền nhân đáng kính, con xin đê đầu đánh lễ. Nay con y cứ những lời Phật dạy trong Kinh để lược thuật phương pháp đi vào Luật nghi của hàng Con Phật.
2. Luận này vốn không phải là sáng kiến mới mẻ, về thi ca vần điệu tôi cũng không rành. Bởi thế tôi không dám nói mình có ý định làm lợi lạc cho ai, chỉ cốt vì sự tu tập của bản thân mà tạo Luận.
3. Nhờ nương theo những kệ tụng để tu hành các thiện pháp mà tôi sẽ tăng trưởng tín tâm. Những ai cùng tin tưởng như tôi, sau khi xem luận này cũng sẽ được lợi ích.
4. Có được thân người toàn vẹn (*không bị các dị tật bẩm sinh như thiếu trí, đui, điếc...*) và nhàn hạ (*đủ ăn, không phải làm lụng quá vất vả để kiếm sống*) là điều hết sức khó khăn. Nay ta đã có được cơ hội làm cho đời mình thực sự có lợi ích (*nghĩa là làm cho đời mình có ý nghĩa bằng cách tu tâm, một việc mà loài thú không làm được*) mà không lợi dụng cuộc đời này để mang lại tự lợi, lợi tha, thì về sau làm sao còn có được thân người toàn vẹn?
5. Như trong đêm tối đầy mây đen kịt bỗng có một làn chớp xẹt qua, cũng thế nhờ năng lực uy đức của Phật, mà người đời bỗng tạm nảy sinh ý định tu phước.

6. Vì năng lực thiện hành nơi người ta thường nhỏ nhoi yếu ớt nên khó địch nổi năng lực tội ác vô cùng lớn lao. Nếu bỏ tâm bồ đề viên mãn này, thì đâu còn pháp lành nào khác để thắng lướt tội lỗi?
7. Trải qua nhiều đời tư duy sâu sắc, chư Phật thấy tâm bồ đề có lợi ích lớn lao. Vô lượng chúng sinh nhờ tâm ấy mà dễ dàng được sự vui thù thắng.
8. Muốn trừ diệt vô lượng khổ đau trong ba cõi (*cõi Dục, cõi Sắc và cõi Vô sắc*), và trừ những nỗi bất an cho hữu tình, muốn hưởng được trăm thứ khoái lạc, thì đừng bao giờ xả bỏ tâm bồ đề (*lòng mong cầu giác ngộ để lợi lạc mình, người*).
9. Những hữu tình đang bị trói buộc trong ngục sinh tử mà khởi tâm bồ đề chốc lát cũng được gọi là con của chư Phật, đáng được trời người kính lễ.
10. Như hóa chất luyện vàng, cái thân phàm tục ô uế sẽ được tâm bồ đề chuyển hóa thành thân Phật, bảo châu vô giá. Bởi thế, hãy giữ vững tâm bồ đề.
11. Bằng con mắt tuệ, đấng Đạo sư của chúng sinh thấy rõ tâm bồ đề hết sức quý báu. Bởi vậy, ai muốn ra khỏi ba cõi hãy khéo giữ vững tâm bồ đề.
12. Những điều lành khác chỉ như cây chuối, sinh quả xong thì chết khô. Nhưng tâm bồ đề ví như đại thụ luôn sinh quả, đã không khô héo mà còn thêm tươi tốt.
13. Kẻ phạm tội nặng nhờ nương một người thế lực nên khỏi lo sợ. Người sợ quả báo tội lỗi, muốn mau giải thoát, tại sao không tìm chỗ tựa nương?

14. Như đóm lửa nhỏ vào thời hoại kiếp, tâm bồ đề trong giây lát có thể tiêu hủy các tội nặng. Trong kinh Hoa Nghiêm, bồ tát Di lạc bậc trí đã dạy đồng tử Thiện tài rằng tâm bồ đề có lợi ích vô biên.
15. Nói tóm, bồ đề tâm bao gồm hai loại, là tâm nguyện bồ đề (*trong tâm, cầu mong được giác ngộ để lợi lạc hữu tình*) và tâm hạnh bồ đề (*hướng về hành động thực sự để làm lợi ích hữu tình*).
16. Như mọi người đều biết sự khác nhau giữa muốn đi và đang đi, bậc trí nên biết sự khác nhau này giữa hai loại tâm bồ đề.
17. Mặc dù tâm nguyện bồ đề cũng đủ sinh quả báo vĩ đại, nhưng không thấm gì so với tâm hạnh bồ đề vì tâm này liên tục phát sinh phước đức.
18. Bất cứ lúc nào một người khởi sự lập chí nguyện không lùi bước, thọ trì (*nhận và gìn giữ*) tâm hạnh bồ đề vì muốn cứu độ cho hết vô số hữu tình;
19. Thì từ lúc ấy trở đi, người ấy dù lúc ngủ hoặc xả hơi, phước đức vẫn liên tục phát triển rộng lớn như hư không.
20. Vì muốn cho những người tin cổ Xe Nhỏ hướng về đại thừa, trong kinh ***Diệu tỳ thừa hỏi*** đức Như lai đã dạy: Tâm bồ đề có lợi ích vô biên, điều này rất hợp lý.
21. Nếu có người lo nghĩ cách chữa một bệnh nhức đầu cho hữu tình mà thôi, cái tâm mong muốn lợi lạc ấy đủ khiến cho người kia được vô lượng phước đức.

22. Huống gì mong trừ khử vô lượng bất an cho hữu tình, muốn hữu tình được vô số điều lành.
23. Dù cha hay mẹ, hay bất cứ ai, đã có được tâm bồ đề ấy chưa? Chư thiên cõi Dục, các vị tu tiên, các Phạm thiên (*cõi mà một người được hóa sinh vào nhờ tu bốn tâm vô lượng là từ, bi, hỷ, xả*) có được tâm ấy không?
24. Những người kia vì lợi ích riêng còn chưa mơ tưởng đến tâm bồ đề, huống vì kẻ khác mà phát tâm làm lợi ích?
25. Người ta vì tự lợi còn chưa có thể phát tâm, bởi thế phát được cái tâm lợi tha quý báu này quả là điều hết sức hiếm có.
26. Tâm bồ đề quý báu là cái nhân của sự an vui cho chúng sinh, là cam lồ vi diệu để trừ thống khổ. Phước đức hàm chứa trong tâm ấy làm sao đo lường?
27. Suy nghĩ làm lợi ích chúng sinh có phước hơn cúng dường chư Phật; huống gì nỗ lực làm lợi lạc tất cả hữu tình.
28. Ai cũng muốn hết khổ, mà sao thống khổ cứ tăng? Mặc dù đi tìm an vui, kẻ ngu tự làm hồng niêm vui của mình không khác gì bị kẻ thù phá hoại.
29. Đối với chúng sinh thiếu niềm vui, chịu nhiều đau khổ, tâm hạnh bồ đề có thể đem lại an vui, trừ tất cả khổ.
30. Chẳng những thế, tâm bồ đề còn có thể diệt trừ sự

ngu si của chúng sinh. Còn Bạn lành nào sánh bằng, còn phước nào lớn bằng?

31. Nếu có người biết đền đáp cái ân bố thí, người ấy còn đáng được ca ngợi, huống gì Bồ tát vui vẻ giúp đỡ người khác, dù người ấy chưa nhờ, thì lại càng đáng ca tụng biết chừng nào.
32. Dù có kẻ tình cờ chuẩn bị một ít thực phẩm mang cho một số chúng sinh đang đói, khiến họ no được nửa ngày, người ta còn kính trọng xem như một thiện sĩ.
33. Huống chi Bồ tát thường xuyên ban cho vô số chúng sinh niềm vui Chính giác tối thượng, và thỏa mãn tất cả nguyện vọng của hữu tình.
34. Phật dạy kẻ nào sinh tâm xấu đối với những Bồ tát cứu độ khắp mọi người như thế, kẻ ấy sẽ sa địa ngục nhiều kiếp số, như số lượng tâm xấu họ đã nghĩ.
35. Ngược lại, ai phát khởi niềm tin thanh tịnh đối với Bồ tát thì sẽ được quả báo phước đức vượt xa cái nhân đã gieo. Bồ tát dù có gặp gian nan lớn vẫn không làm ác mà còn tăng trưởng thiện hành.
36. Có ai phát sinh tâm Bồ đề quý báu ấy không, tôi xin kính lễ dưới chân người ấy. Có ai đem lại an vui ngay cả cho kẻ làm hại mình, tôi xin quay về kính lạy người ấy, suối nguồn của an vui.

Chương hai

SÁM HỐI TỘI NGHIỆP

1. Để có thể giữ gìn tâm bồ đề tôn quý nhất, con xin cúng dường chư Phật, cúng dường Pháp bảo vô cầu và cúng dường biển công đức vô lượng của chư Bồ tát (*con Phật*).
2. Có bao nhiêu hoa tươi quả quý cùng các thực phẩm tối thượng, những vật quý báu trên đời, bao nhiêu nước trong sạch khiến người ta ưa thích;
3. Những núi châu báu nguy nga như vậy, cùng các khu rừng an tịnh làm tâm người thư thái, những cây báu trang sức bằng hoa kỳ diệu, những cây ăn trái thông rữ những cành trĩu quả báu;
4. Những hương thơm vi diệu nhất trên đời, ngang với hương cõi trời, hương đốt, các Cây Ước quý báu, những mùa màng tự sinh không cần cày cấy, cùng các đồ trang sức quý báu đáng cúng dường khác;
5. Những hồ ao đầy đầy hoa sen và những con thiên nga hót êm tai; tóm lại tất cả những vật vô chủ trong khắp phạm vi hư không rộng lớn;
6. Bằng tâm ý, con xin dâng hiến lên đấng Tối tôn của loài người và các Con của ngài. Kính thỉnh Ruộng phước tối thắng đầy bi mẫn lớn lao, xin chư vị thương xót nhận cúng phẩm này.
7. Con không có phước đức nên hết sức nghèo khó, chẳng có một chút tài sản gì để dâng cúng ngài. Kính xin đấng Chúa tể lợi tha đầy lòng thương xót,

xin hãy nhận đồ cúng này vì lợi ích cho con.

8. Con muốn đem cả thân tâm vĩnh viễn phụng hiến lên chư Phật và chư Bồ tát, xin các ngài thương xót nhận cho. Con xin cung kính làm kẻ nô bộc của các ngài.
9. Khi đã được các ngài hoàn toàn thu nhận, thì con chỉ sống vì lợi ích hữu tình không còn lo sợ, thân tâm được thanh tịnh, hoàn toàn siêu thoát các tội lỗi quá khứ. Từ nay trở đi con sẽ không bao giờ làm các ác nghiệp.
10. Với nền bằng thủy tinh sáng bóng, cột trụ dát đầy bảo châu sáng ngời đẹp mắt, trên cao thông rỗng những dù lọng bằng ngọc quý long lanh, đây là nhà tắm mỹ lệ thơm tho;
11. Trong đó đã trần thiết nhiều bình báu đẹp để đựng đầy nước thơm khiến người ưa thích, vang lên đủ điệu ca nhạc êm tai. Xin chư Phật và Bồ tát hãy đến tắm.
12. (*Tắm xong*) có những khăn tắm sạch sẽ ướp những thứ hương vi diệu để lau ngọc thể của các ngài. Lau xong con lại dâng lên những y phục thơm tho đủ màu tốt đẹp nhất.
13. Lại lấy đủ loại áo mềm mại và trăm thứ trang sức tối thượng để trang nghiêm thân thể của chư bồ tát Phổ hiền, Văn thù, Quán thế âm và Thánh chúng.
14. Có những hương bột thơm khắp ba ngàn thế giới, con dùng thoa lên ngọc thể của chư Phật phát ra ánh sáng vi diệu như vàng ròng tinh khiết.

15. Hướng lên chư Phật, đối tượng cúng dường thù thắng, con xin dâng những hoa sen thơm ngát, hoa mạn đà la, hoa sen xanh, và các tràng hoa tuyệt đẹp.
16. Xin cúng dường các ngài những vàng mây hương tối thắng, mà mùi thơm làm người ta mê mẩn. Con xin cúng dường những thực phẩm cõi trời và đủ thức ăn uống đẹp ngon.
17. Con xin dâng lên những đèn báu mà chân đèn làm bằng những đóa sen vàng. Và trên nền nhà ngát hương, con rải đầy những hoa đẹp ý.
18. Hướng lên đấng Chúa tể tâm đại bi, con xin cúng dường những lâu đài trong đó vang dội những tiếng ca du dương, với bao chuỗi châu báu mỹ lệ thòng xuống la liệt khắp hư không.
19. Con xin dâng hiến chư Phật những lọng che bằng châu báu, cán bằng vàng ròng, viền quanh bằng đủ thứ trang sức đẹp đẽ.
20. Ngoài ra còn có những cúng phẩm nhiều như mây tụ lại, diễn tấu âm nhạc du dương làm lắng dịu những thống khổ của hữu tình. Mong sao những đám mây cúng dường này sẽ còn mãi.
21. Mong sao mưa hoa và mưa châu ngọc luôn rơi trên tất cả những pháp bảo vi diệu, trên linh tháp và trên thân Phật.
22. Như xưa bồ tát Văn Thù và chư Bồ tát đã cúng dường chư Phật thế nào, thì nay con cũng xin cúng dường chư Phật và các Con của ngài như vậy.

23. Con xin dùng âm thanh của tiếng hải triều mà xưng tán biên công đức của chư Phật. Nguyện cho những lời xưng tán vi diệu này luôn luôn vang đến các Ngài.
24. Con nguyện hóa thân này nhiều như cát bụi, để mỗi phân thân ấy sẽ đánh lễ chư Phật ba đời, đánh lễ chánh Pháp và Thánh tăng.
25. Con cũng xin đánh lễ tất cả tháp thờ Phật, lễ nguồn gốc tâm Bồ Đề, lễ các bậc tri giới đệ nhất và các vị trú trì, giáo thọ sư.
26. Từ nay cho đến khi được Vô thượng Bồ đề, con nguyện quay về nương tựa Phật, Pháp và toàn thể chư Bồ tát.
27. Trước chư Phật ở khắp mười phương và chư thánh chúng sẵn tâm đại bi và tâm bồ đề, con xin chấp tay thành khẩn khẩn nguyện như sau:
28. Trong đời này hoặc các đời khác kể từ vô thi luân hồi cho đến nay, bao nhiêu tội ác mà con vì không biết, đã tự làm hoặc khuyên người khác làm;
29. Hoặc do ngu si dẫn dắt mà con đã tán đồng việc ác của kẻ khác. Nay con đã thấy tội lỗi, đối trước chư Phật con xin thành tâm sám hối.
30. Do phiền não quấy động ba nghiệp, con đã gây ra những tổn hại đối với cha mẹ, với Ba ngôi báu, với Thầy Tổ và những người khác.

31. Vì trong quá khứ con đã phạm nhiều tội lỗi, nên nay con đã thành kẻ có tội. Tất cả những tội lỗi khó dung thứ ấy, nay đối trước chư Phật con đều xin sám hối.
32. Nếu lỡ khi sám hối chưa sạch tội mà thân con đã chết mất, thì làm sao con thoát khỏi tội lỗi đây? Thế nên con khẩn thiết xin Ngài hãy mau cứu giúp con.
33. Thần chết không đáng tin cậy gì cả, không chờ tội của ta sạch hay chưa, bất kể có bệnh không bệnh, tử thần đều có thể đoạt mạng. Cho nên thật không thể ý vào sự sống của mình.
34. Vì không biết rằng khi chết phải bỏ lại tất cả, nên chúng ta đã vì những người thân và kẻ thù mà tạo ra đủ thứ tội lỗi.
35. Đời người quả thực như mộng huyễn, bất kể chuyện gì ta đã trải nghiệm cũng chỉ còn là ký ức trong tâm. Việc qua rồi là không bao giờ thấy lại.
36. Kẻ thù hóa thành hư vô, người thân cũng tan đi như mây khói. Thân ta chắc chắn phải chết, tất cả rốt cùng đều trở về không.
37. Lại nữa, trong đời này, một số kẻ thù và bạn hữu ta cũng đã chết. Nhưng những tội ác mà vì họ ta đã tạo ra thì vẫn còn rành rành trước mắt.
38. Vì không ý thức được mình có thể chết bất ngờ, ta đã tạo bao nhiêu tội nghiệp do tham lam, sân hận và ngu si.
39. Mạng sống tiếp tục suy giảm từng ngày đêm không

bao giờ ngừng, không thể nào tăng lên, thì làm sao một kẻ như ta lại không chết?

40. Khi lâm chung, dù có nhiều người thân vây quanh, nhưng những thống khổ lúc hấp hối thì chỉ có một mình ta phải chịu.
41. Khi sứ giả Diêm Vương đã đến bắt hồn, thì thân quyến bằng hữu đâu ích gì? Duy chỉ phước đức mới có thể cứu mình, nhưng khôn nổi ta lại chưa từng tu tập.
42. Hỡi đáng cứu hộ che chở, do buông lung nên con không biết chết là đáng sợ như thế này. Con đã vì cuộc sống mong manh mà tự tạo biết bao tội lỗi.
43. Như một kẻ tội phạm bị dẫn ra pháp trường thì kinh hãi, miệng khô, hai mắt lồi ra, hình hài đổi khác;
44. Nói gì đến nỗi kinh hoàng ưu khổ nơi ta lúc bị sứ giả Diêm Vương với thân hình đáng sợ đến bắt?
45. Ai có thể cứu tôi ra khỏi cơn hãi sợ lớn lao này? Lúc đó ta sẽ trợn dọc hai con mắt hốt hoảng nhìn khắp bốn phương để cầu cứu.
46. Tìm khắp bốn phía không thấy nơi nương tựa, ta càng sợ hãi. Không có nơi nào trú ẩn, ta phải làm sao bây giờ?
47. Phật là đáng Chúa tể đầy từ bi chuyên phù hộ che chở chúng sinh. Ngài có năng lực giải trừ các khiếp sợ, nên nay con xin quay về nương tựa nơi Ngài.
48. Cũng thế, con xin quay về nương tựa Thánh Pháp

mà chư Phật đã chứng ngộ, có thể trừ khử được nỗi sợ hãi trong cõi sinh tử luân hồi, và quay về nương tựa chư Bồ tát thánh chúng.

49. Trong cơn hãi sợ toi bời này, con xin đem cả thân mạng dâng lên đức bồ tát Phổ Hiền. Con cũng đem thân này phụng hiến lên đức Văn Thù bồ tát.
50. Con cũng đem hết sức bình sinh la lên cầu cứu với đức bồ tát Quán Thế Âm, vị Bồ tát không quên hạnh đại bi. Xin Ngài cứu con, một kẻ mê lầm.
51. Con cũng cầu cứu với ngài Hư Không Tạng Bồ tát, Địa Tạng Vương Bồ tát cùng chư Bồ tát sẵn lòng đại bi.
52. Con xin nương tựa Kim Cương Trì Bồ tát, người mà các sứ giả dữ tợn của Diêm vương trông thấy phải khiếp vía bỏ chạy.
53. Từ xưa con đã làm trái lời chư Phật, nên phải rơi vào nỗi lo sợ lớn lao này. Nay con đã quay về nương tựa chư tôn, xin hãy mau cứu con ra khỏi cơn khiếp hãi!
54. Với một cơn bệnh tâm thường, người ta còn lo sợ tuân theo lời y sĩ, huống gì bệnh tham sân si từ lâu đời lâu kiếp đã trói buộc tâm mình?
55. Chỉ một căn bệnh tham sân si này cũng có thể tiêu hủy tất cả người trong châu Thiệm Bộ phương Nam. Tìm khắp nơi cũng không gặp được phương thuốc nào để trị chứng bệnh ấy.
56. Giáo lý do đấng Nhất thiết trí, bậc đại Y vương

tuyên thuyết có thể nhỏ tận gốc các khổ đau.
Ai đã biết được giáo lý ấy mà không thực hành theo,
thì thực là rất ngu si đáng trách.

57. Khi gặp một nguy hiểm nhỏ ta còn phải đề phòng cẩn thận, huống chi (địa ngục) một chỗ hiểm sâu cả ngàn do tuần, kéo dài nhiều thời kiếp mà không cẩn thận hay sao?
58. Nghĩ rằng "hôm nay chưa chết đâu" để nhàn hạ qua ngày thì thực là phi lý; vì sớm muộn gì ta cũng chết. Cái chết chắc chắn sẽ đến thôi.
59. Ai sẽ đem lại cho ta sự không sợ hãi? Làm sao ta có thể thoát khỏi nỗi kinh khiếp này? Nếu ta nhất định sẽ phải chết, thì làm sao có thể yên tâm hưởng nhân được?
60. Những kinh nghiệm ta đã trải qua, nay còn lại gì đâu ngoài ra những hoài niệm về chúng? Thế mà do bám víu vào những thứ ấy, ta thường làm trái những giáo huấn của bậc thầy!
61. Nếu khi chết ta phải bỏ lại sinh mạng này cũng như tất cả người thân, để ra đi một mình đến nơi vô định, thì kết bạn kết thù có ích lợi gì đâu?
62. Do tạo những nghiệp bất thiện đời trước mà có ra những thống khổ đời nay, vậy làm sao để thoát ly khỏi vòng nghiệp nhân khổ quả? Ta chỉ nên ngày đêm tư duy như vậy.
63. Vì ngu si con đã phạm các tánh tội (*những điều ai cũng cho là quấy, bất kể có tôn giáo hay không*), hoặc phạm các giới tội do Phật chế và những tội lỗi

khác;

64. Nay đối trước chư Phật, với lòng sợ hãi những khổ báo do tội lỗi gây ra, con xin chấp tay đánh lễ chư Phật ba lần để sám trừ tất cả tội.
65. Xin các ngài khoan dung tha thứ cho những tội lỗi con đã tạo từ xưa; quả thực đây là hành vi bất thiện, từ nay về sau con thề vĩnh viễn không dám làm.

Chương ba

PHÁT BỒ ĐỀ TÂM **(Bồ đề tâm nguyện)**

1. Con sung sướng tùy hỉ tất cả các thiện hành dứt khổ mang vui cho chúng sinh.
2. Con xin tùy hỉ tất cả những việc tốt mà chúng sinh tích tụ được, vì đây là nhân cho giác ngộ (*của bậc A-la-hán*). Xin vui theo những hữu tình còn thân dư báo nhưng sẽ vĩnh viễn giải thoát khỏi khổ luân hồi.
3. Con xin tùy hỷ sự giác ngộ của chư Phật và chư Bồ tát ở mười địa vị. Con cũng hân hoan tùy hỉ biển phước khiến hữu tình an vui, cùng các hành vi của chư bồ tát để lợi lạc hữu tình.
4. Khi biết Phật muốn nhập Niết Bàn, con sẽ vội vàng thỉnh cầu các ngài trụ thế vô lượng kiếp để thế gian thoát khỏi mê ngu.
5. Đối trước mười phương chư Phật, con xin chấp tay chí thành cầu khẩn các ngài hãy vì chúng sinh đau khổ mê mờ mà đốt lên ngọn đuốc chánh pháp.
6. Bao nhiêu thiện hành như trên mà con đã tích tụ được, con nguyện dùng để tiêu trừ thống khổ cho tất cả hữu tình.
7. Đối với chúng sinh bị bệnh, con nguyện hóa làm thuốc hay, làm thầy giỏi, hoặc làm y tá điều dưỡng.
8. Nguyện có nhiều thực phẩm như mưa tuôn để giải trừ nạn đói khát cho chúng sinh. Vào thời tai ách đói

kém, con nguyện làm thức uống ăn cho tất cả chúng sinh đờ đỏi.

9. Đối với người khốn cùng, con nguyện hóa thành kho vô tận. Nguyện cho các nhu yếu của đời sống đều hiện ra trước mắt họ.
10. Vì muốn lợi ích cho hữu tình, con xin xả bỏ tất cả không tiếc thứ gì: thân mạng, tài sản, cùng các thiện hành tích lũy trong ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai.
11. Xả bỏ hết thì sẽ thoát khổ, tâm con được niết bàn an tịnh. Trước sau gì cũng phải xả bỏ, sao bằng bố thí trước cho tất cả chúng sinh.
12. Con đã đem thân này hoan hi bố thí cho chúng sinh, nên để cho họ tha hồ đánh chửi giết hại.
13. Dù họ có đem thân con ra làm trò cười, xúc phạm, chê bai, con cũng coi như không. Đã thí xả thân này thì đâu còn gì để quý tiếc?
14. Tất cả những việc làm vô hại mà lợi ích cho hữu tình, con đều sai khiến thân này làm hết. Nguyện cho ai trông thấy con đều được nhiều lợi lạc.
15. Dù có người do thấy con mà khởi lòng tin, hoặc do thấy con mà căm ghét, con nguyện cả hai thái độ ấy rốt cùng đều mang lại cho họ lợi ích.
16. Nguyện cho những người lăng nhục, làm hại hay chế riễu con, đều nhân đây trở thành cơ hội cho họ chứng bồ đề.
17. Với kẻ lữ hành không ai giúp đỡ, con nguyện làm

người chỉ lối đưa đường. Nguyên làm chiếc thuyền bè hay cây cầu cho người muốn qua sông.

18. Nguyên hóa làm hòn đảo cho kẻ cần ốc đảo, hóa làm đèn đuốc cho kẻ cần đèn đuốc, hóa làm chỗ nghỉ cho kẻ cần chỗ nghỉ. Người cần tôi tớ để sai sử, con nguyện làm tôi tớ cho họ.
19. Nguyên hóa làm bò báu, ngọc như ý, lu thần, bùa linh, thuốc tiên, cây ước, cho tất cả chúng sinh.
20. Con nguyện hóa làm những nhu yếu căn bản cho sự sống của vô lượng hữu tình như đất, nước, lửa và không khí.
21. Con nguyện làm cái nhân duy trì sinh mạng cho chúng sinh như vậy, cho đến khi tất cả chúng sinh đủ loại trong cùng tận biên giới hư không, đều Niết bàn cả mới thôi.
22. Như xưa kia chư Phật sau khi phát tâm bồ đề, đều tuần tự tu tập các học giới bồ tát;
23. Thì nay con cũng vậy, sau khi phát tâm vì lợi ích cho muôn loài, con cũng tuần tự siêng tu hành các học giới Bồ tát.
24. Bạc trí sau khi phát tâm bồ đề thanh tịnh như thế rồi, lại vì muốn cho tâm ấy tăng trưởng nên ca tụng Nó như sau:
25. Phúc thay cho ta nay được mang thân người, lại được sinh vào gia đình Phật, làm con của chư Phật.
26. Từ đây trở đi ta chỉ nên làm những việc thích hợp

với gia tộc ấy, phải cẩn thận chớ để ô danh giòng giống tối tôn này.

27. Như một kẻ đui mù sờ soạng mò ngay được ngọc báu trong thùng rác, ta may sao phát được tâm bồ đề này cũng vậy.
28. Bồ đề tâm là cam lộ thù thắng mang lại bất tử; là kho vô tận trừ khử khó nghèo,
29. Là cây thuốc tốt nhất trừ bệnh chết; là tàng đại thụ che mát cho chúng sinh lưu lạc trong ba đường ác đến nghỉ ngơi;
30. Là cây cầu cho chúng sinh đi qua để ra khỏi ác đạo,
31. Là vùng trăng mát dịu trừ khử phiền não nóng bức trong tâm, là vùng nhật chói lọi xua tan mây mù vô trí. Bồ đề tâm ví như tinh chất đề hồ được rút ra từ sữa Diệu pháp của Thế tôn.
32. Đối với những khách hữu tình đang phiêu bạt, với những người muốn an hưởng hạnh phúc, thì tâm bồ đề có thể khiến cho họ được an vui, như một lữ quán có thể làm mãn nguyện khách đường dài.
33. Ngày hôm nay, trước sự chứng giám của chư Phật, Bồ tát, con ân cần mời chúng sinh làm tân khách đến đây để hưởng cái vui thành Phật và những vui khác. Mong chư thiên chúng và mọi loài hãy vui mừng lên!

Chương bốn

THỰC HÀNH BỒ ĐỀ TÂM (Bồ đề tâm hạnh)

1. Sau khi mạnh mẽ phát Bồ đề tâm, Bồ tát con Phật phải thường tinh tấn tu tập không được biếng nhác, nhất là không được làm trái học giới Bồ tát.
2. Một việc làm nếu ta không suy nghĩ cẩn thận, hoặc do ngẫu hứng mà làm thì dù đã hứa, ta cũng có thể xét lại xem nên theo hay nên bỏ.
3. Nhưng làm sao có thể từ bỏ Giới mà với trí tuệ bao la, chư Phật Bồ tát đã xét thấy có vô lượng công đức, và chính ta cũng đã từng suy nghĩ kỹ trước khi lãnh thọ?
4. Đã phát nguyện làm lợi lạc hữu tình mà không làm như lời hứa, thì hóa ra lừa dối tất cả chúng sinh! Như vậy số phận ta sẽ ra sao?
5. Kinh dạy, kẻ nào đã định cho người khác một vật tầm thường mà cuối cùng không cho, cũng sẽ đọa làm quỷ đói.
6. Thế mà ta đã mời chúng sinh đến dự yến tiệc vô thượng an lạc rồi lại dối gạt chúng, thì làm sao sinh đến cõi tốt lành?
7. Trường hợp A-la-hán xả tâm Bồ đề mà vẫn được quả giải thoát là việc khó nghĩ bàn, chỉ bậc Nhất thiết trí (*Phật*) mới hoàn toàn thấu rõ nguyên nhân.
8. Trong các tội đọa thuộc Bồ tát giới, cái tội xả tâm

bồ đề là nặng nhất, vì nếu khởi cái tâm này thì làm cho tất cả chúng sinh mất lợi lạc.

9. Kẻ nào gây trở ngại cho thiện hành của Bồ tát dù chỉ một sát-na, thì vì tổn hại cả hữu tình nên sẽ bị quả báo đọa ác đạo không cùng tận.
10. Phá hoại an lạc của một chúng sinh mà còn gặp khôn đốn, huống gì hủy hoại an lạc của vô biên hữu tình đầy khắp biên giới hư không?
11. Bởi thế, người vừa có sức mạnh dám phát tâm Bồ đề lại vừa có khả năng phạm tội đọa, thì vẫn quanh quẩn mãi trong vòng luân hồi, khó có ngày bước lên các địa vị Bồ tát.
12. Vậy nên ta phải cung kính thực hành những gì đã thệ nguyện. Từ nay về sau, nếu không tinh tấn, chắc chắn ta sẽ đọa vào những nơi thấp hèn.
13. Vô lượng chư Phật đã ra đời để làm lợi ích chúng sinh, nhưng do tội lỗi quá khứ mà ta đã không gặp được sự cứu độ của các ngài.
14. Nếu nay ta cũng lại phạm tội như trước, chắc chắn sẽ không thoát khỏi cảnh bị bệnh, bị trói, bị xẻ cưa trong các ác đạo.
15. Được gặp Phật xuất thế, được làm người có lòng tin Phật thích hợp để tu thiện hành, đây là những điều kiện hiếm có, biết bao giờ ta mới được lại?
16. Dù hiện nay ta khỏe mạnh, đủ ăn, không bị tổn thương, nhưng mạng sống trôi qua từng giây phút, cái thân này chỉ như vật tạm.

17. Cứ theo cách hành xử của ta hiện nay, thì được lại thân người cũng khó. Mà nếu không được thân người thì chỉ có thể làm ác, không thể tạo thiện hành.
18. Khi đã đủ cơ hội để làm điều lành mà không chịu làm; đến lúc bị đọa vào ác đạo, bị các thống khổ bức bách, ta liệu làm được gì?
19. Nếu không làm lành, chỉ tạo toàn nghiệp ác thì dù trải qua một kiếp, ta cũng không được nghe đến cái tên của cõi tốt lành.
20. Đó là lý do đức Thế tôn dạy thân người vô cùng khó được; như con rùa mù từ dưới biển mới ngoi lên mà cổ nó chui ngay được vào lỗ hổng nơi một tấm ván trôi bèo bồng.
21. Phạm tội nặng chỉ trong sát na cũng bị một kiếp đọa vào địa ngục Vô gián, huống chi từ vô thủy luân hồi đến nay ta đã tạo tội, thì làm sao có thể sinh vào nẻo lành?
22. Chờ trả cho xong những ác báo ấy để được giải thoát đã là việc khó, huống chi trong lúc thọ quả báo ta lại còn tạo thêm nhiều tội lỗi.
23. Đã được thân người nhân rồi mà không lo tu hành, thì thật không gì điên cuồng, ngu xuẩn hơn.
24. Nếu biết vậy mà vẫn ngu si làm biếng, thì khi lâm chung, ta sẽ hết sức đau khổ.

25. Lửa địa ngục thiêu đốt thân thể trong nhiều kiếp đã khó chịu nổi, mà ngọn lửa ăn năn hối hận còn làm cho tim ta đau đớn vô vàn.
26. Điều lợi lạc khó được mà ta may mắn đã được, lại có đủ khôn ngoan, vậy mà vẫn đọa vào địa ngục;
27. Có khác gì ta đã vướng phải bùa chú làm cho mất hồn. Không biết ta đã bị cái gì làm hôn ám, con ma nào ẩn nấp trong tâm ta?
28. Tham sân, những kẻ thù ấy không có tay chân mặt mũi, cũng không dũa cảm, thông minh gì, sao chúng có thể sai sử ta như sai đầy tớ?
29. Phiền não trong tâm tự tung tự tác làm tổn thương ta, vậy mà ta vẫn chịu đựng không giận tức chúng, sự nhẫn chịu vô lối ấy thực là đáng trách.
30. Dù cho chư thiên và các loài khác nhất tề tấn công ta, cũng không thể đẩy ta vào địa ngục Vô gián được.
31. Nhưng năng lực của kẻ thù phiền não tham dục lại rất lớn, có thể ném ta vào ngọn lửa địa ngục mà ngay cả núi Tu Di gặp phải cũng cháy ra tro.
32. Kẻ thù phiền não trong tâm ta sống dai vô thủy vô chung. Những địch thù trên đời không có kẻ nào sống lâu đến thế.
33. Nếu thuận theo kẻ địch ở đời, ta còn có được lợi lạc. Nhưng nếu chiều theo phiền não trong tâm thì ta chỉ có gặp toàn những khổ hại mà thôi.

34. Kẻ thù địch sống dai ấy, cái nhân duy nhất tăng trưởng tai họa ấy, nếu cứ để cho nó ở trong tâm mình, thì làm sao ta sống an vui không lo sợ cho được?
35. Phiền não là ngục tốt bảo vệ ngục sinh tử, là kẻ hành quyết tội nhân trong địa ngục; nếu nó còn ở trong tâm ta thì làm sao ta có được an vui?
36. Đời này nếu chưa đích thân tiêu diệt được kẻ thù phiền não thì ta không nên xả bỏ tinh tấn. Người đời khi bị kẻ khác làm hại chút xíu cũng còn nổi giận; huống gì khi chưa diệt xong kẻ thù thì ngủ không yên giấc.
37. Trong khi đánh nhau kịch liệt giữa chiến trường, người ta còn nỗ lực tiêu diệt kẻ thù, mặc dù những thù địch ấy rốt cuộc tự nhiên cũng sẽ chết. Nhưng vì những thù địch ấy gây cho họ khổ não, nên bất kể thân mình trúng phải tên đao, khi chưa đạt mục đích tiêu diệt kẻ thù thì họ vẫn không đào tẩu thoái lui.
38. Huống ta nay tinh tấn quyết tiêu diệt kẻ thù tự nhiên (*là si mê phiền não*) cái nhân của thống khổ, thì thật không nên biếng nhác thôi chí dù có gặp trăm ngàn gian khổ.
39. Khi vì mưu cầu chút danh lợi mà thân bị trúng thương của kẻ thù, người ta còn lấy đó làm vinh. Nay ta vì lợi ích lớn lao mà siêng năng tinh tấn, thì đau khổ sao có thể làm ta chùn bước?
40. Những kẻ chài lưới, đồ tể, nông phu vân vân.. chỉ vì sinh kế mà phải chịu nóng chịu rét cùng bao nhiêu gian nan cay đắng. Nay ta vì an lạc chúng sinh, sao lại không nhẫn chịu khó khăn?

41. Ta đã phát nguyện cứu độ chúng sinh khắp mười phương ra khỏi phiền não ái dục, thế mà chính ta thì lại chưa lia xa phiền não.
42. Thốt lời không tự lượng sức, có phải là điên cuồng không? Bởi thế, từ nay ta không bao giờ nên khiếp nhược thối lui trong lúc triệt tiêu phiền não.
43. Ta hãy yêu mến phương pháp đối trị phiền não, hãy ôm hận quyết chiến đấu với nó. Chỉ nhờ phát một cái tâm mãnh liệt ngang với tham sân phiền não mới mong diệt được não phiền.
44. Ta thà bị thiêu bị giết bị chặt đầu, quyết không khuất phục giặc phiền não.
45. Kẻ địch thông thường khi bị đánh đuổi ra khỏi một nơi nào, lại rút đi nơi khác ẩn nấu dưỡng sức, chờ khi phục hồi lực lượng sẽ trở lui đánh tiếp. Nhưng kẻ thù phiền não thì không thế.
46. Khi đã bị con mắt tuệ xuyên suốt để tống khứ phiền não ra khỏi tâm thì phiền não đi đâu? Nó không thể ẩn trú chỗ nào để về sau trở lại. Thế thì sao ta lại nhu nhược, không chịu tinh tấn tiêu diệt nó.
47. Phiền não không ở ngoại cảnh, không ở nội thân, cũng không ở giữa thân và cảnh. Ngoài ba chỗ đó chẳng có chỗ nào cho nó trú. Vậy nó trú chỗ nào để hại ta? Vậy nên biết phiền não chỉ là tâm huyền, không đáng sợ. Hãy nên vì sự nghiệp trí tuệ mà siêng tu, sao ta vẫn cứ ở trong địa ngục để bị tổn hại một cách vô nghĩa?
48. Tư duy như vậy, ta nên tận lực tu hành viên mãn các

học giới Bồ tát. Bệnh nhân cần thuốc nếu không
tuân theo lời dặn lương y thì làm sao khỏi bệnh?

Chương năm

CHÍNH NIỆM, TỈNH GIÁC

1. Người muốn giữ giới, hãy nên chuyên chú giữ tâm mình; vì nếu không giữ tâm thì không thể giữ giới.
2. Nếu thả cái tâm như voi điên này ra, ta sẽ chịu nạn địa ngục vô gián (*ngục A tì, nơi tội nhân liên tục chịu cực hình ngày đêm*). Trên đời dù một con voi lớn chưa thuần cũng không gây tai họa bằng tâm này.
3. Nếu luôn luôn dùng sợi thừng Chính niệm để trói vào cột cái tâm như voi điên này, thì không còn lo sợ gì nữa, mà lại có được tất cả phước lành.
4. Cọp, sư tử, voi, gấu, rắn, hết thảy kẻ thù địch và lính canh giữ địa ngục trong loài hữu tình, cho đến các hung thần, quỷ la sát;
5. Chỉ nhờ buộc cái tâm này là ta có thể trói tất cả những thứ trên. Điều phục được tâm là điều phục tất cả.
6. Phật, đáng luôn nói sự thật, đã dạy rằng tất cả những nỗi lo sợ cùng vô lượng thống khổ đều từ tâm mà sinh ra.
7. Các binh khí để hành phạt hữu tình trong các địa ngục do ai đã cố ý tạo ra? Ai tạo nên sắt nóng ở hỏa ngục, những nữ nhân địa ngục từ đâu sinh? (*áo giáp khủng khiếp của những kẻ đã dâm khi bị cực hình ở địa ngục*).

8. Phật dạy tất cả những thứ đó đều do ác tâm tạo ra. Bởi thế trong cả ba cõi, không có gì đáng sợ bằng tâm này.
9. Nếu cần phải diệt trừ nghèo khổ cho tất cả chúng sinh mới thành tựu được hạnh tu bồ thí cao cả (*để thành Phật*), thế thì ngày xưa làm sao Phật viên mãn thí độ được khi mà đến nay ta vẫn còn thấy những kẻ cơ bản?
10. Nhưng nhờ vui vẻ đem cho chúng sinh tất cả tài vật cùng thành quả công đức mình, mà thí độ [*hạnh bố thí rất ráo*] được viên mãn. Như vậy, bồ thí chỉ y cứ nơi tâm.
11. Biết lừa các loại tôm cá và tất cả động vật hoang dã đến một nơi nào cho chúng khỏi bị giết hại? Nhưng khi vĩnh viễn chấm dứt ác tâm, thì gọi là thành tựu giới độ [*giữ giới toàn vẹn*].
12. Kẻ ngoan cố sân si trên thế giới đầy dẫy khắp không gian, làm sao điều phục cho hết? Nhưng nếu chấm dứt tâm sân nơi chính mình, thì cũng như diệt được tất cả địch thù.
13. Làm sao có đủ số lượng da thuộc để trải khắp đại địa? Nhưng chỉ cần lột một mảnh da dưới gót giày, thì cũng như đã trải da toàn mặt đất.
14. Cũng vậy, ta không cần phải khắc phục tất cả những kẻ thù bên ngoài. Chỉ cần chấm dứt tâm giận dữ nơi chính mình, thì khỏi nhọc công khắc phục cái gì khác.
15. Khi cái tâm sáng suốt vắng lặng sinh khởi, thì được

quả báo sinh lên cõi trời Phạm thiên (*cõi trời cao nhất trong sáu tầng trời cõi Dục*). Dù làm các việc tốt lành bằng thân và miệng, nhưng tâm hành (*động lực từ nội tâm thúc đẩy*) yếu ớt thì khó thành tựu phước đức.

16. Phật dạy, dù tụng niệm và tu các thứ khổ hạnh lâu năm, mà tâm cứ tán loạn để ở chỗ khác, thì cũng vô ích.
17. Nếu không biết tâm này, bí yếu của tất cả Phật pháp, thì dù có mong muốn thoát khổ và được an vui, rốt cuộc vẫn phiêu bạt trong ba cõi một cách vô nghĩa.
18. Bởi thế ta nên khéo gìn giữ đạo tâm. Trừ giới gìn giữ tâm này ra, còn cần gì giữ các giới khác?
19. Như thân thể bị thương mà ở giữa một đám đông hỗn loạn thì cần phải cẩn thận giữ gìn, cũng thế ở giữa đời người hung ác, ta phải giữ vết thương là tâm mình.
20. Đối với vết thương nhỏ trên thân, ta còn sợ bị hại mà phải cẩn thận giữ gìn, thì tại sao người sợ cái khổ ở địa ngục Núi ép không giữ vết thương là cái tâm mình?
21. Nếu hành xử được vậy, thì dù ở giữa ác nhân hay nữ sắc cũng tinh tấn giữ giới không thối lui.
22. Ta thà mất lợi dưỡng, tài sản, thân xác và các sinh kế khác, thà mất những thiện hành khác, quyết không tổn hại tâm này.
23. Tôi chấp tay thành khẩn khuyên những người muốn

giữ tâm, hãy nỗ lực giữ chính niệm và chính tri (*chính niệm tinh giác*).

24. Những người bị bệnh khổ thì không có sức để làm gì ích lợi, cũng thế kẻ mà tâm bị phiền não quá nhiều cũng không thể làm các việc lành.
25. Người mà tâm không tinh giác (*chính tri, biết đúng*) thì những gì nghe, tư duy, tu tập được sẽ không ở lại trong trí nhớ (*chính niệm*), như cái bình rỉ.
26. Dù có tín, đa văn, tinh tấn, mà không tinh giác chính tri thì cuối cùng cũng phạm vào ô uế tội lỗi.
27. Tên giác không chính tri ấy đi theo sau đuôi sự mất chính niệm (*thất niệm*) mà trộm hết phước đức đã tích lũy được từ trước, khiến người sa đọa đường ác.
28. Bọn giặc phiền não ấy đang rình cơ hội cướp đoạt gia tài thiện pháp của ta, hủy hoại pháp thân tuệ mạng của ta và đường đến cõi tốt lành.
29. Bởi vậy tuyệt đối đừng rời chính niệm khỏi cửa ý; nếu rời thì phải liên nhớ đến những tai hại của việc này, tức liền an trú lại chính niệm.
30. Nhờ theo bậc thầy, nhờ sợ đọa lạc, nhờ giáo huấn của thầy phương trượng trú trì, mà người thiện tín dễ phát sinh chính niệm.
31. Chư Phật bồ tát với cái thấy không chướng ngại, thấy rõ tất cả hành vi ngôn ngữ ta.
32. Tư duy như vậy sẽ sinh hổ thẹn kính sợ và dễ dàng phát sinh chính niệm nghĩ đến Phật.

33. Do giữ gìn cửa ý, đứng vững trong chính niệm rồi, thì chính tri (*biết đúng*) sẽ xuất hiện, những gì đã quên mất cũng sẽ trở lại.
34. Khi một ý xấu vừa manh nha, biết ngay tai họa của nó, ta liền giữ chính niệm như cây bám chặt vào đất.
35. Không bao giờ nên nhìn dáo dác mông lung, quyết chí thường để mắt nhìn xuống.
36. Khi cần nhìn bốn phương để con mắt nghỉ ngơi chốc lát, nếu thấy có người nào xuất hiện trước tầm mắt thì hãy nhìn thẳng họ mà chào hỏi.
37. Khi quan sát có gì nguy hiểm trên đường đi, nên nhìn bốn phương, và lúc nghỉ ngơi hãy quay nhìn sau lưng xem xét.
38. Quan sát kỹ trước sau xong rồi mới tiếp tục đi tới hay quay về. Vào mọi lúc nên nhận rõ nhu yếu phải hành động (*tỉnh giác*) như vậy.
39. Khi muốn thân thể ở trong tư thế nào, sau khi an trú hãy luôn quan sát: thân này đang được giữ trong tư thế nào?
40. Thường nỗ lực quán sát cái tâm như voi điên to lớn này, buộc nó vào cột trụ chính Pháp, không để cho nó sống chạy.
41. Người tinh tấn tu tập thiền định thì trong một sát na cũng không để cho tâm phân tán ra ngoài, thường quán sát như sau: tâm ý mình hiện đi đâu?

42. Nếu gặp lúc nguy cấp hay vui vẻ, không thể chú tâm thì nên xả cho nó an nghỉ. Kinh **Vô Tận Ý** có dạy rằng lúc hành bồ thí, ta có thể xả những giới nhỏ nhiệm.
43. Khi đã suy nghĩ một việc và muốn làm, thì không nên nghĩ đến việc gì khác. Tâm chí phải chuyên chú làm cho xong việc ấy đã.
44. Được vậy việc mới thành, nếu không thì không xong việc nào cả. Sự mất tỉnh giác, con mắt bất chính tri luôn rình rập, nhờ vậy cũng sẽ không lớn mạnh.
45. Khi đi vào những đám đông đang nói chuyện phiếm hoặc xem kịch, hãy đoạn trừ tâm tham đắm các việc ấy.
46. Khi vô cớ làm những việc cuộc đất dầy cỏ, vẽ vờ trên mặt đất, thì hãy nhớ di giáo của Phật nên sợ tội lỗi mà từ bỏ ngay hành vi ấy.
47. Khi thân muốn đi động, miệng muốn ra lời, trước hãy xem tâm mình, rồi mới làm hay nói một cách an ổn và hợp lý.
48. Khi ý khởi lên tham hoặc sắp nổi giận, hãy tạm đình chỉ nói làm, như cây đứng vững.
49. Khi tâm nghĩ lăng xăng (*trạo cử*), coi thường kẻ khác, hoặc sinh kiêu căng ngã mạn, muốn phê bình người, muốn nói lời không thực để lừa dối người,
50. Hoặc muốn khen mình chê người, nói lời thô ác, ly gián... thì hãy ở yên như cây đứng.

51. Hoặc nghĩ đến danh lợi, cung kính, muốn sai sử người khác, muốn được kẻ khác hầu hạ, hãy ở yên như cây đứng.
52. Khi muốn nói gì làm cho kẻ khác mất lợi giảm ích, để mưu cầu tự lợi, hãy ở yên như cây đứng.
53. Khi mất kiên nhẫn, làm biếng, sợ sệt, nói lời vô nghĩa, không biết thẹn, khi sinh tâm thiên vị, hãy ở yên như cây đứng.
54. Quán sát những tâm lý ô nhiễm ưa làm chuyện vô nghĩa ấy rồi, bỏ tất hãy dùng phương pháp đối trị để giữ tâm kiên cố.
55. Bỏ tất có đức tin sâu xa, rất cương quyết, vững vàng, cung kính lễ độ, biết xấu hổ, sợ quả báo, an tịnh, siêng năng, mong đem lại an vui cho người.
56. Những kẻ ngu muội ấu trĩ thường không hợp ý nhau, tâm bỏ tất cũng đừng sinh chán ghét; phải thấy chúng bị mê lầm mà ra như thế, nghĩ vậy rồi hãy trải tâm từ.
57. Vì lợi ích cho bản thân và hữu tình, ta không nên phạm tội; hãy thường xuyên chính quán như huyền vô ngã.
58. Hãy nên tư duy nhiều lần rằng trải qua nhiều kiếp ta mới có được nhân cảnh thân người, vậy cần giữ gìn tâm này bất động như núi.
59. Nay tâm ý, lúc bầy chim kên háu đói tranh nhau gặm thi thể người cũng bỏ qua, thì sao bây giờ

ngươi lại để ý đến thân này?

60. Sao còn ôm giữ cái thân xem nó là tôi? Ngươi với nó khác nhau, nó có ích gì cho ngươi đâu?
61. Nay tâm ý ngu si kia, sao ngươi không giữ một cái thân như cây sạch sẽ, mà giữ chỉ cái khí cụ hư hoại ô uế này?
62. Trước hãy dùng ý phân tách da khỏi thịt, rồi dùng trí tuệ sắc bén mà tách thịt ra khỏi bộ xương.
63. Lại chẻ xương ra mà quan sát sâu vào tủy để tự hỏi, có cái gì sạch và đẹp không?
64. Tìm kỹ cũng không thấy được cái sạch đẹp, thì sao ngươi còn tham luyện mến giữ cái thân này?
65. Ngươi cần gì thân này khi người không thể ăn đờ uế trong thân, uống máu trong thân, hút gan ruột trong thân?
66. Cái lý do duy nhất để tham thân, là nó làm thực phẩm cho chồn và kên kên, vậy thân người chỉ đáng nên chịu sự sai khiến để làm việc thiện.
67. Nếu ngươi cứ bám giữ nó, thì thân chết cũng không buông tha, sẽ đoạt nó để cho chó và kên kên ăn, khi ấy người làm gì được?
68. Khi tớ không kham việc thì chủ không cho cơm áo; ngươi cung dưỡng cái thân mà nó bỏ ngươi đi mất thì sao còn chăm sóc nó chu đáo làm gì?

69. Đã trả lương cho nó thì nó phải làm lợi cho mình; nếu nó không lợi ích gì thì không cho nó xu nào cả.
70. Nên xem thân như con thuyền đưa ta qua lại làm lợi lạc hữu tình, chuyển nó thành thân Phật như ý.
71. Hãy tự làm chủ lấy thân tâm, thường lộ vẻ mặt vui tươi, đừng chỉ sự giận dữ và những cái cau mày; trở thành người bạn tốt của chúng sinh.
72. Khi dời chỗ ghế giường, đừng tùy tiện gây tiếng động lớn. Khi mở cửa cũng phải nhẹ nhàng chớ thô bạo. Thường ưa nói lời hiền dịu nhu hòa.
73. Con vịt nước, con mèo và kẻ trộm lúc nào cũng làm việc một cách lặng lẽ trong bí mật, nên mới thành tựu được những việc chúng muốn làm. }ức Phật cũng thường làm việc cách đó.
74. Ở chung nên khéo khuyên răn người bỏ ác làm lành, khi người khác cho những lời khuyên lợi ích mà mình không yêu cầu, thì phải cung kính mà đón nhận, hãy là đồ đệ học hỏi từ tất cả chúng sinh.
75. Hãy khen ngợi tất cả những lời Pháp khéo thuyết, và thấy ai làm việc phước thì nên ca tụng và sinh tâm vui mừng.
76. Hãy thầm khen công lao kẻ khác và cùng người nói về thiện đức kẻ khác. Nghe ai nói đến công đức của mình thì hãy tự xét xem mình thực có như vậy hay không.
77. Tất cả việc làm đều cốt mang lại nguồn vui khó mua được bằng tiền bạc, bởi thế ta hãy nhân thiện hành

của mọi người mà hưởng thú vui tùy hi.

78. Làm vậy thì chẳng những đời này không hại gì mà đời sau được vui lớn. Ngược lại, nếu vì ganh ghét mà sâu khổ thì đời sau thống khổ càng tăng.
79. Nói năng phải từ đáy lòng mình, lời và nghĩa mình bạch khiến người nghe vui vẻ; không nói vì tham sân thúc đẩy mà phải nói lời nhu hòa thích đáng.
80. Khi nhìn hữu tình, hãy nhìn với từ tâm và thành thực, nghĩ rằng nay tôi nhờ họ mà có thể thành Phật.
81. Hãy thường khởi tâm hành thiện, hoặc khởi tâm đối trị (*bát thiện*), như cúng thí vào ba ruộng phước là kính điền (*cúng dường tam bảo*), ân điền (*cha mẹ*), và bi điền (*kẻ nghèo*) thì sẽ được phúc lớn.
82. Khi đã có được trí thiện xảo và đức tin, thì ta nên thường hành thiện. Những việc lành hãy tự mình làm, không ỷ lại vào kẻ khác.
83. Các pháp ba la mật như bố thí, trì giới,... cần phải ngày càng tăng tiến, đừng vì việc nhỏ mà mất lợi ích lớn. Hãy thường nghĩ làm sao lợi ích cho tất cả mọi người.
84. Đã rõ đạo lý kinh dạy như trên, thì hãy thường phát tâm siêng làm lợi người. Đức Phật thấy xa, đây đủ bi mẫn đã mở cho bỏ tất những giới cấm đối với kẻ khác.
85. Thực phẩm nên chia sót cho những chúng sinh bị đọa, cho người không nơi nương tựa, và cho những người giữ giới. Chỉ nên ăn vừa đủ mà thôi. Y phục

chỉ giữ ba bộ, ngoài ra nên thí xả.

86. Thân này cốt để tu hành chính pháp, không nên vì lợi nhỏ mà làm cho nó bị tổn thương. Được thế thì ước nguyện của chúng sinh sẽ mau thành tựu.
87. Không có một tâm đại bi hoàn toàn thanh tịnh thì không nên thí xả thân này, mà đời này cũng như các đời khác chỉ nên xả thân vì lợi lạc lớn lao cho hữu tình.
88. Không thuyết pháp cho người có thái độ như kẻ bị bệnh, không cung kính, người cầm dù, gậy, binh khí, người trùm đầu.
89. Không thuyết pháp cho người khác phái chỉ có một mình; không nói pháp rộng rãi sâu xa cho người thiếu trí; nhưng phải cung kính tu tập bình đẳng tất cả pháp sâu cạn.
90. Không nên nói pháp nhỏ cho người có khả năng lớn, không nên xả luật hạnh bồ tát, không dùng chú thuật đối gạt người.
91. Khi nhổ nước bọt và vứt tăm xỉa răng phải lấy đất che lấp, không đổ phế thải lên đất sạch và nước trong.
92. Khi ăn chớ độn đầy miệng, nhai ra tiếng, há lớn miệng. Khi ngồi không duỗi chân ra, không xoa hai tay vào nhau.
93. Ở những nơi như trên xe, trên giường, không nên ngồi chung với người khác phái. Tóm lại là những gì khiến người đời mất niềm tin thì hãy theo đó mà

tránh sự ghét hiềm.

94. Đừng ra hiệu hay chỉ đường bằng cách búng ngón tay; mà nên cung kính duỗi cả bàn tay phải.
95. Để bày tỏ ý mình, không nên lắc mạnh cánh tay, mà chỉ cử động nhẹ, hoặc nói ra lời, hoặc khảy móng tay; nếu không sẽ mất uy nghi.
96. Như khi Phật Niết bàn, lúc ngủ hãy xoay đầu về hướng đáng hi vọng. Khi ngủ hãy giữ gìn chính niệm tỉnh giác nghĩ đến lúc thức dậy.
97. Phật dạy vô số luật nghi bồ tát (*không thể nào nói cho hết*), nhưng những pháp hành để thanh lọc tâm trên đây, hãy nên tận lực tu trì.
98. Ngày ba lần đêm ba lần, hãy tụng đọc Kinh **Ba Tu**, và y cứ bốn năng lực là quy y, phát tâm, vân vân... mà sám trừ các tội nặng.
99. Lúc nào cũng nên vì mình hay vì người mà siêng năng thực hành bất cứ hạnh gì Phật đã dạy.
100. Không có một giới nào mà bồ tát không cần học, nếu khéo sống được như vậy thì nhất định không thiếu phước.
101. Dù trực tiếp hay gián tiếp, tất cả hành vi đều chỉ vì lợi tha; và cũng chỉ vì lợi lạc hữu tình mà ta hồi hướng tất cả cho sự nghiệp giác ngộ.
102. Dù phải mất tính mạng, tôi thề không từ bỏ bậc Bạn lành quý báu tinh thông giáo nghĩa đại thừa và thực hành viên mãn giới Bồ tát.

103. Nên tu học những phép tắc hầu thầy nói trong truyện Cát Tường Sinh ở kinh Hoa nghiêm, và những học giới khác đọc kinh sẽ biết.
104. Trong kinh có giới luật, vậy nên đọc qua tạng kinh, trước tiên là kinh **Thánh Xử Hư Không Tạng**.
105. Vì sao phải tu hành? Trong kinh **Học Xứ Tập Yếu** đã nói rộng điều này, bởi thế nên đọc bộ luận **Chúng Học Xứ Tập Yếu**.
106. Lại cũng nên đọc qua **Nhất Thiết Kinh Tập Yếu** và hai bộ luận của Long Thọ.
107. Hãy siêng tu học những gì mà kinh luận không cấm, và thực hành những gì kinh dạy để giữ gìn đức tin của thế gian.
108. Tóm lại ý nghĩa của giữ gìn Chính tri là: nên quán sát kỹ các trạng thái của thân và tâm.
109. Hãy nên cung kính thực hành chứ nói suông đâu có kết quả? Nếu chỉ đọc cái toa thuốc thì có ích gì cho con bệnh?

Chương sáu

NHÃN NHỤC

1. Tất cả những thiện hành như lễ Phật, bố thí,... đã được tích lũy trên ngàn kiếp đều bị phá hủy trong phút chốc vì giận dữ.
2. Không có điều ác nào bằng sân hận, không có điều lành nào bằng nhẫn nhục. Bởi thế ta nên nỗ lực bằng nhiều cách để tu hạnh nhẫn nhục.
3. Tâm ta sẽ không tịch tịnh nếu nuôi dưỡng những ý nghĩ hận thù. Ta sẽ không tìm thấy niềm vui hay hạnh phúc, phải mất ngủ và cảm thấy bất an.
4. Một người chủ nổi sân có thể bị giết bởi chính những người nhờ lòng tốt của ông ta mà có tài sản và hạnh phúc.
5. Vì ta giận dữ mà bạn bè thân quyến đâm chán; mặc dù ta bố thí rộng rãi, họ cũng không nương ta. Tóm lại, không ai sống hạnh phúc được khi ôm lòng sân hận.
6. Chính sự giận dữ -kẻ thù địch ấy- tạo nên những đau khổ như trên. Người nào tinh cần khắc phục giận dữ sẽ tìm thấy hạnh phúc trong đời hiện tại và những đời sau.
7. Được nuôi dưỡng bằng nổi bất mãn do phải làm những việc ta không muốn, còn những gì ta muốn thì bị cản trở, sự thù hận tăng trưởng trong ta và cuối cùng hủy diệt ta.

8. Bởi thế ta nên trừ tiết thức ăn nuôi dưỡng kẻ thù sân hận này, vì nó chỉ có làm hại ta mà thôi.
9. Dù bất cứ gì xảy đến cũng chớ để nó quấy động niềm hi vọng trong tâm ta. Vì dù có bức tức ta cũng chẳng làm được điều mình mong mỏi, mà còn mất công đức.
10. Cần gì phải khổ sở về một sự việc nếu còn có biện pháp cứu vãn? Nhưng nếu không còn biện pháp nào nữa, thì đau khổ cũng đâu có ích gì?
11. Ta không muốn sự khổ đau, khinh miệt, lời thô ác khiếm nhã đến với bản thân và bằng hữu. Nhưng với kẻ thù thì ngược lại.
12. Trên đời hiếm hoi thay những nguyên nhân tạo nên hạnh phúc, nhưng nguyên nhân đem lại đau khổ thì rất nhiều. Nếu không có khổ đau, thì không có sự từ bỏ. Bởi thế này tâm ta ơi, người hãy đừng cảm mà chịu khổ đi!
13. Nếu có một số người tu khổ hạnh và ngoại đạo **Karnapa** (*Nam Án*) vô cớ chịu đựng những đau đớn xé cưa và nung đốt, thì tại sao ta không can đảm chịu khổ vì mục đích giải thoát?
14. Không có gì không hóa ra dễ dàng nhờ tập quán. Bởi thế, nhờ dần quen với những hại nhỏ, ta có thể nhẫn chịu những hại lớn.
15. Ai cũng thấy vậy, với những nỗi khổ tầm thường như khi bị rắn rết sâu bọ cắn, bị đói khát và những ung nhọt vật vãnh.

16. Ta không nên mất kiên nhẫn vì những khổ như nóng, lạnh, gió, mưa, đau ốm, cột trời, đánh đập... Vì nếu mất kiên nhẫn thì ta chỉ càng đau khổ thêm thôi.
17. Có người khi thấy máu mình chảy thì đâm ra dửng dưng và cương quyết hơn; nhưng cũng có người khi thấy máu kẻ khác thì té xỉu, bất tỉnh nhân sự.
18. Những phản ứng khác nhau ấy là do tâm quá cảm hay nhất gan. Bởi thế ta nên xem thường những tai hại đến với mình, đừng để bị khổ đau quật ngã.
19. Bậc trí dù trải nghiệm đau khổ, tâm vẫn minh mẫn không tán loạn. Vì khi đánh giấc phiền não, dù phải gặp nhiều tai hại trong trận chiến,
20. Những chiến sĩ vinh quang vẫn xem thường để chiến thắng địch thủ. Những chiến sĩ tầm thường thì chỉ đâm vào những thây chết.
21. Hơn nữa đau khổ có nhiều đức tính: nhờ đau khổ mà ta phát sinh tâm chán lìa sinh tử, kiêu căng tan biến, ta phát tâm thương xót những chúng sinh trong cõi luân hồi, hổ thẹn về việc ác và hoan hỉ làm điều lành.
22. Nếu ta không giận những căn bệnh như bệnh đau gan và những thống khổ to lớn khác của nhân loại, thì sao lại giận dữ với hữu tình, khi tất cả đều do nhân duyên (*điều kiện*) sinh ra.
23. Mặc dù không ai muốn, những bệnh tật vẫn sinh khởi. Cũng vậy, mặc dù không ai muốn, những phiền não vẫn nổi lên.

24. Người ta nổi giận không cưỡng được, không nghĩ trước rằng "ta sẽ nổi giận". Cũng thế, cơn giận tự phát không nghĩ rằng "ta sẽ phát sinh."
25. Tất cả lỗi lầm và tội ác đủ loại đều do duyên sinh, (*do hoàn cảnh thúc đẩy*), không tự phát vô duyên cớ.
26. Những duyên này khi nhóm họp lại đều không có ý định "Ta sẽ nổi sân", và những tham, sân ... do đây mà sinh cũng không nghĩ "Ta vừa được sinh ra."
27. Nếu cho rằng có một "nguyên lý" (*Skt. Prakrti, thân ngã, căn bản bất biến của vạn pháp theo Số luận*) và có một chủ thể gọi là "ngã" (*atman, linh hồn hay ngã trường cứu theo Số luận*), thì cả hai đều không nghĩ "ta sẽ xuất hiện" (*để làm hại*) rồi mới xuất hiện.
28. "Nguyên lý" đã là thường, nên không có quả. Sự hại cũng không có. Cái ngã muốn hưởng quả cũng trường cửu, nên mãi mãi chấp trước cảnh không bao giờ ngưng.
29. Hơn nữa, nếu Ngã là thường, thì nó sẽ bất động như hư không. Bởi thế dù nó có gặp gỡ những duyên khác, bản chất bất động của nó cũng không biến đổi.
30. Dù có bị tác động bởi ngoại duyên, ngã vẫn như trước thì tác động để làm gì? Vậy nói các duyên tác động lên ngã, hai thứ có tương quan gì đâu.
31. Do vậy tất cả pháp đều do các duyên khác sinh ra, không pháp nào tự dung mà có. Khi hiểu được điều này, ta không nên tức giận về những hiện tượng chỉ

như huyền như hóa.

32. "Nếu mọi sự là không thực, như huyền, thì ai là người chế ngự cơn giận nào? Vậy nói trừ sân là vô lý." Không vô lý đâu, vì trên phương diện tục đế phải nhận rằng, nhờ chế ngự giận dữ mà cắt đứt được các khổ đau.
33. Bởi thế, khi thấy một kẻ thù hay người bạn vô cớ làm hại mình, thì hãy nghĩ việc này cũng do duyên sinh, rồi vui vẻ mà chấp nhận.
34. Nếu khổ là do tự chọn (*không phải duyên sinh*), thì đáng lẽ không hữu tình nào đau khổ cả, vì không ai chọn lựa khổ đau.
35. Có kẻ không cẩn thận mà tự làm mình bị thương vì gai nhọn và các vật khác. Hoặc vì ham muốn nữ sắc v.v... người ta có thể quá sâu khổ đến nỗi tuyệt thực.
36. Có người tự hại mình bằng những việc phi phước như treo cổ, nhảy xuống vực, ăn độc dược và thực phẩm không lành.
37. Nếu vì phiền não người ta có thể tự đoạn dứt cái ngã mà họ rất yêu quý, thì làm sao họ có thể không tác hại đến thân người khác?
38. Dù ta không thể phát tâm thương xót những người do phiền não mà giết hại ta, ít nhất ta cũng không nên tức giận họ.
39. Với những kẻ bản chất ngu muội chuyên làm hại kẻ khác thì nổi giận với họ cũng phi lý như giận ngọn lửa vì nó đốt cháy.

40. Nếu lỗi lầm chỉ ngẫu sinh nơi người vốn hiền lành thì giận họ cũng vô lý như giận hư không đã để cho khói vươn lên mù trời.
41. Khi tự thân bị đánh bằng gậy, ta thường oán ghét người sai sử cây gậy. Nhưng chính người ấy cũng bị con giận sai sử, vậy đáng nên ghét con giận thay vì ghét người.
42. Trước kia có lẽ ta đã từng tác hại chúng sinh như thế, nên bây giờ ta -kẻ đã tổn hại hữu tình- đáng chịu sự tổn hại.
43. Vũ khí của kẻ kia, và thân của ta, cả hai gây nên sự đau đớn. Kẻ kia tạo ra vũ khí, còn ta tạo ra cái thân, vậy ta nên giận ai đây?
44. Thân thể cũng như một vết thương to lớn có hình dạng con người, dù một xúc chạm nhỏ cũng đau đớn không chịu nổi. Chỉ vì ngã ái mù quáng mà ta ôm giữ nó, vậy khi nó bị hại thì nên tức giận ai?
45. Kẻ ngu dù không muốn khổ đau mà vẫn tạo những nguyên nhân đau khổ. Khi bị hại vì những gì mình đã tự tác tự thọ (*vì những lỗi lầm của chính mình*) thì tại sao lại ghét giận người?
46. Ví như quý canh giữ địa ngục núi đao rừng kiếm đều do nghiệp mình sinh ra, vậy nên oán hận ai?
47. Vì bị nghiệp quá khứ kích động mà kẻ khác gây ão hại cho ta. Nếu do ác nghiệp này mà họ đọa địa ngục, thì có phải chính ta đã hại họ không?

48. Nhờ những kẻ hại ta, mà ta tu nhân nhục, tiêu trừ được nhiều tội lỗi. Ngược lại vì sự nhân nhục của ta mà họ phải sa địa ngục chịu khổ lâu dài.
49. Rốt cuộc chính ta mới là kẻ làm hại họ, trong khi họ làm lợi ích cho ta. Vậy tại sao người trở lại giận tức họ, hỡi cái tâm thô bạo hồ đồ?
50. Nhờ công đức nhân mà ta sẽ không sa xuống địa ngục. Phần ta như vậy đã được bảo đảm, nhưng kẻ hại ta thì được cái gì?
51. Nếu ta ăn miếng trả miếng, thì ta cũng chẳng che chở được tội lỗi cho họ, mà còn thối thất hạnh nhân nhục của ta, cái hạnh khó làm sẽ bị hủy hoại.
52. Tâm ý vốn không có hình thể tướng trạng gì, nên bất cứ ai cũng không thể tổn hại nó được. Nếu tâm chấp trước cái thân, thì tâm sẽ bị tổn hại (*do thân gây nên.*)
53. Những lời khinh miệt, thô ác và những lời tiếng khó nghe khác không hại gì cho cái thân cả. Vậy thì này tâm, tại sao chúng khiến người nổi giận (*vì những lời ấy*) lâu đến thế?
54. Người bảo "Vì người khác không ưa tôi", nhưng dù ở đời này hay đời sau, sự "không ưa" ấy cũng chẳng thể làm gì người được, thì sao lại ghét thái độ ấy?
55. Người bảo "vì (*những lời bôi bác kia*) trở ngại lợi lộc", nhưng dù không muốn chịu tổn thất, cuối cùng ta cũng phải bỏ lại tất cả lợi lộc, chỉ còn những ác nghiệp thì vẫn tồn tại lâu dài.

56. Thà nay chết sớm còn hơn sống bằng nghề ác, vì nếu làm ác để mưu sinh thì dù sống lâu cuối cùng cũng phải chết.
57. Giả sử người thì mộng thấy mình hưởng vui trăm năm, người khác mộng thấy mình hưởng vui chỉ trong khoảnh khắc, nhưng cả hai đều phải tỉnh lại.
58. Khi tỉnh, cái vui trong cả hai giấc mộng đều không trở lại. Cũng thế, dù tuổi thọ có dài ngắn, song lúc chết đều giống nhau.
59. Dù có được nhiều lợi dưỡng, hưởng vui thú lâu dài, thì khi chết cũng phải ra đi tay không mình trần thân trụi như bị giặc cướp sạch.
60. Nếu nói: "Có tài sản mới sống được, mới tránh ác làm lành được"; nhưng nếu vì tài sản (*lợi dưỡng*) mà giận dữ thì hết phước mà lại sinh tội.
61. Nếu vì mưu cầu sự sống mà làm toàn việc ác để rồi phải đọa, thì đời sống ấy đâu có ích gì?
62. Người nói: "Vì lời phỉ báng kia khiến người ta mất niềm tin nơi tôi, nên tôi tức giận người phỉ báng". Vậy sao không tức giận người nào phỉ báng kẻ khác?
63. Nếu người kham nhẫn được sự mất niềm tin đối với kẻ khác (*vì không dính líu đến mình*), thì tại sao người không nhẫn được những lời khó chịu do phiền não (*nơi người kia*) sinh ra (*cũng không dính gì đến mình*)?
64. Sân giận những người phá hại tượng, tháp, và chánh

pháp cao thượng là vô lỗi, vì những bậc giác ngộ không bao giờ bị tổn hại về điều ấy.

65. Đối với những người làm hại bậc thầy và thân hữu, nên nghĩ sự tổn hại ấy đều do nhân duyên sinh khởi, biết vậy nên đình chỉ sân hận.
66. Người ta bị hại do vật hữu tình cũng như vô tình, tại sao ta chỉ tức giận loài hữu tình? Bởi thế ta nên nhẫn chịu tất cả tai hại (*do hữu tình cũng như vô tình gây ra*).
67. Có người do ngu si mà làm hại, có người do ngu si mà nổi sân, vậy thì ai có lỗi, ai không lỗi?
68. Tại sao xưa kia ta đã tạo nghiệp để bây giờ chịu quá báo bị hại? Mọi sự đều do nghiệp ta đã gây ra, sao lại tức giận kẻ khác?
69. Khi đã thấy biết như vậy, thì ta nên nhất tâm tinh tấn làm lành và đem tình thương đối đãi với mọi người.
70. Ví dụ khi một ngôi nhà bốc lửa cháy lan qua nhà khác, thì đáng nên mau rút bớt cỏ tranh hay bất cứ gì khiến ngọn lửa cháy lan.
71. Cũng vậy, khi ngọn lửa sân cháy lan đến những gì tâm ta ái luyến, ta nên mau trừ khử sự ái luyến ấy, nếu không ngôi nhà công đức sẽ bị thiêu rụi.
72. Như người bị trói tay chờ chết, chịu chặt bàn tay để thoát; nếu nhờ cái khổ trong lúc tu hành mà thoát địa ngục, không phải sung sướng hay sao?

73. Nếu hiện tại ta không chịu đựng được những khổ nhỏ nhất, thì tại sao không trừ khử sân hận, cái nhân của những thống khổ lớn trong địa ngục?
74. Vì tham dục, ta đã ngàn lần chịu khổ ở địa ngục thiêu đốt, không lợi ích gì cho bản thân hay người khác.
75. Cái khổ này không đáng kể, nhưng lại có thể đem lại lợi ích lớn là trừ tổn hại cho tất cả chúng sinh. Vậy ta nên hoan hỉ chịu đựng nỗi đau khổ này.
76. Nếu có người sung sướng ca tụng công đức kẻ thù người, thì hỏi tâm ý, tại sao người không cùng ca tụng để làm cho mình sung sướng?
77. Sự hoan hỉ phát sinh kiêu ấy sẽ là suối nguồn an lạc vô tội, được chư Phật khen, và là cách hay để thu phục người.
78. Người nói: "Khi được khen như thế, người kia sung sướng, nhưng tôi không muốn nó sung sướng". Nếu vậy người cũng nên chấm dứt trả thù lao cho tôi tớ người (*vì điều ấy làm chúng sung sướng*), và người sẽ bị khổ sở trong đời hiện tại cũng như những đời sau.
79. Khi người khác ca tụng công đức người, người mong cho họ được an vui. Nhưng khi họ ca tụng công đức kẻ thù, thì sao người không vui?
80. Lúc đầu, người phát tâm vô thượng bồ đề mong đem an lạc cho tất cả hữu tình, nay hữu tình được an vui tại sao người lại tức giận ?

81. Lúc đầu, người phát tâm mong tất cả hữu tình thành Phật, được cung kính cúng dường, nay sao người lại sầu khổ khi thấy kẻ khác được chút ít lợi dưỡng cung kính?
82. Tất cả hữu tình đều là cha mẹ, đáng lẽ người phải lo cấp dưỡng chu đáo. Nay họ đã tự túc được, sao người không mừng mà lại nổi sân?
83. Nếu không mong cho chúng sinh được những mối lợi nhỏ nhất (*trong sinh tử*) thì làm sao mong họ thành chánh giác? Còn đâu tâm bồ đề nơi một kẻ ghét người khác được giàu sang?
84. Dù lợi dưỡng đã được hiến cho kẻ thù hay còn ở trong nhà thí chủ thì cũng không phải phần của người, đâu can hệ gì đến người khi thí chủ đem cúng hay không?
85. Tại sao tự từ bỏ hạnh phúc và công đức của mình cùng tín tâm của người khác? Không khéo gìn giữ gia tài công đức của chính mình, sao người không tự giận mình đi?
86. Chẳng những người không lo sợ về những ác hành mình đã tạo, mà còn muốn cạnh tranh với những kẻ đã tô bồi phước đức hay sao?
87. Giả sử kẻ thù người gặp khổ, thì có gì làm cho người vui? Đương nhiên không phải chỉ vì người mong cho kẻ thù đau khổ mà kẻ ấy bị tổn hại.
88. Dù kẻ thù bị khổ sở như người mong muốn, thì có gì để vui mừng? Nếu người nói "thế là tôi mãn nguyện" thì không gì khiến người ta đọa lạc cho

bằng thái độ ấy.

89. Đó là một lưỡi câu sắc nhọn vô cùng mà ông câu là vô minh phiền não đã tung ra, và khi đã cắn câu thì ta chỉ còn nước bị ngược tốt nấu nhừ trong chảo đồng sôi ở địa ngục.
90. Sự vinh quang, lời ca tụng mà ta nhận được không đem lại công đức, trường thọ, hay vô bệnh, cũng không khiến cho thân thể được khinh khoái an vui.
91. Nếu ta biết phân biệt thế nào là thực sự lợi ích cho bản thân, thì sự khen ngợi ca tụng đâu ích gì? Nếu chỉ muốn cầu vui chốc lát, thì nên trang sức và uống rượu cũng đủ.
92. Nếu chỉ vì muốn được nổi danh mà phải mất cả tài sản, tính mạng, thì lúc chết, tiếng tăm ấy có ích gì, ai là người vui?
93. Khi lâu đài bằng cát sụp đổ, kẻ ngu và trẻ nít khóc lóc thảm thiết, cũng vậy khi bị tổn thương danh tiếng, tâm ta giống như trẻ ngu.
94. Âm thanh là vô thường, vô tâm (*không có ý ca tụng ta*), vậy nhận lời khen thì có gì vui? Người bảo: "Nó làm cho người khen vui, còn danh tiếng của tôi làm tôi vui."
95. Nhưng dù khen ta hay khen kẻ khác thì với ta có ích gì? Vì cái vui thuộc về bản thân người khen, ta không được một chút gì.
96. Nếu nhân người vui mà ta vui, thì đáng lẽ phải vui với tất cả mọi người, chứ tại sao khi họ vui về khen

ngợi kẻ thù ta thì ta lại không vui?

97. Vậy khi nghĩ rằng mình được ca tụng mà tâm sinh vui mừng, thì thái độ vui mừng ấy không thích đáng, chỉ là cách hành xử của trẻ ngu.
98. Sự ca tụng, danh dự làm cho tâm tán loạn, phá hoại tâm chán lìa sinh tử, khiến ta ganh ghét với những người có đức, và hủy hoại những việc lành.
99. Nếu hiện tại có người muốn phá hủy danh tiếng ta, thì không phải họ đang cứu ta khỏi đọa vào các ác đạo đấy sao?
100. Người chỉ tâm cầu giải thoát thì không cần bị lợi lộc, cung kính trời buộc. Sao ta lại tức giận người cởi mở cho ta những dây trói ấy?
101. Nếu khi ta muốn đi đến một nơi đầy dẫy những thống khổ, mà nhờ ơn Phật gia bị, (*kẻ hại ta*) đã đóng cửa không để ta đi. Vậy sao ta lại tức giận họ?
102. Nếu nói: "Kẻ thù làm trở ngại công đức", thì giận họ cũng vô lý. Vì không có hạnh tu nào khó cho bằng nhẫn nhục, tại sao không nhẫn kẻ ấy đi?
103. Nếu vì những lỗi lầm phiền não của chính mình mà ta không chịu nổi kẻ thù, vậy là ta tự trở ngại sự tu hạnh nhẫn nhục, cái nhân của phước đức.
104. Nếu không bị hại thì hạnh nhẫn nhục không sinh khởi. Có bị oán thù mới sinh cái phước của sự kham nhẫn. Kẻ thù đã là cái nhân cho ta tu phước, thì sao ta lại bảo họ trở ngại phước?

105. Người đến xin đúng lúc thì không phải là chướng ngại cho sự bố thí, cũng như không thể nói các thầy truyền giới là trở ngại cho việc xuất gia.
106. Trên đời, những người ăn xin - cơ hội cho hạnh tu bố thí - thì rất nhiều, nhưng kẻ thù, cơ hội cho hạnh tu nhẫn nhục, thì rất hiếm. Vì nếu ta không ra ngoài để gây thù kết oán với ai, thì cũng chẳng ai đến hại ta cả.
107. Bởi thế, kẻ thù nghịch cũng như báu vật vào nhà, ta không nhọc sức mà bỗng dưng có được. Họ giúp ta thực hành hạnh giác ngộ, vậy ta nên ưa thích kẻ thù nghịch với mình.
108. Vì kẻ thù nghịch và ta cùng hợp tác mới viên thành hạnh tu nhẫn nhục, nên cái quả báo công đức của hạnh ấy trước hết hãy nên phụng hiến cho kẻ thù, vì họ là cơ hội cho ta tu nhẫn.
109. Người bảo: "Kẻ thù đâu có ý muốn giúp cho ta, nên không đáng cung phụng", nhưng nếu vậy cũng không nên cúng dường chính pháp giúp ta tu thiện (*vì Pháp cũng vô tư, không có ý định gì.*)
110. Nếu nói: "Kẻ thù nghịch chỉ nghĩ chuyện làm hại tôi, nên không đáng cung dưỡng." Nhưng làm sao tu nhẫn được, nếu kẻ thù toàn như y sĩ hết tội? (*nghĩa là tuy gây khổ đau nhưng có thiện ý*).
111. Bởi thế, nhờ một người sân si tội độ, ta mới có thể tu hạnh nhẫn nhục kiên cố, chỉ có kẻ thù mới làm nhân cho hạnh nhẫn, nên đáng cúng dường họ như

cúng dường chánh pháp.

112. Do vậy, đức Mâu Ni đã dạy : "Chúng sinh và Phật đều là hai ruộng phước thù thắng. Hãy thường kính trọng hai ruộng phước ấy thì hoàn tất được các hạnh Ba-la-mật."
113. Trong các đối tượng ta nương vào để tu hành thì chúng sinh có giá trị ngang với chư Phật. Nếu kính Phật không kính chúng sinh, đâu có lời kinh nào nói thế?
114. Dĩ nhiên không phải Phật, chúng sinh tương đương về phương diện trí và đức, mà do hiệu quả từ hai đối tượng ấy phát sinh ra. Vì chúng sinh giúp ta thành Phật, nên cả hai (*Phật và hữu tình*) bình đẳng.
115. Cúng dường chúng sinh với tâm từ bi thì có phước vô biên, vì chúng sinh là nhân đem lại sự tôn quý; phước đức do sự kính Phật đem lại là rộng lớn, cũng vì sự tôn quý của Phật.
116. Vì cả hai đều giúp cho cái nhân thành Phật, nên Phật và chúng sinh đều bình đẳng. Nhưng chúng sinh không thể nào bằng Phật về phương diện biển công đức vô biên.
117. Đầy đủ công đức tối thắng quy tụ lại nơi một thân thể, thì chỉ có Phật mà thôi. Đối với người chỉ có một ít phần của công đức thù thắng ấy, dù có cúng cả ba cõi cho họ cũng chưa đủ.
118. Vì hữu tình có tham dự trong sự phát sinh những công đức thù thắng của Phật pháp, chỉ vì một phần

công đức phù hợp nhau ấy, ta nên cúng dường chúng sinh.

119. Chư Phật không dua dối đã thành thân hữu của chúng sinh, ban vô lượng lợi lạc cho hữu tình. Vậy còn cách nào khác để báo ân Phật hơn là làm cho chúng sinh an vui?
120. Chỉ có làm lợi ích chúng sinh mới đủ báo ân đức chư Phật đã xả thân vào địa ngục Vô gián để cứu độ hữu tình. Bởi thế, dù có chịu tổn hại vì những chúng sinh này, ta cũng nên làm các thiện hành lợi lạc cho chúng.
121. Chư Phật vì hữu tình còn không tiếc thân mạng, thế thì sao ta còn ngu si kiêu mạn không chịu phục vụ chúng sinh, tự xem mình như tôi tớ?
122. Chúng sinh vui thì chư Phật vui, chúng sinh bị tổn hại thì chư Phật thương xót. Do vậy nếu ta làm cho hữu tình hoan hỷ thì Phật sẽ hoan hỷ, mạo phạm chúng sinh cũng là làm Phật tổn thương.
123. Khi thân thể đang bị lửa vây thì dù ai đem đến đủ thứ dục lạc cũng không khoái. Cũng thế nếu làm tổn hại chúng sinh, thì không cách gì khiến chư Phật hân hoan.
124. Trong quá khứ con đã tổn hại chúng sinh, khiến Phật với tâm đại bi rộng lớn không được hoan hỷ. Tất cả những tội lỗi ấy con nay đều xin sám hối. Xin Phật đại từ bi tha thứ hết cho con.
125. Vì muốn làm đức Như lai hoan hỷ, từ nay trở đi con sẽ chấm dứt tác hại chúng sinh, làm lợi lạc

cho tất cả. Dù chúng sinh có đập lên đầu con, thà chết con cũng ráng làm vui lòng Phật, đáng Chúa tể thế gian.

126. Phật với tâm đại bi vô ngại, xem chúng sinh không khác chính mình, xem hữu tình vốn có Phật tính. Như vậy sao ta không kính trọng chúng sinh?
127. Làm chúng sinh vui chẳng những khiến Như lai hoan hỉ, mà còn thành tựu được lợi ích cho bản thân và xóa tan đau khổ trên đời. Bởi thế, ta nên thường tu tập hạnh ấy.
128. Ví như có vị đại thần của vua làm tổn hại nhiều người, nhưng kẻ nhìn xa trông rộng dù có khả năng cũng không làm hại vị ấy.
129. Vì họ biết đại thần kia không cô thế, sau ông ta còn có thế lực của vua. Kẻ làm tổn hại ấy tuy sức yếu nhưng không nên coi thường.
130. Chính Đức Phật đại bi và ngục tốt hung ác ở địa ngục là những chỗ dựa cho kẻ thù ta. Bởi thế ta nên làm cho chúng sinh hoan hỉ y như bề tôi hầu bạo chúa.
131. Dù bạo chúa có nổi trận lôi đình cũng không thể lôi ta xuống địa ngục để chịu khổ, như quả báo của sự mạo phạm hữu tình.
132. Và dù bạo chúa ấy có hoan hỉ cũng không thể biểu cho ta Phật quả niết bàn, quả báo của sự đem lại an vui cho chúng sinh.

133. Sao không thấy: làm hữu tình an vui đem lại kết quả là đời này được vinh quang, tương lai thành chánh giác.
134. Trong vòng sinh tử luân hồi, nhờ nhẫn nhục ta sẽ được sắc đẹp, không bệnh, tiếng tốt, sống lâu, hạnh phúc như vua Chuyển luân.

Chương Bảy

TINH TẤN

1. Sau khi tu nhân, cần tu tinh tấn. Có tinh tấn thì mới có thể an trú tâm Bồ đề. Cũng như không có chuyển động nếu thiếu gió, phước đức không sinh nếu không tinh tấn.
2. Tinh tấn là hăng hái đối với điều lành. Những chương ngại cho tinh tấn là biếng nhác, tham đắm những chuyện thấp hèn, tự khinh mình, nản chí thối lui.
3. Vì tham hưởng thú vui làm biếng, ưa ngủ nghỉ, không chán khô luân hồi, mà ta càng ngày càng giải đãi.
4. Đã bị vướng vào lưới mê, kể tiếp lại mắc cái bẫy thọ sinh. Sao ta không biết mình sẽ sa vào miệng thần chết?
5. Không thấy tử thần đã tuần tự giết đồng loại ta sao? Thế mà những kẻ tham ngủ vẫn bất động như trâu thấy đồ tẻ.
6. Sau khi niêm phong tất cả lối thoát, tử thần đang rình rập, sao người có thể ham ăn và ngủ?
7. Tử vong sẽ đến rất nhanh, hãy sớm trữ lương thực cho kịp. Nếu chờ tử thần đến bên hông mới hết lưới biếng thì đã quá muộn, còn ích gì?
8. Có khi việc chưa làm, hoặc mới khởi sự, hoặc còn dang dở, tử thần đột nhiên xuất hiện: Ôi, mạng ta

hết rồi!

9. Khi thân thuộc bằng hữu ta đã tuyệt vọng, đau buồn sung mắt, hai dòng lệ chảy dài trên má, đây là lúc ta thấy sứ giả thần chết đến.
10. Kinh sợ nhớ lại tội lỗi mình, hãi hùng nghe những âm thanh ở địa ngục, ta hoảng hốt vùi thân trong phản uế, lúc ấy còn làm được gì?
11. Hiện tại, cái khổ chết đã khiến ta sợ hãi như con cá lặn lộn trên cát nóng, nói gì cái khổ khó nhằn ở địa ngục, quả báo tội lỗi ta đã làm?
12. Như thịt da trẻ sơ sinh chạm phải nước sôi thì đau đớn kinh khủng, kẻ đã tạo nghiệp địa ngục là ta làm sao có thể an nhiên được?
13. Kẻ yếu đuối không nỗ lực mà muốn được kết quả, thì phải chịu nhiều tai hại. Khi cái chết đến, họ kêu trời, tôi đau khổ chết mất.
14. Nhờ nương vào chiếc bè là thân người này, ta có thể vượt qua biển khổ lớn. Chiếc bè này khó có lại, hỡi kẻ ngu, đừng ham ngủ!
15. Sao lại bỏ pháp hi thù thắng, nguồn gốc của tôi thượng an lạc, mà vui với những thói hèn hạ chỉ đưa đến tán loạn lãng xãng?
16. Đừng khiếp sợ, hãy tích lũy hai thứ hành trang là thiền định khiến thân tâm được tự chủ, và quán bình đẳng ta, người. Hãy siêng tu pháp đổi địa vị xem người như mình.

17. Không nên khiếp nhược tự thối lui, cho rằng "chắc mình không thể nào đạt giác ngộ". Đức Như lai đã nói lời chân thật (trong kinh **Diệu Tỳ Thưa Hỏi**) rằng:
18. Nếu phát khởi năng lực tinh tấn, thì cả đến những côn trùng như ruồi muỗi cũng chứng được vô thượng Bồ đề.
19. Huống nay ta được sinh làm người, có khả năng phân biệt lợi hại, nếu không xả giới Bồ tát, thì sao lại không chứng đạo?
20. Nếu bảo "tôi sợ phải xả bỏ tay chân v.v..." đó là kẻ ngu lo sợ vô lối khi chưa phân biệt được nặng nhẹ.
21. Vì trải qua vô số kiếp, ta đã từng cả ngàn lần bị đâm, đốt, cưa xẻ mà đến nay vẫn chưa thành Chánh giác.
22. Nay những khổ ta phải chịu để giác ngộ thì có giới hạn, như vì muốn chữa bệnh mà ta phải chịu cái đau giải phẫu.
23. Y sĩ khi muốn chữa bệnh cũng phải dùng những biện pháp gây đau đớn để trị liệu, vậy ta hãy nhẫn chịu những khổ nhỏ để diệt trừ tất cả khổ.
24. Đấng Vô thượng Y vương thì không cần sử dụng cách chữa trị tầm thường ấy. Bằng một phương thuốc hết sức êm dịu, Ngài chữa trị tất cả các chứng bệnh nan y.
25. Trước hết, ngài dạy chúng sinh bố thí những thực phẩm như rau rán, vân vân... Khi đã tập quen bố thí

những vật nhỏ rồi, mới có thể bỏ thí thịt trên thân mình.

26. Khi đã giác ngộ bản thân mình cũng nhỏ nhất không khác gì rau cỏ, thì xả thịt trên thân cũng như cho một mớ rau, đâu khó khăn gì?
27. Bồ tát đã tận trừ điều ác nên không còn khổ, có trí tuệ nên không lo sầu. Vì chính tà kiến chấp ngã và ác nghiệp làm cho thân tâm sâu khổ.
28. Bồ tát không bao giờ sinh tâm nhàm chán khi ở lại trong sinh tử để cứu vớt chúng sinh. Nhờ có phước đức, Bồ tát được thân thư thái, và nhờ có trí tuệ mà tâm an vui.
29. Nhờ năng lực tâm Bồ đề, Bồ tát tiêu trừ mọi ác nghiệp quá khứ và gặt hái vô lượng công đức. Do đó mà nói Bồ tát thù thắng hơn Thanh văn.
30. Vậy, hãy tiêu trừ tất cả chán mệt, ngự trên con tuấn mã là tâm bồ đề để đi từ an vui đến an vui. Người có trí sao còn thối thất?
31. Những điếm tựa (*cho Bồ tát*) để siêng làm lợi lạc hữu tình gồm 4: dục (*nguyện*), Tín, Hỷ và Xả. Dục phát sinh do sợ khổ và do quán sát lợi ích của dục.
32. Vậy, muốn tăng trưởng tinh tấn, ta phải cố từ bỏ những năng lực đối nghịch của nó như giải đãi, khiếp nhược; và tích lũy những năng lực là Dục, Tự tín, Hỷ, Xả.
33. Ta đã phát nguyện diệt trừ lỗi lầm của bản thân và tha nhân, và để trừ diệt mỗi lầm lỗi này cũng cần

phải tu trải qua vô số kiếp.

34. Nhưng nếu ta chưa có một phần nhỏ nào của sự tinh tấn cần thiết để tận diệt lỗi lầm, thì nhất định ta sẽ đọa vào vô lượng khổ. Làm sao tim ta không hoảng sợ?
35. Cũng thế ta đã nguyện thực chứng vô lượng công đức cần thiết cho ta lẫn người. Và muốn có được chỉ một trong những công đức này, ta cũng đã phải tu vô số kiếp.
36. Thế mà ta lại chưa từng sinh khởi được một phần nhỏ nào của công đức cần tu tập. Thật lạ lùng thay, ta đã lãng phí một cách vô nghĩa tâm thân người khó được này.
37. Tôi chưa cúng dường chư Phật, chưa bày tiệc vui lớn (*mời Phật và chúng sinh đến hưởng, xem chương III*), chưa thực hành theo giáo lý, chưa thỏa mãn mong ước của kẻ nghèo.
38. Tôi chưa ban vô úy cho những người sợ hãi. Tôi cũng chưa đem vui cho người khổ. Vậy tôi chỉ còn nước phải chịu thống khổ nhập thai, cùng với những khổ già, bệnh, chết.
39. Trong đời hiện tại và các đời trước, những nỗi khổ như trên phát sinh do tôi đã không nhiệt tình học Pháp. Khi đã biết vậy, thì ai còn từ bỏ nhiệt tâm tu hành?
40. Chính đấng Thiện Thệ đã nói rằng dục (*mong cầu*) là căn nguyên của mọi đức tính. Gốc rễ của mong cầu Pháp là luôn tư duy về nhân quả nghiệp báo.

41. Tất cả những đau khổ kém vui, những sợ hãi, mong cầu không toại ý đều phát sinh từ tội lỗi quá khứ.
42. Nhờ làm các thiện hành được thúc đẩy bởi thiện dục, đi đâu ta cũng gặp lành do quả báo công đức đem lại.
43. Dù mong cầu hạnh phúc, kẻ làm ác đến đâu cũng gặp toàn quả báo của tội ác hiện ra trước mắt, bị đánh gục bởi khí giới sắc bén của thống khổ.
44. Nhờ những thiện nghiệp về trước, tôi sẽ sinh vào trong lòng mát rượi của một đóa sen thơm tho khoáng đạt. Nhĩ căn tôi được nuôi dưỡng bằng Pháp ngữ vi diệu của đức Như Lai, thân tâm thấm nhuần phát sáng. Khi hào quang Phật chiếu đến, hoa sen trắng nở ra một thân thể thù thắng, tôi sung sướng thành con Phật đứng trước đức Như Lai.
45. Nhưng hậu quả của bất thiện là tôi sẽ chịu khổ bị ngục tối Diêm vương lột da rồi dội nước đồng sôi lên thân thể. Tôi lại còn bị đâm bằng những gươm nhọn tóe lửa làm cho thịt nát như, và tôi sẽ ngã quỵ trên nền sắt nóng bỏng.
46. Bởi thế, tôi cần phải ham thích việc lành, và cung kính tu thiện nghiệp. Theo quy tắc nói trong kinh **Kim Cương Tràng**, tôi khởi sự hành thiện và tập đức tự tin.
47. Khi muốn làm việc gì, trước hết hãy tự lượng sức xem mình có khả năng theo đuổi việc ấy không, nếu không thì đừng làm. Nhưng khi đã làm thì không được thoái lui.

48. Vì nếu thôi lui, thói quen này sẽ tiếp tục trong những đời sau, và sự ác cùng đau khổ sẽ gia tăng. Lại nữa, khi ấy mọi hành vi cùng kết quả hành vi cũng sẽ yếu ớt, không thành tựu.
49. Nên có tâm tự tin đối với sự làm lành dứt ác, và khả năng mình để làm việc ấy, với ý nghĩ: "Tự ta sẽ làm việc này." } ó là tự tin để hành động.
50. Người đời vì bị phiền não không chế nên không thể làm việc để tự lợi cho bản thân. Họ không thể tinh tấn tu lợi tha như tôi, bởi thế tôi sẽ cố gắng hết sức mình.
51. Người khác vì những công việc thế tục thấp hèn mà còn siêng năng cần mẫn, sao tôi lại ngồi không? Nhưng cũng không nên vì kiêu căng ngạo mạn mà tu hành, tốt nhất là đừng kiêu mạn.
52. Khi những con quạ gặp một con rắn chết chúng sẽ đứng cảm như chim phượng hoàng. Cũng vậy nếu đức tự tin nơi tôi (*để đối trị phiền não*) yếu kém, thì một lỗi lầm nhỏ cũng đủ khiến tôi suy sụp.
53. Làm sao những kẻ vì yếu kém đã từ bỏ nỗ lực hành thiện, có thể giải trừ sự nghèo thiếu phước đức? Nhưng với người có đức tự tin, lại nỗ lực tu hành, thì dù gặp trở ngại lớn cũng không sao.
54. Bởi thế, với một tin tâm kiên cố, tôi sẽ thắng lướt mọi sa đọa, vì nếu tôi để cho tội lỗi sa đọa đánh bại mình, thì cái ước muốn vượt ngoài tam giới của tôi sẽ trở thành chuyện đùa.

55. Tôi sẽ chiến thắng mọi phiền não tội ác, không để cho phiền não thắng lướt tôi. Tôi, đứa con của đấng Chiến thắng, như một Sư tử con, sẽ kiên trì đức tự tin này.
56. Người bị ngã mạn khổng chế là không đủ đức tự tin. Người có tự tin thì không bị giao động vì giặc phiền não, nhưng người ngạo mạn thường bị đánh gục vì chính phiền não ngã mạn nơi mình.
57. Người bên trong ngã mạn (*tự cho mình nhất*) bên ngoài lộ vẻ kiêu căng, thì sẽ đi đến các cõi ác, đọa xứ, mất hết phúc lạc đời người, trở thành nô bộc ăn cơm thừa canh cặn.
58. Ngu si, xấu xí, thân thể suy nhược, đến đâu cũng bị khinh rẻ, những kẻ tu khổ hạnh ngạo mạn cũng được kể vào hạng tự tin, thì hạng người thấp kém lại giống gì?
59. Kẻ nào nắm lấy đức tự tin để khắc phục kẻ thù ngã mạn, chính là người hùng chiến thắng. Hơn nữa, kẻ nào quyết chinh phục sự bành trướng kẻ thù ngã mạn này, thì hoàn toàn đạt được kết quả của một đấng Chiến thắng, viên mãn ước nguyện của thế gian.
60. Nếu tôi thấy mình ở giữa một đám phiền não, tôi sẽ dùng trăm phương ngàn kế để chịu đựng, như một con sư tử giữa đám chồn, không để cho phiền não tác hại.
61. Như người ta giữ gìn đôi mắt mình lúc gặp nguy hiểm lớn, cũng vậy khi lâm nguy tôi sẽ giữ gìn mắt tuệ của mình, không để cho phiền não thao túng.

62. Thà bị thiêu đốt, bị chặt đầu, bị giết hơn là khuất phục giặc phiến não. Dù ở đâu, lúc nào tôi cũng quyết không làm những việc vô nghĩa.
63. Như trẻ con thích thú theo đuổi những trò chơi, ta nên sinh tâm đam mê thích thú đối với việc lành, không bao giờ chán.
64. Tất cả hành động con người đều cốt để đạt đến hạnh phúc, mà chắc gì đã được. Việc làm vừa tự lợi, lợi tha nhất định đem lại an vui; nhưng nếu không làm, thì đâu có được niềm vui ấy?
65. Người đời tham cầu năm dục không chán, như ong tham hút mật bôi đầu lưỡi dao bén. Thế thì sao tôi lại chán làm các công đức đưa đến hạnh phúc an vui của Niết bàn?
66. Vì muốn viên thành phước đức tôi sẽ hoan hỉ dẫn thân làm việc lành như một con voi đang bị mặt trời giữa ngọ thiêu đốt, gặp được ao mát vội nhào xuống tắm.
67. Khi thân tâm suy yếu mỗi mệt, tôi nên tạm xả hơi để có thể tiếp tục lâu dài. Sau khi làm tốt một công việc cũng nên xả để hướng đến những thiện sự khác.
68. Như một chiến sĩ lão luyện trên chiến trường phân công trước mũi kiếm kẻ thù, tôi cũng sẽ đánh trả mũi nhọn của phiến não và trói kẻ thù này một cách thiện nghệ.
69. Trong khi đánh nhau lỡ làm rơi kiếm, người ta sợ hãi nhặt lên ngay, cũng thế khi mất chánh niệm tôi

sẽ đề khởi lại ngay vì sợ sa địa ngục.

70. Như độc dược lan khắp thân thể do máu tuần hoàn, cũng vậy nếu phiền não có được cơ hội, thì tội ác sẽ hoàn toàn che lấp bản tâm.
71. Hành giả cần phải chuyên chú giữ tâm như kẻ mang bát dầu bị người đưa grom kẻ cố dọa sẽ giết nếu làm rơi một giọt.
72. Lại như khi bị con rắn bò lên bụng, ta phải tức tốc đứng bật dậy để hất nó ra; nếu tình cờ nổi cơn làm biếng hay ưa ngủ, phải nhanh chóng xua tan.
73. Mỗi khi lỡ phạm lỗi lầm, nên tự thống trách, thường nghĩ từ nay về sau ta sẽ không bao giờ tái phạm.
74. Để phòng lỗi lầm phát sinh, vào mọi thời nên tu chính niệm. Với động lực này ta nên đi tìm minh sư để hoàn tất sự nghiệp chính đạo.
75. Muốn có năng lực để làm thiện sự, trước khi bắt tay vào việc gì, nên nhớ lại lời khuyên trong Chương Bốn nói về bất phóng dật, rồi hân hoan khởi sự làm công việc.
76. Như bông tơ mềm nhẹ bay theo làn gió thổi, khi thân tâm phấn chấn thì mọi thiện sự đều dễ thành.

Chương tám

THIÊN ĐỊNH (Tĩnh lực, lóng sạch)

1. Sau khi phát khởi tinh tấn, hãy để tâm an trú trong thiên định. Người mà tâm tán loạn thì sẽ bị rơi vào nanh vuốt của phiền não mê muội.
2. Nếu cả thân và tâm đều viễn ly (*thân viễn ly là ở nơi vắng vẻ, tâm viễn ly là không tham đắm thế tục*) thì tán loạn không sinh. Bởi thế, cần phải xa lìa trói buộc của đời sống thế tục (*gia đình bè bạn*) và từ bỏ những tư tưởng thế tục (*liên hệ tài sắc, danh, ăn, ngủ*).
3. Vì ái luyến thân bằng quyến thuộc, yêu mến danh lợi nên khó bỏ thế tục. Bậc trí hoàn toàn từ bỏ những thứ ấy để tuân tự thực hành thiên quán theo những nguyên tắc sau đây:
4. Vì biết rõ chỉ có tuệ quán thù thắng (*gọi tắt là tuệ, hay chiếu, sáng suốt*) nghĩa là có kèm tịnh chỉ (*định, hay tịch, vắng lặng*) mới diệt được mê lầm phiền não, trước tiên nên tu tịnh chỉ. Tịnh chỉ thành tựu là do lìa tham ái.
5. Tự bản thân đã vô thường (*nay còn mai mất, chóng thay đổi*), lại còn đi tham luyến những kẻ khác cũng vô thường, thì dù có tái sinh trở lại cả ngàn lần cũng không gặp được những người mình yêu mến.
6. Khi chưa tìm thấy họ đương nhiên ta sẽ sầu khổ không vui, vì không vui nên không thể đi vào chính định (*còn gọi tam ma địa, đẳng chí... là CHỈ*). Dù có gặp được cũng không biết đủ (*muốn gặp hoài*), nên

cũng lại sâu khổ vì ái luyến như trước.

7. Tham đắm những người, vật hữu tình là hoàn toàn ngược với thực chất của các pháp (*hay hiện tượng, vì thực chất chúng là vô thường, như huyễn*). Sự tham đắm ấy cũng hủy hoại cái tâm cầu đạo hướng đến giải thoát, chán lia sinh tử; và rốt cuộc phải rước lấy sâu khổ khóc than.
8. Nếu ta cứ nhớ thương những người thân, thì cuộc đời này trôi qua một cách vô nghĩa. Và như vậy là ta để cho những thân bằng quyến thuộc vô thường phá hỏng cơ hội tu chứng đạo lý chân thường.
9. Hành vi đã giống với phạm phu ngu si như vậy, thì chắc chắn ta phải đọa lạc vào ba ác đạo (*ba cõi xấu: địa ngục, quỷ đói, súc sinh*). Nếu mục đích của ta là hướng đến cảnh giới giải thoát thì cần gì phải thân gần những người phạm phu ngu độn? [*Câu cuối này, bản Hoa ngữ là Tâm dục phó thánh cảnh/ Hà nhu cận phạm phu. Bản dịch Anh Pháp giống nhau nhưng khác với bản Hoa ngữ. Anh dịch: And if I am led there by those unequal to the Noble Ones/ What is the use of entrusting myself to the childish? Pháp dịch: Et quand m'y conduisent ceux qui ne ressemblent pas aux êtres nobles/ A quoi bon m' en remettre à eux? Tự phó thác thân phận cho những kẻ phi thánh làm gì khi chúng chỉ dẫn ta đến ác đạo?*]
10. Mới phút trước bạn bè thân thiết, phút sau đã thành thù địch. Vào dịp vui cũng có thể chúc oán cừ, ôi, kẻ phạm phu thật khó mà làm cho họ vừa lòng.
11. Khi ta lấy lời thành thật bảo họ, họ nổi giận và lại còn xúi ta từ bỏ việc lành. Nếu ta không nghe lời, họ

sẽ nổi sân mà rơi vào đường ác.

12. Ganh ghét với kẻ hơn mình, cạnh tranh với kẻ bằng mình, ngạo nghễ với kẻ thua mình, được khen thì kiêu căng; nói lời trái tai thì nổi giận. Làm bạn với những người ngu như thế đâu có ích gì?
13. Làm bạn với kẻ ngu chắc chắn sẽ sinh cái lỗi khen mình chê người, ưa bàn chuyện thế tục và những điều không tốt.
14. Bởi thế, gần thân tộc bạn bè chỉ rước lấy tổn hại. Họ không có lợi gì cho ta, ta cũng không ích gì cho họ.
15. Vậy cần phải xa lìa phàm phu ngu si. Khi gặp họ hãy vui vẻ chào đón, nhưng đừng quá thân mật, hãy theo cách giao tiếp của chính nhân quân tử (*nghĩa là không vốn vã lắm*).
16. Như ong lấy mật hoa, khi vì pháp (*sống đúng theo giới luật Phật chế*) ra ngoài hóa duyên (*khất thực, xin ăn*) xong, hãy an nhiên như vầng trăng mới. [sgon chad ma mthong bzhin, Matics dịch like the new moon. *Dịch giả Hoa ngữ cho rằng rất khó lý giải, và dịch thành như tích vị mưu diện, nghĩa là như chưa từng toan tính gặp nhau trước đây. Bản dịch Anh, Pháp cũng tương tự. Tôi theo cách dịch của Matics trên đây do dịch giả Hoa ngữ cung cấp, vì nó nên thơ và phù hợp với Luận Thanh tịnh đạo nói về hạnh khất thực từng nhà, vị khất sĩ như vầng trăng chiếu ngàn nhà, không có thân sơ, luôn mới mẻ.*]
17. Nếu ôm giữ ý nghĩ kiêu mạn, cho rằng ta đây giàu có, được mọi người cung kính, ai cũng yêu mến ta; người như vậy lúc chết nhất định sẽ đâm ra hãi sợ

(sợ sa ác đạo).

18. Nay ý thức ngu si kia ơi, bất kể tham luyện vật gì, nhất định người sẽ rước lấy ngàn lần nỗi đau khổ mà người phải chịu trong đời này.
19. Do vậy, kẻ có trí không bao giờ tham luyện, vì tham luyện sẽ đưa đến nỗi sợ đọa vào ba đường ác. Hãy giữ vững sự tin hiểu như sau: những sự vật kia tự bản chất là đáng bỏ.
20. Dù ta có nhiều tiền lắm của, nổi danh khắp thiên hạ, thì những danh lợi thân thập được ấy cũng không thể chiều theo ý muốn của ta.
21. Lời ca tụng đâu đáng để làm ta vui khi cũng có người hủy báng ta? Lời chê bai đâu đáng làm ta sầu khổ, khi cũng có người khen ta?
22. Hữu tình chúng sinh có đủ loại tâm tính, ngay đến chư Phật cũng không thể làm cho họ vui lòng, huống chi kẻ hèn kém như ta? Vậy nên xả bỏ ưu tư ấy.
23. Họ khinh miệt kẻ bần cùng và nói xấu người giàu có. Bản chất họ khó kết thân như thế, thì làm bạn với họ có gì vui?
24. Đức Như lai có dạy rằng: Kẻ phàm ngu nếu không được lợi lộc thì sầu não không vui, bởi thế đừng làm bạn với họ.
25. Những chim thú và cây trong rừng không có phát ra những âm thanh châm chích nhĩ căn. Làm bạn với chúng thì ta thường an vui. Đến bao giờ ta mới được

ở yên với chim thú trong núi rừng?

26. Bao giờ tôi mới được ở gốc cây, trong hang động hoặc chùa hoang vắng? Nhưng tôi nguyện tâm này không còn tơ tưởng đến thân bằng quyến thuộc, cắt đứt ham muốn đối với trần thế.
27. Bao giờ tôi mới được dời đến chỗ thiên nhiên khoáng đạt để khỏi chấp đây là chỗ của tôi, tâm không còn tham đắm, được tự do tự tại?
28. Bao giờ tôi mới được ở an không sợ hãi, chỉ giữ ít vật dụng cần thiết, y phục thì kẻ trộm không thèm lấy, thậm chí không cần phải che thân?
29. Bao giờ tôi mới đến được rừng thây, tiếp xúc cảnh ấy mà phát sinh ý nghĩ: Bộ xương của tử thi với thân thể của ta, đều là những thứ sẽ đi đến hoại diệt.
30. Thân ta nhanh chóng vữa nát, hôi thối đến nỗi chồn sói cũng không dám đứng ăn ở đầu gió. Sự biến đổi của thân này chung cuộc sẽ như vậy.
31. Chỉ một tấm thân này lúc sống thì xương thịt liên kết nhau, nhưng chết rồi là phân tán mỗi thứ một nơi, huống chi những người thân thuộc.
32. Khi sinh ra đã ra một mình, lúc chết cũng đơn độc chết, những thống khổ khi tứ đại phân tán không ai san sẻ được với mình, thì thân bằng quyến thuộc có ích gì?
33. Như lũ khách trên đường dài không tham đắm chỗ tạm dừng chân, kẻ đang đi trên đường ba cõi (cõi Dục, cõi Sắc và Vô sắc) cũng không nên ái luyến

gia đình từ đây mình đã sinh ra.

34. Sao ta phải chờ đến lúc thân thể được bốn người khiêng, với thân bằng quyến thuộc đau đớn khóc lóc đi theo, mới chịu vào rừng?
35. Không cùng người thân hoặc kẻ thù, một mình ở ẩn trong rừng núi xem như đã chết, thì khi chết chẳng còn ai phải khóc than.
36. Khi ấy, vì xung quanh chẳng có người nào để đau buồn cho ta hoặc để làm hại ta, nên lúc tu các pháp như niệm Phật theo hơi thở, v.v... sẽ không có ai làm cho tâm ta tán loạn.
37. Bởi thế, hãy ở một mình, ít việc, dễ an vui, trong cảnh núi rừng xinh đẹp khiến tâm người hoan hỷ, ngộ hầu đĩnh chỉ tâm tán loạn.
38. Khi đã bỏ hết những lo nghĩ thế tục rồi, tâm ta nên chuyên nhất để có thể đi vào tịnh chỉ, và tinh tấn cắt đứt phiền não (*bằng tuệ quán*).
39. Đời này và đời sau, sự ham muốn khoái lạc giác quan dẫn đến tai họa; sự bất trí, chặt giết trong đời này làm cho đời sau bị sa địa ngục.
40. Trước mặt các ông tơ bà mối, tại sao người ta khẩn cầu họ xe duyên nhiều thế? Sao họ không kiêng kị phạm những tội lỗi hay tiếng xấu?
41. Dù nguy hiểm bao nhiêu cũng lao vào, tài sản khánh tận cũng mặc, chỉ cần ôm gái đẹp vào lòng là khoái chí tiêu hồn.

42. Các cô gái ấy trừ xương xẩu ra chẳng có gì, thế mà vì duyên ái họ ta đã không còn tự chủ được thân mình. Sao không hướng đến niết bàn tịch tịnh?
43. Lúc đầu (*những cô gái*) phải gan dạ lắm mới thò đầu ra, khi ta kéo voan che mặt của cô thì cô thẹn thùng cúi mặt nhìn xuống. Trước khi đem chôn, cái mặt ấy dù có người thấy hay chưa ai thấy, đều được che đậy dưới một tấm voan. [*Hoa dịch: Táng tiền kiến vị kiến/ Tất dĩ sa phú diện. Cả hai bản Anh, Pháp đều không có ý gì ám chỉ việc chết chóc như bản Hoa. Theo mạch văn về quán bất tịnh của tử thi, thì bản Hoa có lẽ đúng hơn, khi nhìn một cô gái đẹp che mặt sau tấm voan theo tục lệ thời ấy, mà tác giả nghĩ đến xác chết của cô cũng sẽ được che mặt y như thế.*]
44. Cái dung mạo ẩn sau màn che đã mê hoặc người ngày xưa, nay bị chim kên tha mất tấm voan, hiện ra trước mặt người, sao người thấy lại bỏ chạy dài?
45. Ngày xưa có kẻ nào nhìn trộm nó, người vội vàng giữ kỹ, nay chim kên ăn thịt nó, sao người không giữ đi?
46. Khi đã thấy một khối thịt vừa nát bị chim thú tranh nhau ăn ấy, thì sao ta còn phải khổ công trang sức cho một món ăn được ăn cần phụng hiến cho cầm thú?
47. Nếu trông thấy một bộ xương trắng sạch sẽ nằm bất động cũng đủ khiến người kinh hãi, thì sao không sợ một nữ nhân linh hoạt như một cái cây ngo ngoe?
48. Ngày xưa cô gái mặc y phục đàng hoàng người ham thích, sao nay lỏa hình lại không ham? Nếu nói tôi

không thích cái thầy chết lữa hình, thì tại sao lại thích cái thầy sống có mặc áo?

49. Phân tiêu và nước bọt đều do ăn uống sinh ra, tại sao người chỉ tham nước bọt mà không tham phân hôi?
50. Những kẻ tham dục không thích xúc chạm cái gói mềm mại sạch sẽ, bảo rằng nó không có mùi thân thể đàn bà. Hóa ra họ mê những thứ ô ứ.
51. Kẻ đam mê nhục dục nói: Cái gói tuy mềm mại thực, nhưng ngủ với cái gói thì đâu có thành giấc ngủ của đôi uyên ương. Họ còn nổi giận với cái gói.
52. Nếu người bảo : tôi không thích những thứ dơ ứ; vậy sao lại ôm ấp một phụ nữ gồm bộ xương có gân dính liền, với thịt như bùn đắp lên?
53. Những dơ ứ của tự thân ngày nào người cũng kinh nghiệm, hưởng chưa đủ hay sao mà còn tham cái túi da dơ ứ của kẻ khác?
54. Nếu bảo rằng chỉ thích nhìn và vuốt ve thịt da mềm mại kia; thế thì sao không muốn da thịt một tử thi hồn đã lia khỏi xác?
55. Vậy chính do cái tâm của cô gái làm người ham muốn, nhưng tâm ấy thì không thể thấy hay sờ; cái có thể thấy, sờ được thì chẳng phải tâm, vậy ôm giữ sự si mê vô lối ấy làm gì?
56. Không rõ biết sự dơ ứ nơi thân người khác cũng chưa phải là điều kỳ lạ; nhưng không biết sự dơ ứ nơi chính thân mình mới thực là lạ kỳ.

57. Hỡi cái tâm tham luyện những vật bất tịnh kia, sao ngươi lại bỏ đóa sen non mới nở dưới ánh mặt trời mà đi ham thích cái túi da dơ uest?
58. Nếu ngươi không muốn sờ một chỗ đất bị trát đầy đồ dơ, thì sao lại muốn sờ cái thân thể từ đó tiết ra đủ thứ uest bẩn?
59. Nếu nói ngươi không ham dơ uest, thì tại sao lại ôm vào lòng một vật do hạt giống bất tịnh (*tintrung, noãn*) sinh ra, và thoát ra ở chỗ dơ dáy?
60. Con dòi sinh từ phân tiểu tuy nhỏ nhít ngươi còn không ham, tại sao lại ham thích cái thân thể do bất tịnh sinh ra và đầy những thứ dơ bẩn?
61. Ngươi chẳng những không coi rẻ cái thân bất tịnh của mình, lại còn vì ham vật bất tịnh mà tham luôn cả túi da dơ bẩn của kẻ khác.
62. Ngay cả những dược phẩm cùng thực phẩm thích hợp khẩu vị con người như băng phiến, gạo cơm rau rán,... đã vào cơ thể bài tiết ra thì khiến đại địa cũng ô uest.
63. Thân thể dơ bẩn như vậy rõ ràng ai cũng tự thấy. Nếu còn nghi, thì nên quan sát thầy chết ngoài nghĩa địa và những vật bất tịnh khác.
64. Khi lớp da ngoài được xẻ ra, người trông thấy phải kinh hãi. Khi đã biết vậy, thì sao còn có thể ham thích cái thân này? Vậy nên từ bỏ tư tưởng cho thân là sạch đẹp.

65. Mùi thơm mà kẻ kia thoa vào thân là hương của chiên đàn (*hay các hương khác, như nước hoa ngày nay*) chứ đâu phải của thân thể. Sao lại vì mùi hương không liên can gì đến thân thể, mà tham cái thân của cô nàng?
66. Nếu thân thể vốn hôi hám, thì đừng ham nó chẳng phải tốt hơn chăng? Những người tham chuyện vô nghĩa trên đời bôi hương trên thân để làm gì nhỉ?
67. Nếu mùi hương là của nước hoa (chiên đàn), thì thân thể toát ra mùi gì ? Cần gì nhân một mùi hương chẳng can hệ gì đến cái thân cô gái, mà ham thích thân ấy?
68. Nếu tóc và móng tay dài ra, răng vàng hôi thối, thân thể như trạng thái tự nhiên của nó, thì phải khiến người ta khiếp sợ. Thế thì sao người còn ham thân ấy?
69. Tham dục như vũ khí tự hại mình, đã không để cho nó cùn nhụt bớt thì chớ, sao còn mài cho nó sắc bén thêm? Than ôi, bọn người cuồng si tự mê hoặc mình, thật đầy dẫy trong thiên hạ.
70. Chỉ cần thấy một nắm xương ngoài nghĩa địa ta cũng đủ khởi tâm chán lìa (*sinh tử*); thế sao lại vui được khi thấy đầy dẫy những bộ xương trắng đang di động trong thị trấn?
71. Lại nữa, cái thân bất tịnh của nữ nhân nếu không trả một giá rất đắt thì không có được. Đời này phải vì nó mà mệt mỏi chạy theo cát bụi, đời sau chịu khổ nạn ở địa ngục.

72. Tuổi nhỏ không có năng lực kiếm ra tài sản, lớn lên làm sao hưởng thú (*cưới vợ*)? Khi có được tài sản thì thọ mạng sắp hết, cái già đã đến thì sắc dục mà làm gì?
73. Những kẻ hạ liệt nhiều ham muốn suốt ngày lao động kiệt sức, buổi tối về nhà bao nhiêu tinh khí tiêu tan, lăn ra ngủ say như cây chết.
74. Có kẻ đi tha hương mưu sinh, trải nhiều gian nan cay đắng, dù có muốn hội ngộ với vợ đẹp, suốt năm cũng không thấy nhau.
75. Có kẻ vì tự lợi, ngu si tự bán thân mình, nhưng chưa được lợi lộc gì vào tay mà phải bị gió nghiệp cuốn đi một cách vô định.
76. Có kẻ tự bán thân làm tôi tớ người, tha hồ cho kẻ khác sai sử. Thê thiếp họ sinh nở ở chỗ hoang dã, dưới gốc cây.
77. Những phàm phu bị dục vọng lừa dối lại nói là vì kiếm sống mưu sinh. Họ ra sa trường mặc dù sợ chết; hoặc vì ham lợi mà biến thành nô bộc.
78. Vì dục vọng có người tự sát, hoặc bị giáo nhọn đâm suốt thân, hoặc bị kiếm ngắn đâm thủng, hoặc bị lửa đốt.
79. Trải cho hết những khổ về tom góp, giữ gìn và mất mát, mới thấy tài sản thật đem lại nhiều tai họa. Kẻ vì tham vàng mà tiêu tán tâm lực thì không có kỳ hạn nào để thoát ra khỏi khổ sinh tử.
80. Tham dục phát sinh nhiều khổ, hại nhiều phước lợi

ít; chẳng khác nào những con vật kéo xe chỉ ăn được vài ngum cỏ mà thôi.

81. Cái lợi nhỏ nhoi ấy sức sinh còn dễ kiếm; nhưng những con người thiên cận kia lại vì nó mà bôn ba chịu đủ thứ thống khổ, hủy hoại thân người khó được của mình.
82. Năm đối tượng của dục rất cùng cũng hoại diệt, nhưng do đam mê chúng mà con người đọa địa ngục ngạ quỷ súc sinh. Vì cái vui chốc lát mà phải chịu khổ đốn trường kỳ.
83. Vậy mà chỉ cần chịu đựng một phần ngàn, phần vạn của sự khổ ấy để tu hành cũng đủ thành vô thượng bồ đề. So với bồ tát tu hạnh giác ngộ, thì người tham dục chịu nhiều khổ mà không được quả giác ngộ.
84. Tư duy về những thống khổ ở các ác đạo mới biết tai họa của các dục. Những tai họa do độc dược, lửa, binh khí, vực thẳm hoặc kẻ thù gây ra cũng không thể sánh bằng.
85. Bởi thế, nên chán đối tượng năm dục, vui với cảnh nhàn tịnh ở trong núi rừng tịch tĩnh lia tranh chấp, không phiền não.
86. Dưới ánh trăng trong sáng mát mẻ tợ hương chiên đàn, thư thái trên phiến đá phẳng như trong cung điện, được ngọn gió rừng êm ái quạt mát, bậc thiên giả tốt phước tản bộ nghĩ đến an lạc cho muôn người.
87. Theo thời tiết tha hồ mặc ý ở trong ngôi nhà trống, hoặc nơi hang động, hoặc dưới cây, nhờ đã xả bỏ cái

khổ của sự giữ gìn tài vật, vì ấy được tự do tự tại.

88. Lìa tham ái, hành động tự do, không can dự bất cứ ai, vua chúa cũng khó hưởng được cái thú tri túc ở chốn núi rừng tĩnh mịch.
89. Sau khi tư duy về những tai hại của năm dục và công đức của sự xa lánh duyên trần, nên chấm dứt vọng tưởng phân biệt và tu quán tâm bồ đề.
90. Trước tiên nên quán ta với người cũng giống nhau ở chỗ tránh khổ tìm vui, do vậy cần thương chúng sinh như thương chính mình.
91. Chân tay tuy nhiều, nhưng giữ gìn tay chân thì cũng như giữ gìn thân thể. Khổ vui ở mỗi người tuy khác nhau, nhưng sự tìm cầu an lạc thì ai cũng giống ta.
92. Cái khổ mà ta chịu không làm tổn hại thân người khác, nhưng do xem là tôi khổ, vì chấp ngã nên ta khó mà kham nhẫn.
93. Cái khổ của người khác cũng không dính đến thân ta, nhưng nếu xem khổ ấy cũng như tôi khổ, thì cũng khó kham nhẫn.
94. Ta nên xua tan nỗi khổ của người như xua tan khổ của chính ta; và nên làm lợi lạc cho người vì họ cũng là hữu tình như ta.
95. Ta lẫn người, cả hai đều tìm vui nên giống nhau, họ có gì khác ta đâu? Tại sao chỉ tìm vui cho mình?
96. Ta lẫn người, cả hai đều ghét khổ nên giống nhau.

Mình người có gì khác nhau, sao chỉ tự che chở mình mà không che chở người ?

97. Người bảo: “Cái khổ của người khác không hại gì tôi, thì sao phải che chở họ khỏi khổ?” Vậy cái khổ về sau không hại cho bây giờ, sao người phải đề phòng?
98. Nếu bảo: “tôi chấp nhận chịu khổ tương lai, vì khi chết đi là một thân khác, cái thân tái sinh cũng là một thân khác nữa”. Thấy như vậy gọi là tà kiến nên bỏ.
99. Nếu bảo “Ai khổ thì tự lo lấy thân, can chi tôi phải che chở họ”. Thế thì chân khổ không phải tay khổ, sao tay lại che chở chân?
100. Nếu bảo: Nghĩ như trên (98, 99) mặc dù phi lý thực, nhưng vì chấp ngã mà ra như thế. Nhưng sự chấp trước thật có ta và người hiện hữu biệt lập là tà kiến nên bỏ.
101. Vì cái gọi là mình hay người chỉ là tính tương tục (*thời gian*) và năm uẩn hòa hợp (*không gian*) chỉ là giả danh, như chuỗi tràng (*gồm nhiều hạt kết lại*) hay như quân đội (*từng binh sĩ hợp lại*). Vốn không thực có người chịu khổ, thì ai là kẻ trừ khổ của ai?
102. Đã không có người chịu khổ thực sự, thì tuyệt đối không có gì khác nhau giữa khổ mình hay khổ người. Có khổ nhất định nên xua tan, cần gì phân biệt gượng gạo mình và người?
103. Không nên cãi rằng cần gì phải trừ khổ của người

khác, vì không thực có khổ và người chịu khổ. Nhưng khi đã xua tan đau khổ của chính mình thì đương nhiên cũng phải xua tan tất cả đau khổ. Nếu không, thì tôi cũng như hữu tình khác, cần gì trừ khổ cho chính tôi?

104. (Hỏi:) Tâm thương xót kẻ khác đem lại cho tôi nhiều đau khổ, thì sao phải nỗ lực làm nó phát sinh? (Đáp:) Nếu nghĩ đến nỗi khổ của chúng sinh, thì khổ của mình sao lại tăng được?
105. Nếu nỗi khổ của một người có thể trừ thống khổ của rất nhiều người khác, thì vì tự lợi lợi người, kẻ có tâm từ sẽ rước lấy nỗi khổ kia.
106. Như trong kinh Tam Ma Địa Vương nói: Bồ tát Diệu hoa nguyệt mặc dù biết nhà vua có ý hại mình, song vì muốn chấm dứt thống khổ cho hàng vạn người, Bồ tát đã chấp nhận khổ đau.
107. Người tu quán mình người bình đẳng như vậy, thì ưa trừ diệt thống khổ cho kẻ khác, dù phải vào địa ngục vô gián cũng vui vẻ như con thiên nga sà xuống ao sen.
108. Khi biết chúng sinh đã được giải thoát thì tâm vui mừng dạt dào như biển lớn. Nỗi vui ấy chưa đủ sao, cần gì phải cầu giải thoát cho riêng mình?
109. Bởi thế, hãy mưu cầu lợi ích tha nhân mà đừng kiêu căng tự đắc; chuyên tâm ham thích làm lợi lạc cho người mà không hi vọng được quả báo lành.
110. Cũng như tôi tự giữ cho mình khỏi bị những khó chịu nhỏ như một lời nói khiếm nhã, tôi nên tu tập

tâm thương xót che chở kẻ khác.

111. Đối với tinh huyết của người khác vốn không phải thân tôi, mà vì tập quán tôi đã xem sự kết tụ tinh huyết ấy là tôi;
112. Vậy sao thân người khác tôi không thể xem là mình? Do vậy đem đổi thân mình thành thân người cũng không khó lắm.
113. Tự thương thân thì gặp nhiều tai họa, thương thân người thì được nhiều công đức. Biết vậy nên thường tu tập thương người, từ bỏ ngã chấp.
114. Ai cũng chấp nhận rằng tay chân là những phần tử của thân thể; vậy sao không nhận rằng hữu tình là một phần của sự sống?
115. Đối với thân thể vốn vô ngã này, mà do thói quen ta xem nó là của ta; vậy sao đối với kẻ khác không thể phát sinh ý tưởng họ là ta?
116. Nên mưu cầu lợi ích tha nhân mà không kiêu căng ngã mạn, như người nuôi thân mình không bao giờ mong ai đền đáp.
117. Dù một khó chịu nhỏ nhất như một lời khiếm nhã ta cũng không muốn xảy đến cho mình và cẩn thận tránh né; hãy có tâm thương xót giữ gìn như vậy đối với chúng sinh.
118. Bởi thế mà đáng chúa tể của sự cứu hộ là Bồ Tát Quan Âm mạnh mẽ phát nguyện đại bi bằng cách gia trì năng lực vào thánh hiệu của ngài để trừ nỗi khiếp sợ khi đến giữa chúng đông người.

119. Trước kia nghe tên (*một người nào*) ta đã tán đờm kinh hồn, nhưng về sau nhờ thân gần lâu, khi mất con người ấy ta lại buồn sầu, ấy là do thói quen. Vậy ta không nên thôi chí khi (*lúc đâu*) thấy khó.
120. Nếu ai muốn nhanh chóng tự cứu và cứu người, thì hãy tu đổi địa vị tự với tha, đây là bí quyết tốt nhất.
121. Vì tham đắm tự thân, gặp việc nhỏ cũng sinh lo sợ. Đối với thân thể nguồn gốc phát sinh mọi lo sợ này, ai mà không giận nó như cừ địch?
122. Người muốn trị bệnh thân thể đói khát thường dùng trăm phương ngàn kế như bắt giết cá chim thú, nấp rình giữa đường để cướp bóc.
123. Có kẻ vì cầu danh lợi cung kính mà đi đến chỗ giết cha mẹ, trộm vật Tam bảo, nhân đây bị đọa vào ngục Vô gián.
124. Ai là người thông minh mà lại còn muốn bảo hộ cung dưỡng cái thân này, không xem nó như cừ địch, không khinh miệt nó?
125. Con đường sa làm quý đỏi là ý nghĩ: Nếu bố thí hết thì tôi còn hưởng được gì? Con đường lên cõi trời người là ý nghĩ: Nếu tôi hưởng hết thì lấy gì để bố thí?
126. Vì bản thân mà hại kẻ khác thì sẽ chịu khổ địa ngục. Hại mình để lợi người thì việc gì cũng thành công.
127. Muốn cho mình ở địa vị cao tột thì sẽ rơi vào

những cõi ác ngu si thấp hèn; đề cao kẻ khác thì sẽ lên các cõi lành cao thượng, được tôn kính.

128. Sai sử kẻ khác phục dịch cho mình thì sẽ chịu cái khổ làm tôi đòi bị sai sử; chịu nhọc mình để lợi tha thì sẽ được phong tước vương hầu.
129. Bao nhiêu hạnh phúc trần gian đều do lợi tha mà có; bao nhiêu thống khổ trên đời đều do ích kỷ chỉ muốn lợi mình mà ra.
130. Điều này đã quá rõ không cần nói nhiều lời: Phạm phu ngu si chỉ cầu lợi cho bản thân; còn bậc thánh thì chỉ mong lợi lạc tha nhân. Xem sự khác biệt giữa hai người ấy thì đủ biết.
131. Nếu ta không thật tình đổi hạnh phúc mình lấy khổ đau kẻ khác, thì không những ta sẽ không đạt thành chính giác, mà ở trong sinh tử luân hồi ta cũng không được an vui.
132. Tạm gác lại chuyện đời sau; ngay đời này nếu không làm tôi tớ thì chủ không trả thù lao, như vậy cũng khó mà có được cái lợi trong đời hiện tại.
133. Lợi tha khiến được an vui, bỏ lợi tha thì mất vui. Hại người khiến chịu khổ, kẻ ngu chắc chắn gặp tai ương.
134. Tất cả tai hại trên đời như sợ hãi và những thống khổ khác, đều do ngã chấp mà ra. Vậy ta còn cần gì con ma chấp ngã đó?
135. Ngã chấp chưa tận trừ thì không thể trừ hết khổ; cũng như chưa quăng bỏ lửa thì không khỏi bị bỏng

tay.

136. Bởi thế hãy đình chỉ tự hại và diệt thống khổ cho kẻ khác bằng cách bỏ bản thân mà cho mọi người tất cả, thương người như chính mình.
137. Nay tâm ý, sau khi đổi địa vị mình với người, người nên nhận thức rõ từ nay ta hoàn toàn thuộc về chúng sinh, trừ việc lợi ích hữu tình, ngoài ra ta không nghĩ việc gì khác.
138. Từ nay trở đi, không nên lấy con mắt đã thuộc về hữu tình để mưu lợi cho riêng mình; cũng đừng lấy mắt (*tai, mũi, lưỡi, thân*) để làm những việc tổn hại chúng sinh.
139. Từ nay nên tôn trọng hữu tình; trong thân có gì đều đem làm lợi ích chúng sinh.
140. Trước tiên chọn ba đối tượng thấp kém, ngang hàng và cao quý hơn mình, rồi trao đổi địa vị mình với ba người ấy. Dùng tâm xác tín không nghi ngờ mà thiền quán về ganh ghét, cạnh tranh và kiêu mạn (*như sau.*)
141. (*Quán người kém mình sẽ nghĩ về mình:*) Kẻ ấy được kính trọng, ta không; tài sản ta không bằng kẻ ấy. Kẻ ấy được khen, ta không; kẻ ấy hạnh phúc còn ta thì chịu đau khổ.
142. Ta làm lụng nhọc nhằn, kẻ ấy sống an nhàn thoải mái; kẻ ấy được mọi người ca tụng, còn ta thì thân bại danh liệt.
143. Sao bảo ta không tài cán gì? Đương nhiên ta có tài.

Kẻ ấy so với X, Y thì còn kém xa; ta cũng còn hơn nhiều người khác.

144. Những sự suy thoái về giới luật và kiến giải (*hiểu biết đạo lý*) nơi ta là do phiền não chứ không phải ta. Kẻ kia đáng nên tận lực giúp đỡ ta, dù có gặp khó khăn nào ta cũng cam chịu.
145. Vậy mà ta chẳng những không được giúp đỡ, ngược lại còn bị rẻ rúng là sao? Kẻ ấy dù có đầy đủ công đức, song có ích lợi gì cho ta đâu?
146. Kẻ ấy không thương xót chúng sinh ngu muội bị kẹt vào cửa khẩu ác đạo, mà chỉ hướng ra ngoài để khoe khoang đức hạnh mình, muốn hơn những bậc trí.
147. (*Quán tâm niệm kẻ ngang mình:*) Để thắng vượt kẻ được xem ngang hàng với ta, ta nhất định phải có tài lợi và danh vọng dù phải tranh cãi nhau.
148. Ta sẽ tận lực tuyên dương công đức của mình, làm cho danh tiếng vang khắp thiên hạ; ngoài ra ta nên đìu công đức của kẻ ấy, không để cho mọi người nghe đến.
149. Lại phải nên che giấu những lỗi lầm của ta; để ta được cúng dường, không phải kẻ ấy. Thế là nay ta được lợi lớn, được cung kính, chứ không phải kẻ kia.
150. Ta sẽ sung sướng thấy nó liên miên gặp nạn, trở thành đối tượng cho mọi người trào lộng, quở trách.

151. (*Quán sự ngã mạn của kẻ hơn mình:*) "Nghe nói cái kẻ điên khùng kia lại muốn tranh với ta; nhưng thử nghĩ tài sản, tướng mạo, trí tuệ, hiểu biết, giòng họ của nó làm sao bằng ta được?"
152. "Bởi thế mà mỗi khi nghe mọi người khác miệng đồng lòng, đều ca tụng công đức ta, thì ta vui sướng ran cả người, lông dựng lên, mình nổi gai ốc.
153. "Dù nó có giàu phát lên, ta cũng sẽ chiếm đoạt tài sản nó. Nếu nó làm công cho ta, ta chỉ cấp lương vừa đủ sống, ngoài ra ta sẽ chiếm hết.
154. "Ta phải làm cho chúng mất sự an vui, luôn luôn bị hại họa...". Trong sinh tử, ngã chấp như vậy đã từng hại ta cả trăm lần.
155. Hỡi tâm ý, vì muốn lợi cho mình, người đã trải qua vô số kiếp chịu đủ thứ nhọc nhằn mà chỉ có tăng thêm đau khổ.
156. Bởi thế nay người nên tận tâm tận lực làm lợi ích cho chúng sinh. Đấng đại thánh (*Phật*) không nói dối, hãy vâng làm theo giáo lý ngài thì chắc chắn được lợi ích.
157. Nếu xưa nay người đã tu tập trao đổi địa vị mình với người như thế, thì người đã được viên mãn an vui như Phật, nếu không cũng không đến nỗi khổ như ngày nay.
158. Từ một giọt tinh huyết cha mẹ kết tụ mà người có thể chấp làm tôi, thì với người khác người cũng nên tập xem là tôi vậy.

159. Sau khi xét kỹ xem mình có thực đổi vị với người, thấy tự thân có vật gì hãy trộm hết đem làm lợi ích cho chúng sinh.
160. Mình an vui kẻ khác không an vui, mình ở trên cao kẻ khác thấp kém, mình chỉ làm lợi cho mình, không đoái hoài kẻ khác thì làm sao họ không ganh ghét?
161. Ta nên xa lìa hạnh phúc mình để chịu khổ thay cho người, thường xem cách khởi tâm động niệm của mình để xét những lỗi lầm.
162. Kẻ khác dù phạm lỗi lớn ta cũng nên vui vẻ chịu tội thay; lỗi mình dù nhỏ nhất cũng thành thực sám hối trước đại chúng.
163. Nên tán dương tiếng tốt của người mà giấu kín vinh dự của mình; tự nguyện làm kẻ tội tớ hạ liệt, nỗ lực mưu cầu lợi ích cho đại chúng.
164. Tự thân ta vốn nhiều lỗi lầm, công đức chẳng đủ để đáng khen, nên hãy che giấu đức mình đừng để ai biết.
165. Tóm lại, xưa nay vì ích kỷ muốn lợi mình nên bao nhiêu việc làm tội đều phương hại đến kẻ khác, nay vì lợi lạc cho người, bao nhiêu tai hại tôi nguyện lãnh hết về mình.
166. Đừng để cho thân này hiện cái tướng thô bạo cứng cõi; hãy như cô dâu mới về nhà chồng, hết sức rụt rè cẩn thận.

167. Phải kiên trì hạnh lợi tha, nhất là đừng thương tổn chúng sinh. Nếu tâm khởi lên ham muốn ích kỷ thì chế phục tâm (*bằng chính tri chính niệm*). Nếu tâm vượt qua giới (*lợi tha*) này, hãy xử phạt nó.
168. Nay tâm ý, đã được răn dạy như thế mà người không thực hành, thì những tội lỗi rất cuộc sẽ về người, chỉ còn nước phải bị đọa.
169. Trước đây ta đã bị người không chế, nay thì ta đã rõ; bất luận đi đến chân trời góc biển nào, ta cũng phải đập cho tan tành thói kiêu mạn của người.
170. Nay thì người nên bỏ cái nghĩ như sau: tôi sẽ hưởng quyền lợi cho mình; vì ta đã bán người cho người khác, chớ bi ai mà hãy tận lực phục vụ người.
171. Nếu ta đã thiếu cẩn thận, lơ đãng một chút, chưa đem người mà bố thí cho hữu tình, thì chắc chắn người đã bán ta xuống mười cửa địa ngục mất rồi.
172. Quả vậy, ta đã bao phen bị người bán đứng như thế, nay nhớ lại thù xưa, ta phải đập tan cái tâm ích kỷ tự lợi trong người.
173. Nếu còn tiếc cái mạng của người, thì người không nên ôm lòng chấp ngã, mà phải thường thương giúp hữu tình.
174. Người càng ân cần che chở, phụng hiến cho tâm thân bất tịnh này bao nhiêu, nó càng đọa vào thống khổ khó nhẫn chịu bấy nhiêu.

175. Thân thể thì suy yếu mà dục ái lại gia tăng, dù tất cả tài sản trên địa cầu này cũng không đủ làm cho nó thỏa mãn. Ai còn có thể làm thỏa mãn dục vọng này?
176. Chạy theo dục vọng không bao giờ thỏa mãn thì chỉ chuốc lấy nỗi thất vọng. Kẻ không cầu mong gì lại được phước vô cùng.
177. Hưởng lạc chỉ tăng thêm lòng tham thân, vậy đừng để cho thân thể có cơ hội hưởng lạc. Không ôm giữ những vật thích ý, tâm thái ấy là tài sản quý báu chân thật.
178. Tâm thân bất tịnh đáng sợ này, tự nó bất động phải chờ kẻ khác (tâm ý) thôi thúc, chung cục sẽ ra tro bụi, tại sao lại chấp nó làm cái tôi?
179. Dù sống hay chết, cái thân này để làm gì? Nó có khác gì một khối than, cục đất đâu? Vậy sao không trừ ngã mạn đi?
180. Do phụng thị hậu hạ cái thân, mà ta đã phải tích chứa bao nhiêu khổ đau một cách vô nghĩa. Đối với cái thân chẳng khác khúc cây này, cần gì tham với sân cho mệt?
181. Dù ta có cẩn thận che chở cho nó, hay bỏ nó cho quạ chồn ăn, nó cũng chẳng nổi tham hay giận, thế thì sao còn ham cái thân này?
182. Chê thân nào khiến cái thân giận? Khen nó nào khiến nó vui? Nó đã vô tri vô giác như vậy thì siêng năng lao nhọc vì nó làm gì?

183. Nếu người bảo: Ai yêu mến cái thân này, người ấy là bạn tôi. Nhưng mọi người đều yêu mến bản thân mình, sao người không ưa thích họ?
184. Bởi thế, hãy lia tham, hi sinh bản thân để làm lợi ích cho đại chúng. Thân này tuy lắm tai họa, nhưng là một lợi khí để làm việc lành.
185. Tôi đã quá chán lối hành xử ấu trĩ của kẻ ngu, nay tôi sẽ hành động theo bậc trí. Nhớ lời giáo huấn về không buông lung, tôi sẽ tinh tấn dẹp lui thói lờ đờ ngủ gà ngủ gật.
186. Như Con Phật đại từ bi, tôi sẽ nhẫn nại làm những gì phải làm. Nếu không siêng năng tu tập cho thường, thì đến ngày nào mới ra khỏi khổ?
187. Muốn trừ các chướng ngại, phải tránh xa nẻo tà, thường theo đường chính, chuyên chú tu tập chính định.

Chương chín

TRÍ TUỆ

DÀN BÀI:

I. Người cầu giải thoát cần có tuệ giác về Không (1)

II. Triển khai

- A. Hai chân lý (2-5)
 - a. Phá chung các lập trường chấp thật hữu (6-15)
 - b. Phá Tự chứng phân của Duy thức (16-29)
 - c. Trả lời chất vấn (30-39)

- B. Quả giải thoát cần ngộ Không (40)
- C. Bát nhã tính không là do Phật thuyết (41-55)
 - a) Tu nhân vô ngã
 - Phá cảnh câu sanh ngã chấp (56-59)
 - Phá cảnh biến kế ngã chấp
 - o Phá phái Số luận (60-67)
 - o Phá phái Lý luận (68-69)
 - o Trả lời chất vấn (70-77)
 - 1. Quảng thuyết Pháp vô ngã
 - Từ Bốn niệm xứ: thân, thọ, tâm, pháp (78-105)
 - Trả lời chất vấn (106-115)
 - Nhân để thành lập pháp vô ngã
 - o Phá Vô nhân luận (116-117)
 - o Phá thường nhân (118-37)
 - o Trả lời chất vấn (138-42)
 - o Thành lập duyên sinh, phá hữu vô (143-150)

III. Khuyến tu Không tính (151-167)

(Trong chương này, phần (trong ngoặc) là những giải thích thêm cho dễ hiểu, tham khảo các bản chú giải Hoa, Anh, Pháp.)

1. Tất cả những đề mục quan yếu được đề cập ở đây đều do Phật vì muốn cho người mở mang trí tuệ mà tuyên thuyết. Người muốn chấm dứt khổ, cần phải phát sinh tuệ giác về Tính không.
2. Có hai sự thật là sự thật thế gian hay **thế tục đế** và sự thật tuyệt đối hay **thắng nghĩa đế**. Thắng nghĩa đế thì không phải là đối tượng của tuệ (*phân biệt*) vậy nên tuệ (*phân biệt*) là tục đế.
3. Trên đời có hai hạng người (*kinh nghiệm về nhị đế*:) thiên gia và phàm phu. (*Quan điểm của*) phàm phu bị thiên gia bác bỏ. (*Ví dụ, phàm phu xem thân là một, tâm là thường vân vân... Thiên gia nói ngược lại bằng những lý luận như thân không phải một vì có nhiều phần, tâm không thường vì nó hay thay đổi.*)
4. Những thiên gia (*thuộc các phái Kinh lượng, Tỳ bà sa, Duy thức, Trung quán*) do năng lực tuệ khác nhau, cũng bị thiên gia cao hơn bác bỏ quan điểm. Với những ví dụ (*về huyễn*) mà thiên gia và phàm phu đều chấp nhận, (*thiên gia nói những gì tâm thấy chưa chắc đã thực. Phàm phu hỏi, nếu tất cả đều không thực, thì tu làm gì? Trả lời, các pháp không thực có, nhưng*) không quán sát kỹ thì vẫn thấy có, nên vẫn phải tu vì muốn đắc quả.
5. (*Các pháp đều hiện hữu với thiên gia và phàm phu, tại sao có tranh cãi? Trả lời:*) Người đời thấy mọi

sự đều phân biệt cho là thực, không phải như huyền hóa, nên tranh luận với thiền gia.

6. Những cảnh hiện lượng như sắc, (*thanh, hương, vị, xúc do giác quan nhận thức*) đều do (người đời) cùng nhau đặt tên, không phải là trí lượng (*không thực hữu theo nhận thức có giá trị, nghĩa là theo chân đế*). Do vậy chúng toàn là giả, như bất tịnh cho là tịnh, vv...
7. (*Hỏi: Nếu vạn pháp không có thực tính, thì tại sao Phật dạy các pháp có tính vô thường, chỉ hiện hữu chốc lát? Đáp: Những lời dạy ấy cần được giải thích. Trong khi vẫn biết giả tướng của vạn pháp,*) vì muốn dẫn dắt người đời (*cho các pháp là thực hữu*), Phật dạy vô thường, nhưng kỳ thực các pháp trong sát na cũng không thực có. (*Hỏi: Nhưng vì tính sát na này, nghĩa là mọi sự chỉ có trong thoáng chốc, phàm phu không thấy được, như vậy*) không trái thế tục hay sao (*dù bảo nó chỉ là giả*)?
8. (*Đáp: Mặc dù tính sát na vô thường ấy không hiện rõ cho phàm phu, song vì có hiện rõ cho các thiền gia mới chứng nhân vô ngã, nên*) cái thấy của thiền gia không lầm. Vì so với cái thấy thế gian (*cho vạn pháp là thường, thì cái thấy vô thường của thiền gia*) được cho là cái thấy chân thật. Nếu không, (*nghĩa là nếu bảo người thế tục thấy đúng hơn thiền gia*), thì sự quán (*thân nữ nhân*) bất tịnh cũng trái với cái thấy của thế gian.
9. (*Cũng như ông cho*) thật có công đức nhờ thờ phụng một đức Phật thật, (*thì tôi cũng cho rằng*) công đức như huyền phát sinh từ một vị Phật như huyền. (*Hỏi:*) nếu hữu tình như huyền, thì chết tái sinh về đâu?

10. Bao lâu các duyên (*điều kiện*) duyên còn phối hợp, thì duyên cảnh còn sinh khởi. (*Mặc dù phi thực, duyên cảnh giống hữu tình ở chỗ đều khởi lên do các điều kiện hay duyên.*) Tại sao chỉ vì kéo dài hơn mà hữu tình thành ra thật hơn duyên cảnh? (*Nếu vậy thì cảnh duyên kéo dài cũng thực hơn cảnh duyên ngắn ngủi hay sao?*)
11. Khi người duyên sát sinh hay bố thí, vì vô tâm nên không có tội hay phước. Đối với hữu tình có cái tâm như duyên (*tạo các nghiệp thiện ác*), tội phước như duyên cũng phát sinh.
12. Những chú thuật, v.v... không có công năng làm phát sinh tâm duyên, trong khi nhân duyên hòa hợp sẽ sinh ra các dạng duyên vật.
13. (*Có nhiều nhân sinh ra vật duyên*) nhưng không thể có chuyện một nhân mà có thể sinh ra tất cả quả. (*Hỏi:*) Nếu mọi hữu tình theo chân đế, thực chất là rốt ráo niết bàn, chỉ luân hồi sinh tử trên mặt tục đế;
14. Thế thì Phật cũng luân hồi. Nếu vậy, hành hạnh bồ đề có ích gì? (*Đáp:*) Nếu các nhân duyên chưa dứt thì duyên cảnh vẫn chưa diệt. (*Cũng thế, vì hữu tình chưa dứt những duyên sinh tử nên chúng vẫn còn ở trong sinh tử.*)
15. Nhưng (*Phật đã*) đoạn tuyệt tất cả các duyên (*sinh tử*), nên ngài không tái sinh trong sinh tử. (*Duy thức:*) Nếu vọng thức cũng không, thì lấy gì duyên cảnh duyên?
16. (*Trung quán:*) Nếu theo ông ngoài tâm không có

cảnh, thì tâm thức duyên cái gì? (*Duy thức:*) Mặc dù ngoại pháp không thực hữu, nhưng vẫn có cách tồn tại riêng, đó là bóng dáng của tâm thức có thực. Các cảnh tượng xuất hiện chính là tâm thể.

17. (*TQ:*) Nếu huyền cảnh và thức là một, thì cái gì thấy cái gì? Đấng Che chở thế gian đã nói rằng tâm không thể tự thấy tâm.
18. Như dao không thể tự cắt, tâm cũng không thể tự quán tâm. (*DT:*) Ví như ngọn đèn tự chiếu, tâm cũng tự biết tâm.
19. (*TQ:*) Ánh sáng không tự chiếu, vì bóng tối không tự che. (*Vì bóng tối không che được ánh sáng.*) (*DT:*) Ví dụ màu xanh của thủy tinh thì nương vật khác, còn màu xanh của vật (*như lưu ly xanh*) thì không nương cái gì khác.
20. Cũng thế, ta thấy vài vật thể (*như bình,*) nương vào các yếu tố khác (*như ánh sáng chiếu lên nó, thức nhận biết nó để được thấy;*) và không nương (*như ánh sáng, lạc và khổ thì được nhận thức không cần nương cái gì.* *TQ:* *Ví dụ trên bất thành, vì* màu xanh của lưu ly (*được nhận là xanh vừa khi nó xuất hiện,*) không phải là vật trước kia không xanh nay tự biến thành xanh.
21. (*DT:*) Nếu nói tâm thức liễu tri, thì cũng có thể nói đèn chiếu sáng. (*TQ:* *Có thể nói đèn tự chiếu do tâm thức nhận ra điều ấy, nhưng*) do cái gì nhận ra mà nói rằng tâm tự chiếu?
22. Vì không nhận thức nào có thể thấy được tâm, nên chiếu hay không chiếu đều không thành vấn đề,

chẳng khác gì bàn vẽ đẹp của con gái của phụ nữ vô sinh.

23. (DT:) Nếu tự chứng phần (*tâm tự biết tâm*) không hiện hữu, thì tâm làm sao nhớ lại được chuyện đã qua? (TQ:) Tâm cảnh có tương quan, nên do nhớ lại cảnh đã kinh nghiệm (*mà có thể khởi lên ký ức. Ví dụ, con gấu ngủ suốt mùa đông không biết bị chuột cắn, nhưng về mùa xuân, khi nghe tiếng sấm nó tỉnh dậy và cảm thọ đau đớn. Từ cảm thọ này, nó có thể biết đã bị nhiễm độc chuột. (Cách hỏi tương của tâm cũng tương tự.)*)
24. (DT:) Người đủ tha tâm thông có thể thấy tâm thức người khác, đương nhiên có thể tự thấy rõ tâm của chính mình. (TQ:) Không nhất thiết, vì khi bơi vào mắt một thứ nước phép, người ta có thể trông thấy những kho tàng chôn sâu dưới đất, nhưng chính thuốc bôi mắt quá gần thì lại không thấy.
25. (DT: *Nếu tự chứng phần không hiện hữu, thì các tha phần cũng không hiện hữu, nghĩa là cũng không có sự thấy, nghe vân vân... hay sao*). (TQ:) Đây không phủ nhận những sự thấy, nghe, nhận thức (*trên phương diện giả tướng*.) Cái điều cản ngăn chặn ở đây, là sự cố chấp chúng có thật, nguyên nhân của khổ.
26. (DT:) Huyền cảnh không phải là những sự vật ngoài tâm, mà cũng không thể được xem là hoàn toàn đồng nhất với tâm. (TQ:) Nếu huyền cảnh có thực, thì làm sao nó không khác với tâm? Nếu không khác tâm, thì tất nhiên nó không thật có.
27. Nếu huyền cảnh không thực, thì tâm năng kiến cũng phi thực. (TQ lập luận: Theo Duy thức, các pháp

như huyễn mà vẫn có thể thấy, thì với TQ cũng vậy, tâm không thực có, nhưng trên tục đế có dạng như là năng kiến, chủ thể nhìn.) (DT:) Hiện hữu sinh tử (trạng thái trong đó chủ thể và khách thể xuất hiện như là có hai sự vật khác nhau một cách căn đẽ) phải nương vào thật pháp (tâm thức thực hữu, không nhị nguyên.) Nếu không, nó sẽ giống như hư không (không có tác dụng nghiệp và quả.)

28. (TQ:) Nếu cái phi thực phải tùy thuộc vào một thật thể, thì làm sao nó có tác dụng (*ngiệp và quả*)? Kết quả là tâm thức mà Duy thức chủ trương sẽ không có ngoại cảnh làm trợ duyên, sẽ thành một thực thể đơn độc.
29. Nếu tâm lia các đối tượng (*có thể tồn tại độc lập*) thì tất cả chúng sinh đều thành Phật hết. Vậy thành lập nghĩa Duy thức rốt cuộc có lợi ích gì?
30. (Hỏi:) Dù biết tất cả pháp như huyễn, nhưng làm sao có thể dẹp phiền não? Ví dụ một nhà huyễn thuật tạo ra một huyễn nữ rồi đâm ra say mê nàng ấy thì sao?
31. (Đáp:) Người tạo huyễn ấy đối với các pháp sở tri (*ví dụ như phụ nữ*), chưa hoàn toàn từ bỏ tập quán phiền não (*tham dục*); tập quán thấy Tính không quá yếu ớt, nên khi trông thấy huyễn nữ đâm ra ái luyến.
32. Nếu đã quen tu tập Tính không, thì sẽ đoạn trừ được cái thói chấp các pháp là thực hữu. Và nhờ quen thuộc (*với sự thật rằng*) không một pháp nào thực có (*dù pháp không - trống rỗng như lông rùa sừng thỏ - hay pháp giả, như mọi sự vật khác*), sự chấp không cũng sẽ được từ bỏ luôn sau đó.

33. Khi quán sát các pháp thấy không pháp nào thực hữu, *(ta đi đến nhận định rằng)* không một pháp nào thật sự tồn tại. Lúc đó, sự phi thực không còn chỗ y cứ *(là thật pháp)* nên nó cũng không còn ở trong tâm làm gì. *(Như con trai của phụ nữ vô sinh không hiện hữu, nên cũng không có chuyện nó chết.)*
34. Khi trong tâm thực sự không còn tồn tại pháp hay phi pháp, thì vì không duyên các tướng sai khác, tâm hoàn toàn vắng lặng.
35. *(Hỏi: Nếu tâm không duyên các pháp, làm sao Phật hành động để lợi ích cho hữu tình? Đáp:)* Những cây ước và ngọc ước dù vô tâm vẫn thỏa mãn được những ước nguyện của chúng sinh. Cũng thế, do phước đức *(của chúng sinh)* và do nguyện lực *(của Phật khi còn tu hạnh Bồ tát)*, mà chư Phật *(với tâm vô phân biệt)* cũng có thể hiện thân thuyết pháp.
36. *(Hỏi: Nhưng nguyện Bồ tát phải chăng đã hết hiệu lực khi ngài thành Phật? Đáp:)* Như có người *(Bà la môn)* xây tháp Chim đại bàng *(để khắc phục các chất độc)*, khi tháp xây xong thì người ấy chết. Tuy người ấy đã chết rất lâu về trước, mà *(xá lợi Garuda do ông đã gia trì)* vẫn còn tác dụng kị độc.
37. Cũng vậy tính linh thiêng của thân thể một đức Phật được thành hình phù hợp với các thiện nghiệp và lời nguyện của ngài khi ngài còn là Bồ tát. Mặc dù Bồ tát đã nhập Vô dư Niết bàn, ý muốn lợi tha nơi ngài đã chấm dứt, song ngài vẫn còn thành tựu được tất cả những gì có lợi cho hữu tình.
38. *(Hỏi:)* Cúng dường vật vô tâm như tháp Phật thì làm sao có kết quả được? *(Đáp:)* Kinh dạy, công đức

cúng dường Phật lúc ngài còn tại thế, với công đức cúng dường xá lợi khi ngài đã nhập Vô dư Niết bàn, là hoàn toàn giống nhau.

39. Kinh điển đã nói rõ rằng dù trên tục đế hay thắng nghĩa chân đế, sự cúng dường đều được quả báo như nhau. Như ông chấp nhận có quả báo công đức do cúng dường Phật thật, thì chúng tôi cũng chấp nhận có công đức phi thực phát sinh do cúng dường một vị Phật phi thực.
40. *(Thắng luận:)* Nhờ kiến đế *(tu tập mười sáu hành tướng của Bốn sự thật như vô thường vân vân...)* cũng đủ giải thoát, cần gì phải thấy rõ Tính Không hay vô tự tính của các pháp? *(TQ:)* Kinh Bát nhã dạy rằng nếu không có tuệ giác bát nhã liễu tri Không, thì không thực sự giác ngộ.
41. *(Thắng luận: Giáo lý Đại thừa không do Phật thuyết, chúng tôi không xem đó là bằng chứng kinh điển có thẩm quyền đáng tin cậy. Đáp:)* Nếu đại thừa không đáng tin, làm sao tiểu thừa lại đáng tin? *(Thắng luận: Kinh điển chúng tôi đáng tin)* vì cả hai phái *(đại thừa và nguyên thủy)* đều xác nhận *(đúng là lời Phật dạy.)* *(TQ:)* Thế thì lúc đầu, khi các ông chưa chấp nhận, kinh điển ấy không phải lời Phật sao?
42. *(Thắng luận: Tuy nhiên chúng vẫn đáng tin cậy, vì chúng tôi được học kinh điển ấy từ một hệ truyền thừa thuần túy không gián đoạn. TQ:)* Cái lý do khiến các ông tin kinh tiểu thừa cũng là lý do chúng tôi tin Đại thừa, *(vì đại thừa cũng có một hệ truyền thừa không gián đoạn các vị tôn sư.)* Lại nữa, nếu các ông cho là chân lý vì có hai người chấp nhận, thì đáng lẽ các ông nên nhận luôn các tập Vệ đà *(và*

kinh điển phi Phật giáo.)

43. *(Thắng luận:)* Kinh đại thừa không đáng tin vì bị tranh cãi. *(TQ:)* Nhưng về bộ kinh A hàm cũng bị ngoại đạo nêu vấn đề, và có vài kinh bị các phái Phật giáo khác tranh luận, vậy cũng nên bỏ luôn kinh A hàm sao.
44. Nếu các ông bảo bất cứ kinh nào nhập vào kho tàng Kinh điển đều được xem là Phật thuyết; vậy đa số kinh đại thừa cũng nhập vào Ba tạng kinh điển, sao không chấp nhận? *(Vậy ba tạng thượng học cũng được dạy trong hầu hết kinh đại thừa, đâu có khác gì kinh điển các ông. Tại sao ông không nhận là lời Phật?)*
45. Nếu vì không hiểu một bộ kinh *(Bát nhã,)* mà phủ nhận tất cả kinh đại thừa, cho là ngụy tạo hết, thì tại sao không vì một bộ kinh *(đại thừa)* giống *(kinh tiểu thừa)*, mà thừa nhận tất cả kinh đại thừa?
46. *(Thắng luận: Nếu kinh đại thừa như Bát nhã là lời Phật, đương nhiên các bậc đại thánh như ngài Đại Ca diếp phải hiểu được. Nhưng vì các ngài này không hiểu, nên chắc chắn đây không phải lời Phật dạy. Đáp: Đây chỉ có nghĩa rằng Đại thừa vô cùng thâm thúy,)* cả đến các bậc thánh như Đại Ca diếp cũng khó thấu triệt lời Phật. Đâu có thể chỉ vì các ông không hiểu mà gạt phăng giáo lý đại thừa?
47. Nếu *(a-la-hán)* tăng là căn bản của giáo lý *(nếu giáo lý Phật cốt dành cho tỳ kheo a-la-hán, mà không có tuệ giác về Không,)* thì thánh tỳ kheo cũng khó sống ở đời; và người mà tâm còn duyên các pháp thì cũng khó mà an trú Niết bàn.

48. *(Thắng luận: Mặc dù không hiểu Tính không,) họ vẫn giải thoát nhờ đoạn trừ các phiền não hiện hành (nhờ tu mười sáu hành tướng của bốn đế. TQ: Sự thật là,) những vị ấy tuy không còn phiền não (hiện hành, song các chủng tử vẫn còn tồn tại,) nên công năng của nghiệp cũ vẫn còn. (Ví dụ A la hán như Mục kiên liên vẫn thọ khổ.)*
49. *(Thắng luận: Mặc dù tạm thời họ chưa thoát khổ,) song vì không còn ái thủ, nên chắc chắn họ sẽ không thọ thân sau. (TQ: A la hán vẫn còn một hình thức khát ái vi tế,) do khát ái vô nhiễm này cũng như (phi nhiễm ô) vô minh, sao họ lại không (tái sinh với các uẩn bị nhiễm ô)?*
50. Do duyên Thọ, Ái sinh. Những A la hán ấy *(chỉ đoạn được những phiền não hiện hành, nhưng) vẫn còn thọ. Vì tâm thức còn duyên pháp, nên trong đó còn thọ (khi còn chấp các pháp là thật hữu.)*
51. Nếu tâm lìa xa tuệ quán về Không, thì *(mặc dù những phiền não lộ liễu có thể tạm thời) diệt, chúng vẫn sinh trở lại. Như trong định vô tướng, (các phiền não tạm lắng chỉ để khởi lên lại khi xuất định.)* Bởi vậy, *(bất cứ ai muốn chấm dứt khổ đều) phải tu quán Tính Không.*
52. *(Khi thiên quán về Không,) Bồ tát hết tham ái và lo sợ, vận dụng bi và trí ở lại trong sinh tử để cứu độ những người khổ vì vô minh. Đó là kết quả của sự liễu ngộ Tính Không. (Tức là thành tựu lợi lạc bất khả tư nghì cho kẻ khác bằng cách giải thoát chúng ra khỏi hai cực đoan là tham vui và sợ khổ sinh tử.)*
53. Chớ nên vì không hiểu Tính không rồi tùy tiện bài bác chê bai, mà nên dứt nghi hoặc, tu tập Tính

không một cách như lý.

54. Tính Không có thể chữa trị hai chứng ngại là phiền não chướng và sở tri chướng. Thế thì sao những người mong muốn nhanh chóng thành Phật không chịu thiền quán về Không?
55. *(Phản đối: Tôi không muốn thiền quán về Không, vì nó làm tôi sợ hãi. Trả lời:)* Chấp thật hữu mới phát sinh đau khổ, ấy mới là đáng sợ. Nhưng tại sao lại sợ thiền quán Tính Không, khi nó làm lắng dịu mọi khổ đau?
56. Nếu thực có một bản ngã, thì còn có lý để sợ một đối tượng nào đó, nhưng vì không có một cái ngã như vậy, thì ai ở đây mà sợ hãi?
57. Răng, tóc và móng không phải ngã, ngã cũng không là xương hay máu; đàm, mũi nước, mật, thịt.
58. Ngã không là mỡ, mô hôi, phổi, gan hay bất cứ nội tạng nào, cũng không là phân hay tiểu.
59. Thịt, da không là ngã, hơi ẩm, mạch, khí, không phải ngã; trăm lỗ hồng trong cơ thể cũng vậy; sáu thức đều không là ngã. (Lý do là vì cả sáu loại tâm lý đều vô thường, đa dạng, không độc lập.)
60. *(Phá Số luận:)* (là một học thuyết phi Phật giáo do Rishi Kapila thành lập vào Ấn độ thời cổ, tin rằng mọi hiện tượng - trừ cái Ngã trường cửu bất biến - được tạo thành từ một thân ngã Prakrti hay là thực chất tối sơ thấm khắp mọi sự. Khi tiếp xúc với thực chất này, thì một loạt những biểu hiện như tri thức, cảm quan và đối tượng cảm giác phát xuất từ đây và

được cái ngã cảm thọ. Thực chất tối sơ là một chất liệu trường cửu, phổ biến tạo nên mọi sự và là bản chất của các pháp trong thế giới kinh nghiệm. Ngã là nguyên lý tâm bất biến trở nên liên kết với ngoại giới do sự đồng nhất sai lầm của nó với biểu hiện của thực chất tối sơ.) (TQ:) Nếu thanh thức là thường trú, thì đáng lẽ phải luôn luôn nghe, (dù khi không có âm thanh. Nhưng vì thanh thức tùy thuộc vào âm thanh,) nếu không có âm thanh làm đối tượng, thì vì lý do gì (và do nhận thức đối tượng gì) mà nó được gọi là thanh thức?

61. Nếu khi không có thức (về âm thanh) mà vẫn có thể biết được (âm thanh), thì một khúc gỗ cũng biết (nghe tiếng). Bởi thế, ta có thể khẳng định rằng nếu không có đối tượng, thì cũng không có cái biết.
62. (Số luận: Khi không có âm thanh, thì cái thường ngã lại biết về sắc.TQ:) Nếu thế thì, tại sao lúc đó (cái thức biết về sắc) lại không nghe? (Số luận: Vì lúc đó không có âm thanh gần kề. TQ:) Nếu bảo không có âm thanh gần kề, thì nên biết lúc đó thức (về thanh) cũng không.
63. (Số luận: Lúc đó thức biết thanh chuyển ra biết sắc. TQ:) Nhận thức về thanh làm sao thành nhận thức về sắc được? (Số luận:) Như người thành (con đối với) cha, (thành cha đối với) con. (TQ: Một người vừa là cha vừa là con) thế là giả danh, không chân thực.
64. Ba đức ưu, hi, ám (nguyên lý thực hữu tạo nên mọi sự vật theo Số luận: rajah đây dịch là ưu, sattva dịch là hi và tamah dịch là ám. Có nhiều cách dịch khác.) thì không thể là cha hay con được. Ngoài ra, ba đức ấy không hẳn có tính chất nhận thức âm

thanh, vì (trong ba đức) ta chưa từng thấy tính chất ấy.

65. (Số luận: Như một diễn viên đóng nhiều vai, cái thức về thanh cũng làm vai trò biệt sắc. TQ:) Nếu được thấy dưới nhiều trạng thái khác nhau như vậy, thì thức không thể là trường cửu, (vì nó cứ tiếp tục biến thành cái khác mãi. Số luận: Mặc dù thức xuất hiện theo nhiều cách, bản chất nó vẫn là một và trường cửu. TQ:) Nếu là nhất thể mà đa dạng, thì điều ấy chưa từng có. (Ông chưa từng xác nhận một sự đồng nhất nào về bản chất như thế trước đây.)
66. (Số luận: Thức xuất hiện theo nhiều cách khác nhau, và mặc dù những sắc thái khác nhau ấy không thực, song bản chất của chúng thì đồng nhất và thực hữu. TQ:) Nếu các sắc thái khác nhau là phi chân, thì bản chất (đồng nhất và chân thực) là cái gì vậy? (Số luận: Chính cái thức. TQ:) Nếu thức là bản chất đồng nhất và thực hữu, thì (hóa ra) tất cả chúng sinh thành một.
67. Hơn nữa, (như thế thì cái ngã có ý hay thân thức) hữu tâm và (tự tính) vô tâm (tức nguyên lý tối sơ không có ý) cũng là một, vì cùng là trường tồn, thực hữu. (Nhưng) khi những hình thái khác nhau của nó (nhận thức về thanh, sắc vân vân...) đã là vọng, thì làm sao chúng lại có cùng một chỗ nương chân thực (là một cái thức? Không thể có chuyện khía cạnh chung là thực còn các khía cạnh riêng thì lại giả.)
68. (Naiyayika, thường kiến, chấp nhận có một pháp trường cửu bất khả phân trong bản thể con người gọi là tự ngã. Tự ngã này có thể kinh nghiệm các đối tượng vì nó có một tâm thức riêng.) (TQ: Hơn nữa, một pháp) vô tâm cũng không thể là ngã (kinh

nghiệm các đối tượng,) vì vô tâm thì cũng như cái bình. (Thường kiến: Mặc dù bản chất là vô tri,) khi có đối tượng thì tâm bèn có hay biết. (TQ: Điều này phi lý, vì khi một tự ngã, mà bản chất là vô tri,) trở thành hay biết (về sự vật), thì (cái ngã) vô tri diệt mất (không trường cửu như ông chủ trương.)

69. Nếu ngã là thường hằng bất biến, thì tâm có ích gì đối với nó? Nếu (ngã) vô tri, lia các tác dụng (không ảnh hưởng gì trên cái tâm hay thay đổi và có hiểu biết), thì hư không cũng là ngã vậy.

70. (Hỏi:) Nếu ngã không thật có, thì tương quan giữa nghiệp và quả thành phi lý. (Thuyết nhân quả cho rằng người tạo nghiệp phải chịu hậu quả của các nghiệp mình đã làm, không thể đứng vững, vì) nghiệp tạo xong đã diệt mất, còn ai chịu hậu quả của nghiệp?

71. (Đáp: Căn bản để) tạo nghiệp và thọ quả (tức năm uẩn đời này, và các uẩn sẽ thọ quả dị thực về sau), là (những trạng thái hiện hữu) khác nhau, vào lúc thọ báo thì người tạo nghiệp đã mất. Điều này cả ông lẫn tôi đều xác nhận, (khi ông chủ trương có ngã trường cửu không chịu quả báo, và chúng tôi chủ trương vô ngã, không có người tạo nghiệp cũng không có người chịu quả báo,) vậy thì còn gì để tranh luận về điểm ấy?

72. (Bác: Nhưng còn về những nghiệp hiện báo thì sao? Chúng không có các uẩn khác nhau, những căn bản tạo nghiệp và thọ quả. Đáp: Tuy thế,) trong lúc gieo nhân, không thể nào đồng thời thấy được quả; (cũng như cha và con không thể sinh ra một lượt. Bác: Nhưng trong kinh có nói: "Làm sao người này tạo nghiệp mà một kẻ khác lại thọ hưởng quả báo của

nghiệp? Hỡi các tỷ kheo, các nghiệp người đã tạo và tích lũy sẽ không chín trên những pháp khác như là địa đại bên ngoài, mà chín ngay trên các uẩn tương lai do tâm người chấp thủ, nghĩa là) Phật dạy trên cùng một tương tục ấy, người gây nghiệp phải chịu (quả báo. Vậy phải chăng ông nói trái lời kinh, theo đó thì ai làm nấy chịu? Đáp: Lời kinh phải được giải thích như sau: Phật khi xét đến dòng tương tục của một người, đã dạy ai làm nấy chịu để ngăn người ấy chối bỏ định luật nhân quả. Nhưng kỳ thực không vậy, vì không có một cái ngã trường cửu. (Hỏi:) Nhưng tại sao không có ngã trường cửu?)

73. *(Đáp:)* Tâm quá khứ tâm vị lai đều không, nên không phải ngã. Nếu tâm sinh khởi trong hiện tại là ngã, thì khi nó diệt ngã cũng mất luôn.
74. *(Với luận cứ này, cả năm uẩn đều không phải là ngã, chỉ) như thân cây chuối khi được lột ra từng bẹ thì không còn gì. Cũng vậy, dùng tuệ quán để tra tìm ngã thì sẽ thấy nó không thật. (Không có một cái ngã nào trong năm uẩn.)*
75. *(Hỏi:)* Nếu hữu tình không thực có, thì khởi tâm thương xót ai? *(Đáp:)* Người lập thế thành Phật chỉ vì ngu si nên giả lập ra chuyện hư huyền đó.
76. *(Hỏi:)* Nhưng nếu không người (nếu hữu tình không thực có), thì ai chứng quả? *(Đáp: Đúng thế, theo chân lý tối hậu, quả thực không có chúng sinh, không có đại bi và kết quả, nhưng về mặt giả danh,) do cái tâm còn si mà thấy có đặc có chứng. Nhưng vì muốn dứt khổ cho chúng sinh, không nên từ bỏ sự ngu si ấy.*

77. (Bác: Vì tâm đại bi đã là một tâm trạng chủ quan thấy các pháp một cách sai lạc, một tâm thức mê mờ về các pháp, đương nhiên cũng đáng bỏ như bỏ tâm mê muội về bản ngã. Đáp: Cái cần bỏ trước hết là ngã mạn, vì) Ngã mạn là cái nhân của thống khổ, khiến cho sự mê muội về ngã càng tăng. Nếu ông bảo không thể trừ được (ngã mạn), thì quán vô ngã là cách tốt nhất.
78. Thân thể không là bàn chân; đùi, vế, eo, bụng, lưng, ngực, vai vắn vắn... cũng chẳng phải thân.
79. Xương sườn, bàn tay không phải thân thể; nách, gáy, các nội tạng không phải thân thể, đầu cổ đều không phải thân thể. Vậy trong đây có cái gì thực sự là thân?
80. Nếu nói thân thể ở trong mọi thành phần và ở cùng khắp mọi phương hướng (thì sai, vì) mỗi phần đều ở vị trí riêng của nó, còn cái thân ở chỗ nào?
81. Và nếu toàn bộ cái thân ta ở trong mỗi phần tử như bàn tay vắn vắn..., thì có bao nhiêu phần tử phải có bấy nhiêu thân.
82. Nếu thực sự không một thân thể nào hiện hữu bên ngoài hay bên trong (các thân phần), thì làm sao bàn tay vắn vắn lại có một cái thân được? Ngoài tay vắn vắn... không có vật gì khác, thì làm sao có thân thể kia?
83. Vậy, thân thể không thực hữu, nhưng vì ngu mê mà khởi lên cái thấy sai lầm, chấp tay chân vắn vắn... là thân thể. Cũng như (trong bóng tối) nhân đồng đá hình dạng đặc biệt mà thấy thành con người.

84. Như đồng đá vẫn còn trông như người bao lâu những điều kiện (*duyên*) còn nhóm họp để làm phát sinh sự nhâm lẫn ấy, cũng thế bao lâu tay chân vẫn vẫn còn, thì còn thấy dường như thực có một cái thân.
85. Cũng thế, vì các ngón còn tụ tội mà thành bàn tay (*vân vân...*), chứ bàn tay (*vân vân...*) là cái gì ? Các vật họp thành (*bàn tay v.v.*) này lại cũng là một tập hợp (*các yếu tố khác nữa, như lông, đốt*). Tập hợp này cũng (*không thực hữu, vì*) còn có thể chia chẻ thành những phần tử.
86. Cũng vậy, khi các phần tử này được chia chẻ cho đến thành những vi trần (*hạt nguyên tử*), và hạt được chia thành phương phần, thì những phương hướng này được thấy là không thực sự tồn tại, như hư không.
87. Bởi thế, người có trí nào lại còn tham cái thân như mộng ảo này? Cái thân đã không thực có, thì làm gì có tướng nam hay nữ?
88. (TQ:) Nếu khổ thọ là thật, thì tại sao (*cũng có lúc*) hết sức vui? Nếu lạc thọ là thực, thì tại sao những người quá lo sầu khổ não (*về tâm và thân*) không thích thú gì dù được (*thực phẩm hay những thứ*) ngọt bùi?
89. Nếu bảo vì khổ đau càng liệt nên không cảm nhận được lạc thọ, (*thì không đúng.*) Vì cái gì chưa được thấu nhận (*vào thân tâm, chưa trải nghiệm*) thì làm sao gọi là thọ được?

90. (*Đáp:*) Nó vẫn là một cảm thọ, như trong khi rất vui vẫn còn có khổ thọ vi tế. Không phải cái vui lớn đã trừ khử sự khổ tương đối nhỏ sao? Khổ vi tế này cũng thuộc loại vui nhỏ. (*TQ:*) Nếu vậy nó thành ra lạc, đâu còn gọi là khổ?
91. Nếu bảo khổ thọ không thể sinh (*nơi tâm người nào*) vì (*trong tâm ấy*) đang khởi lên pháp ngược lại, thì điều này thực không đứng vững. (*Xem một cái gì chưa xảy ra*) là cảm thọ không phải là chấp trước sai lầm sao?
92. Bởi thế, (*muốn trừ diệt sai lầm ấy*), cần đào luyện quán tuệ thấy rõ tính phi thực của các pháp. Trong thừa ruộng tốt của quán tuệ sẽ có thức ăn nuôi lớn trí tuệ thiên giả.
93. (*Tiếp theo là bác bỏ sự phi thực của xúc, nhân của thọ. Trong ba đoạn đầu, từ 93 đến 95, luận cứ được chĩa vào những người chủ trương có các hạt nguyên tử không thể phân chia. TQ:*) Nếu ở giữa căn và trần cảnh (*ví dụ mắt và sắc*) có khoảng cách, thì làm sao hai cái có thể gặp nhau? Nhưng nếu không có khoảng cách, thì căn trần thành một, còn cái gì gặp gỡ cái gì?
94. Vi trần với vi trần (*nghĩa là những hạt nguyên tử không phân chia thuộc căn như mắt và hạt thuộc cảnh như sắc,*) không thể thâm nhập lẫn nhau vì giữa chúng không có khoảng cách, và vì chúng có kích thước bằng nhau. Không vào trong nhau thì không thể hòa hợp được, và không hòa hợp thì không thể gặp nhau.
95. Nhưng nếu nói một hạt này gặp hạt kia ở một phía nào đó, thì thực vô lý khi đã chủ trương thực có

những hạt không thể phân chia (*nghĩa là không có phía nào cả. Nếu có một phía gặp nhau được, thì thành ra hạt nguyên tử có một phía có thể gặp gỡ và một phía không thể gặp; thế đâu còn là không thể phân chia.*) Nếu ông thấy có những hạt nguyên tử không thể phân chia mà vẫn có thể gặp nhau, thì làm ơn chỉ cho xem.

96. Với ý thức không thuộc vật chất cũng vậy, bảo rằng nó có sự xúc tiếp (*với căn, thuộc vật lý*) là phi lý. Nếu bảo (*mặc dù không có sự gặp gỡ vật lý, vẫn có*) một nhóm hợp (*giữa căn, trần và thức để phát sinh nhận thức thì*) như chúng tôi đã phân tích, cái gì do nhóm hợp mà thành thì cũng không thật.
97. Nếu xúc đã không thực hữu, thì (*quả của nó là*) cảm thọ từ đâu sinh ra? Cần gì phải nhọc sức theo đuổi (*lạc thọ*)? Và khổ nào làm hại người nào?
98. Khi đã thấy không thực có con người cảm thọ, và cảm thọ cũng không thật, thì tại sao tham ái (*đối với lạc thọ*) không tiêu diệt?
99. Tất cả những gì được thấy, được chạm xúc đều không thực hữu, bản chất như huyễn như mộng. Cảm thọ là một tâm sở khởi lên đồng thời với tâm, nên tâm không thể thấy nó (*một cách khách quan.*)
100. Một niệm sinh sau chỉ có thể nhớ lại (*các tâm về trước, và mong ước các cảm thọ về sau*), nhưng không thể trải nghiệm bản thân cảm thọ hiện tiền (*vì chúng hoặc đã diệt hoặc chưa sinh.*) Cảm thọ không thể tự trải nghiệm chính nó, cái khác cũng không thể kinh nghiệm cảm thọ.
101. Do vậy, không thực có người kinh nghiệm các cảm

thọ và cũng không thực có các cảm thọ. Vậy làm sao cái cảm thọ huyền hóa đó có thể làm hại các uẩn vô ngã này?

102. Tâm ý không ở trong căn như mắt, không ở nơi đối tượng như sắc, cũng không ở giữa hai thứ ấy. Nó không ở trong hay ngoài (*thân thể*), hay bất cứ chỗ nào khác.
103. Tâm này không phải thân thể cũng không khác thân thể; nó không lẫn với thân cũng không lia thân. Vì nó tuyệt đối không thực hữu, nên bản chất hữu tình vốn đã là niết bàn tịch diệt.
104. Nếu lia cảnh vẫn có các thức, (*nếu các thức có trước các đối tượng của chúng*), thì thức sinh do cái gì? Nếu thức cùng sinh một lượt với cảnh (*đối tượng*), thì nó đã sinh rồi sao còn đợi duyên (*cảnh*)?
105. Nếu sau khi cảnh sinh thức mới sinh (*thức sinh sau đối tượng*), thì (*khi thức sinh cảnh đã diệt*), thức duyên cái gì để sinh ? Vậy cho nên cần biết rằng, không thực có sự sinh khởi các pháp.
106. (*Bác:*) Nếu (*các pháp vốn không sinh, nghĩa là*) không có tục đế, làm sao có hai sự thật (*trong truyền thống Trung quán*)? Nếu tục đế chỉ do đối phương chấp thực hữu mà lập ra, thì hữu tình làm sao đạt Niết bàn? (*Dù có người đạt, Niết bàn ấy cũng bị kể khác cho là tục đế, có sinh diệt. TQ: Thật có cái Vô sinh (niết bàn), nhưng người không hiểu biết có thể xem Niết bàn là có sinh diệt. Nhưng không phải vì tà kiến cho rằng Niết bàn là tục đế, mà Niết bàn không hiện hữu. Không thể vì sự mê lầm của người mà sự thật trở thành giả dối.*)

107. (TQ:) Tục đế ấy chỉ là phân biệt của người khác (*chưa ra khỏi phiền não*), không phải tục đế mà chúng tôi muốn nói. Sau (*khi liễu ngộ các pháp không tự tính, có thể dùng cái biết chính xác để*) quyết định (*là Niết bàn*) hiện hữu, (*thì khi ấy Niết bàn sẽ hiện hữu như thế tục hữu.*) Nhưng vì quan niệm sai lầm này không hiện hữu trong tâm người đã chứng Niết bàn, nên Niết bàn không phải tục đế.
108. (Bác:) Vì tâm năng quán và đối tượng bị quán phụ thuộc lẫn nhau mà tồn tại, (*nên nếu đối tượng không thì tâm cũng không, và sự phân tích của ông vô lý.*) TQ: *Đúng, đối tượng không thực nên tâm cũng không thực; nhưng điều ấy không khiến cho sự phân tích thành vô lý.*) Tất cả sự quán sát phân tích đều nương vào tên gọi và nhận thức của thế gian (*tức tục đế; còn trên phương diện chân đế, thì tâm cũng không thực.*)
109. Nếu cần một tâm khác để phân tích cái tâm phân tích Tính không kia, thì tâm ấy cũng lại phải được phân tích bằng một tâm khác nữa. Quá trình này sẽ không bao giờ chấm dứt, (*nên mục tiêu căn để của sự phân tích là thấy được Tính không, sẽ không bao giờ được xác định.*)
110. Khi đối tượng của sự phân tích đã được hiểu rõ (*và được xác lập là trống rỗng*), thì cái tâm phân tích không còn nương vào cái gì để tồn tại. Vì không đối tượng nên tâm cũng không sinh, đây chính là Niết bàn.
111. Những người (*phái duy thực*) chủ trương tâm và cảnh đều thực có, lập trường họ rất khó đứng vững. Nếu cảnh là do thức mà có, thì thức do cái gì mà có?

112. Nếu thức do cảnh mà có, thì cảnh do đâu mà có?
Tâm và cảnh đã đối đãi nhau mà tồn tại, thì đương nhiên cả hai đều không thực hữu.
113. Như không có con thì không được gọi là cha; không cha thì con từ đâu sinh? Trong cả hai trường hợp, đều không thể có cha con gì cả. Cũng tương tự, tâm và cảnh đều không thực hữu.
114. *(Duy thức: Trái lại, nhờ tùy thuộc mà ta có thể xác định sự vật là thực có.)* Ví dụ, do mầm cây phát sinh từ hạt giống mà ta có thể hiểu thực có hạt giống. Cũng vậy, từ tâm thức do cảnh (*đối tượng*) sinh, ta biết thực có cảnh.
115. *(TQ: Đấy không phải cùng một chuyện.)* Nương vào một tâm thức khác với mầm cây để thấy biết mầm cây mà suy ra hạt giống; nhưng khi tâm biết cảnh, thì căn cứ vào cái gì để biết có tâm?
116. *(Phái Vô nhân chủ trương rằng tất cả pháp không do nhân gì sinh ra, họ bảo: "Mọi sự vật, như mặt trời mọc, nước chảy xuống núi, hạt đậu tròn, gai nhọn và lông đuôi con công không do ai làm ra cả, chúng tự nhiên sinh." TQ: Nói vậy là không thể chấp nhận được, vì) Người thế gian cũng có thể thấy rõ mọi sự vật đều có nguyên nhân, như rễ, cọng hoa sen đều do các nhân khác nhau sinh ra.*
117. *(Hỏi:)* Ai làm ra sự sai khác giữa các nhân như vậy?
(Đáp:) Ấy là do sự sai khác của những nhân trước nữa. *(Hỏi:)* Nhưng vì sao nhân lại sinh quả? *(Đáp:)* Điều này là do năng lực của một nhân trước đây.
118. *(Thường luận tin rằng mọi sự do thân Tự tại sinh ra,*

vị này có năm đức là thiêng liêng, trong sạch, đáng kính, trường cửu, độc nhất và là sáng tạo chủ của mọi sự.TQ:) Nếu ông cho thần Tự tại là nhân của vạn sự vạn vật, thì làm ơn cho biết thần Tự tại thiên là ai vậy? (Thường luận: Ngài là các đại chủng đất, nước, lửa, không khí và không gian. TQ:) Quả thực các yếu tố ấy là nhân của mọi sự được sinh thành, nhưng cần gì phải chấp cái tên (Tự tại thiên)?

119. Lại nữa, các đại chủng (đất, nước...) đều vô thường, (nhiều loại), trơ lì, không có gì linh thiêng, là vật không sạch thường bị dẫm đạp, chắc chắn không thể là trời thần gì cả.
120. Không gian cũng thế, không phải Tự tại vì nó bất động, ngã cũng không phải tự tại, vì điều này đã được bác bỏ rồi. Nếu nói (đáng ấy) không thể nghĩ bàn, thì nói tới ông để làm gì?
121. Hơn nữa, (làm ơn cho biết) thần Tự tại ấy sản sinh ra những quả gì ? (Thường kiến:) Ngài tạo ra tự ngã, các đại chủng và sự tương tục của chính ngài. (TQ:) Nhưng không phải đại chủng là trường cửu sao? (Nếu bây giờ lại nói chúng được tạo, thì thành mâu thuẫn.) Thức tâm (không được tạo bởi thần Tự tại; một phần của nó) khởi lên từ những đối tượng sở tri.
122. Và (phần kia, bản chất thuần túy của nó), thì do nghiệp từ vô thủy. Nếu nói nhân (trời Tự tại) không có khởi thủy, thì sao quả (mọi sự vật) lại có bắt đầu?
123. Đã là Tự tại thiên thì không nương vào vật gì khác, vậy sao không thường sáng tạo (mọi sự vật) đi ? Nếu bảo tuy tự tại, song cũng cần duyên; thì duyên ấy do đâu mà có, (khi tất cả đều do thần tạo)?

124. Nếu nương các duyên nhóm họp mà sinh, thì nhân sinh ra mọi sự vật chính là sự nhóm họp ấy chứ không phải trời. Nhân duyên tụ hội thì nhất định sinh quả, không tụ thì không có năng lực sinh ra quả.
125. Nếu mọi sự vật không do ý muốn của trời Tự tại sinh, thì phải do năng lực (*nhân duyên*) khác sinh. Ngược lại, nếu do ý muốn của trời mới thành, thì vị vô thường, khi muốn vậy khi muốn khác.
126. (*Thắng luận chủ trương*) vi trần là nhân thường hằng tạo nên muôn vật, thuyết này đã bị bác trên đây (*hạt vi trần cũng không thực hữu*). Số luận cho rằng có một chủ thể trường cửu là nhân tạo nên chúng sinh.
127. Chủ thể ấy là trạng thái quân bình của ba đức (*S. triguna*) lạc (*sattva*), ưu (*raja*) và ám (*tama*), ba đức ấy mất quân bình thì biến thành chúng sinh.
128. Một thể mà có ba tính là điều phi lý, nên chủ thể ấy cũng không tồn tại. Cũng vậy, ba đức không thực có, vì (*theo Số luận, cái gì có ra cũng lại phải đủ ba đức*) mỗi cái lại phải gồm ba.
129. Nếu không thực có ba đức (*nguyên chất*) thì (*những gì được tạo thành như*) thanh (*sắc, vân vân...*) vĩnh viễn không được nghe (*thấy, vân vân...*). Lại nữa những vật vô tâm như y phục vân vân cũng không có gì là lạc (*khổ, vv. nghĩa là ba đức*).
130. (*Số luận:*) Những vật ấy (*như y phục vân vân...*) có đủ bản chất như nhân của chúng (*là lạc, khổ...*).

Nhưng điều này không phải đã bàn qua rồi đây sao? (Như trên đã nói, vạn pháp như thân thể, y phục vân vân... không gì là thực hữu). Lại nữa theo Số luận, nhân (các pháp) có ba đức, (nhưng) ba đức ấy không sinh ra (vật chất như vải vóc,) y phục.

131. (Ngược lại, theo tục thì chính y phục sinh lạc khổ.) Nhưng nếu vải (y phục, v.v.) cái nhân sinh ra lạc khổ vân vân... (đã được phân tích) là không, thì (quả của nó là) lạc (vân vân...) cũng không. Kết luận, tính thường hằng của ba đức (mà Số luận chủ trương) hoàn toàn không thể có.
132. Nếu lạc vân vân... là thường hằng, thì tại sao không có lạc nào trong lúc đau khổ? Ông bảo rằng lúc ấy lạc bị suy giảm; nhưng (một cái đã được ông cho là thường hằng thì) tại sao lại có lúc mạnh lúc yếu?
133. Một thứ lạc (khổ, v.v. có thể) từ bỏ tình trạng thô (cường liệt) để chuyển thành vi tế (yếu ớt) như vậy, thì đương nhiên là vô thường. Sao không thừa nhận tất cả pháp (hữu vi) là vô thường đi?
134. (Số luận cãi: Mặc dù các trạng thái thô và tế của lạc là vô thường, nhưng bản chất của lạc là thường hằng. TQ:) Những trạng thái thô (tế, v.v... ấy của lạc) không khác gì với (bản thân của) lạc (tướng và tính không hai); nên hiển nhiên lạc là vô thường. Ông cho rằng từ cái nhân là không, thì không thể sinh ra cái gì cả.
135. Tuy ông không nhận (quả) rõ rệt được sinh ra, (nhưng lại nhận rằng quả ấy) tồn tại (ẩn tàng trong nhân). Nếu trong nhân mà có quả, thì ăn thực phẩm cũng thành ăn đồ bất tịnh.

136. Và ông nên mua và mặc những hột bông vải thay vì mua vải mặc. (*Số luận: Mặc dù sự vật quả tình hiện hữu theo cách ấy, người mê trên thế gian không mặc hột bông vải, vì họ không thấy y phục trong những hột bông vải. TQ: Nhưng ngay cả Kapila nhà sáng lập truyền thống Số luận, mà ông cho là Bậc thầy chân lý, cũng mặc y phục chứ đâu có mặc hột bông vải.*) Ông bảo kẻ ngu chưa khai ngộ không thấy điều này (*quả trong nhân*), nhưng những gì mà bậc (tổ sư Số luận) thấy biết chân lý đã lập ra,
137. Thì đáng lẽ người thế gian cũng nên biết qua mới phải. Tại sao họ không thấy quả (*trong nhân*)? Nếu cái thấy của họ không đúng lý, thì những gì họ thấy biết đều không chân thật.
138. (*Số luận:*) Nếu (*theo Trung quán*), mọi nhận thức đều vô giá trị (*sai, phi lượng*), thì kết quả nhận thức (*của Trung quán, là Tính không*) không phải cũng sai hay sao? Bởi thế sự tu tập Tính không của các ông đương nhiên là sai lầm.
139. (*TQ:*) Khi chưa thấy rõ sự thật là có sự bày đặt (*hu cấu*) của vô minh, thì không thể xem sự thật ấy là không có. (*Nhưng khi nào*) sự thấy thật có (*các pháp*) đã được nhận ra là vọng, thì ngay cả ý niệm "không gì thực hữu" cũng giả lập mà thôi. (*Bản Anh và Pháp dịch đoạn này như sau: Nếu không nhận ra tính thực hữu mà tâm đã gán cho sự vật, thì ta sẽ không nắm được tính phi thực, tính không của nó. Như chưa nghĩ đến đứa con của một phụ nữ vô sinh thì ta không thể xét đến cái chết của nó. Và vì tính phi thực tùy thuộc vào thực hữu, nên sự phủ nhận cái thấy thực hữu cũng là giả lập. Dù sao, sự quán tính không là hợp lý vì nó chứa trị sự chấp hữu.*)

140. Ví dụ, mộng thấy con chết, rồi nhớ lại mình chẳng có đứa con nào; ý nghĩ của người chiêm bao về sự không con có thể khiến cho ý nghĩ có con chấm dứt. *(Mặc dù ý nghĩ về sự phi hữu của đứa con là giả, vẫn có thể nhờ đấy mà từ bỏ ý nghĩ thật có đứa con.)*
141. Khi phân tích như vậy, thì không thấy một sự vật vô thường nào có ra mà không có nguyên nhân; cũng không thấy một nhân duyên riêng lẻ nào, hay một tập hợp nhân duyên nào *(đã hiện hữu từ khởi thủy, nghĩa là không có nguyên nhân đầu tiên.)*
142. *(Các pháp ngoài nhân duyên ra)* cũng không sinh từ cái gì khác *(không từ đâu đến)*, không ở lại, không đi về đâu. Cái gì đã do tâm mê muội ngu si chấp là thật hữu, thì có khác gì với vật huyễn?
143. Những vật được làm xuất hiện do huyễn thuật *(như voi, ngựa)* và do nhân duyên *(như sắc pháp vân vân...)*, phải được quán xét kỹ *(lúc sinh)* chúng từ đâu đến, và *(lúc diệt)* cuối cùng chúng đi đâu?
144. Khi còn nhân duyên tụ hội thì thấy có các vật; hết nhân duyên thì hết thấy. *(Vì là một sản phẩm của nhân và duyên như thế, nên mọi sự)* giả dối hư ngụy như bóng trong gương, đâu có vật gì tồn tại chân thật?
145. *(Bác thuyết hữu nhân, vô nhân:)* Nếu các pháp thực sự đã hiện hữu thì cần gì tìm nhân. Nếu các pháp vốn không, thì cũng đâu cần tìm nguyên nhân của chúng?
146. Dù ức vạn nhân cũng không thể biến đổi một cái không thành cái có. Nếu cái Vô giữ nguyên trạng

(*vô trường cứu*) thì làm sao biến thành hữu được. Nếu Vô (*mất nguyên trạng nó*), thì cái gì (*có thể tách ra từ không để*) trở thành hữu?

147. Nếu vào lúc ở trạng thái Vô không có Hữu, thì lúc nào mới thành Hữu? Khi Hữu chưa sinh thì nó chưa tách khỏi Vô.
148. Nếu chưa tách khỏi Vô, thì không có cơ hội nào để cho Hữu khởi lên. (*Ngược lại,*) Hữu cũng không trở thành Vô được, vì như vậy thành ra nó có hai tính chất (*vừa hữu vừa vô*).
149. (*Như vậy,*) diệt không có thực chất của diệt (*hay không*), hữu (*hay sinh*) cũng không có thực chất của sinh. Cho nên tất cả chúng sinh rốt ráo không sinh diệt.
150. Khi quán sát kỹ (*thì thấy*) chúng sinh chỉ như huyễn, như mộng, như cây chuối. (*Chúng không hiện hữu thực thụ*), nên Niết bàn với không Niết bàn, thực chất không khác nhau. Trong Không, có gì để được và có gì để mất? Ai là người kính lễ tôi hay phi báng tôi?
151. Vậy nên trong Không, làm gì có được và mất? Ai là người cung kính ta? Ai là người khinh miệt ta?
152. Đau khổ và hạnh phúc xuất phát từ đâu? Có gì để vui, có gì để lo buồn? Trong bản chất tối hậu, ai là người tham ái, và có gì để tham?
153. Xét kỹ trên nhân thế, ai sắp đi khỏi cuộc đời này? Ai đã sinh ra, ai sẽ sinh ra? Bằng hữu thân quyến thực chất là gì?

154. (*Hỡi người đi tìm sự thật*), xin hãy cùng tôi nhận chân rằng vạn sự như hư không. Những người đi tìm hạnh phúc do đấu tranh mà sinh ra những vui buồn tán loạn.
155. Họ chỉ có chuốc lấy những lo khổ, cãi cọ nhau, đâm chém, giết hại nhau, và do tạo tội mà phải bị đọa vào những cảnh sinh hoạt khổ cùng.
156. Mặc dù đôi khi được sinh vào cõi lành, thụ hưởng nhiều hạnh phúc và lạc thú; nhưng khi chết họ lại rơi vào đọa xứ, trong một thời gian dài chịu những khổ khó nhằn.
157. Ba cõi thật là nơi có quá nhiều nguy hiểm. Người không hiểu biết chân lý tối hậu đưa đến giải thoát thì chẳng khác nào bị cột trói vào đá. Hơn nữa, mê (*thấy thực hữu*) và ngộ (*liễu tri Tánh không*) trái ngược nhau. Nếu còn ở trong sinh tử, thì ta vẫn không nhận ra được chân lý tối hậu này.
158. Ta sẽ tiếp tục trải qua những thống khổ khó kham, vô biên như biển lớn. Khổ thì nhiều mà năng lực thiện hành quá yếu, mạng sống lại ngắn ngủi.
159. Ta lại phải vì thân mạng mà miễn cưỡng chịu đói khát, mệt nhọc, thống khổ; chỉ quan tâm đến ăn ngủ; bị kẻ khác làm hại, giao du với kẻ ác và làm những chuyện vô nghĩa.
160. Một đời sống vô nghĩa trôi qua thật nhanh chóng. Thật vô cùng khó để có được tuệ quán về tính Không. Trong đời này có phương pháp nào để trừ diệt cái thói quen tán loạn?

161. Ác ma lại đang nỗ lực dẫn dụ chúng ta rơi vào những cõi bất hạnh lớn lao. Ngày nay có nhiều tà đạo, và thực khó mà vượt qua những hoài nghi về chánh pháp.
162. Thực khó mà được lại (*thân người*) nhân rồi. Phạt ra đời lại càng khó gặp. Dòng sông mê không dễ dứt. Than ôi, hữu tình sẽ tiếp tục đau khổ mà thôi.
163. Ôi quả đáng thương xót hữu tình đang trôi giạt trong dòng sông mê, (*tuy rơi vào*) thống khổ cùng cực như thế, mà do ngu si chúng vẫn hoàn toàn không ý thức.
164. Như có kẻ (*tu khổ hạnh*) thường xuyên tắm gội, có kẻ lao vào lửa; dù phải chịu nhiều đau đớn như vậy chúng vẫn tự hào, cho là hạnh phúc.
165. Cũng có những chúng sinh sống như thể chúng không bao giờ già chết. Trước hết chúng bị tử thần đoạt mạng sống, sau đó lại đọa vào các ác đạo, chịu các thống khổ.
166. Đến bao giờ tôi mới có thể dập tắt đồng lửa khổ cho chúng sinh, bằng trận mưa an lạc trút xuống từ những đám mây công đức tôi đã tích lũy?
167. Bao giờ tôi mới có thể vận dụng cái tâm rộng rang vô ngại - nhờ cung kính tích tập công đức - để khai thị Không tính cho những chúng sinh (*đau khổ vì*) chấp hữu?

Chương mười

HỒI HƯỚNG

1. Có bao nhiêu phước lành phát sinh do tạo (và dịch) luận Nhập bồ tát hạnh này, tôi đều hướng về chúng sinh, nguyện cho tất cả đều đi vào đường đi của Bồ tát.
2. Nguyện nhờ phước của tôi mà những chúng sinh đang bị thân bệnh tâm bệnh ở khắp nơi, được niềm vui như biển lớn.
3. Nguyện cho họ không bao giờ hết an vui trong suốt quá trình sinh tử luân hồi. Nguyện cho họ được hạnh phúc như Bồ tát, liên tục không gián đoạn.
4. Nguyện cho hữu tình trong các cõi địa ngục ở khắp nơi trong hoàn vũ, có được hỉ lạc vô cùng tận.
5. Nguyện cho kẻ rét trong các địa ngục băng lạnh được hơi ấm. Nguyện cho đám mây công đức do Bồ tát hạnh tích tụ phước và trí, sẽ thành mưa cam lồ giáng xuống làm mát dịu nỗi khổ nóng bức của hữu tình.
6. Nguyện cho những rừng lá bằng gươm dao biến thành lạc viên trắng lệt. Nguyện cho những cây cảnh bằng giáo mác biến thành cây thỏa mãn ước mơ.
7. Nguyện cho địa ngục biến thành vườn chơi được trang hoàng bằng những hồ sen thơm ngát, với những chim thiên nga, chim nhạn vang tiếng hót êm tai.
8. Nguyện cho địa ngục lửa đốt biến thành đồng châu báu, nguyện cho nền sắt nóng địa ngục biến thành

thủy tinh. Nguyên cho những địa ngục Núi ép biển thành những điện thờ Phật.

9. Nguyên cho những binh khí, đá lửa trong địa ngục đều biến thành những trận mưa hoa, và sự tương tàn tương sát biến thành trò chơi tung hoa cho nhau.
10. Nguyên cho những chúng sinh đang ngụp lặn trong địa ngục sông sắt nóng làm cho da thịt nứt nẻ lộ xương như hoa thủy tiên, nhờ phước của tôi mà được cái thân cõi trời, xuống tắm ao trời và vui chơi cùng các thiên nữ.
11. Nguyên cho những chúng sinh trong địa ngục khởi lên ý nghĩ: “Không biết vì sao mà Diêm vương và những ngục tốt trong đây bỗng dung đâm ra sợ hãi? Vị nào có cái năng lực kỳ diệu trừ diệt cho chúng ta những hắc ám, khiến tâm ta sinh vui mừng?”. Nghĩ thế rồi, chúng ngược nhìn lên hư không, thấy thần Kim Cương thủ đang đứng uy nghiêm. Nguyên cho những chúng sinh này nhờ năng lực hân hoan ấy, thường đi theo Bồ tát, xa lìa tội cũ.
12. Nguyên cho những hữu tình trong địa ngục thấy được mưa hoa cùng nước thơm từ trên trời giáng xuống rưới tắt lửa hừng địa ngục; liền cảm thấy hoan hỉ khoan khoái, tự nghĩ do đâu mà được thế này. Chúng liền ngược nhìn lên không trung và vui mừng thấy bồ tát Quan âm tay cầm hoa sen.
13. Nguyên cho hữu tình trong địa ngục mừng rỡ trông thấy đức Văn thù và kê lớn: Các bạn ơi đừng sợ hãy mau đến đây, trên đầu chúng ta có Văn thù đồng tử trần ngập ánh sáng. Ngài đã phát tâm từ bi và tâm bồ đề, có năng lực diệt trừ đau khổ, đưa chúng ta đến an vui. Ngài giải cứu chúng sinh một cách triệt

để, khiến cho tất cả sợ hãi đều tiêu tan. Còn ai muốn từ bỏ ngài?

14. “Hãy nhìn ngài ở trong cung điện vang lên những tiếng ca tụng của ngàn thiên nữ; vương miện do trăm vị trời kết thành được hiển dăng dưới bàn chân như hoa sen của ngài. Vô số hoa trời vi diệu mưa xuống trên đánh ngài, mà đôi mắt ướt đầm lệ đại bi.”
15. Lại nguyện cho chúng sinh địa ngục nhờ năng lực thiện căn của tôi mà thấy được những đám mây do năng lực vô ngại của chư Bồ tát hóa hiện ra, trút mưa thơm xuống khiến hữu tình được an vui mát mẻ. Chúng sinh địa ngục trông thấy cảnh này đều thật sự hân hoan.
16. Nguyện cho những chúng sinh cõi bàng sanh xa lìa nỗi sợ hãi mạnh ăn thịt yếu. Nguyện cho loài quý đỏi được vui như người ở châu Kuru phương Bắc.
17. Nguyện cho Tay đức thánh Quan Thế Âm liên tục rưới xuống nước cam lồ khiến cho ngựa quý được no đủ, mong chúng thường được tắm mát trong nước cam lồ của ngài.
18. Nguyện cho kẻ đui mù được thấy sắc, kẻ điếc được nghe âm thanh. Nguyện cho tất cả phụ nữ có thai đều được như Ma gia phu nhân, sinh nở không đau đớn.
19. Nguyện cho kẻ lã hình được y phục, kẻ đói được no đủ, kẻ khát được những thức uống trong sạch ngon lành.

20. Nguyên cho kẻ nghèo được tài sản, người khổ được an vui. Nguyên cho người tuyệt vọng khôi phục niềm tin kiên cố.
21. Nguyên cho hữu tình bị các bệnh khổ mau thoát khỏi bệnh tật. Nguyên cho tất cả chúng bệnh vĩnh viễn không sinh ra trên đời.
22. Nguyên cho người sợ hãi hết sợ, người bị trói buộc được cởi mở, người yếu được mạnh khỏe, nguyên cho mọi người nghĩ đến việc làm lợi ích cho nhau.
23. Nguyên cho các thương nhân khắp nơi đến đâu cũng an lạc; những lợi lộc mà họ mong cầu đều được thành tựu không mệt nhọc.
24. Nguyên cho những người đi buôn bằng thuyền tàu thỏa mãn được những gì họ mong ước, thuyền cập bến bình an, vui vẻ đoàn tụ với người thân và bằng hữu.
25. Nguyên cho những người lữ hành lạc lối may mắn gặp được bạn đồng hành, không bị nỗi sợ đạo tặc và cướp beo, đi đường bình an thuận lợi.
26. Nguyên chư thiên thiện thần giữ gìn săn sóc cho những kẻ đang gặp nạn, cùng đường, kẻ già yếu không ai giúp đỡ, kẻ ngu si điên cuồng.
27. Nguyên cho hữu tình thoát ly được tám nạn khó tu hành, mong ai nấy đều có đủ đức tin, lòng thương và trí tuệ, thực phẩm và đồ dùng phong phú, thường có khả năng nhớ những đời trước.

28. Nguyên cho chúng không tranh cãi nhau, không tổn hại nhau, ai ai cũng được tự do an hưởng tuổi trời.
29. Nguyên cho những người bạn cùng hạ tiện được sắc mặt rạng rỡ phát quang; nguyên cho những người khổ hạnh tiêu tụy được hình thể khỏe mạnh đẹp đẽ.
30. Nguyên cho những cô gái yếu đuối đều thành nam tử hảo hán; những người hàn vi được sang cả; người kiêu mạn trở thành khiêm cung.
31. Nguyên cho tất cả chúng sinh nhờ phước đức tôi mà dứt được tất cả điều ác, thường ưa thích các thiện hành.
32. Nguyên cho tất cả chúng sinh không xả tâm Bồ đề, lao vào việc làm của Bồ tát; mong sao họ được chư Phật thường dắt tay nâng đỡ, đoạn tận các nghiệp ma.
33. Nguyên cho tất cả hữu tình sống lâu không giới hạn, sống những ngày tháng vui vẻ, không nghe đến tên cái chết.
34. Nguyên cho khắp mười phương thế giới đầy những rừng cây như ý, trong đó vang lên âm thanh thuyết pháp vi diệu của chư Phật Bồ tát.
35. Nguyên cho mười phương đất đai đều bằng phẳng mềm mại như lòng tay, không có sỏi đá gai góc.
36. Nguyên cho chư Bồ tát an trú trong các hội chúng Thanh văn đang nghe Phật thuyết pháp; mỗi vị làm cho các đạo tràng ấy trở thành trang nghiêm đẹp đẽ

bằng công đức vi diệu của mình.

37. Nguyên cho tất cả hữu tình đều nghe được pháp âm bất tuyệt từ rừng cây, chim chóc, ánh sáng, hư không.
38. Nguyên cho tất cả hữu tình thường được gặp Phật, Bồ tát, đem những vật cúng dường nhiều như mây tụ lại, mà dâng cúng Phật, bậc đạo sư của tất cả chúng sinh.
39. Nguyên cho chúng sinh được trời xối xuống những cơn mưa đúng thời, để mùa màng ngũ cốc được dồi dào phong túc. Nguyên cho những nguyên thủ có lòng nhân, cai trị đúng pháp, mọi việc trên đời đều được trôi chảy nhịp nhàng.
40. Nguyên cho thuốc có công hiệu chữa bệnh mau chóng; những lời chú được ứng nghiệm; quỷ la sát và các loài ở trong không đều có tâm từ bi.
41. Nguyên cho tất cả hữu tình không còn thống khổ, người chưa tạo tội thì không bệnh tật, không sợ hãi, không bị khinh miệt, tuyệt đối không gặp chuyện không vui.
42. Nguyên cho các già lam tự viện nhờ đọc tụng kinh điển mà được hưng thịnh, tăng chúng hòa hợp, việc của tăng đều thành tựu viên mãn.
43. Nguyên cho những tỳ kheo muốn tu học đều được ở chốn núi rừng, đoạn trừ tán loạn, thân tâm khinh an để tu hành tất cả thiện pháp.
44. Nguyên cho những tỳ kheo ni được lợi dưỡng, dứt

tranh cãi, lia các tổn hại. Nguyên tất cả chúng
tặng, ni đều viên mãn giới hạnh không khuyết giảm.

45. Nguyên cho những người phạm giới biết hối cải, thường sám hối tội nghiệp. Nguyên cho họ được sinh vào cõi lành, không bao giờ phạm cấm giới trở lại.
46. Nguyên cho những vị xuất gia có trí được tôn kính, ra ngoài hóa duyên đều được cúng dường đầy đủ. Nguyên cho dòng tâm của họ được trong sạch, tiếng tốt lan khắp mười phương.
47. Nguyên cho họ xa lia được nỗi khổ ác đạo, không gặp gian nan. Nguyên cho họ mau thành chính giác bằng cái thân vượt hơn thân trời Sắc cứu cánh.
48. Nguyên tất cả hữu tình ân cần cúng dường chư Phật không gián đoạn; và nhờ phước đức vô biên của Phật mà họ thường được an vui.
49. Nguyên cho tất cả Bồ tát đều thành tựu nguyện làm lợi ích hữu tình. Nguyên cho tất cả chúng sinh đều được đấng Chúa tể đại bi thương xót gìn giữ.
50. Nguyên cho tất cả Độc giác, Thanh văn đều được an lạc như thế.
51. Khi tôi chưa lên đến Cực hỷ địa, nguyện nhờ ân đức Bồ tát Văn Thù mà tôi thường nhớ được đời trước, thường được xuất gia làm tăng.
52. Nguyên tôi có thể ăn uống đạm bạc mà vẫn duy trì được sinh mạng và thể lực. Nguyên tôi đời đời kiếp kiếp được tu hành ở chỗ hoàn toàn tịch tịnh.

53. Nguyên cho tôi bất cứ đời kiếp nào, khi muốn duyệt tam tạng, muốn thỉnh vấn nghĩa lý Phật pháp đều được diện kiến Bồ tát Văn Thù không chướng ngại.
54. Vì muốn thành tựu lợi lạc hữu tình trong mười phương hư không, xin cho mọi việc làm của tôi đều giống như hành động viên mãn của Bồ tát Văn Thù.
55. Dù có một phương trời nào có chúng sinh tồn tại, nguyện cho tôi vẫn ở lại mãi trong thế gian này để nỗ lực tận trừ thống khổ cho chúng sinh.
56. Nguyên cho tất cả thống khổ do ác nghiệp chúng sinh gây nên, sẽ có quả báo trên thân tôi. Nguyên cho bao nhiêu thiện đức do hạnh Bồ tát đem lại, sẽ làm cho chúng sinh được thọ hưởng an lạc.
57. Nguyên cho Ba ngôi báu, lương dược để trừ khổ và suối nguồn của an lạc, tồn tại lâu trên đời.
58. Xin kính lễ Văn Thù Bồ tát, vị Bồ tát có ân đức khiến con phát sinh thiện tâm. Kính lễ những bậc Bậc lãnh có ân đức làm cho giới định tuệ trong con tăng trưởng.

*Duyệt xong ngày 24 tháng tư Mậu Dần,
PL 2542.*

