1

101. KINH TAÊNG THÖÔÏNG TAÂM1

Toâi nghe nhö vaày.

Moät thôøi Ñöùc Phaät du hoùa taïi nöôùc Xaù-veä, trong röøng Thaéng, vöôøn Caáp coâ ñoäc. Baáy giôø Ñöùc Theá Toân baûo caùc Tyø-kheo raèng:

“Neáu Tyø-kheo muoán ñöôïc taêng thöôïng taâm2, caàn phaûi thöôøng xuyeân suy nieäm naêm töôùng. Thöôøng xuyeân nieäm naêm töôùng thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn ñöôïc tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truù, noäi taâm ñöôïc tónh chæ, chuyeân nhaát, ñöôïc ñònh tónh3.

“Naêm töôùng4 ñoù laø nhöõng gì? Tyø-kheo suy nieäm veà moät töôùng töông öng thieän5, neáu sanh nieäm baát thieän6, vò Tyø-kheo ñoù nhaân nôi töôùng naøy laïi suy nieäm veà moät töôùng khaùc töông öng vôùi thieän, khieán nieäm aùc baát thieän khoâng sanh nöõa. Khi vò Tyø-kheo ñoù nhaân nôi töôùng naøy, laïi suy nieäm veà moät töôùng khaùc töông öng vôùi thieän thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñöôïc ñònh tónh.

“Cuõng nhö ngöôøi thôï moäc hay hoïc troø thôï moäc keùo thaúng daây möïc, buùng leân thaân caây roài duøng rìu beùn maø ñeõo cho thaúng; Tyø-kheo cuõng vaäy, nhaân nôi töôùng naøy maø suy nieäm moät töôùng khaùc töông öng vôùi thieän, khieán nieäm aùc baát thieän khoâng sanh nöõa. Khi Tyø-kheo ñoù nhaân nôi töôùng naøy, laïi suy nieäm moät töôùng khaùc töông öng vôùi thieän, nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm lieàn ñöôïc an truù, beân trong tónh chæ chuyeân nhaát, ñaéc ñònh. Neáu Tyø-kheo muoán ñöôïc taêng thöôïng taâm, caàn phaûi luoân luoân suy nieäm töôùng thöù nhaát naøy. Do suy nieäm töôùng naøy, nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn ñöôïc tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñöôïc ñònh tónh.

“Laïi nöõa, Tyø-kheo khi suy nieäm veà moät töôùng, töông öng vôùi thieän, neáu sanh nieäm baát thieän, Tyø-kheo ñoù quaùn raèng: “Suy nieäm aùc naøy coù tai hoïa7, suy nieäm naøy laø baát thieän, suy nieäm naøy laø aùm, suy nieäm naøy bò ngöôøi trí gheùt, suy nieäm naøy neáu ñaày ñuû thì khoâng theå chöùng ñaéc trí thoâng8, khoâng chöùng ñaéc giaùc ñaïo, khoâng chöùng ñaéc Nieát-baøn, vì noù khieán sanh nieäm aùc baát thieän’. Vò Tyø-kheo ñoù quaùn söï aùc nhö vaäy, nieäm baát thieän sanh khôûi lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài lieàn taâm thöôøng an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh.

1. Töông ñöông Paøli, M. 20. Vitakkasanthaønasuttaö.

2. Taêng thöôïng taâm   Paøli: adhicittam.

3. Paøli: ajjhattam eva cittam santitthati sannisìdati ekodhi hoti samaødhiyati.

4. Nguõ töôùng   Paøli: paóca nimittaøni.

5. Paøli: yaö nimittaö manasaøkaroto, khi taùc yù nôi moät töôùng (naøo ñoù).

6. Paøli: upapajjanti paøpakaø akusalaø vitakkaø chanduøpasamhitaøpi..., sanh khôûi nhöõng aùc baát thieän taàm lieân heä ñeán duïc...

7. Paøli: tesaö vitakkaønaö aødìnavo uparikkhitabbo: itipime vitakkaø akusalaø... saøvajjaø... Dukkhavipaøkaø ti, caàn

quaùn saùt söï tai haïi cuûa caùc taàm nay: taàm naøy laø baát thieän, laø bò chæ trích, laø coù keát quaû khoå.

8. Thoâng  chæ thaéng trí, töùc luïc thoâng.

2

“Nhö coù ngöôøi thieáu nieân ñeïp trai, khaû aùi, taém goäi saïch seõ, maëc y phuïc ñeïp ñeõ, laáy höông xoa khaép thaân, caïo söûa raâu toùc khieán raát tinh khieát. Neáu laáy xaùc raén, xaùc choù, hoaëc xaùc ngöôøi ñaõ thaâm xanh, sình chöôùng, thoái röõa, chaûy nöôùc dô, ñeo troøng vaøo coå ngöôøi aáy, ngöôøi aáy lieàn gheùt söï dô baån neân khoâng hyû, khoâng laïc. Tyø-kheo cuõng vaäy, Tyø-kheo quaùn raèng ‘Nieäm aùc naøy coù tai hoïa, nieäm naøy khoâng thieän, nieäm naøy laø aùc, nieäm naøy ngöôøi trí gheùt. Neáu ñaày ñuû nieäm naøy thì khoâng theå chöùng ñaéc trí thoâng, khoâng chöùng ñaéc giaùc ñaïo, khoâng chöùng ñaéc Nieát-baøn vì noù khieán sanh nieäm aùc baát thieän’. Tyø-kheo ñaõ quaùn söï aùc nhö vaäy, nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh. Neáu Tyø-kheo muoán ñöôïc taêng thöôïng taâm, caàn phaûi luoân luoân nieäm töôùng thöù hai naøy. Khi nieäm veà töôùng naøy thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh.

“Laïi nöõa, Tyø-kheo khi suy nieäm veà moät töôùng töông öng vôùi thieän maø sanh nieäm baát thieän, vaø khi quaùn nieäm aùc coù tai hoïa maø laïi sanh nieäm baát thieän nöõa, Tyø-kheo ñoù khoâng neân suy nieäm veà nieäm naøy, vì noù khieán sanh nieäm aùc baát thieän. Tyø-kheo ñoù khoâng suy nieäm veà nieäm naøy nöõa thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn ñöôïc tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truï, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh.

“Nhö ngöôøi coù maét, caûnh saéc naèm trong aùnh saùng nhöng khoâng muoán nhìn. Ngöôøi ñoù hoaëc nhaém maét, hoaëc laùnh thaân ñi, yù caùc ngöôi nghó sao, caûnh saéc naèm trong aùnh saùng, ngöôøi ñoù coù theå caûm nhaän ñöôïc töôùng daïng cuûa saéc khoâng?”

Ñaùp raèng:

“Thöa khoâng.”

“Tyø-kheo cuõng vaäy, khoâng neân suy nieäm veà nieäm naøy, vì noù khieán sanh nieäm aùc baát thieän. Khi vò Tyø-kheo ñoù khoâng suy nieäm veà nieäm naøy nöõa, nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh. Neáu Tyø-kheo muoán ñöôïc taêng thöôïng taâm, caàn phaûi luoân luoân suy nieäm töôùng thöù ba naøy. Suy nieäm veà töôùng naøy thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh.

“Laïi nöõa, Tyø-kheo khi suy nieäm veà moät töôùng töông öng vôùi thieän maø sanh nieäm baát thieän, khi quaùn nieäm aùc coù tai hoïa cuõng sanh nieäm baát thieän, vaø trong khi khoâng suy nieäm veà nieäm ñoù nöõa cuõng laïi sanh nieäm baát thieän; vò Tyø-kheo ñoù vì nieäm naøy, phaûi duøng haønh töôùng cuûa tö duy ñeå giaûm daàn nieäm aáy9, khieán khoâng sanh nieäm aùc baát thieän. Khi ñoái vôùi nieäm naøy, Tyø-kheo ñoù phaûi duøng haønh töôùng tö duy ñeå giaûm daàn nieäm aáy thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm thöôøng an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh.

“Nhö coù ngöôøi ñi ñöôøng, böôùc nhanh treân ñöôøng, ngöôøi ñoù nghó raèng: ‘Taïi sao ta ñi nhanh? Giôø ta haõy ñi chaäm ñöôïc chaêng?’ Ngöôøi ñoù lieàn ñi chaäm laïi, nhöng roài laïi nghó: ‘Taïi sao ta ñi chaäm maø chaúng ñöùng laïi?’ Ngöôøi ñoù lieàn ñöùng laïi, nhöng roài laïi nghó: ‘Taïi sao ta laïi ñöùng? Ta ngoài xuoáng ñöôïc chaêng?’ Ngöôøi ñoù lieàn ngoài xuoáng, nhöng roài laïi nghó: ‘Taïi sao ta laïi ngoài? Ta naèm xuoáng ñöôïc chaêng?’ Ngöôøi ñoù lieàn naèm xuoáng. Nhö vaäy laø ngöôøi ñoù ñang thöïc haønh phaùp ñình chæ daàn daàn haønh töôùng thoâ cuûa thaân. Neân bieát, Tyø- kheo cuõng gioáng nhö theá. Ñoái vôùi nieäm naøy, Tyø-kheo ñoù phaûi duøng haønh töôùng cuûa tö duy maø giaûm daàn nieäm aáy ñeå khoâng sanh nieäm aùc baát thieän. Khi ñoái vôùi nieäm naøy, Tyø-kheo ñoù

9. Dó tö haønh tieäm giaûm kyø nieäm. Paøli: tesam vitakkaønaö vitakkasaíkhaøra- saòthaønaö manaøsikaroto, taùc yù ñeán tö thaùi vaø taùc ñoäng cuûa taàm ñoái vôùi caùc taàm aáy.

3

phaûi duøng haønh töôùng cuûa tö duy, giaûm daàn nieäm aáy, thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät, nieäm aùc dieät roài, taâm lieàn ñöôïc an truù, beân trong tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh. Neáu Tyø-kheo muoán ñöôïc taêng thöôïng taâm, caàn phaûi suy nieäm luoân luoân töôùng thöù tö naøy. Suy nieäm töôùng naøy thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm lieàn ñöôïc an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh.

“Laïi nöõa, Tyø-kheo khi suy nieäm veà moät töôùng, töông öng vôùi thieän maø sanh nieäm baát thieän, khi quaùn nieäm aùc coù tai hoïa maø cuõng sanh nieäm baát thieän, khi khoâng suy nieäm veà nieäm aùc cuõng sanh tieáp nieäm baát thieän, vaø khi phaûi duøng haønh töôùng cuûa tö duy ñeå giaûm daàn nieäm aáy, cuõng laïi sanh tieáp veà nieäm baát thieän nöõa; Tyø-kheo ñoù neân quaùn nhö vaày. Tyø-kheo, vì nhaân nieäm naøy maø sanh nieäm baát thieän, Tyø-kheo ñoù lieàn ngaäm khít raêng laïi, löôõi aán leân khaåu caùi, duøng taâm ñeå tu taâm, giöõ chaët taâm vaø haøng phuïc taâm10, khieán khoâng nieäm aùc baát thieän.

“Khi vò Tyø-kheo ñoù duøng taâm tu taâm, giöõ chaët taâm vaø haøng phuïc taâm thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn ñöôïc tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm lieàn ñöôïc an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh. Nhö hai löïc só baét moät ngöôøi yeáu, naém vöõng vaø haøng phuïc noù, Tyø- kheo cuõng vaäy, raêng ngaäm khít laïi, löôõi aán leân khaåu caùi, duøng taâm tu taâm, giöõ chaët taâm vaø haøng phuïc taâm ñeå khoâng sanh nieäm aùc baát thieän. Khi vò Tyø-kheo ñoù duøng taâm tu taâm, giöõ chaët taâm vaø haøng phuïc taâm thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm lieàn ñöôïc an truù, beân trong tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh. Neáu Tyø-kheo muoán ñöôïc taêng töôïng taâm, caàn phaûi luoân luoân suy nieäm töôùng thöù naêm naøy. Suy nieäm töôùng naøy thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn ñöôïc tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm lieàn ñöôïc an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh.

“Neáu Tyø-kheo muoán ñöôïc taêng thöôïng taâm thì caàn phaûi luoân luoân suy nieäm naêm töôùng naøy. Luoân luoân suy nieäm naêm töôùng thì nieäm baát thieän ñaõ sanh lieàn bò tröø dieät. Nieäm aùc dieät roài, taâm lieàn ñöôïc an truù, noäi taâm tónh chæ, chuyeân nhaát, ñaéc ñònh.

“Neáu Tyø-kheo khi suy nieäm veà moät töôùng töông öng vôùi thieän maø khoâng sanh nieäm aùc, khi quaùn nieäm aùc coù tai hoïa cuõng khoâng sanh nieäm aùc, khi khoâng suy nieäm veà nieäm ñoù cuõng khoâng sanh nieäm aùc, khi duøng haønh töôùng cuûa tö duy ñeå giaûm daàn nieäm aáy cuõng khoâng sanh nieäm aùc, vaø khi duøng taâm tu taâm, giöõ chaët taâm vaø haøng phuïc taâm cuõng laïi khoâng sanh nieäm aùc nöõa, thì lieàn ñöôïc töï taïi, muoán suy nieäm thì suy nieäm, khoâng suy nieäm thì khoâng suy nieäm.

Neáu Tyø-kheo muoán nieäm thì nieäm, khoâng muoán nieäm thì khoâng nieäm, thì ñoù laø Tyø- kheo ñaõ ñöôïc tuøy yù trong caùi suy nieäm, töï taïi trong caùc ñaïo tích suy nieäm11.

Ñöùc Phaät thuyeát nhö vaäy, caùc Tyø-kheo aáy sau khi nghe Phaät daïy xong, hoan hyû phuïng haønh.



10. Paøli: cetasaø cittaö abhiniggaòhaitabbaö abhinippìletabbaö abhisantaøpe- tabbaö, baèng taâm maø khoáng cheá taâm, traán aùp taâm, khuaát phuïc taâm.

11. Töï taïi chö nieäm tích      Paøli: bhikkhu vasì vitakkapariyaøyapathesu, Tyø-kheo aáy laø ngöôøi töï

chuû treân nhöõng con ñöôøng daãn ñeán phaùp chieâm nghieäm (taàm phaùp moân ñaïo).