

101. KINH TẶNG THƯỢNG TÂM¹

Tôi nghe như vậy.

Một thời Đức Phật du hóa tại nước Xá-vệ, trong rừng Thắng, vườn Cấp cô độc.

Bấy giờ Đức Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo rằng:

“Nếu Tỳ-kheo muốn được tặng thượng tâm², cần phải thường xuyên suy niệm năm tướng. Thường xuyên niệm năm tướng thì niệm bất thiện đã sanh liền được trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm được tĩnh chỉ, chuyên nhất, được định tĩnh³.

“Năm tướng⁴ đó là những gì? Tỳ-kheo suy niệm về một tướng tương ưng thiện⁵, nếu sanh niệm bất thiện⁶, vị Tỳ-kheo đó nhân nơi tướng này lại suy niệm về một tướng khác tương ưng với thiện, khiến niệm ác bất thiện không sanh nữa. Khi vị Tỳ-kheo đó nhân nơi tướng này, lại suy niệm về một tướng khác tương ưng với thiện thì niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, được định tĩnh.

“Cũng như người thợ mộc hay học trò thợ mộc kéo thẳng dây mực, búng lên thân cây rồi dùng rìu bén mà đẽo cho thẳng; Tỳ-kheo cũng vậy, nhân nơi tướng này mà suy niệm một tướng khác tương ưng với thiện, khiến niệm ác bất thiện không sanh nữa. Khi Tỳ-kheo đó nhân nơi tướng này, lại suy niệm một tướng khác tương ưng với thiện, niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm liền được an trú, bên trong tĩnh chỉ chuyên nhất, đặc định. Nếu Tỳ-kheo muốn được tặng thượng tâm, cần phải luôn luôn suy niệm tướng thứ nhất này. Do suy niệm tướng này, niệm bất thiện đã sanh liền được trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, được định tĩnh.

“Lại nữa, Tỳ-kheo khi suy niệm về một tướng, tương ưng với thiện, nếu sanh niệm bất thiện, Tỳ-kheo đó quán rằng: “Suy niệm ác này có tai họa⁷, suy niệm này là bất thiện, suy niệm này là ám, suy niệm này bị người trí ghét, suy niệm này nếu đầy đủ thì không thể chứng đắc trí thông⁸, không chứng đắc giác đạo, không chứng đắc Niết-bàn, vì nó khiến sanh niệm ác bất thiện’. Vị Tỳ-kheo đó quán sự ác như vậy, niệm bất thiện sanh khởi liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi liền tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định.

1. Tương đương Pāli, M. 20. Vitakkasanthānasuttaṃ.

2. Tặng thượng tâm = W-W — CPāli: adhicittam.

3. Pāli: ajjhattam eva cittam santiṭṭhati sannisīdati ekodhi hoti samādhīyati.

4. Ngũ tướng — CPāli: pañca nimittāni.

5. Pāli: yaṃ nimittam manasākaroto, khi tác ý nơi một tướng (nào đó).

6. Pāli: upapajjanti pāpakā akusalā vitakkā chandūpasamhitāpi..., sanh khởi những ác bất thiện tâm liên hệ đến dục...

7. Pāli: tesam vitakkānam ādīnava uparikkhitabbo: itipime vitakkā akusalā... sāvajjā... Dukkhavipākā ti, cần quán sát sự tai hại của các tâm này: tâm này là bất thiện, là bị chỉ trích, là có kết quả khổ.

8. Thông = q = A chỉ thẳng trí, tức lục thông.

“Như có người thiếu niên đẹp trai, khả ái, tắm gội sạch sẽ, mặc y phục đẹp đẽ, lấy hương xoa khắp thân, cạo sửa râu tóc khiến rất tinh khiết. Nếu lấy xác rắn, xác chó, hoặc xác người đã thâm xanh, sinh chướng, thối rữa, chảy nước dơ, đeo tròng vào cổ người ấy, người ấy liền ghét sợ dơ bẩn nên không hỷ, không lạc. Tỳ-kheo cũng vậy, Tỳ-kheo quán rằng ‘Niệm ác này có tai họa, niệm này không thiện, niệm này là ác, niệm này người trí ghét. Nếu đầy đủ niệm này thì không thể chứng đắc trí thông, không chứng đắc giác đạo, không chứng đắc Niết-bàn vì nó khiến sanh niệm ác bất thiện’. Tỳ-kheo đã quán sự ác như vậy, niệm bất thiện đã sanh liền trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định. Nếu Tỳ-kheo muốn được tăng thượng tâm, cần phải luôn luôn niệm tướng thứ hai này. Khi niệm về tướng này thì niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định.

“Lại nữa, Tỳ-kheo khi suy niệm về một tướng tương ứng với thiện mà sanh niệm bất thiện, và khi quán niệm ác có tai họa mà lại sanh niệm bất thiện nữa, Tỳ-kheo đó không nên suy niệm về niệm này, vì nó khiến sanh niệm ác bất thiện. Tỳ-kheo đó không suy niệm về niệm này nữa thì niệm bất thiện đã sanh liền được trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định.

“Như người có mắt, cảnh sắc nằm trong ánh sáng nhưng không muốn nhìn. Người đó hoặc nhắm mắt, hoặc lánh thân đi, ý các người nghĩ sao, cảnh sắc nằm trong ánh sáng, người đó có thể cảm nhận được tướng dạng của sắc không?”

Đáp rằng:

“Thưa không.”

“Tỳ-kheo cũng vậy, không nên suy niệm về niệm này, vì nó khiến sanh niệm ác bất thiện. Khi vị Tỳ-kheo đó không suy niệm về niệm này nữa, niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định. Nếu Tỳ-kheo muốn được tăng thượng tâm, cần phải luôn luôn suy niệm tướng thứ ba này. Suy niệm về tướng này thì niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định.

“Lại nữa, Tỳ-kheo khi suy niệm về một tướng tương ứng với thiện mà sanh niệm bất thiện, khi quán niệm ác có tai họa cũng sanh niệm bất thiện, và trong khi không suy niệm về niệm đó nữa cũng lại sanh niệm bất thiện; vị Tỳ-kheo đó vì niệm này, phải dùng hành tướng của tư duy để giảm dần niệm ấy⁹, khiến không sanh niệm ác bất thiện. Khi đối với niệm này, Tỳ-kheo đó phải dùng hành tướng tư duy để giảm dần niệm ấy thì niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm thường an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định.

“Như có người đi đường, bước nhanh trên đường, người đó nghĩ rằng: ‘Tại sao ta đi nhanh? Giờ ta hãy đi chậm được chăng?’ Người đó liền đi chậm lại, nhưng rồi lại nghĩ: ‘Tại sao ta đi chậm mà chẳng đứng lại?’ Người đó liền đứng lại, nhưng rồi lại nghĩ: ‘Tại sao ta lại đứng? Ta ngồi xuống được chăng?’ Người đó liền ngồi xuống, nhưng rồi lại nghĩ: ‘Tại sao ta lại ngồi? Ta nằm xuống được chăng?’ Người đó liền nằm xuống. Như vậy là người đó đang thực hành pháp đình chỉ dần dần hành tướng thô của thân. Nên biết, Tỳ-kheo cũng giống như thế. Đối với niệm này, Tỳ-kheo đó phải dùng hành tướng của tư duy mà giảm dần niệm ấy để không sanh niệm ác bất thiện. Khi đối với niệm này, Tỳ-kheo đó

⁹ Dĩ tư hành tiệm giảm kỳ niệm. Pāli: tesam vitakkānaṃ vitakkasaṅkhāra- saṅghānaṃ manāsikaroto, tác ý đến tư thái và tác động của tâm đối với các tâm ấy.

phải dùng hành tướng của tư duy, giảm dần niệm ấy, thì niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt, niệm ác diệt rồi, tâm liền được an trú, bên trong tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định. Nếu Tỳ-kheo muốn được tăng thượng tâm, cần phải suy niệm luôn luôn tướng thứ tư này. Suy niệm tướng này thì niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm liền được an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định.

“Lại nữa, Tỳ-kheo khi suy niệm về một tướng, tương ứng với thiện mà sanh niệm bất thiện, khi quán niệm ác có tai họa mà cũng sanh niệm bất thiện, khi không suy niệm về niệm ác cũng sanh tiếp niệm bất thiện, và khi phải dùng hành tướng của tư duy để giảm dần niệm ấy, cũng lại sanh tiếp về niệm bất thiện nữa; Tỳ-kheo đó nên quán như vậy. Tỳ-kheo, vì nhân niệm này mà sanh niệm bất thiện, Tỳ-kheo đó liền ngậm khít răng lại, lưỡi ấn lên khẩu cái, dùng tâm để tu tâm, giữ chặt tâm và hàng phục tâm¹⁰, khiến không niệm ác bất thiện.

“Khi vị Tỳ-kheo đó dùng tâm tu tâm, giữ chặt tâm và hàng phục tâm thì niệm bất thiện đã sanh liền được trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm liền được an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định. Như hai lực sĩ bắt một người yếu, nắm vững và hàng phục nó, Tỳ-kheo cũng vậy, răng ngậm khít lại, lưỡi ấn lên khẩu cái, dùng tâm tu tâm, giữ chặt tâm và hàng phục tâm để không sanh niệm ác bất thiện. Khi vị Tỳ-kheo đó dùng tâm tu tâm, giữ chặt tâm và hàng phục tâm thì niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm liền được an trú, bên trong tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định. Nếu Tỳ-kheo muốn được tăng thượng tâm, cần phải luôn luôn suy niệm tướng thứ năm này. Suy niệm tướng này thì niệm bất thiện đã sanh liền được trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm liền được an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định.

“Nếu Tỳ-kheo muốn được tăng thượng tâm thì cần phải luôn luôn suy niệm năm tướng này. Luôn luôn suy niệm năm tướng thì niệm bất thiện đã sanh liền bị trừ diệt. Niệm ác diệt rồi, tâm liền được an trú, nội tâm tĩnh chỉ, chuyên nhất, đặc định.

“Nếu Tỳ-kheo khi suy niệm về một tướng tương ứng với thiện mà không sanh niệm ác, khi quán niệm ác có tai họa cũng không sanh niệm ác, khi không suy niệm về niệm đó cũng không sanh niệm ác, khi dùng hành tướng của tư duy để giảm dần niệm ấy cũng không sanh niệm ác, và khi dùng tâm tu tâm, giữ chặt tâm và hàng phục tâm cũng lại không sanh niệm ác nữa, thì liền được tự tại, muốn suy niệm thì suy niệm, không suy niệm thì không suy niệm.

Nếu Tỳ-kheo muốn niệm thì niệm, không muốn niệm thì không niệm, thì đó là Tỳ-kheo đã được tùy ý trong cái suy niệm, tự tại trong các đạo tích suy niệm¹¹.

Đức Phật thuyết như vậy, các Tỳ-kheo ấy sau khi nghe Phật dạy xong, hoan hỷ phụng hành.



¹⁰. Pāli: cetasā cittaṃ abhiniggaṇhaitabbaṃ abhinippīletabbaṃ abhisantāpe- tabbaṃ, bằng tâm mà khống chế tâm, trấn áp tâm, khuất phục tâm.

¹¹. Tự tại chú niệm tích ---b-----CPāli: bhikkhu vasī vitakkapariyāyapathesu, Tỳ-kheo ấy là người tự chủ trên những con đường dẫn đến pháp chiêm nghiệm (tâm pháp môn đạo).