

THE SHEPHERD'S SEARCH FOR MIND

NGƯỜI CHĂN CỪU TÌM TÂM

Selected authentic passages / Những đoạn xác thực tuyển chọn

One day, two young shepherds came to Milarepa. The younger one asked, "Dear Lama, have you a companion?"

Milarepa replied, "Yes, I have."

"Who is he?"

"His name is 'Friend Bodhi-Heart.'"

"Where is he now?"

"In the House of the Universal Seed Consciousness."

"What do you mean by that?"

"My own body."

Một hôm, hai người chăn cừu trẻ đến gặp Milarepa. Người nhỏ tuổi hỏi: "Bạch Lama, Ngài có người bạn đồng hành không?"

Milarepa đáp: "Có."

"Người ấy là ai?"

"Tên người ấy là 'Người Bạn Tâm Bồ-đề.'"

"Bây giờ người ấy ở đâu?"

"Trong ngôi nhà của A-lại-da thức."

"Điều đó nghĩa là gì?"

"Chính là thân của ta."

The younger shepherd asked whether this consciousness was mind itself and the body the house of mind. Milarepa said that it was. The boy then asked whether there was one mind in the body or many. Milarepa told him to find out for himself.

Người chăn cừu trẻ hỏi liệu thức ấy có phải chính là tâm và thân thể là ngôi nhà của tâm không. Milarepa đáp đúng như vậy. Cậu lại hỏi trong thân có một tâm hay nhiều tâm. Milarepa bảo cậu hãy tự mình tìm hiểu.

The next morning the boy returned. He said that he had found only one mind, yet it could neither be killed nor dismissed, grasped nor held. If asked to remain, it would not stay; if released, it would not go. It could not be gathered, seen, or understood. It was illuminating, aware, wide-awake, yet incomprehensible. He begged Milarepa to explain the meaning of mind.

Sáng hôm sau, cậu bé trở lại. Cậu nói mình chỉ tìm thấy một tâm, nhưng không thể giết hay xua đuổi, không thể nắm bắt hay giữ chặt. Bảo nó ở lại, nó chẳng ở; buông nó ra, nó chẳng đi. Không thể gom lại, nhìn thấy hay hiểu thấu. Nó sáng tỏ, nhận biết, tỉnh thức, nhưng không thể nghĩ bàn. Cậu cầu xin Milarepa giải thích ý nghĩa của tâm.

Listen to me, dear shepherd, the protector of sheep!
By merely hearing about sugar's taste,
Sweetness cannot be experienced;
Though one's mind may understand
What sweetness is,
It cannot experience directly;
Only the tongue can know it.

Hãy lắng nghe, hỡi người chăn cừu thân mến, người bảo hộ đàn chiên!
Chỉ nghe nói về vị của đường,
Ta không thể nếm được vị ngọt;
Dù tâm có thể hiểu
Vị ngọt là gì,
Nó vẫn không thể trực tiếp kinh nghiệm;
Chỉ có lưỡi mới biết được.

In the same way one cannot see in full
The nature of mind,
Though he may have a glimpse of it
If it has been pointed out by others.
If one relies not on this one glimpse,
But continues searching for the nature of mind,
He will see it fully in the end.
Dear shepherd, in this way you should observe your mind.

Cũng vậy, người ta không thể thấy trọn vẹn
Bản tánh của tâm,
Dù có thể thoáng nhận ra nó
Khi được người khác chỉ thẳng.
Nếu không dừng lại nơi cái thấy thoáng qua ấy,
Mà tiếp tục tìm kiếm bản tánh của tâm,
Cuối cùng người ấy sẽ thấy trọn vẹn.
Hỡi người chăn cừu thân mến, con hãy quán sát tâm mình theo cách ấy.

THE SEARCH CONTINUES / TIẾP TỤC TÌM TÂM

Milarepa instructed him: "Try to find the color of the mind. Is it white, red, or what? What is its shape? Is it oblong, round, or what? Also try to locate where in your body it dwells."

Milarepa dạy: "Hãy tìm xem tâm có màu gì: trắng, đỏ hay màu nào khác? Hình dạng của nó ra sao: dài, tròn hay thế nào? Đồng thời hãy tìm xem nó trú ở đâu trong thân con."

The next morning the shepherd replied: "It is limpid, lucid, moving, unpredictable, and ungraspable; it has no color or shape. When it associates with the eyes, it sees; with the ear, it hears; with the nose, it smells; with the tongue, it tastes and talks; and with the feet, it walks."

Sáng hôm sau, người chăn cừu thưa: "Tâm trong trẻo, sáng tỏ, chuyển động, khó lường và không thể nắm bắt; nó không có màu sắc hay hình dạng. Khi kết hợp với mắt, nó thấy; với tai, nó nghe; với mũi, nó ngửi; với lưỡi, nó nếm và nói; với chân, nó bước đi."

Listen to me, young shepherd.
The body is between the conscious and unconscious state,
While the mind is the crucial and decisive factor!
He who feels sufferings in the lower Realms
Is the prisoner of Samsara,
Yet it is the mind that can free you from Samsara.

Hãy lắng nghe, hỡi người chăn cừu trẻ.
Thân ở giữa trạng thái có ý thức và vô thức,
Trong khi tâm là yếu tố then chốt và quyết định!
Kẻ chịu đau khổ trong các cõi thấp
Là tù nhân của luân hồi,
Nhưng chính tâm cũng có thể giải thoát con khỏi luân hồi.

Surely you want to reach the other shore?
Surely you long for the City of Well-Being and Liberation?
If you desire to go, dear child, I can show
The way to you and give you the instructions.

Hẳn con muốn sang tới bờ bên kia?
Hẳn con mong đến Thành An Lạc và Giải Thoát?
Nếu con muốn đi, hỡi người con thân mến, ta có thể chỉ
Con đường và ban cho con những giáo huấn.

Milarepa then taught him Taking Refuge and asked him to examine which takes refuge—the mind or the body. The next morning the shepherd explained that neither body nor mind could be found as an enduring refuge-seeker. The body disintegrates; past mind has gone, future mind has not yet come, and the present flowing mind does not remain.

Sau đó Milarepa dạy cậu quy y và bảo cậu quán sát xem thân hay tâm là chủ thể quy y. Sáng hôm sau, người chăn cừu trình bày rằng không thể tìm thấy thân hay tâm như một chủ thể quy y thường còn. Thân sẽ tan rã; tâm quá khứ đã qua, tâm tương lai chưa đến, còn dòng tâm hiện tại chẳng dừng trụ.

THE SONG OF NON-EGO / BÀI CA VÔ NGÃ

I sincerely pray to my Guru
Who realized the truth of Non-ego.
I pray with body, words, and mind;
I pray with great faith and sincerity.
Pray bless me and my disciples,
Enable us to realize the Truth of Non-ego!
Pity us and deliver us from the plight of ego-clinging!

Con chí thành cầu nguyện Đạo sư của con,
Bậc đã chứng ngộ chân lý Vô ngã.
Con cầu nguyện bằng thân, khẩu và ý;
Con cầu nguyện với đức tin và lòng chân thành sâu xa.
Xin gia trì cho con và các đệ tử,
Giúp chúng con chứng ngộ chân lý Vô ngã!
Xin thương xót và giải thoát chúng con khỏi cảnh ngộ chấp ngã!

Listen carefully, dear shepherd.
Clinging to the notion of ego is
Characteristic of this consciousness.
If one looks into this consciousness itself,
He sees no ego; of it nothing is seen!
If one can practice the teaching of Mahamudra
And knows how to see nothing, something will be seen.

Hãy lắng nghe kỹ, hỡi người chăn cừu thân mến.
Bám chấp vào quan niệm về cái tôi
Là đặc tính của thức này.
Nếu nhìn thẳng vào chính thức ấy,
Ta không thấy cái tôi; chẳng có gì được thấy!
Nếu có thể thực hành giáo pháp Đại Thủ Ấn
Và biết cách thấy cái không thể thấy, điều gì đó sẽ được thấy.

To practice the teaching of Mahamudra
One needs great faith, humility, and zeal as the Foundation.
One should understand the truth of Karma and Causation as the Path.
In order to achieve the Accomplishment, one should depend upon a Guru
For the Initiation, Instruction, and Inner Teaching.

Để thực hành giáo pháp Đại Thủ Ấn,
Cần lấy đức tin lớn lao, sự khiêm cung và tinh tấn làm Nền tảng.
Phải hiểu chân lý của nghiệp và nhân quả như Con đường.
Để đạt Thành tựu, phải nương tựa một Đạo sư
Để nhận quán đảnh, chỉ dẫn và giáo huấn nội mật.

When you sought the 'I' last night you could not find it.
This is the practice of Non-ego of Personality.
If you want to practice the Non-ego of Existence,
Follow my example and for twelve years meditate.
Then you will understand the nature of Mind.
Think well on this, dear boy!

Khi tối qua con tìm kiếm cái 'tôi', con đã không thể tìm thấy.
Đó là sự thực hành Nhân vô ngã.
Nếu muốn thực hành Pháp vô ngã,
Hãy noi gương ta và thiền định trong mười hai năm.
Khi ấy con sẽ hiểu bản tánh của tâm.
Hãy suy xét kỹ điều này, hỡi người con thân mến!

INSTRUCTION ON MEDITATIVE EXPERIENCE / CHỈ DẠY VỀ KINH NGHIỆM THIỀN

When your body is rightly posed, and your mind absorbed deep in meditation,
You may feel that thought and mind both disappear;
Yet this is but the surface experience of Dhyana.
By constant practice and mindfulness thereon,
One feels radiant Self-awareness shining like a brilliant lamp.

Khi thân con ngồi đúng tư thế và tâm chìm sâu trong thiền định,
Con có thể cảm thấy cả tư tưởng lẫn tâm đều biến mất;
Nhưng đó chỉ là kinh nghiệm bề mặt của thiền-na.
Nhờ thực hành liên tục và duy trì chánh niệm nơi đó,
Ta cảm nhận tự giác sáng ngời như một ngọn đèn rực rỡ.

It is pure and bright as a flower;
It is like the feeling of staring
Into the vast and empty sky.
The Awareness of Voidness is limpid and transparent, yet vivid.
This Non-thought, this radiant and transparent experience
Is but the feeling of Dhyana.

Nó thanh tịnh và sáng tươi như một đóa hoa;
Nó giống như cảm giác nhìn sâu
Vào bầu trời bao la và trống rỗng.
Tánh giác về Không trong suốt, quang minh nhưng sống động.
Trạng thái vô niệm, kinh nghiệm sáng ngời và trong suốt ấy
Vẫn chỉ là cảm thọ của thiền-na.

With this good foundation
One should further pray to the Three Precious Ones,
And penetrate to Reality by deep thinking and contemplation.
He thus can tie the Non-ego Wisdom
With the beneficial life-rope of deep Dhyana.

Với nền tảng tốt đẹp này,
Hành giả cần tiếp tục cầu nguyện Tam Bảo,
Và thâm nhập Thực tại bằng tư duy và quán chiếu sâu xa.
Nhờ vậy, hành giả có thể kết nối Trí tuệ Vô ngã
Với sợi dây sinh mệnh lợi lạc của thiền-na sâu xa.

With the power of kindness and compassion,
And with the altruistic vow of the Bodhi-Heart,
He can see direct and clear
The truth of the Enlightened Path,
Of which nothing can be seen, yet all is clearly visioned.

Với sức mạnh của lòng từ và bi,
Cùng đại nguyện vị tha của Tâm Bồ-đề,
Hành giả có thể thấy trực tiếp và rõ ràng
Chân lý của Con đường Giác ngộ—
Nơi không có gì để thấy, nhưng tất cả đều được thấy sáng tỏ.

He sees how wrong were the fears and hopes of his own mind.
Without arrival, he reaches the place of Buddha;
Without seeing, he visions the Dharmakaya;
Without effort, he does all things naturally.
Dear son, the Virtue-seeker, bear this instruction in your mind.

Hành giả thấy rõ những sợ hãi và hy vọng của tâm mình đã sai lầm thế nào.
Không cần đến mà vẫn tới cõi Phật;
Không thấy mà vẫn trực nhận Pháp thân;
Không dụng công mà mọi việc tự nhiên thành tựu.
Hỡi người con tìm cầu thiện pháp, hãy ghi nhớ lời chỉ dạy này trong tâm.

Milarepa then gave the boy the complete Initiation and verbal instructions. After practicing them, the boy attained superlative Experience and Realization. He became known as one of the Jetsun's "Heart-Sons," Repa Sangje Jhap.

Sau đó Milarepa ban cho cậu bé quán đảnh đầy đủ và những chỉ dạy khẩu truyền. Nhờ thực hành, cậu đạt kinh nghiệm và chứng ngộ thù thắng. Về sau, cậu được biết đến như một trong những "Tâm tử" của Jetsun, Repa Sangje Jhap.

SOURCE / NGUỒN

The Hundred Thousand Songs of Milarepa, translated by Garma C. C. Chang, Story 12, "The Shepherd's Search for Mind," printed pages 119-130. Selected passages above are from printed pages 122-129 (PDF pages 142-149).

The Hundred Thousand Songs of Milarepa, bản dịch Anh ngữ của Garma C. C. Chang, Truyện 12, "The Shepherd's Search for Mind," trang sách in 119-130. Các đoạn tuyển chọn trên đây nằm ở trang in 122-129 (trang PDF 142-149).