**SOÁ 783**

PHAÄT THUYEÁT THAÄP NHÒ ÑAÀU-ÑAØ KINH

*Haùn dòch: Ñôøi Löu Toáng, Tam taïng Caàu-na-baït-ñaø-la, ngöôøi nöôùc Vu Ñieàn.*

Toâi nghe nhö vaày:

Moät thôøi, Ñöùc Phaät ôû taïi khu vöôøn röøng Kyø-ñaø Caáp coâ ñoäc thuoäc nöôùc Xaù-veä, cuøng vôùi taùm ngaøn Tyø-kheo Taêng vaø moät vaïn Boà-taùt, taát caû ñeàu cuøng ñaép y, mang baùt, tuaàn töï khaát thöïc. Sau khi aên xong, ñeán choã A-lan-nhaõ traûi toøa ngoài an toïa. Baáy giôø, Ñöùc Theá Toân an nhieân mæm cöôøi. Tröôûng laõo Ñaïi Ca-dieáp lieàn ñöùng daäy, söûa laïi y phuïc, quyø thaúng, chaép tay baïch Phaät:

–Kính baïch Theá Toân! Con töø xöa ñeán nay chöa töøng thaáy Ñöùc Theá Toân voâ côù mæm cöôøi. Cuùi xin Theá Toân thöông xoùt daïy baûo.

Phaät baûo Toân giaû Ca-dieáp:

–Ta thaáy choán A-lan-nhaõ naøy, chö Phaät trong möôøi phöông ñeàu khen ngôïi, voâ löôïng coâng ñöùc ñeàu töø ñaây phaùt sinh. Ngöôøi caàu Thanh vaên, ñaéc Thanh vaên thöøa, ngöôøi caàu Duyeân giaùc, ñaéc Duyeân giaùc thöøa, ngöôøi caàu Ñaïi thöøa, mau ñaéc ñaïo quaû Voâ thöôïng chaùnh chaân. Ta nay ôû taïi nôi ñaây, cho neân vui veû.

Toân giaû Ñaïi Ca-dieáp nghe Phaät daïy nhö vaäy thì vui möøng heát möïc khen laø chöa töøng coù, neân baïch Phaät:

–Kính baïch Theá Toân! Choán A-lan-nhaõ naøy lôïi ích raát saâu roäng, coù theå laøm cho chuùng sinh nöông vaøo ñaáy ñeå tu hoïc, thaønh töïu ñaïo nôi ba thöøa. Vaäy cuùi xin Theá Toân chæ daïy cho chuùng con veà phaùp A-lan-nhaõ naøy.

Phaät baûo Toân giaû Ca-dieáp:

–Haõy laéng nghe, suy nghó vaø ghi nhôù! Ta seõ vì oâng giaûng noùi toùm taét vieäc ñoù. Toân giaû Ca-dieáp baïch Phaät;

–Kính baïch Theá Toân! Con xin vaâng theo lôøi Theá Toân daïy. Phaät baûo Toân giaû Ca-dieáp:

–Tyø-kheo ôû A-lan-nhaõ xa lìa hai vieäc ñaém chaáp. Thaân vaø taâm thanh tònh, thöïc haønh phaùp Ñaàu-ñaø. Ngöôøi haønh phaùp naøy coù möôøi hai vieäc.

1. ÔÛ choã A-lan-nhaõ.
2. Thöôøng ñi khaát thöïc.
3. Thöù lôùp khaát thöïc.
4. Thoï phaùp aên moät böõa.
5. AÊn coù chöøng möïc.
6. Sau giôø ngoï khoâng uoáng nöôùc traùi caây.
7. Maëc y chaèm vaù.
8. Chæ giöõ ba y.
9. ÔÛ nôi goø maû.
10. ÔÛ beân goác caây.
11. Ngoài choã ñaát troáng.
12. Thöôøng ngoài, khoâng naèm.
13. Tyø-kheo khi ôû choán A-lan-nhaõ, haønh phaùp Ñaàu-ñaø neân nghó: “Ta nay ôû choã thanh vaéng, vì ñaïo Voâ thöôïng, xaû boû thaân maïng, tieàn cuûa, vöõng chaõi tu ba phaùp. Nhaøm chaùn, nghó ñeán söï cheát, neân khi cheát ñeán khoâng coøn tham luyeán moät ñieàu gì.” Khi beänh hoaïn phaûi nhôø ngöôøi khaùc giuùp ñôõ, neân nghó: “Ta nay ôû moät mình, troïn ñôøi vì phaùp xuaát gia, phaùp laø baïn cuûa ta.” Ai sieâng naêng thöïc haønh phaùp nhö vaäy töùc laø töï cöùu hoä mình. Ñoù laø ngöôøi thöïc haønh phaùp A-lan-nhaõ. Xöa ôû taïi gia, bò nhieàu phieàn naõo neân töø boû cha meï, vôï con, xuaát gia haønh ñaïo ñeå cuøng thaày baïn ñoàng tu hoïc, ñaâu coøn trôû laïi sinh taâm ñaém chaáp, taïo nhieàu nhieãu loaïn, cho neân thoï phaùp A-lan-nhaõ, xa lìa moïi söï naùo nhieät, soáng choán thanh vaéng. Vieãn ly laø xa lìa nhöõng tieáng oàn aøo, hoaëc choã chaên nuoâi, gaàn nhaát laø caùch xa ba daëm, xa hôn nöõa caøng toát. Neáu thaân ñöôïc xa lìa roài thì cuõng phaûi laøm cho taâm xa lìa naêm duïc, naêm thöù ngaên che. Phaùp cuûa Tyø-kheo ôû A- lan-nhaõ laø phaûi nhö vaäy.
14. Khi muoán vaøo xoùm laøng khaát thöïc phaûi thaâu giöõ saùu caên, khoâng cho ñaém chaáp nôi saéc, thanh, höông, vò, xuùc, phaùp. Khoâng phaân bieät caùc töôùng nam hay nöõ, ñöôïc hay

khoâng ñöôïc ñeàu bình ñaúng nhö nhau. Ñöôïc thöùc aên ngon hay dôû khoâng sinh loøng mong caàu theâm bôùt. Khi khoâng ñöôïc thöùc aên, neân nghó: “Ñöùc Thích-ca Nhö Lai xaû boû ngoâi vò vua Chuyeån luaân, xuaát gia thaønh ñaïo, vaøo laøng khaát thöïc, Ngaøi coøn coù luùc khoâng ñöôïc thöùc aên, huoáng chi ta laø ngöôøi phöôùc ñöùc keùm coûi maø coù ñöôïc hay sao”. Ñoù laø phaùp ñi khaát thöïc.

Neáu nhaän lôøi ngöôøi môøi aên, hay laø aên vôùi chuùng Taêng thì deã phaùt sinh caùc nhaân duyeân höõu laäu. Vì sao? Vì nhaän lôøi ngöôøi môøi aên, neáu ñöôïc aên thì lieàn nghó: “Ta laø ngöôøi coù phöôùc ñöùc toát neân ñöôïc thí chuû môøi aên.” Neáu khoâng ñöôïc aên thì trôû laïi hieàm haän ngöôøi môøi, baûo: “Ngöôøi kia khoâng bieát phaân bieät, neân ngöôøi khoâng ñaùng môøi laïi môøi, coøn ngöôøi ñaùng môøi thì laïi khoâng môøi!”. Hoaëc do baûn thaân mình thua keùm neân khoâng ñöôïc môøi thì buoàn raàu, töï traùch, saàu khoå. Phaùp tham aùi naøy luoân laøm trôû ngaïi ñaïo.

Phaùp aên cuûa chuùng Taêng laø vaøo trong chuùng phaûi theo ñuùng phaùp. Ngöôøi tri söï lo lieäu coâng vieäc cuûa Taêng, phaûi caét cöû ngöôøi laøm vieäc thì chaéc chaén taâm bò taùn loaïn, boû pheá vieäc haønh ñaïo. Do coù nhöõng vieäc naõo loaïn nhö vaäy, neân phaûi thoï phaùp thöôøng ñi khaát thöïc.

1. Tyø-kheo Ñaàu-ñaø khoâng tham ñaém saéc, khoâng khinh thöôøng chuùng sinh, bình ñaúng, thöông xoùt khaép taát caû, khoâng löïa choïn giaøu ngheøo, thoï phaùp luoân theo thöù lôùp khaát thöïc.
2. Neân nghó: “Ta nay tìm xin moät böõa aên coøn nhieàu trôû ngaïi, huoáng laø xin nhieàu böõa aên saùng, tröa, toái. Neáu khoâng toån haïi baûn thaân thì cuõng phaûi maát coâng nöûa ngaøy, khoâng theå nhaát taâm ñeå haønh ñaïo. Vì Phaät phaùp, vì haønh ñaïo, khoâng vì thaân maïng nhö nuoâi ngöïa, nuoâi heo, cho neân döùt tröø vieäc aên uoáng nhieàu laàn, chæ thoï phaùp aên moät böõa.
3. Khi ñöôïc moät böõa aên neân suy nghó: “Nay ta neáu gaëp caùc chuùng sinh ñoùi khaùt neân ñem moät phaàn boá thí cho hoï. Ta laøm thí chuû, chuùng sinh laøm ngöôøi nhaän”. Cho xong, phaùt nguyeän: “Nguyeän cho taát caû chuùng sinh ñöôïc nhieàu phöôùc, ñöôïc cöùu ñoä, chôù ñeå hoï bò ñoïa vaøo neûo tham lam.

Ñem thöùc aên ñeán choã thanh vaéng, laáy bôùt moät phaàn ñeå ôû treân ñaù saïch, boá thí cho caùc loaøi caàm thuù, cuõng phaùt nguyeän nhö treân. Khi aên phaûi traûi ni-sö-ñaøn, röûa tay saïch seõ vaø nghó: “Trong thaân theå ta coù taùm vaïn loaïi truøng. Truøng aên thöùc aên naøy seõ ñöôïc an oån. Ta nay ñem thöùc aên naøy boá thí cho caùc loaøi truøng aáy. Sau khi ñaéc ñaïo, ta seõ duøng phaùp boá thí cho chuùng!”. Nhö vaäy laø khoâng boû chuùng sinh. Neáu khoâng gaëp ngöôøi ngheøo khoán, cuõng chæ aên hai phaàn ba ñeå nuoâi thaân maïng thoâi. Vì ngöôøi tu haønh, neáu coù taâm tham, aên quaù nhieàu laøm cho ñaày buïng, khoù thôû, trôû ngaïi vieäc haønh ñaïo. Neáu ñeå laïi moät phaàn thì thaân nheï nhaøng, an oån, deã tieâu, khoâng bò beänh. Thaân khoâng bò toån haïi vì vieäc haønh ñaïo khoâng bò boû pheá. Theá neân phaûi thoï phaùp aên coù chöøng möïc.

1. Haïn cheá löôïng sau khi aên: quaù ngoï, uoáng nöôùc traùi caây thì sinh loøng öa ñaém, tìm ñuû caùc thöù nöôùc traùi caây vaø nöôùc maät, tìm khoâng nhaøm chaùn, neân khoâng theå nhaát taâm tu taäp phaùp thieän. Nhö con ngöïa khoâng buoäc giaøm, cöông thì aên coû hai beân leà ñöôøng, khoâng theå chaïy thaúng treân ñöôøng. Neáu ñöôïc buoäc giaøm, cöông thì seõ khoâng coøn yù ñònh aên coû, seõ chaïy thaúng tôùi, theo nhö yù cuûa ngöôøi ñieàu khieån, cho neân thoï phaùp sau giôø ngoï khoâng ñöôïc uoáng nöôùc traùi caây.
2. Neân vaøo trong xoùm laøng, löôïm nhöõng thöù vaûi cuõ, xaáu, ngöôøi ta vöùt boû, ñem veà giaët sach, chaèm vaù, may thaønh y ñeå che thaân, tröø giaù reùt. Vì nguyeân nhaân coù ñöôïc y toát thì phaûi ñi boán phöông tìm caàu, seõ ñoïa trong taø maïng. Vì neáu ñöôïc ngöôøi cuùng cho y toát thì sinh taâm gaàn guõi, keát buoäc vôùi hoï. Neáu khoâng gaàn guõi, qua laïi thì Ñaøn-vieät giaän.

Hoaëc ôû trong chuùng Taêng nhaän ñöôïc y nhö treân, laïi ñi noùi loãi cuûa chuùng Taêng: “Ngöôøi coù y ñeïp laø ngöôøi chöa ñaéc ñaïo, laø ngöôøi tham ñaém y phuïc!” Neân bieát, coù ñöôïc y toát laø nguyeân nhaân ñöa ñeán giaëc cöôùp, hoaëc coù khi maát maïng. Vì nhöõng tai naïn nhö vaäy neân phaûi thoï y chaèm vaù.

1. Neân ít ham muoán, bieát ñuû, y phuïc laø ñeå che thaân hình, khoâng nhieàu, khoâng ít. Baïch y vì öa ñeïp neân caát chöùa raát nhieàu y phuïc. Hoaëc coù phaùi ngoaïi ñaïo tu khoå haïnh, loõa hình, khoâng bieát xaáu hoå. Theá neân ñeä töû Phaät phaûi xaû boû hai cöïc ñoan ñoù vaø theo trung ñaïo, thoï phaùp chæ duøng ba y.
2. Hoaëc luùc Phaät coøn ôû ñôøi hay sau khi dieät ñoä, neân tu theo hai phaùp Chæ vaø Quaùn. Quaùn voâ thöôøng, quaùn khoâng. Ñoù laø cöûa Phaät phaùp ban ñaàu laøm cho nhaøm chaùn ba coõi. ÔÛ nôi goø maû thöôøng coù tieáng than khoùc bi thöông, laïi töû thi böøa baõi, maét nhìn thaáy roõ söï voâ thöôøng, löûa thieâu ñoát, chim thuù ñeán aên, khoâng bao laâu heát saïch. Nhaân quaùn töû thi nhö vaäy neân ñoái vôùi taát caû phaùp deã ñaéc töôûng voâ thöôøng. Laïi ôû nôi goø maû thaáy töû thi baát tònh, hoâi thoái deã ñaéc quaùn chín thöù töôûng. Ñaây laø cöûa ngoõ ban ñaàu ñeå ly duïc. Vì theá neân thoï phaùp ôû goø maû.
3. Haønh giaû quaùn baát tònh, quaùn voâ thöôøng xong, lieàn ñaéc ñaïo. Neáu ai chöa ñaéc ñaïo thì taâm hoï chaéc chaén cuõng raát nhaøm chaùn. Theá neân, xaû boû ñeå ñi ñeán beân goác caây tö duy caàu ñaïo. Laïi nhö cuoäc ñôøi cuûa Ñöùc Phaät, töø khi Ñaûn sinh, Thaønh ñaïo, Chuyeån phaùp luaân, cho ñeán Nieát-baøn, taát caû ñeàu ôû nôi goác caây. Ngöôøi tu haønh y theo caùc phaùp nhö vaäy neân thöôøng ôû beân goác caây. Coù nhöõng nguyeân nhaân nhö theá neân thoï phaùp ngoài beân goác caây.
4. ÔÛ döôùi taøng caây gioáng nhö nöûa maùi nhaø khoâng khaùc, boùng che maùt meû, laïi

sinh öa ñaém, cho raèng choã ta ôû toát, goác caây kia khoâng toát, phaùt sinh taâm höõu laäu, cho neân neân ñeán choã ñaát troáng, suy nghó: “Taøng goác caây coù nhieàu loãi: Möa thaám laïnh; chim phoùng ueá nhôùp thaân vaø laø choã ôû cuûa truøng ñoäc. Coøn choã ñaát troáng thì khoâng coù nhöõng caùi hoïa nhö vaäy. Choã ñaát troáng côûi, maëc xieâm y thoaûi maùi, traêng saùng chieáu soi

cuøng khaép, laøm cho taâm trí saùng suoát, lanh lôïi, deã nhaäp ñònh khoâng.” Theá neân neân thoï phaùp ôû choã ñaát troáng.

1. Thaân coù boán oai nghi, ngoài ngay thaúng laø oai nghi haøng ñaàu. Vì aên deã tieâu, hôi thôû ñieàu hoøa. Ngöôøi caàu ñaïo ñaïi söï chöa hoaøn thaønh, caùc giaëc phieàn naõo thöôøng rình tìm cô hoäi thuaän tieän, khoâng neân naèm maõi. Ñi hoaëc ñöùng thì taâm chao ñoäng khoù thaâu giöõ, cuõng khoâng theå keùo daøi ñöôïc laâu. Theá neân neân thoï phaùp thöôøng ngoài. Khi muoán nguû, hoâng khoâng dính chieáu.

Ñoù laø möôøi hai phaùp Ñaàu-ñaø. Phaät baûo caùc Tyø-kheo:

–Caùc oâng nhôù buoäc taâm laïi moät choã, ñöøng cho taùn loaïn. Coâng ñöùc thieàn ñònh töø ñoù ñöôïc phaùt sinh. Taát caû haøng phaøm phu do ñieân ñaûo neân chaáp cho laø coù ngaõ, nhaân, chuùng sinh, thoï maïng, chaïy theo giaû danh, phaùt sinh caùc kieán chaáp sai laàm. Töø xöa ñeán nay, naêm aám thanh tònh, khoâng heà coù ngaõ, ngaõ sôû, khoâng sinh, khoâng dieät, khoâng ra, khoâng vaøo, khoâng phaûi phaøm phu, khoâng phaûi khoâng phaøm phu, khoâng phaûi Thaùnh nhaân, khoâng phaûi khoâng Thaùnh nhaân, lìa caùc danh soá, tuyeät ñöôøng ngoân ngöõ. Chö Phaät khoâng ñeán, khoâng ñi. Caùc oâng ngaøy nay moãi ngöôøi neân duyeân vaøo söï thanh tònh ñeå quaùn saùt kyõ töôùng cuûa thaân.

Khi aáy, caùc Tyø-kheo nghe Phaät daïy ñeàu raát vui möøng, lieàn quaùn saùt thaân naøy töø lôùp da beân ngoaøi cho ñeán maùu, thòt, muû thoái ueá taïp, gaân, xöông, maïch, tuûy, môõ, môõ nöôùc, naõo, moâ, nöôùc maét, nöôùc muõi, nöôùc mieáng, gan, maät, laù laùch, thaän, tim, phoåi, ñôøm, sinh taïng, thuïc taïng, ruoät non, ruoät giaø, ñaïi tieåu tieän, loâng, toùc, moùng tay, raêng, baøo thai nhô nhôùp… Ba möôi saùu vaät vaø chín loã baát tònh, töø ngoaøi ñeán trong, töø trong ñeán ngoaøi, tìm kieám töôùng cuûa ngaõ hoaøn toaøn khoâng coù. Tinh taán khoâng döøng, beøn thaáy ñöôïc saéc taâm nieäm nieäm sinh dieät nhö doøng nöôùc chaûy, nhö aùnh ñeøn chao. Sinh khoâng töø ñaâu ñeán, dieät khoâng ñi veà ñaâu. Hieän taïi khoâng choã truï, bieát naêm aám naøy töø xöa ñeán nay laø khoâng, khoâng coù gì, dieät saïch caùc töôùng, chöùng trí nhö thaät, thaønh A-la-haùn. Caùc Boà-taùt… suy nghó phaùp xong, ñaéc Nhaãn voâ sinh, ñaày ñuû möôøi Ñòa.

Phaät baûo ñaïi chuùng:

–Ai coù theå ôû trong thôøi gian cuoái sau thôøi kyø Töôïng phaùp hoä trì kinh naøy, tuyeân döông, löu haønh roäng raõi, laøm cho ngöôøi caàu Phaät ñaïo bieát ñöôïc choã thieát yeáu, nhieäm maàu cuûa kinh?

Khi aáy, trôøi Ñeá Thích cuøng taùm boä chuùng Roàng, Thaàn,… nghe Phaät tuyeân caùo, töø treân hö khoâng xuoáng, ñaûnh leã nôi chaân Phaät vaø baïch:

–Kính baïch Theá Toân! Neáu trong thôøi kyø Töôïng phaùp coù ngöôøi tu ba thöøa, ôû choã thanh vaéng doác caàu Phaät ñaïo, chuùng con seõ laøm ngöôøi hoä veä, khoâng ñeå cho quyû thaàn aùc ñoäc ñöôïc pheùp nhieãu loaïn ngöôøi ñoù.

Boà-taùt Vaên-thuø-sö-lôïi Phaùp vöông töû baïch Phaät:

–Kính baïch Theá Toân! Con seõ nöông nôi oai thaàn cuûa Phaät, vaøo ñôøi vò lai hoä trì kinh naøy khieán khoâng ñoaïn tuyeät. Ngöôøi naøo muoán tu hoïc, con seõ vì hoï laøm ngöôøi daãn ñöôøng.

Baáy giôø Toân giaû A-nan ôû tröôùc Phaät, baïch:

–Kính baïch Theá Toân! Seõ ñaët teân cho kinh naøy laø gì? Vaø phuïng trì nhö theá naøo? Phaät baûo Toân giaû A-nan:

–Kinh naøy teân laø Haïnh Khoå Ñaàu-ñaø, cuõng goïi laø Xa Lìa Nhöõng Tham Chaáp Vaø Taäp Hôïp Caùc Goác Thieän. OÂng neân theo ñaáy maø phuïng trì.

Khi aáy, taùm boä chuùng Thieân, Long,… cuøng taát caû ñaïi chuùng nghe Phaät thuyeát giaûng

ñeàu hoan hyû phuïng haønh.

