THE SONG OF “HOW TO GAIN HAPPINESS AND AVOID SUFFERING”

BÀI CA “LÀM SAO ĐẠT HẠNH PHÚC VÀ TRÁNH KHỔ ĐAU”

Chapter 40 · Printed pages 456–457 · Part I

ORIGINAL ENGLISH

Obeisance to all Gurus

BẢN DỊCH TIẾNG VIỆT

Đảnh lễ tất cả chư vị Đạo sư.

ORIGINAL ENGLISH

At the feast held for Rechungpa on his return from India by the patrons and disciples of Red Rock and Bouto, Jetsun Milarepa prophesied the coming of the peerless Gampopa. Then he was invited by the patrons to remain in Chu Bar. [While Milarepa was there], a great yogi [meditator] of the Lan tribe, having heard of his reputation and filled with enthusiasm and aspiration, arrived from Dagbo. As soon as he saw the Jetsun a Samadhi of bliss, illumination and non-thought arose within him. His faith confirmed, he said to Milarepa, “I am a yogi from Dagbo. I have learned many teachings, including the Great Perfection, from several Gurus; I have also practiced the Meditation-of-Distinctive-Observations,[1] and the [Tantric] Action-of-Equality.[2] I am not satisfied with the shallow experiences of mere understanding and have been greatly inspired by your reputation, therefore I now come to you for the Dharma. Please be kind enough to grant me the Instructions.” The Jetsun asked, “Have you yet had these Experiences during your devotion? Now listen to my song”:

BẢN DỊCH TIẾNG VIỆT

Trong buổi tiệc do các thí chủ và đệ tử ở Red Rock và Bouto tổ chức để đón Rechungpa trở về từ Ấn Độ, Tôn giả Milarepa đã tiên tri về sự xuất hiện của Gampopa vô song. Sau đó, các thí chủ thỉnh Ngài lưu lại Chu Bar. [Trong thời gian Milarepa ở đó], một hành giả thiền định xuất sắc thuộc bộ tộc Lan, sau khi nghe danh tiếng của Ngài, đã từ Dagbo đến với lòng nhiệt thành và khát ngưỡng. Vừa nhìn thấy Tôn giả, trong ông liền khởi lên trạng thái tam-muội của đại lạc, quang minh và vô niệm. Niềm tin được củng cố, ông thưa với Milarepa: “Con là một hành giả từ Dagbo. Con đã học nhiều giáo pháp, kể cả Đại Viên Mãn, từ một số vị Đạo sư; con cũng đã thực hành Thiền Quán Sát Phân Biệt[1] và [pháp Mật thừa] Hành Động Bình Đẳng.[2] Con không thỏa mãn với những kinh nghiệm nông cạn chỉ thuộc sự hiểu biết. Danh tiếng của Ngài đã khiến con vô cùng cảm phục, nên hôm nay con đến cầu Pháp. Xin Ngài từ bi ban những lời chỉ dạy.” Tôn giả hỏi: “Trong khi tu tập, con đã từng trải qua những kinh nghiệm này chưa? Giờ hãy nghe bài ca của ta:”

ORIGINAL ENGLISH

Have you missed the holy Guru’s Pith-Instructions,
Because of mere verbal knowledge?
Have you missed the profound Distinct Wisdom
Because of your Two Clingings?
Have you lost the view of profound insight
Because of the hindrance of dualism?
In practicing the Meditation-of-No-Perception
Have you fallen into the pitfall of forms?
In practicing the Action-of-Equality
Have you gone astray through indulgence and skepticism?
Have you failed to understand that Nirvana’s fruit
Is found within yourself?
Have you thought the false experiences,
Contrary to the sayings of the Tantras,
To be genuine and sound?
Have you missed the intrinsically void Mind-Essence
By obstructing it with artificial thought?
When you practiced Yoga in solitude
Were you misled by demons in disguise?
As a potter turns his wheel,
The forces of ignorance
Turn one ever in Samsara.

BẢN DỊCH TIẾNG VIỆT

Có phải con đã bỏ lỡ những lời khẩu quyết
Của bậc Đạo sư tôn quý,
Chỉ vì kiến thức nơi lời nói?
Có phải con đã bỏ lỡ Trí Tuệ Phân Biệt sâu xa
Vì hai sự chấp thủ của mình?
Có phải con đã đánh mất cái thấy thấu suốt sâu xa
Vì bị nhị nguyên ngăn ngại?
Khi thực hành Thiền Vô Tưởng,
Có phải con đã rơi vào cạm bẫy của hình tướng?
Khi thực hành Hành Động Bình Đẳng,
Có phải con đã lạc lối vì buông lung và hoài nghi?
Có phải con đã không hiểu rằng quả Niết-bàn
Vốn được tìm thấy ngay nơi chính mình?
Có phải con đã tưởng những kinh nghiệm sai lầm,
Trái với lời dạy của Mật điển,
Là chân thật và vững chắc?
Có phải con đã bỏ lỡ Tâm Tánh vốn tự Không
Vì che lấp nó bằng tư tưởng tạo tác?

Khi thực hành Du-già nơi cô tịch,
Có phải con đã bị những ma chướng giả dạng đánh lừa?
Như người thợ gốm quay bàn xoay,
Sức mạnh của vô minh
Khiến chúng sinh mãi luân chuyển trong luân hồi.

ORIGINAL ENGLISH

The yogi replied, “It is true that I have been like that. Now please initiate and instruct me in order to correct these faults.” Milarepa granted his request and set him to meditate. After some time, the yogi, now called Lan Gom Repa, was still unable to get rid of his attachment to virtues, still thinking them to be concrete and with definite form. Many wandering thoughts rose in his mind, so that he could not free it; he had an urge to visit the town, and so forth. Milarepa was fully aware of this, so when Lan Gom Repa came to report his Experience and progress he said, “Lan Gom, you should not cling to the formality of virtuous deeds, but try to subdue your wandering thoughts about going to the town, and concentrate on your meditation; otherwise you can never free yourself from the Three Realms of Samsara. Take heed of these things.” Then Milarepa sang:

BẢN DỊCH TIẾNG VIỆT

Hành giả đáp: “Quả thật con đã như vậy. Nay xin Ngài truyền pháp và chỉ dạy để con sửa chữa những lỗi lầm này.” Milarepa chấp thuận và hướng dẫn ông thiền định. Một thời gian sau, hành giả, lúc này được gọi là Lan Gom Repa, vẫn chưa thể từ bỏ sự bám chấp vào các thiện hạnh, vì còn xem chúng là những sự vật cụ thể có hình tướng xác định. Nhiều vọng niệm nổi lên trong tâm khiến ông không thể giải thoát tâm mình; ông lại muốn vào thị trấn và còn những ý nghĩ tương tự. Milarepa biết rõ điều ấy. Vì thế, khi Lan Gom Repa đến trình bày kinh nghiệm và tiến bộ, Ngài dạy: “Lan Gom, con không nên chấp vào hình thức của các thiện hạnh. Hãy điều phục những vọng tưởng muốn vào thị trấn và chuyên chú thiền định; nếu không, con sẽ không bao giờ thoát khỏi ba cõi luân hồi. Hãy ghi nhớ những điều này.” Rồi Milarepa cất tiếng hát:

ORIGINAL ENGLISH

For him who keeps the tradition of the Lineage
All errors vanish in the Ultimate,
All things come with ease at the right time.
He who acts like this is a true yogi.
In the practice of Mahamudra
There is no room for thinking with a clinging mind.
When Realization of the State-Beyond-Playwords arises
There is no need to chant or keep the rules.
Yogis wandering in towns

BẢN DỊCH TIẾNG VIỆT

Đối với người gìn giữ truyền thống của dòng truyền thừa,
Mọi sai lầm đều tan biến trong Chân Đế,
Mọi việc đến đúng lúc một cách tự nhiên, dễ dàng.
Người hành trì như thế là một hành giả Du-già chân chính.
Trong sự thực hành Đại Thủ Ấn,
Không có chỗ cho tư duy với tâm chấp thủ.
Khi chứng ngộ trạng thái vượt ngoài ngôn từ và khái niệm khởi hiện,
Không cần tụng niệm hay giữ những quy tắc.
Những hành giả Du-già lang thang nơi thị trấn…

Source: Garma C. C. Chang (trans.), The Hundred Thousand Songs of Milarepa, Chapter 40, printed pp. 456–457. Continued in Part II. The last song continues on printed p. 458.