

<p>19. Kinh Song Tâm</p>	<p>19. Two Kinds of Thought (Dvedhāvitakka Sutta)</p>
<p>Khái quát Nội dung Kinh (Tác giả: TT. Thích Nhật Từ)</p>	<p>A Summary of the Sutta (Author: Bhikkhu Bodhi)</p>
<p>19. Kinh Song tâm (P. <i>Dvedhāvitakkasuttam</i>, H. 雙想經) tương đương <i>Niệm kinh</i>.²² Đức Phật kể lại kinh nghiệm phân loại tư duy của Ngài và cách chuyển hóa chúng một cách có hiệu quả. Con đường chuyển hóa đó phát khởi bằng thái độ thừa nhận tính cách hiện hữu của tư duy trong mối quan hệ giá trị đối với bản thân và tha nhân. Sự thừa nhận này giúp hành giả chuyển hóa tận gốc rễ các tư duy tiêu cực, đồng thời phát triển các tư duy tích cực.</p>	<p>19. Dvedhāvitakka Sutta: Two Kinds of Thought. With reference to his own struggle for enlightenment, the Buddha explains the way to overcome unwholesome thoughts and replace them by wholesome thoughts.</p>
<p>Việt Dịch từ Pāli: HT. Thích Minh Châu</p>	<p>English Translation from Pāli: Bhikkhu Ñāṇamoli & Bhikkhu Bodhi</p>
<p>Tôi nghe như vậy: Một thời Thế Tôn ở Sāvattihī (Xá-vệ), tại Jetavana (Kỳ-đà Lâm), vườn ông Anāthapiṇḍika (Cấp Cô Độc).</p> <p>Tại đây, Thế Tôn gọi các Tỷ-kheo: "Chư Tỷ-kheo". -- "Thưa vâng", các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Thế Tôn. Thế Tôn thuyết giảng như sau:</p> <p>-- Chư Tỷ-kheo, trước khi Ta giác ngộ, khi chưa thành Chánh Giác và còn là Bồ-tát, Ta suy nghĩ như sau: "Ta sống suy tư và chia hai suy tầm".</p> <p>Chư Tỷ-kheo, phàm có dục tầm nào, sân tầm nào, hại tầm nào, Ta phân thành phần thứ nhất; phàm có ly dục tầm nào, vô sân tầm nào, vô hại tầm nào, Ta phân thành phần thứ hai.</p>	<p>1. THUS HAVE I HEARD. On one occasion the Blessed One was living at Sāvattihī in Jeta's Grove, Anāthapiṇḍika's Park.</p> <p>There he addressed the bhikkhus thus: "Bhikkhus." — "Venerable sir," they replied. The Blessed One said this:</p> <p>2. "Bhikkhus, before my enlightenment, while I was still only an unenlightened Bodhisatta, it occurred to me: 'Suppose that I divide my thoughts into two classes.'²³⁵</p> <p>Then I set on one side thoughts of sensual desire, thoughts of ill will, and thoughts of cruelty, and I set on the other side thoughts of renunciation, thoughts of non-ill will, and thoughts of non-cruelty.²³⁶</p>

Chư Tỷ-kheo, rồi Ta sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần. Khi dục tầm khởi lên,

Ta tuệ tri: "Dục tầm này khởi lên nơi Ta, và dục tầm này đưa đến tự hại, đưa đến hại người, đưa đến hại cả hai, diệt trí tuệ, dự phần vào phiền não, không đưa đến Niết-bàn".

Chư Tỷ-kheo, khi Ta suy tư: "Dục tầm này đưa đến tự hại", dục tầm được biến mất, Chư Tỷ-kheo,

khi Ta suy tư: "Dục tầm đưa đến hại người", dục tầm được biến mất. Chư Tỷ-kheo, khi Ta suy tư: "Dục tầm đưa đến hại cả hai", dục tầm được biến mất.

Chư Tỷ-kheo, khi Ta suy tư: "Dục tầm diệt trí tuệ, dự phần vào phiền não, không đưa đến Niết-bàn", dục tầm được biến mất.

Chư Tỷ-kheo, như vậy Ta tiếp tục trừ bỏ, xả ly và đoạn tận dục tầm.

Chư Tỷ-kheo, trong khi Ta sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần, sân tầm khởi lên... (như trên)... hại tầm khởi lên.

Ta tuệ tri: "Hại tầm này khởi lên nơi Ta, và hại tầm này đưa đến tự hại, đưa đến hại người, đưa đến hại cả hai, diệt trí tuệ, dự phần vào phiền não, không đưa đến Niết-bàn".

Chư Tỷ-kheo, khi Ta suy tư: "Hại tầm này đưa đến tự hại"... "Hại tầm diệt trí tuệ, dự phần vào phiền não, không đưa đến Niết-bàn", hại tầm biến mất.

Chư Tỷ-kheo, như vậy Ta tiếp tục trừ bỏ, xả ly và đoạn tận hại tầm.

3. "As I abided thus, diligent, ardent, and resolute, [115] a thought of sensual desire arose in me.

I understood thus: 'This thought of sensual desire has arisen in me. This leads to my own affliction, to others' affliction, and to the affliction of both; it obstructs wisdom, causes difficulties, and leads away from Nibbāna.'

When I considered: 'This leads to my own affliction,' it subsided in me;

when I considered: 'This leads to others' affliction,' it subsided in me; when I considered: 'This leads to the affliction of both,' it subsided in me;

when I considered: 'This obstructs wisdom, causes difficulties, and leads away from Nibbāna,' it subsided in me.

Whenever a thought of sensual desire arose in me, I abandoned it, removed it, did away with it.

4–5. "As I abided thus, diligent, ardent, and resolute, a thought of ill will arose in me... a thought of cruelty arose in me.

I understood thus: 'This thought of cruelty has arisen in me. This leads to my own affliction, to others' affliction, and to the affliction of both; it obstructs wisdom, causes difficulties, and leads away from Nibbāna.'

When I considered thus... it subsided in me.

Whenever a thought of cruelty arose in me, I abandoned it, removed it, did away with it.

Chư Tỷ-kheo, Tỷ-kheo suy tư, quán sát nhiều vấn đề gì, thời tâm sanh khuynh hướng đối với vấn đề ấy.

Chư Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo suy tư, quán sát nhiều về dục tâm, vị ấy từ bỏ ly dục tâm. Khi tâm đã nặng về dục tâm, thời tâm vị ấy có khuynh hướng về dục tâm.

Chư Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo suy tư quán sát nhiều về sân tâm... (như trên)... về hại tâm, vị ấy từ bỏ vô hại tâm. Khi tâm đã đặt nặng về hại tâm thời tâm vị ấy có khuynh hướng về hại tâm.

Chư Tỷ-kheo, ví như vào cuối tháng mùa mưa, về mùa thu, khi lúa đã trở hạt, một người mục đồng chăn giữ bò, cầm roi đánh các con bò bên này, đánh bên kia, chế ngự chúng, ngăn chặn chúng.

Vì sao vậy? Chư Tỷ-kheo, vì người mục đồng thấy do nhân duyên này, đưa đến sự chết, sự tù tội, sự đánh đập hay sự trách móc.

Chư Tỷ-kheo, cũng vậy, Ta đã thấy sự nguy hại, sự hạ liệt, sự uế nhiễm của các pháp bất thiện, và thấy sự viển ly, sự lợi ích, sự thanh tịnh của các thiện pháp.

Chư Tỷ-kheo, trong khi Ta sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần như vậy, khi ly dục tâm khởi lên, Ta tuệ tri như vậy:

"Ly dục tâm này khởi lên nơi Ta và ly dục tâm này không đưa đến tự hại, không đưa đến hại người, không đưa đến hại cả hai,

tăng trưởng trí tuệ, không dục phần vào phiền não, đưa đến Niết-bàn".

6. "Bhikkhus, whatever a bhikkhu frequently thinks and ponders upon, that will become the inclination of his mind.

If he frequently thinks and ponders upon thoughts of sensual desire, he has abandoned the thought of renunciation to cultivate the thought of sensual desire, and then his mind inclines to thoughts of sensual desire.

If he frequently thinks and ponders upon thoughts of ill will... upon thoughts of cruelty, he has abandoned the thought of non-cruelty to cultivate the thought of cruelty, and then his mind inclines to thoughts of cruelty.

7. "Just as in the last month of the rainy season, in the autumn, when the crops thicken, a cowherd would guard his cows by constantly tapping and poking them on this side and that with a stick to check and curb them.

Why is that? Because he sees that he could be flogged, imprisoned, fined, or blamed [if he let them stray into the crops].

So too I saw in unwholesome states danger, degradation, and defilement, and in wholesome states the blessing of renunciation, the aspect of cleansing. [116]

8. "As I abided thus, diligent, ardent, and resolute, a thought of renunciation arose in me. I understood thus:

'This thought of renunciation has arisen in me. This does not lead to my own affliction, or to others' affliction, or to the affliction of both;

it aids wisdom, does not cause difficulties, and leads to Nibbāna.

Chư Tỷ-kheo, nếu ban đêm Ta suy tư, quán sát (về lý dục tầm) không phải từ nhân duyên ấy Ta thấy sợ hãi. Chư Tỷ-kheo, nếu ban ngày Ta suy tư, quán sát (về lý dục tầm), không phải từ nhân duyên ấy Ta thấy sợ hãi. Chư Tỷ-kheo, nếu ban đêm, ban ngày, Ta suy tư, quán sát (về lý dục tầm), không phải từ nhân duyên ấy Ta thấy sợ hãi.

Và Ta suy tư, quán sát quá lâu, thân Ta có thể mệt mỏi; khi thân mệt mỏi thì tâm bị dao động; khi tâm bị dao động thì tâm rất khó được định tĩnh.

Chư Tỷ-kheo, rồi tự nội thân Ta trấn an tâm, trấn tịnh tâm, khiến được nhất tâm, khiến thành định tĩnh.

Vì sao vậy? Vì để tâm Ta khỏi dao động.

Chư Tỷ-kheo, trong khi Ta sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần như vậy, khi vô sân tầm khởi lên... (như trên)... vô hại tầm khởi lên.

Ta tuệ tri như vậy: "Vô hại tầm này khởi lên nơi Ta và vô hại tầm này không đưa đến tự hại, không đưa đến hại người, không đưa đến hại cả hai,

tăng trưởng trí tuệ, không dự phần vào phiền não, đưa đến Niết-bàn".

Chư Tỷ-kheo, nếu ban đêm... không phải từ nhân duyên ấy, mà Ta thấy sợ hãi.

Và nếu Ta suy tư, quán sát quá lâu, thân Ta có thể mệt mỏi; khi thân mệt mỏi thì tâm bị dao động, khi tâm bị dao động, tâm rất khó được định tĩnh.

Chư Tỷ-kheo, rồi tự nội thân Ta trấn an tâm, trấn tịnh tâm, khiến được nhất tâm, khiến thành định tĩnh.

If I think and ponder upon this thought even for a night, even for a day, even for a night and day, I see nothing to fear from it.

But with excessive thinking and pondering I might tire my body, and when the body is tired, the mind becomes strained, and when the mind is strained, it is far from concentration.'

So I steadied my mind internally, quieted it, brought it to singleness, and concentrated it.

Why is that? So that my mind should not be strained.²³⁷

9–10. "As I abided thus, diligent, ardent, and resolute, a thought of non-ill will arose in me... a thought of non-cruelty arose in me.

I understood thus: 'This thought of non-cruelty has arisen in me. This does not lead to my own affliction, or to others' affliction, or to the affliction of both;

it aids wisdom, does not cause difficulties, and leads to Nibbāna.

If I think and ponder upon this thought even for a night, even for a day, even for a night and day, I see nothing to fear from it.

But with excessive thinking and pondering I might tire my body, and when the body is tired, the mind becomes strained, and when the mind is strained, it is far from concentration.'

So I steadied my mind internally, quieted it, brought it to singleness, and concentrated it.

Vì sao vậy? Vì để tâm Ta khỏi dao động.

Chư Tỷ-kheo, nếu vị Tỷ-kheo suy tư, quán sát nhiều về vấn đề gì thì tâm sanh khuynh hướng đối với vấn đề ấy.

Chư Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo suy tư, quán sát nhiều về ly dục tầm, vị ấy từ bỏ dục tầm. Khi tâm đã đặt nặng về ly dục tầm, tâm vị ấy có khuynh hướng về ly dục tầm.

Chư Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo suy tư, quán sát nhiều về vô sân tầm... (như trên)... nếu Tỷ-kheo suy tư, quán sát nhiều về bất hại tầm, vị ấy từ bỏ hại tầm. Khi tâm đã đặt nặng về bất hại tầm, thời tâm vị ấy có khuynh hướng về bất hại tầm.

Chư Tỷ-kheo, ví như vào cuối tháng hè, khi tất cả lúa gạo đã cất vào kho thóc, một người mục đồng chặn giữ các con bò. Khi người mục đồng ở dưới gốc cây hay ở ngoài trời, người ấy có thể nghĩ đến có việc cần phải làm, và người ấy nghĩ: "Đây là những con bò".

Chư Tỷ-kheo, cũng vậy ở đây, có việc cần phải làm, và Ta nghĩ: "Đây là những pháp".

Chư Tỷ-kheo, Ta phát tâm dũng mãnh, tinh tấn, không có tiêu cực, niệm không tán loạn được an trú, thân được khinh an, không có cuồng nhiệt, tâm được định tĩnh nhất tâm.

Chư Tỷ-kheo, Ta ly dục, ly ác, bất thiện pháp, chứng và trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ. Diệt tầm và tứ, Ta chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, Ta chứng và an trú Thiền thứ ba. Xả lạc xả khổ, diệt hỷ ưu đã

Why is that? So that my mind should not be strained.

11. "Bhikkhus, whatever a bhikkhu frequently thinks and ponders upon, that will become the inclination of his mind.

If he frequently thinks and ponders upon thoughts of renunciation, he has abandoned the thought of sensual desire to cultivate the thought of renunciation, and then his mind inclines to thoughts of renunciation.

If he frequently thinks and ponders upon thoughts of non-ill will... upon thoughts of non-cruelty, he has abandoned the thought of cruelty to cultivate the thought of non-cruelty, and then his mind inclines to thoughts of non-cruelty.

12. "Just as in the last month of the hot season, when all the crops have been brought inside the villages, [117] a cowherd would guard his cows while staying at the root of a tree or out in the open, since he needs only to be mindful that the cows are there;

so too, there was need for me only to be mindful that those states were there.

13. "Tireless energy was aroused in me and unremitting mindfulness was established, my body was tranquil and untroubled, my mind concentrated and unified.

14–23. "Quite secluded from sensual pleasures, secluded from unwholesome states, I entered upon and abided in the first jhāna... (as *Sutta 4*, §§23–32)...

cảm thọ trước, Ta chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh.

Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyễn, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, Ta dẫn tâm, hướng tâm đến túc mạng trí. Ta nhớ đến các đời sống quá khứ, như một đời, hai đời, ba đời, bốn đời, năm đời, mười đời, hai mươi đời, ba mươi đời, bốn mươi đời, năm mươi đời, một trăm đời, hai trăm đời, một ngàn đời, một trăm ngàn đời, nhiều hoại kiếp, nhiều thành kiếp, nhiều hoại và thành kiếp.

Ta nhớ rằng: "Tại chỗ kia, Ta có tên như thế này, dòng họ như thế này, giai cấp như thế này, các món ăn như thế này, thọ khổ lạc như thế này, tuổi thọ đến mức như thế này. Sau khi chết tại chỗ kia, Ta được sanh ra tại chỗ này. Tại chỗ này, Ta có tên như thế này, dòng họ như thế này, giai cấp như thế này, các món ăn như thế này, thọ khổ lạc như thế này, tuổi thọ đến mức như thế này. Sau khi chết tại chỗ này, Ta được sanh ra ở đây".

Như vậy Ta nhớ đến nhiều đời sống quá khứ cùng với các nét đại cương và các chi tiết.

Chư Tỷ-kheo, trong đêm canh đầu Ta chứng được minh thứ nhất, vô minh diệt, minh sanh; bóng tối diệt, ánh sáng sanh, trong khi Ta sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần.

Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyễn, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, Ta dẫn tâm, hướng tâm đến sanh tử trí về chúng sanh. Ta với thiên nhãn thuần tịnh siêu nhân, thấy sự sống

và sự chết của chúng sanh. Ta tuệ tri rằng, chúng sanh người hạ liệt, kẻ cao sang, người đẹp đẽ, kẻ thô xấu, người may mắn, kẻ bất hạnh, đều do hạnh nghiệp của họ.

Những chúng sanh làm những ác hạnh về thân, ác hạnh về lời nói, ác hạnh về ý, phỉ báng các bậc Thánh, theo tà kiến, tạo các nghiệp theo tà kiến. Những người này, sau khi thân hoại mạng chung, phải sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục.

Còn những chúng sanh nào thành tựu những thiện hạnh về thân, thành tựu những thiện hạnh về lời nói, thành tựu những thiện hạnh về ý, không phỉ báng các bậc Thánh, theo chánh kiến, tạo các nghiệp theo chánh kiến, những người này, sau khi thân hoại mạng chung, được sanh lên các thiện thú, cõi Trời, trên đời này.

Như vậy với thiên nhãn thuần tịnh siêu nhân, Ta thấy sự sống chết của chúng sanh. Ta tuệ tri rằng, chúng sanh, người hạ liệt, kẻ cao sang, người đẹp đẽ, kẻ thô xấu, người may mắn, kẻ bất hạnh, đều do hạnh nghiệp của họ.

Chư Tỷ-kheo, trong đêm canh giữa, Ta chứng được minh thứ hai, vô minh diệt, minh sanh; bóng tối diệt, ánh sáng sanh, trong khi Ta sống không phóng dật, nhiệt tâm, tinh cần.

Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyễn, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, Ta dẫn tâm, hướng tâm đến lậu tận trí. Ta thắng tri như thật: "Đây là khổ", thắng tri như thật: "Đây là nguyên nhân của khổ", thắng tri như thật: "Đây là khổ diệt", thắng tri như thật: "Đây là con đường đưa đến khổ diệt", thắng tri

như thật: "Đây là những lậu hoặc", thắng tri như thật: "Đây là nguyên nhân các lậu hoặc", thắng tri như thật: "Đây là các lậu hoặc diệt", thắng tri như thật: "Đây là con đường đưa đến các lậu hoặc diệt".

Nhờ biết như vậy, nhờ thấy như vậy, tâm của Ta thoát khỏi dục lậu, thoát khỏi hữu lậu, thoát khỏi vô minh lậu. Đối với tự thân đã giải thoát như vậy, khởi lên trí hiểu biết: Ta đã giải thoát.

Ta đã thắng tri: "Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc cần làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa".

Chư Tỷ-kheo, trong đêm canh ba, Ta chứng được minh thứ ba, vô minh diệt, minh sanh; bóng tối diệt, ánh sáng sanh, trong khi Ta sống không phóng dật nhiệt tâm tinh cần.

Chư Tỷ-kheo, giống như trong khu rừng rậm rạp có một hồ nước lớn thâm sâu, và một đoàn nai lớn sống gần một bên.

Có một người đến, không muốn chúng được lợi ích, không muốn chúng được hạnh phúc, không muốn chúng được an ổn khỏi các ách nạn. Nếu có con đường nào được yên ổn, được an toàn, đưa đến hoan hỷ, người ấy sẽ chặn đóng con đường này lại, sẽ mở con đường nguy hiểm, sẽ đặt con mồi đực, sẽ đặt con mồi cái. Chư Tỷ-kheo, như vậy, sau một thời gian đoàn nai lớn ấy gặp ách nạn và hao mòn dần.

Chư Tỷ-kheo, có một người đến, muốn đoàn nai ấy được

I directly knew: 'Birth is destroyed, the holy life has been lived, what had to be done has been done, there is no more coming to any state of being.'

24. "This was the third true knowledge attained by me in the last watch of the night. Ignorance was banished and true knowledge arose, darkness was banished and light arose, as happens in one who abides diligent, ardent, and resolute.

25. "Suppose, bhikkhus, that in a wooded range there was a great low-lying marsh near which a large herd of deer lived.

Then a man appeared desiring their ruin, harm, and bondage, and he closed off the safe and good path to be traveled joyfully, and he opened up a false path, and he put out a decoy and set up a dummy so that the large herd of deer might later come upon calamity, disaster, and loss.

But another man came desiring their good, welfare, and

lợi ích, muốn chúng được hạnh phúc, muốn chúng được an ổn khỏi các ách nạn. Nếu có con đường nào được yên ổn, được an toàn, người ấy sẽ mở con đường này, sẽ đóng con đường nguy hiểm lại, sẽ đem con mồi đực đi, sẽ hủy bỏ con mồi cái. Chư Tỷ-kheo, như vậy đoàn nai lớn ấy sau một thời gian sẽ được tăng trưởng, hưng thịnh, thành mãn.

Chư Tỷ-kheo, Ta nói ví dụ ấy để giải thích ý nghĩa như sau:

Chư Tỷ-kheo, hồ nước lớn, thâm sâu chỉ cho các dục. Chư Tỷ-kheo, đoàn nai lớn chỉ cho các loài hữu tình. Chư Tỷ-kheo, con người không muốn chúng được lợi ích, không muốn chúng được hạnh phúc, không muốn chúng được an ổn khỏi các ách nạn chỉ cho ác ma.

Chư Tỷ-kheo, con đường nguy hiểm chỉ cho con đường tà đạo có tám ngành, tức là tà tri kiến, tà tư duy, tà ngữ, tà nghiệp, tà mạng, tà tinh tấn, tà niệm, tà định. Chư Tỷ-kheo, con mồi đực chỉ cho hỷ và tham. Chư Tỷ-kheo, con mồi cái chỉ cho vô minh.

Chư Tỷ-kheo, còn người muốn chúng được lợi ích, muốn chúng được hạnh phúc, muốn chúng được an ổn khỏi các ách nạn chỉ cho Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác. Con đường yên ổn, an toàn, đưa đến hoan hỷ chỉ cho con đường Thánh đạo Tám ngành, tức là Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định.

Chư Tỷ-kheo, như vậy Ta mở con đường yên ổn, an toàn, đưa đến hoan hỷ, Ta đóng con đường nguy hiểm, Ta mang đi con mồi đực, Ta hủy bỏ con mồi cái.

protection, and he reopened the safe and good path that led to their happiness, and he closed off the false path, and he removed the decoy and destroyed the dummy, so that the large herd of deer might later come to growth, increase, and fulfillment.

26. “Bhikkhus, I have given this simile in order to convey a meaning. [118] This is the meaning:

‘The great low-lying marsh’ is a term for sensual pleasures. ‘The large herd of deer’ is a term for beings. ‘The man desiring their ruin, harm, and bondage’ is a term for Māra the Evil One.

‘The false path’ is a term for the wrong eightfold path, that is: wrong view, wrong intention, wrong speech, wrong action, wrong livelihood, wrong effort, wrong mindfulness, and wrong concentration. ‘The decoy’ is a term for delight and lust. ‘The dummy’ is a term for ignorance.

‘The man desiring their good, welfare, and protection’ is a term for the Tathāgata, accomplished and fully enlightened. ‘The safe and good path to be traveled joyfully’ is a term for the Noble Eightfold Path, that is: right view, right intention, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness, and right concentration.

“So, bhikkhus, the safe and good path to be traveled joyfully has been reopened by me, the wrong path has been closed off, the decoy removed, the dummy destroyed.

Chư Tỷ-kheo, những gì vị Đạo Sư cần phải làm cho các đệ tử vì lòng thương tưởng họ, những điều ấy Ta đã làm, vì lòng thương tưởng các Người. Chư Tỷ-kheo, đây là các gốc cây, đây là các chỗ trống. Hãy Thiền định, chớ có phóng dật, chớ có hối tiếc về sau. Đó là lời giáo huấn của Ta.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỷ-kheo ấy hoan hỷ, tín thọ lời dạy của Thế Tôn.

27. “What should be done for his disciples out of compassion by a teacher who seeks their welfare and has compassion for them, that I have done for you, bhikkhus. There are these roots of trees, these empty huts. Meditate, bhikkhus, do not delay or else you will regret it later. This is our instruction to you.”

That is what the Blessed One said. The bhikkhus were satisfied and delighted in the Blessed One’s words.

Notes

The bracketed numbers [] embedded in the text refer to the page number of the Pali Text Society’s edition of the *Majjhima Nikāya* (except for MN 92 and MN 98, wherein the numbers refer to the PTS edition of the Sutta Nipāta).

235. The Bodhisatta’s twofold division of thought occurred during his six-year struggle for enlightenment.

236. Thoughts of non-ill will and thoughts of non-cruelty may also be explained positively as thoughts of loving-kindness (*mettā*) and thoughts of compassion (*karuṇā*).

237. MA: Excessive thinking and pondering leads to agitation. To tame and soften the mind, the Bodhisatta would enter a meditative attainment, then he would emerge from it and develop insight.