Nguyệt san

CHÁNH PHÁP

SỐ 91
THÁNG 06.2019

HOẰNG PHÁP — GIÁO DỤC — VĂN HỌC PHẬT GIÁO — TIN TỨC PHẬT SỰ

Địa chỉ tòa soạn: **4717 W. First Street, Santa Ana, CA 92703 – U.S.A.** | *Tel.:* **(714) 548-4148 / (714) 571-0473** | *Email:* **baivochanhphap@gmail.com**
Website: **chanhphap.us | chanhphap.org | chanhphap.net**

Chủ nhiệm: **HT. Thích Nguyên Trí**
Trị sự: **ĐĐ. Thích Huệ Cảnh**
Thư ký: **ĐĐ. Thích Đồng Thiện**
Thủ quỹ: **Ni sư Thích Diệu Tánh**
Chủ bút: **Vĩnh Hảo**
Với sự cộng tác của chư tôn đức Tăng Ni và văn thi hữu tán đồng chủ trương của Chánh Pháp.
Trình bày: **Tâm Quang**
Hình bìa: **Google Image**

LIÊN LẠC:

- *Bài vở:* baivochanhphap@gmail.com
- *Quảng cáo / Phát hành:*
  (714) 638-0989
  (714) 266-4171

Trải hơn 25 thế kỷ, Chánh Pháp của Phật vẫn được tuyên dương và lưu truyền bởi hàng đệ tử xuất gia lẫn tại gia, đem lại giải thoát và giác ngộ cho những ai học hỏi và thực hành đúng đắn. Chánh Pháp ấy là thuốc hay, nhưng bệnh mà không uống thì chẳng phải là lỗi của thuốc. Trong kinh Di Giáo, đức Phật cũng ân cần huấn thị lần chót bằng những lời cảm động như sau: *"Thể hiện lòng đại bi, Như Lai đã nói Chánh Pháp ích lợi một cách cứu cánh. Các thầy chỉ còn nỗ lực mà thực hành... Hãy tự cố gắng một cách thường trực, tinh tiến mà tu tập, đừng để đời mình trôi qua một cách vô ích, và sau này sẽ phải lo sợ hối hận."*

Báo Chánh Pháp có mặt để góp phần giới thiệu đạo Phật đến với mọi người. Ước mong pháp mầu của Phật sẽ được lưu chuyển qua những trang báo nhỏ này, mỗi người sẽ tùy theo căn tánh và nhân duyên mà tiếp nhận hương vị.

Nguyệt san Chánh Pháp là báo biếu, không trả nhuận bút cho bài vở gửi đăng. Quý văn thi hữu nào muốn có nhuận bút xin ghi rõ "có nhuận bút" và địa chỉ liên lạc để tòa soạn quyết định. Bài gửi đăng xin đánh máy sẵn và gửi bằng electronic file qua email: baivochanhphap@gmail.com.

Trân trọng cảm ơn.

NỘI DUNG SỐ NÀY:

- **THƯ TÒA SOẠN**, *trang 2*
- **TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI** *(Diệu Âm lược dịch), trang 4*
- **NỘI DUNG KINH DIỆU PHÁP LIÊN HOA, t.t.** *(HT. Thích Thắng Hoan), trang 9*
- **TỊNH** *(thơ Diêu Linh), trang 10*
- **KỶ NIỆM PHẬT ĐẢN 2019** *(ĐNT. Tín Nghĩa), trang 11*
- **TÔN SƯ TRỌNG ĐẠO** *(thơ Tánh Thiện), trang 14*
- **THÔNG TƯ CẦU AN CHO HT. THÍCH NGUYÊN TRÍ** *(Hội Đồng Điều Hành), trang 15*
- **GIỚI LÀ BẬC THẦY CAO CẢ NHẤT** *(HT. Thích Thiện Siêu), trang 16*
- **NĂM PHÁP HỦY NHỤC TƯ CÁCH NGƯỜI XUẤT GIA** *(Quảng Tánh), tr. 19*
- **TẬN DỤNG KHI ĐƯỢC THÂN NGƯỜI & BÍ QUYẾT TU HÀNH** *(Thích Viên Thành), trang 20*
- **THƯ MỜI AN CƯ KIẾT HẠ VÀ ĐẠI HỘI THƯỜNG NIÊN GHPGVNTNHK** *(Hội Đồng Điều Hành), trang 22*
- **THÔNG BÁO AN CƯ SỐ 3** *(Hội Đồng Điều Hành), trang 23*
- **QUAN ÂM TU VIỆN PHÚ** *(thơ Chúc Hiền), trang 24*
- **SEN VÀ CÁ** *(Mặc Phương Tử), trang 25*
- **TU NGỒI, TU NẰM** *(thơ TM Ngô Tằng Giao), trang 27*
- **KHOA HỌC, NGHỆ THUẬT VÀ TÍNH TÂM LINH** *(Nguyễn Thế Đăng), trang 28*
- **THIỀN ĐI BỘ** *(Huỳnh Kim Quang dịch), trang 30*
- **THẦN THÔNG VÀ TU CHỨNG – Câu Chuyện Dưới Cờ** *(Nhóm Áo Lam), tr. 32*
- **VẤN ĐỀ TÂM VẬT TRONG ĐẠO PHẬT – Lá Thư Đầu Tuần** *(Nhóm Áo Lam), tr. 33*
- **KHÁI QUÁT VỀ CÔNG CUỘC CHẤN HƯNG PHẬT GIÁO TỪ 1930 ĐẾN 1945** *(Nguyễn Lang), trang 35*
- **NGHIỆP VÀ GIẢI NGHIỆP THEO CHÁNH PHÁP** *(Nguyên Giác), trang 38*
- **THÔNG BẠCH SỐ 1 & PHIẾU GHI DANH THAM DỰ KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 9** *(HT. Thích Đỗng Tuyên), trang 41-45*
- **TẬP TRUNG TÂM THỨC** *(Dalai Lama - Tuệ Uyển dịch), trang 48*
- **THĂM TU VIỆN KIM SƠN** *(thơ Thục Uyên), trang 50*
- **TRUYỆN CỰC NGẮN** *(Steven N.), trang 52*
- **DÁNG THIỀN XƯA** *(thơ Tuệ Nha), trang 53*
- **CUNG CẤP NHIÊN LIỆU CHO CƠ THỂ** *(Bs. Nguyễn Ý Đức), trang 54*
- **STORY OF MAHADHANA, A MER-CHANT** *(Daw Mya Tin), trang 56*
- **NẤU CHAY: BÚN CHAY KIỂU HUẾ** *(Hoàng thị Tố Hà), trang 57*
- **ÁO HẠ VÀNG – TÂM KINH THỜI ĐẠI** *(Toại Khanh), trang 58*
- **ÁO HẠ VÀNG** *(thơ Hư Vô), trang 59*
- **CÓ THỂ TU THEO NGÀI PHỔ HIỀN ĐƯỢC KHÔNG?** *(Đào Văn Bình), trang 60*
- **THÔNG BÁO THỰC HIỆN BỘ 2 CỦA "VĂN HỌC PHẬT GIÁO VIỆT NAM HẢI NGOẠI – SƯU KHẢO"** *(Ban Chủ Trương Văn Học Sưu Khảo), trang 63*
- **BƯỚC ĐI THEO CÕI TÂM HƯƠNG** *(Hạnh Chi), trang 64*
- **BỆNH TẬT, CẦU NGUYỆN VÀ CÚNG KIẾNG** *(Thanh Thị), trang 69*
- **VÀNG HỜI** *(Tiểu Lục Thần Phong), trang 71*
- **CUỘC CHƠI BẤT TẬN** *(thơ Tiểu Lục Thần Phong), trang 73*
- **BỤI ĐƯỜNG – chương 12, t.t.** *(Vĩnh Hảo), trang 74*
- **PHÙ DU** *(thơ Diệu Viên), trang 78*
- **GẦN PHẬT VÀ XA PHẬT** *(Truyện cổ Phật giáo), trang 79*

Chi phiếu ủng hộ xin ghi:
CHANH PHAP
11502 Daniel Ave.
Garden Grove, CA 92840

Báo Chánh Pháp số 91, tháng 06 năm 2019, do Tổng Hội Cư Sĩ PGVN (California) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro ủng hộ ấn phí. Tòa soạn xin thành tâm cảm tạ. Kính nguyện quý hội và chư phật-tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.

Thư Tòa Soạn

CHÍ NHỎ, CHÍ LỚN

Thử nhìn con người qua những giai tầng xã hội:

Chí lớn mà tài kém, cả đời chẳng làm nên đại sự gì.

Chí nhỏ tài cao, vào đời chỉ biết dọn đường mở lối cho tiểu nhân cầm cờ đứng lên.

Chí nhỏ không tài, nhờ ranh ma qua mặt kẻ dưới, lòn cúi dua nịnh người trên, có thể được thành công (trên thương trường hay chính trường), chễm chệ ngồi trên chóp đỉnh vinh quang.

Chí lớn tài cao mà không gặp thời vận, cũng trở thành kẻ bất đắc chí, lất lây một đời với nghèo khổ, bất hạnh; cố gắng bon chen để tìm một nấc thang nào đó trong xã hội thì bị đày đọa chèn ép bởi những kẻ bất tài, vô đức.

Nhưng chí lớn là chí như thế nào?

Kiếm tiền, làm giàu, bủn xỉn chắt mót từng xu để dành cho được số tiền lớn; mỗi ngày nhìn số tiền trong tài khoản ngân hàng tăng dần mà toại chí thành công?

Khổ nhọc học hành, quên ăn bỏ ngủ cho có được bằng cấp để hãnh diện, khoe khoang với người; không có thì tìm cách mua cho có… mới hài lòng, thỏa chí?

Lao tâm, khổ trí, dua nịnh kẻ có quyền, bợ đỡ đảng cầm quyền, dùng miệng lưỡi ru ngủ, dối gạt người để trèo lên đỉnh cao danh vọng quyền thế, hầu mặc sức những lạm lợi ích cho cá nhân và gia đình bè phái, có phải chí lớn?

Chí lớn của kẻ sĩ ở đời, từ xưa đến nay, thực ra, không phải ở chỗ có được danh vọng, quyền thế, cũng không nhất thiết phải nắm được quyền bính để *"trị quốc, bình thiên hạ"* (1), vì không phải ai cũng có cơ hội này. Cốt lõi của trị quốc, an dân, cũng là chỗ mà chí lớn vươn tới, chính là mang lại lợi ích cho số đông, cho nhân quần xã hội. Có thể mượn hình ảnh của những nhà từ thiện vĩ đại như tỷ phú Bill Gates, Ni sư Chứng Nghiêm (2), v.v… làm biểu trưng cho chí nguyện lớn lao trên trần thế này. Tất nhiên nhờ có tài sản lớn mà họ có thể thực thi được nhiều điều ích lợi cho hàng triệu người trên trái đất; nhưng không phải ai có tiền cũng làm được điều họ làm. Điều to tát vĩ đại họ đem lại cho con người và cuộc đời được khởi đi từ Lòng Thương Rộng Lớn - Đại Bi Tâm. Họ không nắm quyền lực chính trị, không điều hành guồng máy quốc gia (theo nhiệm kỳ, hay độc tài vô thời hạn), nhưng ảnh hưởng của họ là rộng khắp, dài lâu, không có giới hạn thời gian.

Còn như nói chí lớn của kẻ trị quốc, theo quan điểm Phật giáo, không phải ở chỗ quốc gia đó lớn hay nhỏ, có tầm hạn cục khu vực hay tầm quốc tế, mà chính là ở chỗ vị "quân vương" đó có tâm chí và thuật trị quốc an dân như thế nào để xứng đáng được tôn xưng là *"Chuyển Luân Thánh Vương."* (3) Vị quân vương ấy trước hết phải có từ tâm của bậc Thánh, hành xử của bậc Thánh, truyền rộng Chánh Pháp khắp nơi, mang lại lợi ích an vui cho toàn thế giới.

Và bây giờ, hãy nói về chí lớn của người tại gia và xuất gia đệ tử Phật.

Mục tiêu tối hậu của tất cả pháp hành là giải thoát, giác ngộ; giải thoát tự thân, giải thoát cho người; giác ngộ tự thân, giác ngộ cho người. Tâm nguyện hướng về mục tiêu ấy là chí lớn. Chí lớn ấy cũng khởi phát từ bi-nguyện cứu khổ chúng sinh. Vì khổ não của thế gian mà đem cả thân tâm, hướng về giải thoát, giác ngộ. Nói rõ hơn thì chí lớn của người tu Phật là thành Phật, tức là được giải thoát và giác ngộ hoàn toàn như Đức Phật để có thể cứu độ tất cả chúng sinh.

Không nuôi dưỡng và thực hiện chí nguyện cao xa này thì dù tại gia hay xuất gia, cũng chỉ là lạm xưng: không thể là kẻ *"thừa tự Chánh pháp"* (4).

Đừng nói chí lớn là tạo dựng chùa chiền nguy nga "hoành tráng" hay những kỷ lục quốc gia, châu lục, thế giới… (trong khi muôn dân đói rách lầm than).

Đừng nói chí lớn là nỗ lực leo hết những thang bậc giới phẩm trong giáo hội hay chức vụ trong thế quyền (mà không nhớ rằng tất cả danh vọng, quyền lợi của thế gian đối với bậc hiền trí vô tham đều phù phiếm như đôi dép bỏ).

Đừng nói chí lớn là gán ghép Đức Phật song hành với một lãnh tụ chính trị, hoặc hệ thống tổ chức Phật giáo đồng hành với một đảng phái thế tục bất nhân, bất cận nhân tình. (Song hành và đồng hành thế nào được giữa Phật và Ma, giữa Chánh và Tà, giữa Thiện và Ác… trong khi sinh linh rên siết thống khổ mà người con Phật thờ ơ, không khởi lên được chút từ tâm để dang tay cứu độ!)

Chí nguyện của người con Phật, đặc biệt là người xuất gia, thật phi thường, cao viễn; không có thước đo hay bằng khen thưởng nào của thế gian có thể chạm đến được. Chí nguyện thâm thiết ấy đã được cất lên từ khi mới bước vào thiền môn, cạo bỏ tóc xanh, tham dự hàng ngũ xuất trần:

"Hủy hình thủ khí tiết
Cát ái từ sở thân
Xuất gia hoằng Phật đạo
Thệ độ nhất thiết nhân." (5)

Dù đã trải qua 20 năm, 30 năm, cho đến nửa thế kỷ hay gần một thế kỷ tu tập, những vị trưởng tử Như Lai cũng cần khắc ghi và thắp sáng chí nguyện ban sơ này.

Vì lợi ích cho số đông mà hoằng truyền Chánh Pháp. Vì thương chúng sinh mê mờ khổ ách mà nguyện dấn thân độ khắp. Chí nguyện như vậy, trùm khắp nhân gian, có đâu mà lẩn quẩn trong lợi danh, quyền thế bé nhỏ tầm thường.

---

1) *"Tu thân, tề gia, trị quốc, bình thiên hạ"* (4 trong 8 mục để thực hiện cương lĩnh của Nho giáo - gồm có: Cách vật, Trí tri, Thành ý, Chính tâm, Tu thân, Tề gia, Trị quốc, Bình thiên hạ, do Khổng Tử đề ra trong sách *Đại Học* - một trong Tứ Thư).
2) Pháp sư Chứng Nghiêm, 1937, vị danh Ni của Phật giáo Đài Loan, đệ tử của Đại Sư Ấn Thuận. Pháp Sư Chứng Nghiêm thành lập Hội Công Đức Từ Tế vào năm 1966 với 30 thành viên là các phụ nữ nội trợ và số tiền dành dụm ít ỏi. Hiện nay thành viên của Hội Từ Tế đã lên đến 5 triệu người trên 30 quốc gia từ Đông sang Tây; hoạt động rộng khắp cho công ích xã hội với việc cứu trợ nghèo đói, thiên tai, đóng góp to lớn cho y tế, giáo dục quốc gia và quốc tế.
3) Theo kinh Phật, Chuyển Luân Thánh Vương là vị vua *"…trị vì quả đất này cho đến hải biên, dùng Chánh pháp trị nước, không dùng trượng, không dùng kiếm…"* Ở một đoạn khác, khi vị thái tử nối ngôi Chuyển Luân Thánh Vương hỏi vua cha 'Thế nào là Thánh Vương Chánh Pháp?' thì được trả lời: *"Này thái tử thân yêu, con y cứ vào Pháp, kính trọng Pháp, cung kính Pháp, đảnh lễ Pháp, cúng dường Pháp, tôn trọng Pháp, tự con trở thành Pháp tràng, Pháp kỳ, xem Pháp là thầy, tự trở thành người bảo vệ hợp pháp cho thứ dân, cho quân đội, cho Sát đế lỵ, cho quần thần, cho Bà la môn, cho gia chủ, cho thị dân, thôn dân, cho Sa môn, Bà la môn, cho các loài thú và loài chim. Chớ có làm gì phi pháp trong quốc độ của con… Con hãy ngăn chận họ khỏi sự bất thiện và khuyến khích họ làm điều thiện. Này con thân yêu, như vậy là Thánh vương Chánh pháp."* (*Trường Bộ Kinh – Digha Nikaya, 26. Kinh Chuyển Luân Thánh Vương Sư Tử Hống,* HT. Thích Minh Châu dịch)
4) "Thừa tự Chánh pháp" là thừa kế sự nghiệp của Đức Thế Tôn bằng cách thực hành Chánh Pháp. *Kinh Bất Đoạn* trong *Trung Bộ Kinh – Majjhima Nikaya,* có câu tán thán Thánh giả Sariputta (Xá-lợi-phất) như sau: *"Người này là con chánh tông của Thế Tôn, sanh ra từ miệng, sanh ra từ Pháp, do Pháp hóa thành, thừa tự Chánh pháp, không thừa tự vật chất."*
5) Hủy hình giữ khí tiết / Cát ái, xa người thân / Xuất gia hoằng Phật đạo / Thề độ hết chúng sinh.

TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

DIỆU ÂM *lược dịch*

HÀN QUỐC: Các công sứ tìm hiểu ý nghĩa của thực phẩm nhà chùa Hàn Quốc

Seoul, Hàn Quốc - Khám phá các loại rau đa dạng có sẵn ở Hàn Quốc là một trong nhiều điều mà các công sứ của các ngoại giao đoàn tại đây đã học được, khi họ tập nấu thực phẩm mà các nhà sư Hàn Quốc ăn vào ngày 18-4-2019 tại Trung tâm Đồ chay Hàn Quốc tại Quận Jongno ở trung tâm Seoul.

Có 14 vị khách mời (thuộc các sứ quán như Ai Cập, Bỉ, Romania, Brazil, Bờ Biển Ngà, Phi Luật Tân), cùng với phu nhân của Thị trưởng Seoul, đã tham dự sự kiện này để tìm hiểu thêm về một phong cách ẩm thực Hàn Quốc – vốn gần đây đang được chú ý trên khắp thế giới. Theo sự hướng dẫn, họ phải làm 2 món ăn trong khi tìm hiểu về những ý tưởng cơ bản cho văn hóa ẩm thực nhà chùa.

Một trong những lý do lớn nhất khiến nhiều người tò mò về đồ ăn chay là vì họ nghĩ rằng nó tốt cho sức khỏe.

(Korea Joongang Daily – April 22, 2019)

Khách mời từ các sứ quán tìm hiểu ý nghĩa của thực phẩm nhà chùa Hàn Quốc
Photos: Park Sang-moon

ẤN ĐỘ: Chư tăng tại Bồ đề Đạo tràng cầu nguyện cho các nạn nhân của vụ đánh bom hàng loạt ở Tích Lan

Tối 21-4-2019, các tu sĩ Phật giáo tại chùa Đại Giác ở Bồ đề Đạo tràng đã tiến hành buổi cầu nguyện và cầm nến diễn hành dành cho các nạn nhân của loạt đánh bom ngày 21-4 tại Tích Lan.

"Nhiều thường dân đã thiệt mạng trong vụ tấn công khủng bố tại Tích Lan. Tôi nghĩ rằng khủng bố không nên có chỗ đứng trên thế giới này. Buổi cầu nguyện này là dành cho sự bình an của linh hồn những người đã chết trong vụ tấn công," một tu sĩ Phật giáo nói.

Đã xảy ra 8 vụ nổ tại các nhà thờ và khách sạn ở các thành phố Colombo, Negombo, Kochchikade và Batticaloa của Tích Lan khi cộng đồng Kitô giáo tổ chức lễ Chủ nhật Phục Sinh, nhằm ngày 21-4-2019.

(ANI – April 22, 2019)

Chư tăng tại Bồ đề Đạo tràng cầu nguyện cho nạn nhân của các vụ đánh bom ở Tích Lan
Photo: ANI

HOA KỲ: Tu sĩ Phật giáo đi bộ khắp nước Mỹ trên Tuyến đường 66 nhằm mục đích truyền bá thông điệp hòa bình

Amarillo, TX – Một tu sĩ Phật giáo đi bộ khắp nước Mỹ trên Tuyến đường 66 với hy vọng truyền bá thông điệp hòa bình đang đi qua Amarillo, Texas.

Sutham Nateetong, 59 tuổi, là nhà sư xuất gia đã 5 năm. Ông dành thời gian để đi bộ đường dài với hy vọng truyền bá một thông điệp về hòa bình và sự cảm thông.

"Tôi nghĩ rằng bây giờ trên thế giới, chúng ta có nhiều cuộc chiến tranh, bom đạn, nhiều người thiệt mạng," ông nói. "Tôi nghĩ nếu mọi người có hòa bình, chúng ta sẽ có một thế giới hạnh phúc".

Hiện tại, sư Nateetong đang trên hành trình xuyên nước Mỹ trên Tuyến đường 66. Ông đã khởi hành vào ngày 2-3-2019 tại Bến tàu Santa Monica và dự định có mặt tại Thành phố New York vào tháng 7 để hoàn tất hành trình dài 3,000 dặm.

(newschannel10.com – April 26, 2019)

Sư Nateetong đang trên hành trình xuyên nước Mỹ trên Tuyến đường 66
Photo: newschannel10.com

TRỞ VỀ MỤC LỤC

ẤN ĐỘ: Đức Đạt lai Lạt ma đã bình phục hoàn toàn sau khi điều trị tại New Delhi

Dharamshala, Himachal Pradesh - Ngày 7-4-2019, Đức Đạt lai Lạt ma đã được đưa đến một bệnh viện tư nhân ở New Delhi sau khi ngài cho biết cảm thấy khó chịu.

Tenzin Taklha, thư ký riêng của ngài nói rằng: Đức Đạt lai Lạt ma được chẩn đoán bị nhiễm trùng ngực và sẽ nhập viện để điều trị.

Đến ngày 26-4, Đức Đạt lai Lạt ma đã trở lại Dharamshala. "Tôi đã hoàn toàn bình phục. Không có vấn đề gì. Bệnh tình hơi nghiêm trọng, nhưng bây giờ tôi đã bình phục hoàn toàn", ngài nói với giới truyền thông tại đây.

(ANI – April 27, 2019)

Đức Đạt lai Lạt ma trở lại Dharamshala sau khi điều trị tại New Delhi
Photo: Phayul

NHẬT BẢN: Thế giới kỷ niệm ngày Phật Đản

Kato, Hyogo - Hàng chục ngàn người, bao gồm các vị chức sắc khác nhau từ châu Phi, đã tổ chức lễ Phật Đản vào ngày 8-4-2019 tại chùa Sampozan Muryojuji, ngôi chùa chính của Phật phái Nenbutsushu của Nhật Bản.

Đề cập đến sự tham gia của các chức sắc châu Phi, Chủ tịch Hội nghị Thượng đỉnh Phật giáo Gabju Choijamts Demberel từ Mông Cổ cho biết trong một cuộc họp báo rằng ánh sáng của Phật giáo đã được ngời lên trên lục địa châu Phi.

Năm nay, khoảng 107.000 người đã tham dự lễ phật Đản tại chùa, bao gồm những người đến từ Thái Lan, Việt Nam, Ấn Độ, Hoa Kỳ, Canada, Philippines, Úc, Pháp và Đức.

(tipitaka.net – April 27, 2019)

Đại lễ Phật Đản được tổ chức với sự hiện diện của nhiều vị chức sắc khác nhau tại chùa Sampozan Muryojuji ở Kato, tỉnh Hyogo vào ngày 8-4-2019
Photo: Masaaki Kameda

ẤN ĐỘ: Khai quật tượng bằng vữa có kích thước bằng người thật tại địa điểm Phật giáo Phanigiri

Một tác phẩm điêu khắc bằng vữa, có kích thước bằng người thật, đã được khai quật tại địa điểm Phật giáo Phanigiri, bang Telangana ở miền nam Ấn Độ. Đây là di tích Phật giáo có từ thế kỷ thứ 1 trước Công nguyên.

"Tác phẩm điêu khắc độc đáo được phát hiện trong các cuộc khai quật này là mẫu vật lớn nhất và quan trọng nhất, và là một phát hiện hiếm có không chỉ ở Telangana mà còn cả ở trong nước", ông Sunita Bhagwat, giám đốc cục Di sản địa phương cho biết.

Việc khai quật địa điểm này cũng đã tiết lộ các công trình kiến trúc hình vòm được gọi là bảo tháp, các hội trường có cột trụ, một tu viện, các sân nền và cầu thang với các dòng chữ Brahmi có niên đại từ thế kỷ thứ 1 trước Công nguyên đến thế kỷ thứ 4 sau Công nguyên.

(NewsNow – May 1, 2019)

Tượng bằng vữa có kích thước bằng người thật được khai quật tại địa điểm Phật giáo Phanigiri—Photos: TNM

HÀN QUỐC: Một ngày nghỉ của các tiểu tăng tại công viên giải trí ở Yonhin

Yonhin, Gyeonggi - Nhìn thấy trẻ em đi xe tại một công viên giải trí là điều bình thường, nhưng điều gây tò mò nhất là khi các em này lại mặc áo tu sĩ Phật giáo.

Có thể đây là điều lạ đối với nhiều người, nhưng trẻ em trong trang phục tăng sĩ là phong tục ở Hàn Quốc vào thời điểm này trong năm.

Các tiểu tăng nói trên là một phần của lễ 'Trẻ em Trở thành Tăng sĩ Phật giáo' được tổ chức hàng năm.

Trong những tuần trước lễ Phật Đản (năm nay nhằm ngày 12-5 Dương lịch), trẻ em được gởi đi để tham gia chương trình này. Các em cạo đầu, mặc đồ tu và nhận chuỗi hạt cầu nguyện trong một buổi lễ như một phần của chương trình ở- lại-chùa đặc biệt. Với tư cách là những sa di, các em sẽ học đạo pháp và trải nghiệm cuộc sống của các nhà sư trong 2 tuần.

Nhưng không phải tất cả chỉ có kinh kệ, vì các tiểu tăng tại thành phố Yongin vẫn có được một ngày nghỉ để tham quan công viên giải trí Everland.

(The Straits Times – May 3, 2019)

Một ngày nghỉ của các tiểu tăng tại Yonhin, Hàn Quốc

Photos: AFP

HÀN QUỐC: Chính thức khánh thành ngôi chùa bằng đá cổ xưa nhất của đất nước sau gần 2 thập kỷ trùng tu

Ngày 30-4-2019, cơ quan di sản văn hóa của Hàn Quốc đã chính thức khánh thành ngôi chùa bằng đá cổ xưa nhất của đất nước sau một nỗ lực tu sửa kéo dài gần 2 thập kỷ qua.

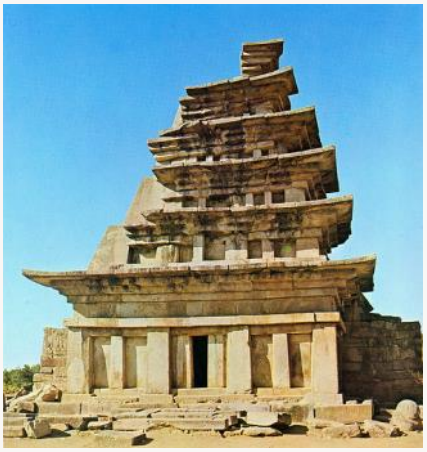
Chùa đá Iksan Mireuksaji thuộc khu đền thờ Mireuksa cổ đại ở tỉnh Bắc Jeolla là ngôi chùa đá lâu đời nhất ở Hàn Quốc, được xây dựng vào thời vương quốc hùng mạnh Baekje (18 BC – 660 AD).

Nằm ở phía tây của khu đền thờ Mireuksa, ngôi chùa đá được phục hồi này cao 14.5 m, rộng 12.5 m và nặng khoảng 1,830 tấn, được chỉ định là Bảo vật Quốc gia số 11.

Quá trình phục hồi bao gồm việc tháo dỡ và xây dựng lại chùa đá có chi phí 20.3 triệu USD.

(Buddhistdoor Global – May 5, 2019)

Ngôi chùa đá được khôi phục tại khu đền Mireuksa đã chính thức khánh thành vào ngày 30-4-2019—Photo: yna.co.kr



Chùa đá Iksan Mireuksaji trước khi trùng tu. Photo: wikipedia.org

Một tấm bảng bằng vàng khắc chữ ghi chi tiết nguồn gốc của chùa đá đã được phát hiện trong quá trình phục hồi chùa Photo: wikipedia.org

ẤN ĐỘ: Đức Đạt lai Lạt ma đóng góp cho các nỗ lực cứu trợ nạn nhân trận bão Fani

Dharamshala, Ấn Độ - Sau trận bão Fani, Đức Đạt lai Lạt ma đã viết thư gởi Thống đốc bang Odisha, Naveen Patnaik, bày tỏ tình đoàn kết với những người bị ảnh hưởng và đóng góp 1 triệu Rupees từ Quỹ Đạt lai Lạt ma cho nỗ lực cứu trợ.

Trong thư, Đức Đạt lai Lạt ma ca ngợi chính quyền bang về việc đã làm giảm số thương vong nhờ nhanh chóng sơ tán người dân.

Hơn 1 triệu người từ khoảng 15,000 ngôi làng và 46 thị trấn đã được sơ tán.

Đức Đạt lai Lạt ma gởi lời chia buồn đến những gia đình đã mất người thân trong trận bão Fani (đổ bộ vào quận Puri vào ngày 3-5-2019) và cầu nguyện cho sự an toàn của mọi người.

(Phayul – May 6, 2019)

NHẬT BẢN: Triển lãm "Nghệ thuật của Jishu: Một Phật phái Mới vào Thời đại Kamakura"

Kyoto, Nhật Bản – Khoảng 130 hiện vật, bao gồm 12 tranh cuộn bảo vật quốc gia "Ippen Hijiri-e" của chùa Sho-jokoji (ngôi chùa chính của tông phái Jishu ở Fujisawa, tỉnh Kanagawa) được trưng bày tại triển lãm "Nghệ thuật của Jishu: Một Phật phái Mới vào Thời đại Kamakura (1192-1333)", đợt đầu tiên bắt đầu từ ngày 13-4 đến 12-5-2019 tại Bảo tàng Quốc gia Kyoto. Triển lãm đợt hai sẽ bắt đầu từ ngày 14-5 đến 9-6-2019.

Bộ tranh cuộn "Ippen Hijiri -e" mô tả nhà sư Ippen (1239-1289), người từng đi khắp nước Nhật để truyền bá đạo Phật bằng cách vừa tụng kinh vừa múa, và là người sáng lập tông phái Jishu vào thời đại Kamakura.

Triển lãm cũng kỷ niệm 700 năm ngày viên tịch của sư Shinkyo (1237-1319), đệ nhị sư tổ của phái Jishu, người kế thừa các hoạt động của sư Ip-pen.

(Tipitaka Network – May 7 , 2019)

Một số tranh thuộc bộ tranh cuộn bảo vật quốc gia "Ippen Hijiri-e" đang được trưng bày tại Bảo tàng Quốc gia Kyoto, Nhật Bản

Photos: Shimbun Asahi

ẤN ĐỘ: Phát hiện cột trụ Phật giáo có niên đại từ thế kỷ thứ 1

Prakasam, Andhra Pradesh - Dân làng Chandaluru ở khu Janakavaram Ponguluru đã phát hiện một cột trụ Phật giáo, được cho là có niên đại từ thế kỷ thứ 1.

Theo ông E Sivanagi Reddy, một học giả Phật giáo và là Tổng giám đốc Trung tâm Văn hóa Vijayawada và Amaravati (CCVA), cột trụ này được chạm khắc trên đá vôi Palnadu, loại đá điển hình được sử dụng trong kiến trúc Phật giáo.

Ông Reddy nói đây là một trụ Aryaka, vốn được xem là cao quý trong đạo Phật. Nó là một trong 5 cột được dựng theo 4 hướng chủ yếu của một bảo tháp Phật giáo. Năm trụ cột này mang ý nghĩa tượng trưng cho 5 giai đoạn của cuộc đời Đức Phật.

Ông nói thêm rằng cột trụ nói trên có thể có nghĩa là trong khu vực này đã từng có một bảo tháp Phật giáo có niên đại từ thời kỳ Satavahana.

(Big News Network – May 8, 2019)

Phát hiện cột trụ Phật giáo có niên đại từ thế kỷ thứ 1 tại huyện Prakasam, bang Andhra Pradesh (Ấn Độ)
Photo: bignewsnetwork.net

NHẬT BẢN: Triển lãm đặc biệt tại ngôi chùa Di sản Thế giới Horyuji

Ikaruga, Nara – Các bảo vật không thường được trưng bày trước công chúng là điểm thu hút chính tại cuộc triển lãm đặc biệt ở chùa Horyuji, một Di sản Thế giới ở Ikaruga, tỉnh Nara.

Chương trình gồm 2 phần (xuân-thu) này quy tụ 146 hiện vật, bao gồm các tượng Phật và các tài liệu lịch sử được lưu truyền tại bản tự.

Trong số này có 59 bảo vật được chính phủ chỉ định là tài sản văn hóa quan trọng.

Triển lãm còn có phần trưng bày hiếm có của tất cả 16 bức tranh trong loạt tranh 16 vị La Hán thuộc thời đại Muromachi (1338-1573).

Phiên bản mùa xuân của triển lãm kéo dài đến ngày 31-5, và phiên bản mùa thu sẽ diễn ra từ 22-9 đến 30-11-2019.

(The Asahi Shimbun – May 9, 2019)

Triển lãm bảo vật Phật giáo tại ngôi chùa Di sản Thế giới Horyuji (Nhật Bản)

Photos: The Asahi Shimbun

SINGAPORE: Tín đồ Phật giáo và Ấn giáo tặng gạo cho người Hồi giáo trong tháng chay Ramadan

Nhằm nhấn mạnh và khẳng định sự hòa hợp liên tôn giáo tại đất nước Singapore đa văn hóa, Ban thường trực Phật giáo và Hội đồng Lạc quyên Ấn giáo đã tặng nhiều tấn gạo cho các đền thờ Hồi giáo trên toàn quốc.

Số gạo này sẽ được dùng để nấu cháo và các bữa ăn tối khác mà các nhóm người nghèo trong cộng đồng Hồi giáo sẽ ăn trong 30 ngày lễ Ramadan.

Ngày 3-5 Hội đồng Lạc quyên Ấn giáo đã tặng 2 tấn gạo cho 4 đền thờ Hồi giáo.

Trước đó, vào tháng 4, Ban thường trực Phật giáo Singa-

pore tặng 35 tấn gạo cho các đền thờ khác nhau của đạo Hồi. Thành lập vào năm 1934, Ban thường trực Phật giáo Singapore là một tổ chức Phật giáo nhằm truyền bá đạo Phật và tham gia các hoạt động từ thiện, bao gồm Trung tâm Phục vụ Gia đình và các Phòng khám miễn phí của người Hoa.

(Buddhistdoor Global – May 9, 2019)

Ban thường trực Phật giáo Singapore tặng 35 tấn gạo cho các đền thờ khác nhau của đạo Hồi
Photo: straitstimes.com

HÀN QUỐC: Chùa chiền trên toàn quốc mừng lễ Phật Đản

Ngày 12-5-2019 (nhằm ngày mùng 8-4 âm lịch) chùa chiền trên khắp Hàn Quốc đã tổ chức các sự kiện đánh dấu lễ Phật Đản năm thứ 2563.

Tại chùa Jogye ở trung tâm thành phố Seoul, một buổi lễ được tổ chức với sự tham dự của khoảng 10,000 tu sĩ Phật giáo và Phật tử. Đại lễ bắt đầu với lễ tẩy trần và dâng các vật phẩm như trái cây, cơm và trà cúng dường Đức Phật.

Trong diễn văn chúc mừng, Hòa thượng Wonhaeng, trưởng tông phái Jogye của Phật giáo Hàn Quốc, nhấn mạnh tầm quan trọng của sự hòa hợp và thống nhất. Ông nói rằng sự hòa hợp sẽ giải thoát mọi người khỏi những khổ đau không cần thiết và dẫn đến sự an lạc.

Bộ trưởng bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch Park Yang-woo đã tham dự sự kiện này và đọc thông điệp chúc mừng lễ Phật Đản của Tổng thống Moon Jae-in.

(KBS WORLD Radio – May 12, 2019)

Lễ Phật Đản tại Seoul, Hàn Quốc—Photo: Yonhap

HÀN QUỐC: Quảng bá chương trình ở-lại-chùa tổ chức tại các tu viện trên núi có tên trong danh sách UNESCO

Đoàn ngoại giao Văn hóa Phật giáo Hàn Quốc đang quảng bá chương trình Ở Lại Chùa tại 7 tu viện trên núi, vốn đã được chỉ định là Di sản Thế giới UNESCO vào tháng 6-2018.

Các tu viện trên núi nói trên đã tồn tại như là những nơi tu tập trong hơn 1,700 năm - từ thế kỷ thứ 4 khi Phật giáo lần đầu tiên du nhập vào Triều Tiên.

Các sơn tự trong danh sách UNESCO này cùng với nhiều chùa chiền Hàn Quốc tổ chức chương trình ở-lại-chùa , một chương trình trải nghiệm văn hóa truyền thống cho phép người tham gia trải nghiệm cuộc sống khổ hạnh hàng ngày tại một đền chùa nằm sâu trong núi, nơi chứa đầy lịch sử và di sản Phật giáo Hàn Quốc.

Hiện tại có tổng cộng 137 tự viện trên cả nước tổ chức các chương trình Ở Lại Chùa, bao gồm 27 chùa đang cung cấp các chương trình bằng tiếng Anh và có các phiên dịch viên nói tiếng Anh.

(Travel Daily News – May 13, 2019)

Tu sĩ Phật giáo với đồ chay Hàn Quốc
Sơn tự Bogeunsa, một trong 7 chùa núi được chỉ định là Di sản Thế giới UNESCO
Photos: Travel Daily News

TRỞ VỀ MỤC LỤC

NỘI DUNG
KINH DIỆU PHÁP LIÊN HOA

HT. Thích Thắng Hoan

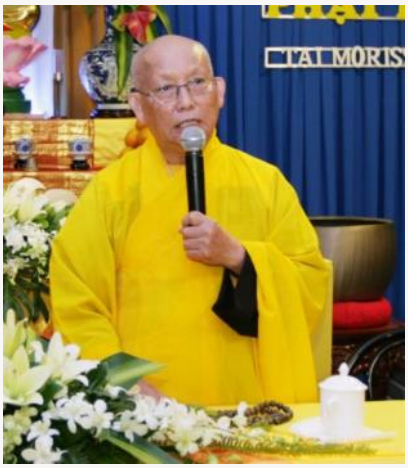
(trích từ tác phẩm YẾU CHỈ KINH DIỆU PHÁP LIÊN HOA)

(tiếp theo)

PHỤ BẢN II

XUẤT XỨ VÀ LỊCH SỬ PHIÊN DỊCH:

I.- XUẤT XỨ:



Kinh Pháp Hoa là bộ kinh mà Phật tử ai cũng đều biết là chính kim khẩu của đức Phật Thích Ca thuyết minh khi Phật còn tại thế. Theo lịch sử Phật Giáo cho biết, đức Phật Thích Ca gần nhập Niết Bàn liền giảng bộ kinh này cùng với bộ kinh Đại Niết Bàn. Theo Tông Thiên Thai phân định, giáo lý của chính đức Phật Thích Ca thuyết pháp trong năm mươi năm độ sanh được chia thành năm thời:

1) Thời Hoa Nghiêm: (gồm 21 ngày)

Sau khi thành đạo nơi cội Bồ Đề, đức Phật Thích Ca giảng kinh Hoa Nghiêm bằng Thiền Định Thuyết Pháp trong 21 ngày để độ cho các vị Bồ Tát Đại Thừa Thánh Quả. Theo Tông Hoa Nghiêm, đức Phật giảng Kinh Hoa Nghiêm nhằm khai triển nguyên lý "Nhất Tâm Chân Như và Pháp Giới Duyên Khởi," nghĩa là Pháp Tánh của vạn hữu vũ trụ trùng trùng duyên khởi đều do nhất tâm của Chân Như sanh ra. Kinh Hoa Nghiêm chủ trương: "Pháp Tánh của tam giới đều do Pháp Thân Tỳ Lô Giá Na Phật (Đại Nhật Phật) biểu hiện qua hình thức trùng trùng duyên khởi."

2) Thời A Hàm: (gồm 12 năm)

Sau thời Hoa Nghiêm, đức Phật Thích Ca giảng Thời A Hàm bằng Đạo Tràng Thuyết Pháp. Trong mười hai năm đức Phật thiết lập và khai triển đạo lý Tứ Đế của pháp thế gian thuộc Tiểu Thừa nhằm thuyết minh nguyên lý Vô Ngã để đả phá bệnh Chấp Ngã của phàm phu và ngoại đạo. Cũng từ đây về sau, ngài luôn luôn giảng kinh bằng Đạo Tràng Thuyết pháp.

3) Thời Phương Đẳng: (gồm 8 năm)

Sau thời A Hàm, đức Phật Thích Ca trong 8 năm thường giảng những kinh thuộc Phương Đẳng, như Kinh Duy Ma, Kinh Tư Ích, Kinh Lăng Già v.v... đức Phật giảng các kinh này là khai triển tư tưởng Đại Thừa Bồ Tát có quan hệ với hàng Tiểu Thừa Thinh Văn Duyên Giác nhằm mục đích đưa hạng Tiểu Thừa lên bậc Đại Thừa.

4) Thời Bát Nhã: (gồm 22 năm)

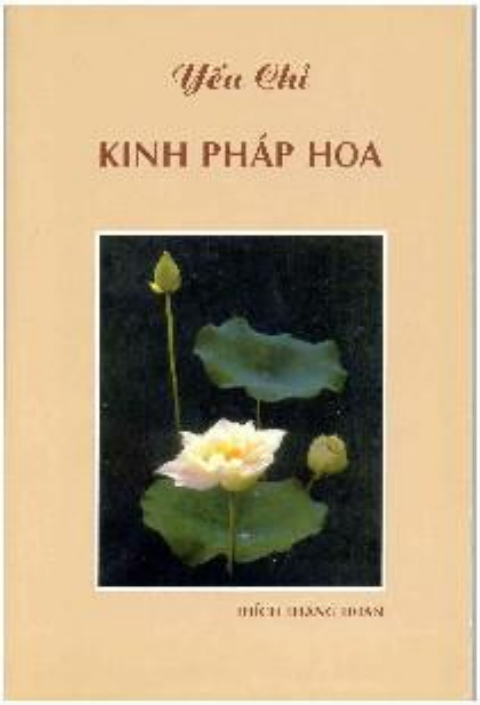
Sau thời Phương Đẳng, đức Phật Thích Ca suốt 22 năm chuyên giảng các kinh thuộc Bát Nhã, nhằm khai triển trí tuệ Ba La Mật của Tạng Như Lai làm mục đích. Chỉ có Trí Tuệ Ba La Mật của Tạng Như Lai là có khả năng hóa giải mọi căn nguyên của vô minh nghiệp chướng từ vô lượng kiếp về trước và chứng ngộ được tri kiến của Phật. Trong mỗi chúng sanh, Trí Tuệ Ba La Mật của Tạng Như Lai chính là chỉ cho Thức Tạng (Thức Alaya), vì nó là biến tướng của Tạng Như Lai. Trí Tuệ này không phải thứ Trí Tuệ Diệu Quán Sát của Ý Thức thuộc vọng tâm, vì thứ Trí Tuệ của Ý Thức chỉ có khả năng hiểu biết vạn pháp qua ảo giác. Về quan niệm vạn pháp, Bát Nhã chủ trương: "Pháp Tướng của tam giới là do vọng tâm duyên khởi" và lập trường của Bát Nhã là "Ngã Pháp đều không," đồng thời lấy Trí Tuệ Ba La Mật làm căn bản để đả phá ngã chấp và pháp chấp đưa vào nguyên lý Trung Không Diệu Hữu. Pháp hành của Bát Nhã lấy Lục Độ Ba La Mật làm chuẩn tu tập.

5) Thời Pháp Hoa và Niết Bàn: (gồm 8 năm)

Trong hai thời kinh này:

a. Thời Pháp Hoa:

Nơi thời Pháp Hoa, đức Phật Thích Ca trình



bày mục đích sự ra đời của ngài là:

*.- Mở bày tri kiến của Phật,
*.- Chỉ bày tri kiến của Phật,
*.- Tỏ ngộ tri kiến của Phật,
*.- Chứng nhập tri kiến của Phật.

b. Thời Niết Bàn:

Nơi thời Niết Bàn, đức Phật trình bày trong lúc đức Phật nhập Niết diệt và ghi chép lại những lời dạy cuối cùng của ngài. Theo Kinh Đại Niết Bàn, nhục thân phương tiện của ngài mặc dù không còn, nhưng Pháp Thân thường trú của ngài thì bất diệt. Dẫu rằng ngài không còn hiện hữu trong thế gian, các đệ tử của ngài sau này phải lấy giới luật làm thầy. Giới luật của ngài còn nghiêm túc là đạo của ngài còn tồn tại trong thế gian.

Qua những lời phân loại giáo điển Phật Giáo của Tông Thiên Thai, Kinh Pháp Hoa là bộ kinh vô cùng trọng yếu thuộc Tối Thượng Thừa mà các bậc học giả uyên thâm đều tôn vinh, vì đó là tri kiến của Phật và nó hoàn toàn không phải là tri kiến của chúng sanh. Xuất xứ của Bộ kinh này là do chính đức Phật Thích Ca thuyết minh khi Phật gần nhập Niết Bàn.

(còn tiếp)

TỊNH

Tịnh 1
Lối về tâm tịnh nở sen
Nghe chuông chùa đổ thân quen lạ thường
Miệng cười một đóa trầm hương
Diệu kỳ thay phút tịnh thường - chân tâm.

Tịnh 2
Như vầng nguyệt rạng đêm rằm
Như lắng lòng giữa thăng trầm bể dâu
Nghe từng nhịp thở chậm sâu
Nghe trong giây phút nhiệm mầu tĩnh không

Tịnh 3
Buột tâm một thủa đi rong
Quay về tự tánh tịnh lòng Chân Như
Có khi giọt nước huyễn hư
Cũng vun một nhánh tâm từ trổ hoa.

Tịnh 4
Ta về gội rửa tâm ta
Bằng dòng tịnh thủy dịu xoa muộn phiền
Rưới thêm một chút hương thiền
Tẩy trôi đi những đảo điên vọng cuồng

Tịnh 5
Gióng lên tiếng tỉnh - thức - chuông
Dộng tan tội chướng khởi nguồn tâm thân
Nghe từ đáy thẳm tham sân
Vọng lời tự tánh tịnh chân gọi về

Tịnh 6
Lắm khi những tiếng khen chê
Cuốn ta vào những u mê huyễn lời
Về tịnh khẩu nghiệp đi thôi
Môi thơm sen chớm nụ cười khai hoa.

thơ DIÊU LINH

Kỷ Niệm Phật Đản 2019

ĐIỀU NGỰ TỬ TÍN NGHĨA

Năm nay, Giáo Hội trang trọng tổ chức Đại lễ Phật đản 2563 – 2019 sớm hơn nửa tháng so với những lần trước kể từ khi Giáo Hội hiện hữu sau Giáo chỉ số 9 và Thông bạch thi hành Giáo chỉ.

Tương lai ra sao thì chưa biết được, nhưng kể từ khi Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ ra đời, thì đây là lần đầu tiên tự thân về dự Đại lễ Phật đản vào sáng thứ Sáu, còn đa phần là sáng thứ Bảy và về lại Từ Đàm Hải Ngoại chuyến máy bay tối nhất.

Lý do, số là Hòa thượng Thích Nguyên Trí, đương kim Phó chủ tịch Nội vụ Hội đồng Điều hành của Giáo hội và là Viện chủ chùa Bát Nhã, ngài đang tại bệnh.

Trước Tết vào ngày 26 tháng Chạp - Mậu Tuất, tôi gọi điện thoại báo tin cho ngài hay là Hòa thượng Nguyên Tịnh, đồng hương Phú Yên ở Vancouver, Canada, vừa viên tịch. Gọi mãi mà không thấy trả lời, cứ gọi mãi như thế đến gần ba giờ chiều cùng ngày mới được tiếp điện thoại, tôi hỏi:

- Đi đâu mà từ sáng đến giờ, gọi phone không được?

Hòa thượng trả lời:

- Đi bác sĩ.

- Bệnh tình ra sao đó mà cứ đi hoài vậy?

- Nó hơi khó thở, có chi không Hòa thượng?

- Hòa thượng Nguyên Tịnh ở Canada viên tịch rồi.

- Chà, làm sao hè! Để tui gọi cô đệ tử Diệu Tánh xem sao!

- Có chi cho hay với nghe!

Năm phút sau, Hòa thượng Nguyên Trí gọi và bảo:

- Nó chưa tính gì cả.

Tôi nói:

- Thôi, chắc có chư sơn bên đó cũng biết, thế nào cũng phụ một tay.

Nói chưa xong, thì Hòa thượng kêu vang tức ngực khó thở, xin gác máy; Tín Nghĩa tôi thưa:

- Thầy lo chuyện sức khỏe của thầy trước nhất, thầy mà có chuyện gì không những chỉ mệt cho chùa Bát Nhã mà Giáo hội cũng mệt theo đủ chuyện.

* * *

Thế rồi, Hòa thượng Nguyên Trí đi khám, nhập viện luôn và ngày nào tôi cũng phone qua hỏi thăm bệnh tình. Khi thì tôi gọi ni sư Huệ Chiếu, Ni sư Giới Định, Ni sư Chơn Viên, ... khi thì tôi gọi cho sư cô Chơn Hiển *(vị túc trực lo thức ăn uống và hầu hạ bên cạnh Hòa thượng trước khi chưa ngã bệnh)*; hỏi để biết, nhưng các Ni sư và Sư cô cũng không biết chính xác bệnh tình của Hòa thượng Nguyên Trí, cứ trả lời bác sĩ bảo lục phủ ngũ tạng của Sư phụ chúng con dính chùm, bệnh tùm lum nên cấm không được ăn thứ này, uống thức nọ, ... Tôi nghe mà nhức đầu xót ruột, thì Hòa thượng Nguyên Siêu gọi cho hay là sẽ lên họp chương trình Phật đản với giáo sư Quảng Phước Huỳnh Tấn Lê và Ban tổ chức Đại lễ. Tôi nói tiếp theo:

- Nhớ ghé thăm thầy Nguyên Trí, ông vào nhà thương rồi.

Hòa thượng Nguyên Siêu hỏi:

- Sao vậy?

- Thì thầy cứ lên họp rồi lái xe thẳng vào bệnh viện sẽ rõ và cho Tín Nghĩa hay với.

Sáng thứ Sáu, bản thân

Hội đồng Điều hành Giáo hội đến thăm, vấn an Hòa thượng Nguyên Trí

tôi đã có mặt và nhờ thầy Quảng Hiếu lên đón ở phi trường LAX về thẳng chùa Bát Nhã cũ để ở lại qua đêm.

10 giờ sáng, nhà văn Vĩnh Hảo lên thăm để bàn thêm về tờ Chánh Pháp của Giáo hội. Thăm hỏi nhau vài câu chuyện thường tình như sức khỏe, có ai đóng góp bài cho tờ báo nhân Mùa Phật Đản, ...

Vĩnh Hảo thưa:

- Ôn khỏe, về sớm?

Tôi cười và nói:

Vì Hòa thượng Nguyên Trí bệnh, Ôn chưa biết ra sao, chỉ nghe quý Ni sư, Sư cô trình bày qua điện thoại cũng mù mờ, đành lấy vé về sớm một ngày để biết thêm bệnh tình của Hòa thượng. Chắc độ vài giờ nữa thì đi ra biển, nơi Hòa thượng dưỡng bệnh. Nói đến đây, Vĩnh Hảo thưa:

- Thưa Ôn, theo con thì Ôn Bát Nhã vừa là Phó chủ tịch Nội vụ vừa là Chủ nhiệm của tờ báo, lại là Văn phòng Thường trực của Giáo hội, tòa soạn ở đâu thì đưa báo về đó mới chính danh có giá trị của nó, mặc dầu Ôn bệnh; còn chuyện gởi báo đi, từ từ sẽ tìm người giúp,...

Hai chúng tôi thăm hỏi nhau vài câu chuyện, rồi anh Vĩnh Hảo xin kiếu từ. Trước khi chia tay, anh Vĩnh Hảo còn thưa thêm rằng:

- Không khí chùa cũ sao u tịch và buồn quá ôn hí! Tôi cười:

- Ông chủ không có nhà là vậy.

Sáng sớm thứ Bảy nhờ Hòa thượng Nhật Huệ chở qua thăm Ôn Thắng Hoan, rồi ra thẳng chùa Bát Nhã mới để gặp quý ngài thành viên của Giáo hội; đồng thời, chuẩn bị cho ngày họp và lễ Hiệp kỵ. Vừa bước vào chùa, lạy Phật, xuống phòng khách thì, Ni sư Huệ Chiếu thưa:

- Trưa nay, lễ Hiệp kỵ cổ bàn để cúng như thế nào Ôn? *(Phải thành thật mà nói : Hòa thượng Nguyên Trí rất có phước báo có được một người cháu sáng giá như Ni sư Huệ Chiếu. Thân nữ nhỏ nhoi mà chu tất những công việc như một vị Tăng trú trì lão luyện không khác, như: ngoài việc điều hành công việc bếp núc, ban trai soạn gồm chư Ni và Phật tử rất thuận buồm xuôi gió, còn tụng kinh bái sám hướng dẫn học viên trong những khóa tu niệm Phật, đi cúng đám, lại phải chạy ra chạy vào với Hòa thượng để lo những việc hệ trọng khác nữa,...).*

Tôi nói:

- Cứ như thường lệ khi có thầy con vậy.

Ngày họp đầu năm của Giáo hội cũng như lễ Hiệp kỵ chư Tôn đức ngày thứ Bảy: Cố Hòa thượng Chủ tịch Trí Chơn, Hòa thượng Đức Niệm, Hòa thượng Thuyền Ấn, Hòa thượng Nguyên Lai, Hòa thượng Hạnh Đạo, Hòa thượng Thiện Hương; đồng thời, nhân đây, Giáo hội cũng hồi hướng đến Hòa thượng Nguyên Trực vừa thuận tịch cách nay mấy tháng. Chủ nhật, là giỗ thường niên Hòa thượng Thích Đức Niệm tại Phật Học Viện Quốc Tế.

Ngày hiệp kỵ, chư Tôn đức Giáo phẩm cùng quý thành viên của Giáo hội tề tựu; không ai nói với ai, nhưng nhận ra bầu không khí không mấy vui. Tôi nhìn đạo hữu Tâm Huy Huỳnh Kim Quang, nói:

- Hòa thượng Nguyên Trí mới nằm bệnh viện mà văn phòng thường trực tự nhiên như trống vắng.

Tâm Huy cười nhẹ, tiếp lời:

- Con cũng thấy như vậy.

Nhà báo Thanh Huy bồi thêm:

- Hòa thượng Nguyên Trí là vị thầy năng động không những trong lãnh vực của Giáo hội mà còn lan tỏa ra ngoài cộng đồng nữa. Cho nên vắng ngài từ trong Tết tới nay, ai ai cũng thấy như vậy. Ngày trọng đại Tết Nguyên Đán mà ngài chỉ xuất hiện đêm Giao thừa chưa được mấy phút rồi cũng phải cáo lui xin tịnh dưỡng.

Lễ xong, tối, Hòa thượng Nhật Huệ, Hòa thượng Định Quang đồng ra thăm Hòa thượng Nguyên Trí đang dưỡng bệnh ở một căn nhà gần bờ biển để hít thở bầu không khí tương đối tươi mát hơn, bác sĩ bảo như vậy.

Giỗ Ôn Đức Niệm xong, tôi trở về Từ Đàm. Hai tuần sau cũng thứ Sáu, tôi lại qua sớm ở phi trường Santa Ana và nhờ cô Phật tử Thu Trang đón về chùa cũ *(vì Ni sư Huệ Chiếu nói về chùa cũ mới có thức ăn).*

* * *

Cũng nhờ về lại chùa cũ nên được gặp lại Hòa thượng Nhuận Hải là anh em cô cậu ruột với cố Hòa thượng Nguyên Trực và Hòa thượng Nguyên Trí; và chúng tôi cũng đã từng quen biết nhau nhiều năm ở hai chùa Bát Nhã cũ, mới và cùng an cư kết hạ tại trường hạ Phật Học Viện Quốc Tế.

Vào bàn ăn sáng, tôi thưa:

- Ngài qua lúc nào rứa?

- Mới qua gần tuần nay. Trong người không khỏe, nhưng ráng qua vì chỉ còn hai anh em, không biết ra sao, ai cũng bệnh hết. Mấy bữa nay, tôi cứ ra vào với Thầy ở ngoài biển.

Tôi nói:

- Từ ngày Thầy Nguyên Trí lâm bệnh cho đến nay, điện thoại tôi cũng làm việc liên miên nhưng đâu có được gặp để hỏi chuyện cùng thầy, may lắm, lâu lâu được quý thầy cô túc trực săn sóc thì chỉ cho biết lờ mờ vậy thôi. Nên bữa nay tôi phải lấy vé về sớm một ngày để ở với Thầy ít bữa, xa xôi quá, sự đi lại khó khăn, ...

Lần này thì không ra nơi thầy đang tịnh dưỡng để thăm, mà cứ chầu chực khi bác sĩ và nhân viên bệnh viện khám nghiệm, lọc máu xong, đưa về phòng, mới được vào thăm. Cứ thế là phải nằm chờ ở Bát Nhã mới. Ăn, đọc báo, đi vô, đi ra, ...

Gần ba giờ chiều, tôi và thầy Nhật Huệ được sư cô Hạnh Thiện đưa ra thăm, vào trong phòng có Ni sư Huệ Chiếu, Ni sư Chơn Viên cùng

TRỞ VỀ MỤC LỤC

quý sư cô. Tôi cùng lên giường bệnh của thầy Nguyên Trí, hai anh em cùng cười và chụp hình lưu niệm. Tôi làm đùa như thế để tặng Hòa thượng Nguyên Trí có nụ cười, cô Hạnh Thiện cười và đùa thêm:

- Ôn chụp hình với sư phụ con chưa thân mật lắm. Phải ôm bệnh nhân mới tình nghĩa chứ!

Tôi nói:

- Con nói tào lao. Ôm ông một cái là bệnh trở lại đó, vì Sư phụ con quá vui...

Mấy thầy trò đang nói những mẩu chuyện tếu để tăng sức sống tinh thần cho bệnh nhân, thì nhân viên vào và mang theo một số thuốc cùng máy lọc máu vào phòng, họ bảo:

- Bây giờ chúng tôi áp dụng thử loại thuốc vào máy lọc nầy trong vòng bảy ngày, một ngày lọc hai lần; giá như bệnh nhân chịu được loại thuốc nầy thì sẽ không còn tiếp tục nữa. Nhưng, nếu bệnh nhân không hạp loại thuốc nầy thì sẽ áp dụng phương pháp cũ xưa như các bệnh nhân đã thường dùng và lọc suốt đời.

Họ yêu cầu tất cả phải ra khỏi phòng để nhân viên làm việc. Chúng tôi một số ra về, một số ở lại nhưng không được vào ít nhất là một giờ.

Khi chúng tôi rời bệnh viện thì có phái đoàn của Hòa thượng Tịnh Từ vào thăm, nhưng không được vào phòng vì lý do đang lọc máu cho Hòa thượng Nguyên Trí và Tín Nghĩa tôi cũng không được diện kiến để thăm hỏi ngài Tịnh Từ. Tiếc thật, ...

Ở lại bệnh viện gần tối mới từ giã về chùa nằm chèo queo. Hai ghế xô-pha ở phòng khách, một dành cho thầy Định Quang, một dành cho thầy Giác Ngọc *(Thầy nầy mới qua, rất thật thà. Công việc thường nhật là ngủ trực tại chùa mới. Đóng cửa, mở cửa chùa. Sáng năm giờ rưỡi là công phu khuya).* Tất cả quý thầy khác phần lo chu toàn những phần vụ của lễ đài Phật đản, ban đêm còn phải vào ngủ trực bên cạnh Thầy, ban ngày đã có chư Ni, ...

Trưa thứ Bảy, tôi, thầy Nhật Huệ, thầy Định Quang nhờ Ni sư Nguyên Bổn đưa ra lễ đài. Mới vào gần lễ đài, đạo hữu Thanh Huy, phóng viên của Việt Báo, tay cầm máy hình, vừa cười vừa nói một câu xanh dờn:

- Con nghe Ôn về mấy bữa nay, bây giờ mới gặp. Con và anh Lê đang đặt vấn đề.

Tôi cười, và bấm phone lên cho nhà báo thấy hình ảnh chụp chung với bệnh nhân Nguyên Trí.

Thanh Huy cười và tiếp:

- Có vậy con mới tin. Vì những lần trước con thấy Ôn với anh Lê tả xung hữu đột khắp cả gần nửa Mile Square Regional Park, nay chỉ một mình anh cáng đáng thật tội nghiệp.

Tôi nói với anh Thanh Huy:

- Anh Quảng Phước Huỳnh Tấn Lê là một vị Bồ tát tại gia. Giáo hội chúng ta không có anh, chắc gì tổ chức ngày Đức Phật giáng trần độ sanh được như thế nầy. Chỉ có năm nay, đặc biệt là Ôn ở với Hòa thượng Nguyên Trí, nên không cùng với anh Lê để cùng chịu đựng những khó khăn khi nhân viên của Park vào khám xét.

Thật đáng mến phục bản tâm, bản tánh của giáo sư Lê. Hết lo việc Giáo hội, lo giấy tờ cho chư Tăng Ni không những chi trong nội bộ Giáo hội mà khắp cả toàn Hoa Kỳ *(nơi nào cần mà biết đến anh, gọi điện nếu ở xa, hoặc thân lâm tìm gặp là anh tận tình lo liệu. Có nhiều lúc Anh phải cúng dường tịnh tài, vì những vậy ấy mới qua, dù Tăng hay Ni quá nghèo)*; lại còn phải gánh vác cho chùa Bát Nhã dưới mọi hình thức, nhất là về mặt pháp lý.

* * *

Ba ngày làm Trú trì giả ở chùa Bát Nhã.

Phật đản năm nay, tôi ngủ tại phòng của Hòa thượng Nguyên Trí, thầy Định Quang thì ngủ ở xô-pha và thầy Nhật Huệ ngủ ghế bố đặt gần phòng tôi.

Sáng dậy, chỉ có thầy Giác Ngọc ra mở cửa và chúng tôi cũng đi qua chùa của Ni sư Nguyên Bổn ăn sáng với Ôn Thắng Hoan. Đến khoảng 5 giờ chiều, nhiều phái đoàn ra nhà thương thăm Hòa thượng Nguyên Trí trong đó có đủ Hội đồng Giáo phẩm và Hội đồng Điều hành.

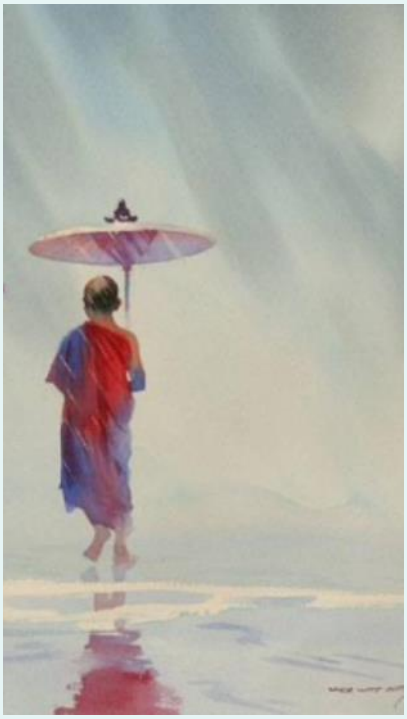
* * *

Chủ nhật Đại lễ Phật đản hoàn mãn và chuyển qua mục văn nghệ, tôi từ từ gọi cô đệ tử Quảng Nguyên chuẩn bị đưa ra phi trường để trở lại Từ Đàm. Ra khỏi các lều bán thức ăn thì vợ chồng đệ tử Hoàng Văn Chương xuất hiện cùng quý đệ tử tiễn đưa tôi như Quảng Huệ Vi, Kim Anh với vài Phật tử thân quen ra về. Cô vợ của Chương là đệ tử pháp danh Quảng Nhã đã được quy y với tôi mấy năm trước ở Từ Đàm, tôi bảo:

- Ôn cho Quảng Nguyên ở lại phụ với Ban tổ chức, có hai đệ tử đưa Ôn ra phi trường được rồi.

Quảng Nguyên, Quảng Huệ Vi và Kim Anh đảnh lễ lui ra, vợ chồng Chương cùng tôi lên xe và thẳng đường về phi trường.

Đến phi trường, tôi lấy boarding pass xong xuôi, vào phòng đợi. Gần một tiếng đồng



TÔN SƯ TRỌNG ĐẠO

Kính thân tặng Thầy Thích Chúc Hiền

Biển đời như hạt mai sương
Tình thương là Đạo ngát hương cõi lòng
Ngẫm suy cuộc sống dương trần
Trăm năm trước mặt tiến dần nghĩa trang
Dẫu cho gặp cảnh trái ngang
Bình tâm niệm Phật thân càng nhẹ vơi
Phút giây còn lại ở đời
Tu hành hướng thiện trở về Chánh Tâm
Tôn sư trọng đạo nghĩa ân
Phước lành nối kết tình thân với người.

thơ TÁNH THIỆN

Dallas Texas, 30-4-2019

hồ thì phone tôi báo lên từ hãng American Ailine cho hay là toàn bộ các chuyến bay chiều ấy đều hủy bỏ và còn báo tiếp rằng hoặc quý vị gọi lên tổng đài của hãng hoặc xuống nơi chỗ làm tickets flight để biết.

Tôi cũng như bao nhiêu người cùng chuyến bay hay khác chuyến bay mà cùng hãng đều chịu chung một số phận.

Đến sắp hàng trễ sau 20 người. Đến lượt tôi, họ cho biết chuyến có được để về Dallas tại phi trường John Wayne, sớm lắm là chiều thứ Ba. Tôi hỏi:

- Có chuyến nào vào chiều thứ Hai không?

Cô làm vé bảo:

- Ngày thứ Hai, phi trường San Diego có một chuyến tối 7 giờ 30.

Tôi gọi cho Hòa thượng Nguyên Siêu thì không được bắt máy. Tôi bảo:

- Ở phi trường này không có người đưa đón.

Cô nói:

- Ở phi trường Ontario có một chuyến 10 giờ 30 Am, sáng thứ Ba.

Tôi gọi phone Hòa thượng Minh Dung thì máy trả lời:

"Đây là chùa Quang Thiện và Tu viện Sơn Tùng, xin quý vị cho số phone và lời nhắn, ..." Nghe đến đó, bó tay, gác máy và gọi lên Hòa thượng Thiện Long để đi phi trường Long Beach, cũng gặp hoàn cảnh như hai vị trên. Đang suy nghĩ vẩn vơ, Ni sư Hạnh Thanh từ Dallas gọi qua, thưa:

- Con lấy vé và lấy luôn boarding pass cho thầy đi phi trường Los Angeles, chuyến sớm nhất sáng thứ ba là 6 giờ 30 Am.

Tôi lấy phone gọi quanh quý đệ tử thân quen: Quỳnh Giao, Thu Trang, Quảng Nguyên và thầy Quảng Hiếu. Vị nào cũng bảo, con sẽ cố gắng đưa ôn lúc 4 giờ sáng thứ Ba, xong con về đi làm cũng kịp.

Suy nghĩ một hồi và quyết định gọi cô đệ tử gần phi trường Los xuống Bát Nhã đưa tôi về nhà để sáng sớm ra phi trường cho tiện, vì chỉ tốn khoảng 20 phút. Tuy thế, trước khi quyết định lên Los, tôi cùng Hòa thượng Nguyên Siêu và đạo hữu Tâm vào nhà thương thăm một lần nữa và cũng được ôn Nguyên Trí tâm sự về chùa Bát Nhã đôi điều, ...

Thế là Đại lễ Phật đản năm nay tôi gặp một chuyến bay lao đao, không khác chuyến bay từ Úc về Mỹ khi đi dự Đại lễ Khánh thành chùa Trúc Lâm của Thượng tọa Tâm Minh.

Tôi đã làm Trú trì tạm chùa Bát Nhã ba ngày hai đêm, vừa làm thầy, vừa làm điệu thấy cũng vui vui.

ĐNT Tín Nghĩa
Trọng hạ Kỷ hợi –
Apr. 14, 2019

TRỞ VỀ MỤC LỤC

GIỚI LÀ BẬC THẦY CAO CẢ NHẤT

HT. Thích Thiện Siêu

L.T.S.: *Nhân mùa an cư kết hạ của Tăng Ni Việt Nam trong nước, ngoài nước, tòa soạn Chánh Pháp xin được kính cẩn trích đăng bài "Khai Đạo giới tử" của Cố Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Thiện Siêu, để cùng ôn tập và ghi nhớ chí nguyện cao cả của những bậc xuất trần thượng sĩ. Bài này được Cố Trưởng Lão Hòa Thượng tuyên dạy cho giới tử tại giới đàn Vĩnh Gia (tổ chức tại Chùa Tỉnh Hội và Phật học viện Phổ Đà – Đà Nẵng, từ ngày 18 đến 22 tháng 9 năm Canh Tuất, tức 17 đến 21-10-1970).*

***

Các vị Sa-di,

Đã một lần, quý vị quỳ trước các vị Tam sư thất chứng để lãnh thọ mười giới Sa-di. Ngay từ giờ phút đó, các vị đã trở nên những người xuất gia chính thức, những mầm non của Đạo pháp, những hạt giống Bồ-đề, những hạt giống Thánh nhân. Trong giờ phút thiêng liêng đó, các vị đã không kể gì đến xác thân, tính mạng hay bất cứ gì đi nữa trên thế gian này. Các vị đã xả thân để cầu Giới, vì biết rằng, chính Giới pháp mới là pháp môn viên mãn nhất để giải thoát chúng ta ra khỏi khổ triền phược, khỏi kiếp luân hồi vô minh. Vì nghĩ đến sự cao quý của Giới pháp như thế, nên đã có những phút chúng ta đem hết thành tâm thiện chí để lãnh thọ. Chính những Giới pháp đó đức Phật đã thành tựu viên mãn và sau bao nhiêu công phu tu hành, đạt chánh quả. Ngài đem Giới pháp đó dạy lại cho chúng ta, coi như là pháp thân huệ mạng của chính Ngài. Bởi thế, sau khi Ngài viên tịch, Giới pháp ấy vẫn tồn tại để dẫn dắt những kẻ hảo tâm xuất gia, và trước khi sắp nhập Niết-bàn, đức Phật đã đinh ninh dạy bảo: *"Sau khi Ta diệt độ, các ngươi hãy tôn trọng, trân quý Ba-la-đề-mộc-xoa, như người đi trong đêm tối được gặp ánh sáng, như người nghèo khó được gặp châu báu. Giới luật chính là đức Thầy cao cả của các ngươi, dù Ta có ở đời cũng không gì khác."*

Photo: giacngo.vn

Giả sử chúng ta được duyên may mắn, sinh vào thời đức Phật, thì chắc chắn chúng ta được nghe những lời dạy ấy, tuân giữ giới pháp của Ngài và tôn Ngài làm đấng Đạo sư. Nhưng vì bạc đức vô duyên, chúng ta phải sinh vào thời mạt pháp, mặc dù không gặp Phật, chúng ta vẫn còn được phước duyên có những giờ phút được nghe Giáo pháp Ngài đã dạy, biết những Giới luật Ngài đã truyền để chúng ta tôn thờ Giới pháp làm đấng Đạo sư như Phật ở đời không khác. Một người đi trong đêm tối, muốn khỏi sa hầm sỉa hố, cần được ánh đèn bao nhiêu thì khi gặp được ánh đèn, họ sẽ quý báu bấy nhiêu. Như kẻ nghèo khó đói rách cần tiền của bao nhiêu, thì khi gặp tiền bạc sẽ giữ gìn cẩn trọng bấy nhiêu. Chúng ta, những người tối tăm vì vô minh, đói khổ vì thiếu thốn sự giác ngộ, sự giải thoát, cho nên chúng ta sẽ quý Giáo pháp của Phật không khác gì những người đi trong đêm tối gặp được ánh sáng, chắc chắn sẽ không để mất; kẻ nghèo gặp được châu báu sẽ bảo tồn quý trọng nó. Thì người hảo tâm xuất gia cũng vậy, khi đã biết Giới luật là phương pháp cao quý để ta nương theo, thì chắc chắn chúng ta sẽ đem hết thành tâm thiện chí cầu lãnh thọ, bảo trì cho bằng được. Huống chi đã là con người, không ai không mang trong mình bao nhiêu tật xấu, bao nhiêu phiền não, tội lỗi. Nhưng tội lỗi

phiền não ấy, nếu không nhờ những pháp môn, những giới luật ngăn ngừa thì chắc chắn đời đời chúng ta vẫn là những con người quê hèn nghèo nàn, không bao giờ bước lên được con đường giải thoát giác ngộ.

Nên yếu điểm đầu tiên của Phật chế Giới luật là muốn cho ta gạt bỏ tục tình quê hèn, tạo đức tốt, lập chí nguyện lớn lao. Ở đời, những vị quân tử thánh nhân hằng mong mỏi lập ba điều bất hủ: "Lập công, lập đức, lập ngôn," vậy thì người xuất gia chúng ta chắc chắn cũng muốn lập những công đức sự nghiệp lớn lao. Nhưng dù muốn lập những sự nghiệp lớn lao mà không giữ Giới luật, cứ bề tha theo tục tình, thả lỏng thân khẩu ý theo thói thấp hèn thì biết bao giờ chúng ta mới có thể lập được chí nghiệp, bao giờ mới xả bỏ được những tục tình quê kịch, đã bấy nay nhận chìm trong thói đời? Cho nên, một người đã có thành tâm thiện chí muốn làm đệ tử của đức Phật, thì trước hết phải giữ Giới để ngăn ngừa tội lỗi, xả bỏ tục tình để trở thành một người toàn thiện. Khi cá nhân đã trở nên toàn thiện toàn mỹ, mới có thể đặt lên đó những hạnh nghiệp giải thoát, cầu Bồ-đề đạo, cứu độ chúng sinh.

Yếu điểm thứ hai là, người đệ tử xuất gia của Phật, sống trong một đoàn thể không phải một người, hai người, mà ngay trong thời Phật tại thế đã có đến 1.250 người tùy tùng xuất gia. Với một số đông đệ tử như thế, nếu không có Giới luật thì biết căn cứ vào đâu để hòa hợp với nhau, tương ưng với nhau và tu học với nhau? Mỗi người khi ấy sẽ hành động mỗi cách, ngôn ngữ mỗi cách, thì làm sao tạo thành một giáo đoàn gương mẫu để truyền bá Giáo pháp, để tiến tu đạo nghiệp? Nếu chúng Tăng không có một kỷ luật giới pháp để mỗi người răn dè tuân giữ, thì chúng Tăng sẽ trở thành một chúng Tăng ô hợp. Khi đã là một chúng Tăng ô hợp thì cá nhân đã không được tu học, mà đoàn thể ấy cũng không ích lợi gì? Huống chi một đoàn thể cầu giải thoát mà lại có thể ô hợp được chăng? Chắc chắn là không.

Vì vậy, mười hai năm sau khi thành đạo, với một số đồ chúng xuất gia và tại gia đã đông, đức Phật đã tùy căn cơ chúng sinh mà lần lượt chế ra những Giới luật. Sau khi Phật nhập Niết-bàn, những Giới luật ấy đã được Tôn giả Ưu-ba-li kết tập thành Ngũ giới, Bát giới, Bồ-tát tại gia giới, và 10 giới, 250 giới cho hàng xuất gia Tỳ-kheo và 348 giới cho Tỳ-kheo-ni. Những Giới luật đó trải qua thời gian và không gian đến nay vẫn còn tồn tại, cho chúng ta có thể nghe thấy một phần nào những gì đức Phật đã dạy lúc sinh thời. Những giới pháp đó, hàng tại gia cũng như xuất gia, ai tuân giữ được thì đều xứng đáng là con Phật. Sự thành tâm thiện chí của đệ tử Phật đối với Giới pháp của Ngài chính là sự cúng dường cao quý nhất, bởi vì khi một người xuất gia có tác phong tề chỉnh, gương mẫu thì có thể thay thế Phật ở cõi Ta-bà. Giữa thời mạt pháp, giáo pháp của Phật nhờ đó mà tồn tại mãi. Giới luật tạo cho con người trở thành đức hạnh, giải thoát, gương mẫu. Chính thời đức Phật cũng nhờ một vị Sa-môn oai nghi tề chỉnh, dáng điệu giải thoát, cảm kích được sự xuất gia của Ngài. Vậy thì ngày nay, nếu một vị xuất gia tề chỉnh, biểu hiện sự giải thoát ly trần, chắc chắn sẽ gây được nhiều ấn tượng giải thoát trong lòng nhiều người. Do đó đức Phật đã nhiều phen dạy chúng ta phải tôn sùng quý trọng Giới luật, như trong Thiện kiến luật, Ngài đã dạy Tôn giả A-nan: "Có 5 điều làm cho Giáo pháp Như Lai tồn tại lâu bền; ấy là :

Thứ nhất, hàng đệ tử biết tuân giữ Tì-ni giới luật.

Thứ hai, tịnh Tăng thành chủng. Dù chỉ có năm người xuất gia mà giữ giới thanh tịnh, thì đó là một yếu tố quan trọng để giáo pháp tồn tại lâu bền.

Thứ ba là truyền thọ bất diệt. Nếu ở trung quốc có người lập giới đàn truyền thọ giới xuất gia, ở biên quốc năm người, sự truyền thọ như thế dưới hình thức mười người hay năm người, từ chỗ này đến chỗ khác, quốc độ này đến quốc độ khác, cũng là yếu lố khiến Phật pháp trụ thế lâu dài.

Thứ tư là hạnh nghiệp thanh tịnh. Khi đã lãnh thọ giới pháp, thì giới pháp chính là những mối ưu tư những mục tiêu tuân hành. Nếu chúng Tăng phạm giới mà liền biết sám hối, tập chúng 20 người theo Luật định, để xuất tội nặng những vị Tỳ-kheo phạm giới, khiến cho những vị ấy cũng được thanh tịnh như bao nhiêu vị Tỳ-kheo khác, thì đó là yếu tố làm cho Giới pháp tồn tại lâu bền.

Thứ năm là trú trì vĩnh cửu.

Tóm lại, nếu có năm người cho đến nhiều hơn nữa mà đều nhất tâm giữ luật, biết sợ phạm giới, sám hối những điều đã phạm, thì đó là những yếu tố quan trọng khiến Phật pháp tồn tại trong thời gian 5.000 năm. Năm ngàn năm mà từ trước tới nay chúng ta thường nghe nhắc đến trong các buổi lễ Phật, chính

Photo: giacngo.vn

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Photo: giacngo.vn

Photo: giacngo.vn

là căn cứ vào các yếu tố căn bản giữ giới, tu giới, xuất giới khi phạm tội, thanh tịnh tập chúng ấy. Giữ được những yếu tố ấy một cách viên mãn tức là bảo vệ Phật pháp được vững bền trong thế gian này.

Các vị đã thọ Sa-di từ lâu, có người hai năm, có người năm bảy năm. Trong thời gian ấy, còn nhỏ, song các vị cũng đã ở trong dòng Phật pháp, cũng như chúng tôi, như bao nhiêu vị Thượng tọa, Đại đức khác. Hôm nay sắp thọ Tỳ-kheo giới, rời khỏi tuổi thiếu niên để trở nên một người thanh niên trong hàng xuất gia, thành một vị Đại đức, một người lớn trong Phật giáo, tất nhiên các vị phải thành tâm chú ý tuân hành nhiều hơn nữa những giới pháp mà Phật đã dạy. Đó là 250 giới mà tam sư thất chứng sẽ truyền trao cho các vị chốc nữa đây. Hai trăm năm mươi giới luật tuy nhiều, nhưng căn bản không ngoài mười giới mà các vị đã thọ trong lần thọ Sa-di giới, mà nói tóm lại, cũng không ngoài bốn tánh giới "Sát, Đạo, Dâm, Vọng." Bốn tánh giới ấy là chính yếu, 250 giới là những điều luật tạo thành vị Tỳ-kheo gương mẫu đầy đủ oai nghi trong các việc "ăn, mặc, ở" của người xuất gia.

Với thành tâm thiện chí, 10 giới Sa-di các vị đã giữ được, thì 250 giới, các vị cũng sẽ giữ được dễ dàng. Một khi các vị đã dõng mãnh phát tâm xả thân cầu giới như Tổ sư đã xả thân cầu giới, thì chắc chắn các vị sẽ giữ trọn Giới pháp của Phật không gì khó khăn. Mà khi đã giữ giới một cách viên mãn thì tất nhiên chúng la sẽ trở nên những trưởng tử của đức Phật, hà đảm Như Lai huệ mạng. Một người trưởng tử như thế, nhiều người trưởng tử như thế, sẽ khiến Phật pháp được bền lâu, báo đáp thâm ân của đức Phật một cách viên mãn.

Khi trở thành những vị Tỳ-kheo, Đại đức, sẽ có những Giới luật mà các vị cần phải chú hết tâm ý để tuân hành. Do đó, khi sắp đến trước thập sư để lãnh thọ giới pháp, các vị sẽ qua một lần hạch hỏi về những già nạn, nghĩa là những điều mà nếu mắc phải, sẽ là những chướng ngại khiến cho các vị không thọ giới được.

Những già nạn ấy, các vị phải chú tâm trả lời một cách thành thật. Phần lớn những già nạn ấy đều dễ hiểu, chỉ có vài điều cần chỉ trước để khi hỏi tới, các vị có thể hiểu và trả lời một cách mau chóng. Các Ngài sẽ hỏi các vị có phạm "biên tội" không? Trong đây, danh từ "biên tội" có nghĩa là Phật pháp được ví như biển lớn, nếu kẻ nào phạm phải bốn giới trọng: Sát, Đạo, Dâm, Đại vọng ngữ thì sẽ bị coi như đã bị loại ra ngoài biển Phật pháp. Một già nạn khác: các vị có phải tặc trụ thọ giới không? Có nghĩa là những kẻ chưa thọ giới, giả vờ đã thọ để vào làm giặc, phá hoại trong Phật pháp. Những kẻ ấy, không vì mục tiêu giải thoát mà vì một dụng tâm tầm thường nhỏ hẹp, nên khi vào Đạo thì không có tư cách,phá giới, phá kiến, làm cho Phật pháp vì họ mà bị hủy hoại. Nếu các vị quả thật nhất tâm cầu Giới, vì muốn giải thoát, muốn trở nên một ông "Thầy" chân chính, thì các vị hãy mạnh mẽ trả lời "Không." Một già nạn khác nữa là: Các vị có phải là nội ngoại đạo phá giới không? (có nghĩa là kẻ ngoại đạo, giả xuất gia thọ giới rồi trở về ngoại đạo, sau một thời gian, gặp cơ hội thọ giới, cũng xin vào thọ lại, ấy là kẻ nội giáo mà lại là ngoại đạo). Còn nhiều già nạn khác nữa... Các già nạn trên đây là những điều có thể hơi khó hiểu với các vị. Tựu trung thâm ý của đức Phật là muốn một vị Tỳ-kheo tiêu biểu Phật ở thế gian, là trưởng tử của Phật, phải là một người hoàn toàn mang tâm niệm chính đáng xuất gia; với lòng tôn thờ Phật pháp, hoài bão hoằng dương Chánh pháp, chứ không thể là một kẻ xuất gia với tâm niệm tặc trú.

Các vị sẽ thành thật trả lời những già nạn ấy trước Thập sư. Khi qua những già nạn ấy rồi, tức là các vị đã hết chướng ngại, đã đủ tư cách thọ lãnh giới pháp để trở thành những vị Tỳ-kheo tương lai của Phật giáo.

Giờ thọ giới sắp bắt đầu.

(trích **CƯƠNG YẾU GIỚI LUẬT**
của Cố Trưởng Lão HT. Thích Thiện Siêu)

NĂM PHÁP HỦY NHỤC TƯ CÁCH NGƯỜI XUẤT GIA

Quảng Tánh

Người xuất gia mang trên mình pháp tướng đầu tròn, áo vuông, nguyện hủy hình để khác biệt với thế thường, sống đời thoát tục. Chưa nói đến tâm giải thoát hay tuệ giải thoát vốn ẩn tàng, sâu kín bên trong, hãy xem các hình thức bên ngoài như uy nghi và ứng xử trong đời sống hàng ngày thì phần nào cũng biết được công phu của hàng xuất sĩ.

Thực hành uy nghi đúng như pháp có vai trò rất quan trọng với người xuất gia. Nhiều khi, người xuất gia chỉ cần thể hiện uy nghi thật vững chãi thì đó cũng là những pháp thoại vô ngôn tuyệt vời. Và cũng lắm khi, sự chểnh mảng hay sơ thất về uy nghi sẽ khiến cho người xuất gia tự đánh mất mình, người tại gia mất lòng tin, thậm chí khiến cho người đời chê cười.

Khi người xuất gia có sơ thất về uy nghi và ứng xử, Thế Tôn gọi đó là pháp hủy nhục; tự mình hủy hoại thanh danh và hạ thấp phẩm giá của mình. Có năm pháp hủy nhục dễ dàng hiện hữu trong đời sống xuất gia, đó là *"tóc dài, móng tay dài, y phục bẩn thỉu, chẳng biết thời nghi, nói năng nhiều."*

"Một thời Phật ở nước Xá-vệ, rừng Kỳ-đà, vườn Cấp Cô Độc.

Bấy giờ Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:

- Sa-môn xuất gia có năm pháp hủy nhục. Thế nào là năm? Đầu tóc dài, móng tay dài, y phục bẩn thỉu, chẳng biết thời nghi, nói năng nhiều.

Vì sao thế? Tỳ-kheo có nhiều luận thuyết lại có năm việc. Thế nào là năm? Người chẳng tin lời, chẳng nhận lời dạy, người chẳng ưa gặp, nói láo, cãi lộn kia đây.

Đó là người nói năng nhiều có năm việc này. Tỳ-kheo nên từ bỏ năm điều này. Chớ có tưởng tà. Như thế, các Tỳ-kheo, nên học điều này.

Bấy giờ các Tỳ-kheo nghe Phật dạy xong, vui vẻ vâng làm."

(Kinh Tăng nhất A-hàm, tập II, phẩm 34, Đẳng kiến, VNCPHVN ấn hành, 1998, tr. 328)

Mới hay, có những thứ thuộc về hình thức rất bình thường, với một số người thực chẳng đáng để bận tâm, ấy vậy mà Thế Tôn lại quan tâm, khẳng định đó là pháp hủy nhục Sa-môn. Như người xuất gia mà đầu tóc dài. Nói là dài nhưng kỳ thực vẫn ngắn nhưng vì hàng nửa tháng không cạo, khiến đầu không "tròn" nên kém khuyết hảo tướng xuất gia, giống với thế tục hơn.

Rồi người xuất gia mà để móng tay dài, ăn mặc thì bẩn thỉu, rách rưới như các đạo sĩ lang thang khổ hạnh, những hình thức này không phù hợp với phép "hủy hình" của Sa-môn. Thực tế thì Thế Tôn luôn khuyến tấn hàng đệ tử sống thiểu dục, tri túc chứ không khuyến khích khổ hạnh hay chạy theo các hình thái dị thường, vì đó chính là pháp hủy nhục.

Lại nữa, người xuất gia mà không biết thời nghi, ra vào đến đi hay làm các việc một cách tùy tiện, không hợp thời, chẳng phải lúc cũng là tự hủy nhục. Nếu không tu tập chánh ngữ thì càng nguy hơn. Nói nhiều mà không chánh ngữ, thiếu ái ngữ thì thà không nói hoặc kiệm lời, ít nói. Vì sao? Nói nhiều thì lỗi nhiều. Khi chưa đạt đến biện tài thì sự nói nhiều rất dễ rơi vào các lỗi *"người chẳng tin lời, chẳng nhận lời dạy, người chẳng ưa gặp, nói láo, cãi lộn kia đây."*

Ai cũng biết tướng tự tâm sinh. Cho nên luôn tự điều chỉnh, rèn luyện về uy nghi, ứng xử, nói năng cho chuẩn mực là pháp hành quan trọng của người xuất gia. Chỉ trừ một vài trường hợp đặc biệt, các bậc Thánh hiển bày phương tiện phá tướng để tùy duyên giáo hóa, còn lại tất cả chúng ta đều cần nương vào tướng để sửa tâm. Tướng hư thì tâm hoại, nên Thế Tôn thường căn dặn *"Tỳ-kheo nên từ bỏ năm điều này. Chớ có tưởng tà."*

TRỞ VỀ MỤC LỤC

TẬN DỤNG KHI ĐƯỢC THÂN NGƯỜI & BÍ QUYẾT TU HÀNH

Thích Viên Thành

Trong kinh A Hàm Phật dạy rằng: "Thân người khó được khó tu! Giống như biển cả, rùa mù lâu nay, mênh mông trôi dạt lưu đày, biết bao giờ gặp bộng cây chui vào?" Đúng là một việc vô cùng gian khó.

Nhưng tại sao lại khó như vậy? Có phải chăng, vì muốn được thân người, phải cả đời giữ gìn ngũ giới nghiêm nhặt: *(1/ không sát sanh, 2/ không trộm cướp, 3/ không tà dâm. 4/ không nói dối, 5/ không uống rượu).* Nhưng vì sự hấp dẫn của *"ngũ dục" (tài, sắc, danh, thực, thuỳ)* để rồi thuận theo dòng vô minh: xem những tiện nghi vật chất trên thế gian này là trường tồn vĩnh viễn, là hạnh phúc muôn đời; xem những thành công về hình tướng là sự thành tựu chí nguyện, nên mặc sức để cho dòng đời lôi cuốn vào đường "thị phi," "danh lợi"; xem việc hưởng thụ "ngũ dục" là lẽ đương nhiên, là vinh dự và hạnh phúc. Từ đó lơ đễnh năm điều cấm giới. Một khi sức giữ năm giới cấm, một cách lơ là, mãi *"lang thang làm kiếp phong trần, quê nhà ngày một muôn lần dặm xa"* thì cơ hội kiếp sau làm lại được thân người, rất khó là như vậy đấy!

Khi còn nằm trong vòng "lục đạo" *(Trời, người, Atula, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh)* như một ai trôi trong dòng sông, nếu không quyết lội vào bờ, thì sẽ bị cuốn trôi ra biển khổ; cũng vậy, nếu được làm người, mà ta không quyết tu hành tinh tấn, để thoát ly sanh tử, thì vẫn phải bị sống chết, luân hồi trong sáu con đường này. Xuôi dòng dễ hơn bơi ngược vào bờ, thoả mãn dục vọng dễ hơn phải giữ gìn giới hạnh, và khi thoải mái hưởng thụ "ngũ dục" thì tha hồ mà phạm giới: tham tài, tham sắc, tham danh, tham ăn, tham ngủ, để rồi sẵn sàng sát hại chúng sanh, phục vụ món ngon vật lạ cho vừa cái miệng, hay hãm hại người này, người nọ để tranh danh đoạt lợi… "gieo nhân phải gặt quả", giết chúng sanh phải đền mạng, gây thù, chuốc oán cũng phải trả quả, cho nên hầu hết khó được lại "thân người" mà đều đoạ vào cõi tam đồ ác đạo là như vậy.

Lòng "tham" nặng thì "nghiệp thức" đoạ vào cõi ngạ quỷ (quỷ đói), lang thang vất vưởng, phải lo kiếm ăn, không ai khai thị, hướng dẫn để biết cách thoát ra, tâm "sân" hận nặng thì vào cõi địa ngục khổ đau, với những hình phạt ghê gớm, không có thời gian để tu; ngu "si" nặng, thì u mê ám chướng, không phân biệt trắng đen, sống điên đảo, chẳng rõ chánh tà thì đến cõi súc sanh, phải chìm đắm mãi trong quả báo. "Nợ máu phải đền nợ máu," "oán thù phải trả bằng oán thù" cứ thế chất chồng lên mãi, nên rất khó trở lại được thân người, là vậy.

"Hơi nước" gặp nóng bốc hơi bay lên thành mây, mây gặp lạnh đông lại thành mưa rơi xuống, ao, hồ, sông, suối… cuối cùng chảy ra biển cả, và tiếp tục hành trình như cũ. "Nghiệp thức" của chúng sanh cũng giống như "hơi nước," nếu không "Tu" để thoát ra khỏi vòng sinh tử, thì cũng phải trôi lăn mãi trong sáu nẻo luân hồi.

Tam độc phiền não: tham, sân, si chính là nghiệp nhân của tam ác đạo, cho nên Phật chỉ dạy cho chúng ta nhất định phải cắt đứt tham sân si. Nhưng tham sân si là do ở "chấp ngã," do "cái tôi" của mỗi chúng ta mà tạo ra cả. Còn "cái tôi" là còn tham sân si, nên việc "Tu" của chúng ta, điều tiên quyết là phải "quán chiếu nội tâm," không chạy theo ngoại cảnh, thấy rõ được "khổ" và sự "vô thường" của vạn vật, để không ham muốn và dính mắc, mà "diệt trừ cái tôi."

Theo như Albert Einstein đã nói: *"Cái tôi và sự hiểu biết, tỷ lệ nghịch với nhau, Hiểu biết càng nhiều, cái tôi càng bé, hiểu biết càng ít, cái tôi càng có to"* cho nên Đức Phật khi mới sinh ra đời, đã truyền đi 'thông điệp': *"Trên Trời dưới Trời, cái "Ta" này là quan trọng nhất,"* rồi suốt thời gian truyền đạo, Ngài đã phải dẫn đệ tử đi xin ăn khắp đó đây, cũng không ngoài mục đích là diệt "cái tôi" ấy và dạy rằng: Hãy

"lấy trí tuệ làm sự nghiệp." Như vậy, là người con Phật, muốn có "trí tuệ" thì "cái tôi" phải nhỏ hoặc không có.

"Luôn quán chiếu nội tâm, triệt tiêu bản ngã" mới tu hành đạt kết quả và có nhiều công đức, cũng giống như muốn trồng hoa hay những cây hữu ích, thì phải diệt trừ "cỏ cú" hay bứng hết gốc rễ của những loài cây dại, thì hoa mới phát triển đơm bông kết trái được, bèn chỉ lo "hướng ngoại tìm cầu" sẽ bị ngoại cảnh tác động, chi phối và bón bao nhiêu phân vào, sẽ bị rễ hay cỏ dại ăn hết, thì cũng tốn công vô ích. "Không có cái tôi" mới hy vọng hết tham sân si và chuyển hoá được nghiệp lực của mình, hầu tiến lên con đường giải thoát, giác ngộ (gốc của việc Tu và diệt tham sân si là ở chỗ này, đây cũng là "bí quyết tu hành"!).

Biết được thân người là khó, và được làm người với đầy đủ lục căn, là một phước báu rất lớn. Nhưng nếu ta không biết vận dụng thân người này để mà tu, chỉ lo ham muốn dục lạc thế gian thì: mắt-tai-mũi-lưỡi-thân-ý của chúng ta sẽ thành sáu tên giặc vì "*…mắt ưa xem huyễn cảnh hằng ngày, tai thích tiếng mật đường dua nịnh, mũi quen ngửi mùi thơm bất tịnh, lưỡi dệt thêu lắm chuyện gay go, thân ham dùng gấm vóc sa sua, ý mơ tưởng bao la vũ trụ, bởi lục dục lòng tham không đủ, lấp che đầy trí tuệ từ lâu…*" cho nên từ đó có thể giết người, phá nhà, cướp của, để rồi đoạ lạc.

Nhưng khi ta biết vận dụng thân người để tu và tạo phước lành, sống "ít muốn, biết đủ" thì sẽ chuyển hóa, thân tâm thanh tịnh trong chánh niệm, lúc đó sáu căn cũng là sáu thần thông diệu dụng không thể nghĩ bàn. Mà cụ thể trong Kinh Pháp Hoa, phẩm Pháp Sư Công Đức: "*…Nếu có thiện nam tử, thiện nữ nhơn thọ trì kinh Pháp Hoa này, hoặc đọc, hoặc tụng, hoặc giải nói, hoặc biên chép, người đó sẽ đặng tám trăm công đức nơi mắt, một nghìn hai trăm công đức nơi tai, tám trăm công đức nơi mũi, một nghìn hai trăm công đức nơi lưỡi, tám trăm công đức nơi thân, một nghìn hai trăm công đức nơi ý, dùng những công đức này trang nghiêm sáu căn đều được thanh tịnh.*"

Khi tôn giả Phú-Lâu-Na thỉnh Phật chỉ dạy pháp yếu tu hành, Phật đã bảo: "*Chỉ cần sáu căn không dính mắc với sáu trần, ngay đó là giải thoát.*" Kinh Lăng Nghiêm mô tả lời giải đáp cho nghi vấn của Ngài A-Nan, bằng lời dạy đồng thanh của mười phương Chư Phật: "*Nguồn gốc của trầm luân sanh tử là sáu căn của ông; nguồn gốc của Niết-Bàn giải thoát cũng là sáu căn của ông chứ không đâu khác.*"

Nếu chúng ta được thân người, đầy đủ sáu căn, gặp được Phật Pháp, để hiểu rõ được luật nhân quả và sự vô thường, khổ, không của vũ trụ, hầu tiến vào tám con đường chánh *(chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tính tấn, chánh niệm, chánh định)* thì từ thân người này sẽ vượt lên thành Thánh, thành Bồ Tát và thành Phật.

Trong "lục đạo," cõi Trời sung sướng quá, nên không lo tu, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh thì tham lam, khốn khổ và mê muội quá, nên cũng không biết đường tu; chỉ có loài người, mới có khả năng và nhiều điều kiện thuận lợi nhất để tu thành Phật mà thôi.

Đạo Phật là đạo giác ngộ, là đạo của của tình thương và sự hiểu biết, nên khi được làm người, ta nên luôn tỉnh thức, lắng đọng tâm tư qua các pháp tu tịnh thiền, để được thân an tâm lạc, hoặc thường quán chiếu nội tâm, hay cắt đứt các duyên, để không bị ngoại cảnh chi phối, hầu thoát khỏi những mê lầm, dùng sáu giác quan của mình, thấm đượm và hoằng truyền Phật Pháp đến với mọi người được sống an lạc, thanh thoát mà đem hạnh phúc lại cho nhau, chứ không tỉnh giác, thì sẽ dễ bị vô minh sai sử, biến thành kẻ cuồng tín, với máu lạnh, giết người không gớm tay, hay ôm bom tự sát, thì khổ đau cho nhân loại quá rồi.

Cho nên, muốn được an lạc, để tiến lên con đường giải thoát, giác ngộ, hầu thành Phật, thành Bồ Tát mà cứu độ chúng sanh, ta phải giữ gìn cấm giới, biết làm chủ bản thân, qua mắt-tai-mũi-lưỡi-thân-ý, không cho sáu căn dính mắc sáu trần, vận dụng thân người, với sáu căn đầy đủ này, trong tinh thần "vô ngã" để có sự khiêm cung và hoan hỷ, dùng "tứ nhiếp pháp" tận tuỵ, phụng sự, hầu bảo toàn công đức, mà dễ nhiếp phục và hoá độ chúng sanh. Nên nhớ, với triết lý cao siêu của đạo Phật, biết rõ rằng: "chơn không, diệu hữu," nên hãy hân hoan, phấn khởi khi thấy mình không là gì cả, lúc đó ta sẽ thành "vô ngã" với biết bao sự "diệu hữu" của thân tâm, tha hồ mà phổ độ!

Pháp Hoa – Nam Úc, ngày 8/5/2019
Kính Mừng Vesak 2643 và đóng góp cho Mùa An Cư năm 2019 của Giáo Hội tại Chùa Thiên Ấn, Sydney.
Thích Viên Thành

TRỞ VỀ MỤC LỤC

GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ
VIETNAMESE AMERICAN UNITED BUDDHIST CONGREGATION
HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH
COUNCIL OF MANAGEMENT
CENTRAL OFFICE
4717 W. First St., Santa Ana, CA 92703 – U.S.A. | Tel.: (714) 571-0473 * Fax: (714) 568-1009

THƯ MỜI

An Cư Kiết Hạ và Đại Hội Thường Niên Năm 2019

Kính gửi:
- Chư tôn Trưởng Lão Hòa Thượng, chư tôn Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni, và quý Cư Sĩ thành viên GHPGVNTNHK,
- Chư tôn đức Tăng, Ni đang hành đạo tại Hoa Kỳ,

Trích yếu: V/v cung thỉnh/kính mời tham dự Khóa An Cư Kiết Hạ và Đại Hội Thường Niên Lần Thứ 3 Nhiệm Kỳ III của GHPGVNTNHK,

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Kính bạch chư Tôn Đức,
Kính thưa quý Cư Sĩ,

Theo Nghị Quyết của Đại Hội Thường Niên Lần Thứ 2 Nhiệm Kỳ III tại Phật Học Viện Quốc Tế, North Hills, California, Hoa Kỳ, ngày 18 tháng 6 năm 2018, và theo tinh thần của Thông Báo về Khóa An Cư Kiết Hạ và Đại Hội Thường Niên Lần Thứ 3 Nhiệm Kỳ III của GHPGVNTNHK năm 2019, do nhị vị Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu và HT Thích Minh Hồi, Đồng Trưởng Ban Tổ Chức phổ biến vào ngày 28 tháng 11 năm 2018:

- Khóa An Cư Kiết Hạ năm 2019 sẽ được tổ chức tại Như Lai Thiền Tự, 3340-3342 Central Ave., San Diego, CA 92105, bắt đầu hợp Chúng lúc 7PM, Chủ Nhật, ngày 16-6-2019, Email: nhulaithientu@yahoo.com ; hoặc email: minhhoi99@yahoo.com ; HT Thích Minh Hồi.Tel: (619) 563-5817;
- Đại Hội Thường Niên Lần Thứ 3 Nhiệm Kỳ III của GHPGVNTNHK sẽ được tổ chức tại Chùa Phật Đà, 4333 30th St., San Diego, CA 92104, bắt đầu vào lúc 9AM, Chủ Nhật, ngày 16-6-2019. Email: chuaphatdasd@yahoo.com ; HT Thích Nguyên Siêu: (619) 283-7655.

Thành tâm cung thỉnh chư tôn Trưởng Lão Hòa Thượng, chư tôn Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni thành viên GHPGVNTNHK hoan hỷ sắp xếp Phật sự tại địa phương để có thể về tham dự Khóa An Cư Kiết Hạ năm 2019 và Đại Hội Thường Niên Lần Thứ 3 Nhiệm Kỳ III. Đồng thời kính mời quý Cư Sĩ thành viên GHPGVNTNHK hoan hỷ về tham dự Đại Hội đông đủ.

Nhân dịp này, GHPGVNTNHK cũng tha thiết cung thỉnh chư tôn đức Tăng, Ni đang hành đạo khắp nơi tại Hoa Kỳ hoan hỷ sắp xếp Phật sự tại địa phương để về tham dự Khóa An Cư Kiết Hạ và Đại Hội Thường Niên của GHPGVNTNHK vào ngày giờ nói trên. Sự hiện diện của chư tôn đức Tăng, Ni không những là cơ duyên quý báu để chúng ta cùng tu học, sách tấn và hỗ trợ lẫn nhau trên bước đường hành đạo, mà còn rất mong sự góp sức của chư tôn đức Tăng, Ni với Giáo Hội để chung lo xây dựng và phát triển nền Phật Giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ ngày càng hưng thịnh.

Vì mạng mạch của Phật Pháp và Phật sự chung, kính mong chư tôn Trưởng Lão Hòa Thượng, chư tôn Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni và quý Cư Sĩ hoan hỷ quang lâm và tham dự đông đủ.

Cầu nguyện chư Phật gia bị cho tất cả mọi Phật sự của chúng ta đều thành tựu viên mãn.

Trân trọng cung thỉnh và kính mời.

Santa Ana, ngày 12 tháng 1 năm 2019
Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK
Chủ Tịch

HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH

Sa Môn Thích Tín Nghĩa

Nơi Nhận:
- Chư tôn Trưởng Lão Hòa Thượng, chư Hòa Thượng, Thượng Tọa, và Ni Trưởng Hội Đồng Giáo Phẩm;
- Chư tôn Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni và quý Cư Sĩ thành viên Hội Đồng Điều Hành;
- Chư tôn đức Tăng, Ni đang hành đạo tại Hoa Kỳ;
- Hồ sơ lưu.

GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ
GIÁO HỘI TĂNG GIÀ KHẤT SĨ THẾ GIỚI
Đồng Tổ Chức An Cư Kiết Hạ
Từ ngày 16 tháng 6 đến 26 tháng 6 năm 2019
Tại Chùa Phật Đà và Như Lai Thiền Tự San Diego, California, Hoa Kỳ
---oOo---

THÔNG BÁO AN CƯ SỐ 3

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Kính bạch Chư Tôn Đức Tăng Ni,

Mùa An Cư Kiết Hạ năm nay được tổ chức tại Như Lai Thiền Tự và Chùa Phật Đà thành phố San Diego, California. Ban Tổ Chức thành tâm kiền thỉnh Chư Tôn Đức Tăng Ni vì tinh thần hòa hợp, thanh tịnh Tăng mà sắp xếp Phật sự tại bổn tự quang lâm về Đạo tràng An Cư từ ngày **16 đến 26 tháng 6 năm 2019** để cùng tu, cùng học với đại chúng.

Ban Tổ Chức cũng thành tâm kêu gọi tinh thần phát tâm cúng dường Trai Tăng, công quả ngoại hộ trường Hạ, thỉnh pháp, văn kinh của toàn thể quí Phật tử để có được sinh khí trang nghiêm, thiền vị của tứ chúng đệ tử Phật. Kính mong quí Phật tử hoan hỷ phát tâm.

Tịnh nghiệp Đạo tràng An Cư năm nay được thành tựu viên mãn là nhờ năng lực tu tập của Đại Tăng cùng sự công quả của quí nam nữ cư sĩ Phật tử.

Ban Tổ Chức chân thành kính chúc Chư Tôn Đức:

Phước Trí Nhị Nghiêm

Đạo Quả Viên Thành

Đồng hồi hướng công đức cho quí Đạo hữu Phật tử:

Vô Lượng An Khang

Cát Tường Như Ý

Nam Mô Thanh Tịnh Đại Hải Chúng Bồ Tát

San Diego, ngày 19 tháng 04 năm 2019

Ban Tổ Chức

HT Thích Minh Hồi - HT Thích Nguyên Siêu

QUAN ÂM TU VIỆN PHÚ

Kính chúc mừng Thượng Toạ Thích Đồng Lưu
nhân ngày Khánh thành
Pháp Đường Tu Viện Quan Âm-Florida, Hoa Kỳ

Xa cha xa mẹ lòng dặt dìu bao nỗi nhớ thương,
Cách bạn cách thầy dạ da diết bấy niềm hoài cảm!
Quê người xứ lạ một mình một bóng chấn tích khai sơn
Đất khách tâm thành cô thân độc ảnh cất am phá thạch
Nắng táp mưa sa chẳng nề khó nhọc nhẫn nại bền tâm
Sương rơi giá buốt không ngại gian lao tinh cần dốc chí
Sáng tối chuyên lòng quyết xây đạo nghiệp cốt để báo đền ân sâu
Mai chiều gắng sức chăm dựng chùa thiền hầu mong thù đáp nghĩa cả
Cơm rau đạm bạc áo vải nâu sồng, ngày ngày lặng lẽ huân tu
Núi rừng chẳng chịt cây gai sỏi đá, khắc khắc âm thầm dọn dẹp
Quan Âm Tu Viện nhựt nhựt trang nghiêm đồng hương quy hướng
Bát Nhã Thiền Môn thời thời thanh tịnh Phật tử tựa nương
Biến uế độ thành tịnh độ đó thực là pháp thức độ sanh
Chuyển mê tâm hướng chơn tâm đây mới chính phương châm giáo hoá
Tâm thành nguyện thiết ứng cảm nơi nơi
Chí vẹn nguyền tròn giao hòa chốn chốn
Pháp Đường hoàn thiện khánh lễ tạ ơn
Tăng Tục hân hoan một lòng chúc nguyện:
Đạo Pháp hưng long Già Lam vĩnh thạnh tuệ nguyệt hằng soi
Đồng Lưu Thượng Tọa (*) pháp thể thường an từ tâm mãi rạng...!

California, 25-04-2019

TRÚC NGUYÊN-THÍCH CHÚC HIỀN
cảm đề

Ghi chú: (*) Đồng Lưu Thượng Toạ: Thượng Toạ Thích Đồng Lưu trú trì Quan Âm Tu Viện tại Tampa, Florida, Hoa Kỳ (Thượng Toạ là người bạn học cùng khoá với Chúc Hiền dưới mái trường Học Viện Vạn Hạnh thân yêu, niên khoá 1997-2001).

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Sen và Cá

MẶC PHƯƠNG TỬ

Chiều nay, một chiều thật an bình, dưới bóng râm mát diệu của những tàng cây xanh, lồng lộng tiếng chim như trĩu thanh âm vào phòng khách bên trong một ngôi đạo tràng. Bình trà đã rót nhiều lần, nhưng hương vị trà hãy còn thấm đậm theo dòng thế sự hoài niệm cổ kim.

Chúng tôi, mấy huynh đệ và đạo hữu trong buổi gặp gỡ, thường là không hẹn trước, bởi giấc đi miên man thì biết đâu mà hẹn cuộc tương phùng. Bây giờ ngồi tính lại thời gian đã hơn năm mươi năm (50) trôi xa và rồi sẽ còn trôi xa hơn thế nữa. Hôm nay ngày nầy năm xưa, Bồ Tát Quảng Đức đã thắp lên ngọn lửa "vị pháp thiêu thân," một trái tim đã ươm mầm cho hằng triệu triệu trái tim, hồng lên cho muôn trùng cõi vô minh của một thời hoang vu bạo tàn của dòng tâm thức con người. Thế rồi, trái tim xưa vẫn tươi sắc hồng bất diệt, mà dòng đời thì cứ nặng nề lê mình qua từng khúc quanh nặng quái chưa tan. Vẫn biết rằng:

"Chỗ người ngồi một thiên thu tuyệt tác
Trong vô hình sáng chói nét Từ Bi"
(Vũ Hoàng Chương)

Có người lại hỏi: "Bây giờ trái tim của Bồ Tát ở đâu, vì sao…?" Ở đâu và vì sao! Câu hỏi ấy lại dâng lên một nỗi mang mang của màu khói sương ảo hóa, khi đã trôi xa, và đã trôi đi hơn năm mươi năm của ngày xưa ấy…!

……

Thế rồi, câu chuyện được chuyển sang một cung bậc khác, một ý thức sống thực trong cuộc đời. Một đạo hữu kể rằng: "Có vị sư nhờ tìm cho một ít loài sen trắng để trồng, để điểm vào không gian của ngôi chùa với sắc màu tinh trắng của sen, vẫn biết rằng loại sen nầy khó trồng hơn những loại sen hồng, sen xanh.

Thời gian nghĩ quanh đây đó, chợt nhớ và vội tìm đến nơi ấy, thì ra khung cảnh hồ xưa, nay chỉ còn là một trũng nhỏ còn đọng lại một ít nước, trông thấy lúc nhúc mớ cá lon con còn xót lại trong hồ, phần diện tích hồ đã san lấp gần đây.

Nỗi buồn giây phút khi biết ra nay sen không còn, lại tiếp nỗi lòng trắc ẩn khi phát hiện sự sống mong manh của một số cá con còn lại nơi trũng nước nhỏ kia. Không câu nệ bùn dơ, từng cái thau nhỏ múc đổ dần vào cái sô to, rồi nhọc nhằn đem ra thả xuống dòng sông lớn cho cá được tiếp tục sự sống mới, thoát đi cái cảnh ao tù, chắc chắn rằng chúng được tự do hơn, thoải mái hơn nơi bến rộng

sông dài. Ơn ấy, công ấy, cá biết đâu mà đền mà trả, nhưng chỉ mong rằng cá lo sống tốt cho đời của cá mà thôi. Chuyện kể là như thế!

Vấn đề là đi tìm sen trắng đem về trồng trong ao vườn chùa. Vâng! vì rằng sen có nhiều đặc tính thanh cao, sự thanh cao ấy mà chư Phật và chư Thánh, những bậc hiền thiện thường ca ngợi tự ngàn xưa cho đến cả ngàn sau, cái đạo lý vô nhiễm vẫn trang nghiêm tịnh hóa giữa cuộc đời tạp nhiễm. Trước đây, đức Phật đã cho chúng ta thấy rằng:

"Như giữa đống rác nhớp
Quăng bỏ trên đường lớn
Chỗ ấy hoa sen nở
Thơm sạch, đẹp ý người"
(Kinh Pháp Cú, Câu 58)

Trồng sen là chọn lấy, khắc họa một biểu tượng cho cái sống thanh cao của tâm hồn, cái đẹp, cái thẩm mỹ, sự trong sáng vượt thoát không phải từ đầu non đỉnh núi, mà phải từ cõi lạc thú phàm tâm. Chính vì vậy, Đức Phật xác chứng qua lời dạy tiếp:

"Cũng vậy, giữa quần sanh
Uế nhiễm, mù, phàm tục
Đệ tử bậc Chánh Giác
Sáng ngời với tuệ trí."
(Kinh Pháp Cú, Câu 59)

Ngoài sự ca ngợi của chư Phật, chư Thánh đệ tử và các bậc Thiền Tổ, v.v… còn có sự ca ngợi trong kho tàng Ca dao, Dân ca Việt Nam, đã được truyền tụng qua bao đời của Ông, Cha và rồi cũng sẽ truyền đi bất tận cho đến tận mai sau. Bởi:

"Trong đầm gì đẹp bằng sen
Lá xanh, bông trắng lại chen nhụy vàng
Nhụy vàng bông trắng lá xanh
Gần bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn"
(Ca Dao VN)

Thanh cao quá! Như một câu kinh huyền nhiệm, như một tâm hồn không vết xước trầm luân. Nhưng có xa rời đâu cái "Thực-hữu" ở đây và cả bây giờ!

Chuyện của cái ao (đời) dù nay có bị lấp cạn đi, và cho dù hiện nay, nơi chốn ấy đã không còn sen nữa, không thỏa mãn được những ước mong tìm sen về trồng. Thế nhưng, điều gì lại giúp cho chúng ta có một cung nhịp mới, một cơ hội mới cho việc đi tìm một hướng đi trong muôn vàn hướng đi, một sự ẩn trú bình an trong muôn vàn sự ẩn trú. Đó là, chợt thấy sự sống mong manh của một ít cá còn lại nơi trũng nước đục cạn. Điều ấy, nếu không phải "thực" là gì ? Thay vì ta phải thênh thang đi tìm một "chơn lý, lý tưởng" đôi khi những ý niệm ấy lại rơi vào ảo hư mơ hồ vô vọng, phi thực…

Nếu như ta cố son phấn cho việc làm, thì việc làm sẽ chỉ là son phấn. Đạo lý cuộc sống đầu nhất thiết phải cần đến chất liệu son phấn giả tạm ấy! Và trái lại, loại chất liệu son phấn cũng không cần phải vẽ lên sắc màu đạo lý của bậc Thánh Hiền.

Đến đây, chúng ta còn nhớ đến một sự việc khác nữa, qua một câu chuyện sống đẹp được kể rằng: "… Có một cậu bé, một hôm dọc theo bờ biển, cậu nhặt từng con sao biển trên tay rồi lần lượt quăng từng con ra biển xa, cứ như thế, mỗi khi cậu có dịp ra bờ biển.

Một lần nọ, có người trông thấy cậu làm như vậy và bảo với cậu rằng: trông cậu làm một việc không ích lợi gì cả, vì sau đó sóng biển cũng sẽ đưa chúng trở lên bãi cát khô. Thế nhưng, cậu bé kia trả lời rằng ít ra cậu cũng giúp cho chúng có thêm một ít thời gian sống dưới biển…"

Như vậy, tất cả việc làm là cốt để phát sinh thêm sự sống sao cho được tươi mát lành mạnh là cần, sự sống được nuôi dưỡng tốt bởi những chất liệu có ý thức, có thiết thực đạo lý, có nhân tính, v.v… Chính điều đó, ở đây và bây giờ là sự tồn tại thanh cao, sự hướng thượng trong sáng, sự an bình mầu nhiệm một cách nghiễm nhiên hơn bao giờ hết.

Vì vậy, một chiều bình an, không phải là một chiều chỉ cho khái niệm, không phải là cầu an lẩn tránh, nhưng lại càng không phải là một mơ hồ đề cao những ý tưởng xa xôi, cũng không phải là sự mệt mỏi, chán chường trong bùn đục của thói đời, để rồi phải chịu bao khổ lụy. Nếu như có những ý niệm hành động trên, thì khác gì như một tâm hồn hoang mạc, hoang vu cọc còi tư duy, mục nát với thời gian.

Trái lại, có một chiều thật sự tìm và trồng sen và thật sự có giúp cho bao nhiêu con cá nơi trũng nước cạn đục kia được tự do thong dong ngược xuôi nơi bến rộng sông dài. Điều ấy có khác gì đã và đang tưng bừng bởi những sắc hương hoa và lá của sen. Đi và tìm bao "kỳ hoa dị thảo," thế nhưng trên vạn nẻo đời, ở đâu lại không có (hoa thơm cỏ lạ) vẫn nở muôn trùng trong ta và trong cả cuộc đời.

MẶC PHƯƠNG TỬ

thơ

TU NGỒI, TU NẰM

Ngày xưa có một ông thầy
Tu hành ngồi mãi cả ngày thật chăm
Lạ thay thầy chẳng thích nằm
Trụ trì chùa lớn, tiếng tăm vang rền,
Bao nhiêu đệ tử kề bên
Chẳng ai có được cơ duyên trọn đầy
Học theo khổ hạnh của thầy
Ba oai nghi giữ hàng ngày mãi thôi
Chỉ đi, chỉ đứng, chỉ ngồi
Không nằm chi cả. Mọi người gắng theo
Thật là khó biết bao nhiêu
Tuy nhiên đệ tử sớm chiều quản chi.

Một hôm có chú sa di
Từ xa lưu lạc xin về đây tu
Và xin ở lại trong chùa
Thầy nghe biểu lộ tâm từ nhận ngay,
Chú xin hầu cận bên thầy
Để hòng học được cái hay đạo mầu
Hạnh tinh tấn đứng hàng đầu,
Thầy vui chấp thuận! Trước sau đẹp lời!
Nhưng hằng đêm khi thầy ngồi
Suốt cho tới lúc sáng trời, rất chăm!
Thì trò kia cũng cứ nằm
Suốt cho tới sáng, cũng hăng vô cùng!
Thầy lưu ý thấy lạ lùng
Nhưng mà thấy chú cũng không chây lười
Luôn luôn tỉnh táo đáp lời
Thầy vừa sai bảo, chú thời làm ngay
Chu toàn bổn phận tốt thay
Thầy đâu có cớ la rầy trò đâu!
Ông thầy thầm nghĩ trong đầu
Tiếc cho đệ tử trước sau tận tình
Lại thêm rất mực thông minh
Cứ nằm ỳ mãi! Tu hành uổng thay!

Cuối cùng rồi đến một ngày
Ông thầy phải dạy chú hay biết rằng:
"Chớ nên tu cái hạnh nằm
Nếu tu nằm mãi cũng bằng uổng thôi
Coi chừng thành rắn mất rồi!"
Sa di kính cẩn trả lời thầy ngay:
"Bạch thầy! Suốt cả năm nay
Nếu thầy ngồi mãi có ngày không xa
Thân hình thầy sẽ biến ra
Cũng thành con cóc thôi mà! Khác đâu!"
Thầy nghe trò nói dứt câu
Tức thời chợt ngộ đạo mầu! Lành thay!

TÂM MINH
NGÔ TẰNG GIAO

(thi hóa theo Truyện Cổ Phật Giáo)

TRỞ VỀ MỤC LỤC

www.tusitainternational.net

KHOA HỌC, NGHỆ THUẬT VÀ TÍNH TÂM LINH

Nguyễn Thế Đăng

Einstein đã nói khoa học mang trong mình nó một tính tôn giáo, tính tín ngưỡng vũ trụ: *"Những nhà hoạt động nghiên cứu khoa học, dù bị người đương thời hoài nghi, nhưng đã chỉ ra con đường cho những người cùng tư tưởng sống rải rác ở các miền của thế giới và trải qua nhiều thế kỷ.*

Chỉ có ai cống hiến đời mình cho những mục đích tương tự mới có được một quan niệm sinh động về cái gì đã đem lại hồn và sức mạnh cho những bậc vĩ nhân này, mặc cho vô số thất bại với nhưng vẫn trung thành với mục đích của họ. Đó chính là tính tín ngưỡng vũ trụ. Một người đương thời đã nói không phải không có lý rằng những nhà nghiên cứu nghiêm túc trong thời đại phổ biến tính vật chất chủ nghĩa của chúng ta chính là những người duy nhất có tính tín ngưỡng sâu xa.

Hãy thử và thâm nhập những bí ẩn của vũ trụ với những phương tiện giới hạn của chúng ta, bạn sẽ thấy, đằng sau những chuỗi mắt xích có thể nhận ra, còn có cái gì tinh tế, không thể hiểu thấu đáo và giải thích được. Sự tôn kính trước sức mạnh này, ngoài những cái chúng ta có thể hiểu, đó là tôn giáo của tôi. Trong chừng mực này, thực tế, tôi là người có tín ngưỡng.

Thật là một cảm giác tuyệt vời khi khám phá được tính thống nhất của một phức hợp các hiện tượng vốn biểu hiện trước giác quan như những sự vật hoàn toàn tách biệt nhau."

Và khi Einstein nói về nghệ thuật, ở đây là âm nhạc, chúng ta vẫn nghe thấy cái gì đó ở tầm mức vũ trụ:

"Vivaldi, Bach và Mozart. Đặc biệt là Mozart! Tôi tin rằng âm nhạc của Mozart đẹp và tinh khiết đến độ tôi xem nó như chính vẻ đẹp nội tâm của vũ trụ. Những gì tôi có thể nói về tác phẩm của Bach là: nghe, chơi, yêu, chiêm ngưỡng nó, và im lặng." "Mozart đẹp lắm, dịu dàng không thể tả, ông luôn luôn như thế và mãi mãi như thế. Có một cái gì vĩnh cửu, thoát khỏi bàn tay định mệnh và tất cả sự mù quáng của con người" (Trích từ Einstein, tác giả Nguyễn Xuân Xanh, bản in lần 9, 2011).

Với Einstein, khoa học và cả nghệ thuật luôn luôn đi tìm kiếm để tiếp xúc với cái mà ông gọi là "tín ngưỡng vũ trụ," "tôn giáo vũ trụ," "tính thống nhất của các hiện tượng," "vẻ đẹp nội tâm của vũ trụ," "có một cái gì vĩnh cửu, thoát khỏi bàn tay định mệnh và tất cả sự mù quáng của con người."

Cái đó, kinh Pháp hoa gọi là "thật tướng của tất cả mọi sự" (chư pháp thực tướng). Cái đó, "cái gì vĩnh cửu," "tính thống nhất của các hiện tượng" được gọi là "chân lý tuyệt đối và tối hậu" so với chân lý tương đối và quy ước; là "nền tảng của mọi xuất hiện," là "Như Lai tạng" từ đó mọi sự sinh khởi…

Từ thời Hy Lạp (khoảng 500 năm trước Tây lịch), các triết gia và cũng là những nhà khoa học, đã đi tìm bản thể của vũ trụ. Thales cho rằng nguyên chất căn bản là Nước; Heraclite cho rằng vạn vật đồng nhất thể và tượng trưng chất thể nguyên sơ là Lửa; Anaximène cho rằng nguyên chất căn bản là đơn nhất và vô hạn; Pythagore nói rằng sự vật là những con số, và những con số ấy hòa âm với nhau tạo thành sự hòa âm của vũ trụ (kosmos)…

Cái gì là bản chất của vũ trụ? Cái gì là nền tảng của mọi xuất hiện với các giác quan và ý thức? Câu hỏi ấy là một ám ảnh phải tìm hiểu ngay từ lúc khởi nguyên của văn minh Tây phương với các triết gia và các nhà khoa học vĩ đại. Cho đến bây giờ, ám ảnh ấy vẫn là động cơ thúc đẩy sự tiến bộ của khoa học.

Tiến sĩ Francis S. Collins, Giám đốc Dự án Giải mã Gien Người, sau khi hoàn tất dự án đã

viết cuốn Ngôn ngữ của Thượng đế (The Language of God, 2006) nói về thứ ngôn ngữ (sinh học) mà Thượng đế đã sử dụng để sáng tạo nên sự sống. Về mặt vật lý, hạt Higgs được xem là "hạt của Thượng đế." Nhà vật lý Leon Ledeman, Nobel Vật lý 1982, đã viết cuốn *The God's Particle: If the Universe is the Answer, What is the Question"* (Hạt Thượng đế: Nếu vũ trụ là câu trả lời, thì Cái Gì là câu hỏi?).

Khi nói tôn giáo là sự nối kết trở lại (religion) thì nối kết trở lại với Cái Gì? Cái Ấy có lẽ là cội nguồn của con người và vũ trụ, và luôn luôn bao bọc con người và vũ trụ. Nói thế nghĩa là cái ấy là nền tảng của cuộc đời con người và sự sống của vũ trụ, từ quá khứ, hiện tại, cho đến tương lai. Cái nền tảng cho mọi hình thức sống ấy hiện giờ đang có đây, vì thế nó là ám ảnh ghê gớm cho mọi hoạt động của con người.

Nếu như khoa học tìm kiếm nền tảng của mọi hiện tượng như một cái gì khách quan, thậm chí ở bên ngoài, thì tất cả mọi văn chương, triết học, nghệ thuật… cũng đi tìm nền tảng ấy, nhưng qua những trải nghiệm của cuộc đời làm người bằng một tâm thức nghiêng nhiều về 'trí thông minh cảm xúc.' Đâu là ý nghĩa của cuộc đời làm người? Sống và chết để làm gì? Tôi là ai? Tôi hiện sống trên cái gì hay trên hư vô? Và chết sẽ đi về đâu?

Những nhà văn lớn, qua trải nghiệm cuộc sống của mình, đã đi đến những vấn đề cốt lõi của thân phận con người.

"Nếu không có cái gì cao hơn con người thì mọi sự đều được phép làm" (Tội ác và hình phạt - Dostoievski). *"Cái Đẹp sẽ cứu rỗi thế giới"* (Anh em nhà Karamazov) *"Nếu trần gian này là một nơi chốn lưu đày thì đâu là quê nhà của con người?"* (Lưu đày và quê nhà - Albert Camus). *"Rốt cuộc, con người chỉ là một đam mê vô ích"* (Hữu thể và hư vô - J.P. Sartre).

"Trời xuân xanh xuống hẹn rằng
Sớm sương đổi lục chiều trăng thay hồng
Ngõ về em có nhớ không
Bóng vang đầu nước hình lồng cuối hoa…
…Mùa mây trên tháng năm còn
Ngày vui thứ nhất trái tròn sơ nguyên
Dậu Tần ngả nhánh nghiêng nghiêng
Ôi người cố quận nhìn em phương nào."
(Đi tìm, Mưa nguồn - Bùi Giáng)

Đi tìm cái chính thật là mình, tính tâm linh vốn có của mình, quê nhà đích thực của mình…, đây là động lực cho văn chương và thơ ca. Và cuộc hành trình tìm kiếm ấy đến bây giờ vẫn như mới bắt đầu.

Quả thật con người đã bị thất lạc quê hương của mình, như kinh Pháp hoa nói câu chuyện chàng cùng tử quên mất quê nhà, như Kinh Thánh nói câu chuyện đứa con hoang đàng trở về.

Nhìn qua một ngành nghệ thuật khác là hội họa. Các họa sĩ vẽ cái gì? Không phải vẽ cho giống, mà vẽ chính cái thấy của họ về thực tại. Nói cách khác, họ đi tìm thực tại qua những bức tranh vẽ của mình. Nghệ thuật là con đường để đi tìm thực tại, đi tìm lý lịch, bản thể của chính mình và vũ trụ.

Chỉ nhìn qua vài ngành hoạt động của con người như vậy, chúng ta nhận ra là tất cả văn hóa và văn minh của con người là sự tìm về hay tìm đến cái thực tại tối hậu - mà trong bài này gọi là **tính tâm linh**. Chưa tìm ra nó, con người vẫn còn lạc lõng, còn hy vọng hão huyền và sợ hãi vô cớ; vẫn luôn luôn có những bất toại nguyện cấu thành một đời người.

Nhưng chúng ta cũng thấy rằng những con đường khoa học, nghệ thuật chỉ mới tiếp xúc ở những bước đầu của con đường tâm linh, và việc chúng có thể vượt khỏi tầng ý thức để đi trọn con đường tâm linh hay không thì không thể biết chắc.

Tất cả lịch sử loài người là tìm kiếm, dù có ý thức hay một cách vô thức, cái đời sống trọn vẹn, hoàn hảo, vượt khỏi phiền não khổ đau và những mâu thuẫn xung đột xảy ra từng phút từng giây trong tâm thức mình và hiện hình trong đời sống xã hội. Đời sống ấy Đức Phật đã tìm thấy và thể nhập trọn vẹn. Rồi sau đó có rất nhiều người khác ở mọi quốc gia đã đi theo, biết và sống đời sống hoàn hảo ấy. Các vị là những chứng nhân cho sự việc một đời sống Chân-Thiện-Mỹ có thể xuất hiện ở đời, và các vị đã nối tiếp nhau làm thành dòng sống, lịch sử tâm linh, của đạo Phật.

Đạo Phật là con đường do Đức Phật đã đi, cho đến rốt ráo của tính tâm linh, và mỗi thế hệ về sau luôn có những người đi trên con đường ấy và mở rộng thêm, như số các Luận mỗi thế hệ lại có nhiều thêm ở các quốc gia trên thế giới cho thấy. Đức Phật đã từng nói: *"Đây là con đường hoàn hảo ở chặng đầu, hoàn hảo ở chặng giữa, hoàn hảo ở chặng cuối cùng."*

Đạo Phật giúp con người hoàn thành số phận làm người bằng cách hướng dẫn con người đi hết con đường tâm linh, hoàn tất tính tâm linh vốn có của mình. Vì lý do đó mà đạo Phật vẫn tồn tại ngày nào con người chưa hoàn tất định mệnh cao cả của mình, tính tâm linh của mình. Tính tâm linh ấy, nói theo kinh Đại Bát Niết-bàn, là Thường, Lạc, Ngã, Tịnh.

(Nguồn: thuvienhoasen.org)

TRỞ VỀ MỤC LỤC

THIỀN ĐI BỘ

ARINNA WEISMAN và JEAN SMITH

Huỳnh Kim Quang dịch

LỜI GIỚI THIỆU CỦA NGƯỜI DỊCH:

Ngày xưa Đức Phật trong suốt 45 năm giáo hóa tại khu vực rộng lớn dọc theo hai bên bờ Sông Hằng ngài chỉ sử dụng mỗi một phương tiện duy nhất là đi bộ. Trong Kinh nói Đức Phật lúc nào cũng ở trong đại định, như vậy thì lúc đi bộ Đức Phật cũng thiền.

Cho nên, ngày nay khi chúng ta nói đến thiền đi bộ thì không là vấn đề mới mẻ gì cả. Nhưng đôi khi chúng ta lại ít để tâm thực tập đúng theo phương thức để mang lại sự an tịnh cho thân tâm trong cuộc sống hàng ngày.

Về 2 tác giả Arinna Weisman và Jean Smith:

Arinna Weisman là giáo sư hướng dẫn cho Lotus Sisters. Bà đã nghiên cứu về thiền minh sát kể từ năm 1979 và dạy thiền kể từ năm 1989. Thân giáo sư của bà là Ruth Denison, là người được truyền thụ để dạy thiền bởi thiền sư U Bha Khin. Bà là người sáng lập Trung Tâm Thiền Insight Meditation Center of Pioneer Valley tại tiểu bang Massachusetts. Bà cũng là đồng tác giả của cuốn sách "A Beginner's Guide to Insight Meditation," và là người chấp bút cho cuốn sách "Women Practicing Buddhism: American Experiences," được hiệu đính bởi Peter Gregory và Susanne Mrozik.

Jean Smith là nhà văn/người biên tập của nhiều cuốn sách về Phật Giáo, gồm cuốn "365 Zen," "A Beginner's Guide to Insight Meditation," và "Breath Sweeps Mind." Là thành viên lâu đời của Insight Meditation Society, bà là chủ tịch hội đồng điều hành của Mountain Retreat Center, tại Taos, New Mexico, nơi bà sinh sống.

Hai tác giả Arinna Weisman và Jean Smith sẽ làm sáng tỏ cách thực tập thiền đi bộ rất phổ thông này, qua sự hướng dẫn chi tiết dưới đây.

***

Việc đi bộ có thể là cơ hội kỳ diệu khác để thực hành chánh niệm. Từng giây phút có thể tăng cường sự tỉnh thức và đôi khi là đối tượng dễ tiếp cận thiền hơn hít thở.

Các kỹ thuật thiền hành chính thống thì khác nhau trong những trường phái khác biệt của Phật Giáo Nguyên Thủy. Trong truyền thống Miến Điện và trong các khóa tu Thiền Minh Sát, các thiền giả thường đi bộ một mình, hơn là đi theo đoàn người, như đã được thực hành trong các truyền thống Phật Giáo khác.

Lời khuyên là đi bộ lui và tới giữa khoảng cách từ 20 tới 30 feet [hay từ 6 mét tới 9 mét], sẽ giúp cho chúng ta không bị vướng vào "việc đi tới nơi nào đó." Chúng ta thực tập việc đi bộ chỉ là để đi bộ. Việc chọn một nơi để thực tập từ lúc bắt đầu khoảng thời gian đi bộ cũng loại trừ việc mất thời gian quyết định nơi nào chúng ta phải đi bộ. Chúng ta nên cố giữ nơi mà chúng ta đã chọn bởi vì chúng ta thường đối diện với các ý muốn như "Chỗ này quá ồn sào. Tôi nên đi bộ phía sau nhà." Nhưng phía sau nhà thì quá lạnh, như thế chúng ta phải tìm một nơi ấm áp. Nhưng hỡi ôi, thật là kinh khủng bởi vì những nơi ấm ấp thì đông người và chúng ta không thể thiền hành trừ ra chúng ta đơn độc. Những do dự đó đã làm mất 30 phút do đó chúng ta quyết định bỏ.

Khi quý vị đã chọn được một nơi rồi, thì hãy phân chia việc thiền hành ra làm 3 giai đoạn. Trong khoảng thời gian thứ nhất, có lẽ từ 10 tới 15 phút, đi bộ chậm hơn một tí so với lúc quý vị đi bộ bình thường. Trong khoảng thời gian thứ hai, cũng từ 10 tới 15 phút, hãy đi bộ chậm hơn nữa. Trong khoảng thời gian thứ ba, hãy đi bộ thật chậm.

Cũng tốt, thay vì chia việc đi bộ của quý vị ra làm 3 khoảng thời gian, thì chọn một trong những tốc độ và đi bộ lui và tới cùng tốc độ đó. Tất cả sự thực tập trong truyền thống này, cách nào quý vị cảm thấy thích hợp với mình, tùy theo các điều kiện, thì quý vị nên thực tập theo cách đó.

Bây giờ hãy thực tập. Khởi đầu, như quý vị đã thực tập thiền tọa, qua sự nhận biết chú tâm của quý vị và hãy cam kết giữ chánh niệm trong suốt sự thực tập này.

Trong phần đầu thiền hành, cho phép sự tỉnh thức của quý vị tập trung vào cảm nhận từng bước đi trên mặt đất. Nếu quý vị muốn đem thêm năng lực vào – và một trong những điều kỳ diệu về thiền hành là nó thực sự mang năng lực vào tâm quý vị -- nhấc đầu gối cao hơn một chút và bước ngắn lại, để quý vị đi những bước ngắn hơn. Ghi nhận cảm giác của

từng bước đi trên mặt đất: Bước đi, bước đi, bước đi…

Trong phần kế tiếp, hãy đi chậm vừa đủ để quý vị ghi nhận từng nhấc chân lên và rồi từng bước chân đi trên mặt đất. Nhấc chân lên, bước đi -- nhấc lên, bước đi -- nhấc lên, bước đi. Quý vị sẽ ghi nhận, như khi ngồi thiền, rằng tâm chạy lung tung rất nhiều lúc. Không sao cả. Chỉ mang nó trở lại với cảm giác của việc nhấc chân lên và bước đi, và hãy nhận biết trình tự đó. Quý vị nhận biết mình đang nhấc chân lên khi quý vị nhấc chân lên, và quý vị nhận biết qúy vị đang bước đi khi quý vị bước đi.

Trình tự sau cùng là nhấc chân, bước đi, di chuyển -- nhấc chân, bước đi, di chuyển. Trong giai đoạn này, hãy đi chậm vừa đủ để quý bị ghi nhận sự di chuyển của trọng lượng cơ thể và mức độ áp lực diễn ra từ chân này sang chân khác. Hãy bắt đầu ghi nhận chi tiết của kinh nghiệm này. Ghi nhận rằng khi bàn chân nhấc lên, các bắp thịt có thể hoạt động trong quý vị. Hãy quán sát cách mà bàn chân lướt qua mặt đất, cách bàn chân giờ lên, rồi khi bước đi -- đừng di chuyển tức thì -- chỉ nhận biết việc bàn chân đặt lên mặt đất. Rồi hãy để trình tự tiếp tục diễn ra nữa, đừng đánh mất nhận biết đối với việc nhấc chân, bước đi, di chuyển -- nhấc chân, bước đi, di chuyển.

Một số người thấy hữu ích trong việc ghi nhận -- chẳng hạn nói lời rất nhẹ trong tâm khi thực tập thiền hành. Khi họ đang nhấc chân thì nói, "Đang nhấc chân"; khi họ đang bước đi thì nói, "Đang bước đi"; khi họ đang di chuyển thì nói, "Đang di chuyển."

Cẩn thận đừng để những lời ấy chiếm ưu thế hay ngay cả làm chủ -- chúng nên mờ nhạt – nhưng sự ghi nhận có thể giúp quý vị thêm một chút hậu thuẫn trong việc tỉnh thức tiến trình đi bộ và có thể giúp quý vị tiếp tục tập trung.

Bổ sung cho sự ghi nhận, việc đi bộ bằng cách tính -- tập trung vào sự phát triển an định và tập trung tinh thần – là sự thực tập khác có thể giúp quý vị khi tâm bị tán loạn. Trong sự thực tập này, quý vị có thể đi bộ ở một nơi bình thường. Khi quý vị bước thứ nhất, quý vị đếm 1. Trên 2 bước kế tiếp, quý vị đếm 1, 2. Trên 3 bước kế tiếp, quý vị đếm 1, 2, 3. Trên 4 bước tiếp theo là 1, 2, 3, 4, và cứ thế đếm cho đến bước thứ 10. Khi quý vị đếm tới bước thứ 10, rồi đếm 10, 9 cho 2 bước sau đó; rồi 10, 9, 8 cho 3 bước tiếp theo, v.v…

Bất cứ khi nào quý vị mất tập trung, thì quý vị hãy trở lại đếm số 1. Điều thường xảy ra là khi quý vị đang ở giữa trình tự và đếm tới 10, rồi quý vị đếm 11 – quý vị không nhớ chuyển trở lại bởi vì quý vị bị tán tâm; quý vị theo thói quen. Nếu quý vị muốn di chuyển thân thể trong lúc chú tâm, thì việc đếm số là rất hữu ích. Quý vị có thể thực tập điều đó trong một không gian ngắn và cứ đi vòng lại, hay quý vị có thể thực tập điều đó trên cuộc đi bộ dài bằng cách thường xuyên bắt đầu đếm trở lại.

Khi quý vị đang đi bộ, sự chú tâm ưu tiên của quý vị là vào các cảm nhận việc đi bộ. Đôi khi quý vị sẽ ghi nhận rằng quý vị không chú tâm vào việc đang đi bộ mà lại để ý đến việc đang thấy hay đang nghe – là kinh nghiệm rất bình thường. Khi điều đó xảy ra, chỉ ghi nhận, "Đang thấy" hay "đang nghe," và trở lại đang đi bộ. Nếu, trong thời gian thực tập chính thức, quý vị muốn nhìn điều gì đó, hãy nhận biết sự chú tâm này, dừng đi bộ, nhìn điều gì quý vị muốn nhìn, rồi tiếp tục đi bộ với sự chú tâm vào các bước đi.

Thực tập đi bộ nghiêm túc có thể không thích hợp trong cuộc sống hàng ngày của quý vị. Có lẽ thời gian duy nhất để quý vị thực tập đi bộ là khi quý vị dắt chó ra ngoài vào buổi sáng, và không có cách nào để quý vị có thể thực tập việc nhấc chân, bước đi, di chuyển. Không sao. Chỉ tỉnh thức toàn diện việc đi bộ và ghi nhận liên tục cơ thể của quý vị cảm giác thế nào trong lúc di chuyển. Hay quý vị có thể thấy dễ dàng hơn trong việc chú tâm vào bàn chân, ghi nhận việc đặt chân lên đất, tiếp xúc với mặt đất, và cảm nhận nhịp bước đi. Loại chánh niệm này là giá trị tương đương đi bộ nghiêm túc. Không có cách nào tốt hơn cách nào. Cả hai đều hữu ích theo cách riêng, như thế cách nào quý vị chọn để thực tập là tùy theo các hoàn cảnh trong cuộc sống của chính quý vị.

Chạy bộ cũng có thể trở thành phương thức thực tập của chúng ta nữa -- cảm nhận sự chuyển động toàn thân, và đặc biệt nhịp bước chân trên mặt đất. Vận động cơ thể trong một số cách thức như yoga hay từ cảm thức nội tại của chính chúng ta về động tác, việc tập thể dục, và thực tập yoga có thể là một phần của việc thực tập chánh niệm của chúng ta.

Trích từ tác phẩm "The Beginner's Guide to Insight Meditation" [Hướng Dẫn Thiền Minh Sát Cho Người Sơ Cơ] của 2 tác giả Arinna Weisman và Jean Smith, theo trang mạng Phật Giáo Lion's Roar phổ biến ngày 2 tháng 4 năm 2019. Độc giả có thể đọc nguyên tác Anh ngữ ở đây:

https://www.lionsroar.com/mindful-walking-how-to-do-walking-meditation/

THẦN THÔNG VÀ TU CHỨNG

*(**Câu Chuyện Dưới Cờ** — bài viết hàng tuần của GĐPT do **NHÓM ÁO LAM** thực hiện)*

Nước trong bốn biển chỉ có một vị là mặn. Đạo của Như Lai cũng chỉ có một vị đó là vị giải thoát. Mục đích của đạo Phật là giải thoát.

Được thân người là quý, bởi đó là phương tiện diệu dụng để liễu chứng bồ đề đạo quả. Mười phương ba đời chư Phật thị hiện cũng chỉ vì một đại sự nhân duyên ấy. Khai thị chúng sanh ngộ nhập tri kiến Phật.

Khai mở được lòng hoa Phật tánh là liễu đồng càn khôn vũ trụ. Đừng tham đắm thần thông biến hóa quỷ sự như yêu ma. Vì con người là nơi giao hợp giữa âm và dương, là nơi tụ hội của ngũ hành, là tử khí của quỷ thần.

Ngày xưa ngài Pháp Dung ở trên núi Ngưu Đầu chuyên tâm tham thiền cho đến quên ăn bỏ ngủ, cảm đến cầm thú. Chúng mang hoa quả đến cúng dường ngài. Thế mà về sau phải nhờ Tổ Đạo Chí chỉ cho yếu pháp của Thiền Tông ngài mới thông ngộ tiếp tục tu trì. Lúc ấy ngài thu thần nhập chánh định, cầm thú đâu thấy ngài được nữa mà cúng dường, mới biết người đạt đạo nào khác đâu như kẻ bình thường.

Lại như sư Phổ Nguyện ở núi Nam Tuyền, một hôm xuống núi thăm Trang Sở, được Trang chủ tiếp đón trọng thể, sư Phổ Nguyện tỏ bày sự ngạc nhiên. Trang chủ cho biết: "Khi hôm có thổ thần đến mách bảo nên con đâu dám không chuẩn bị để tỏ lòng tín kính." Ngài Phổ Nguyện buồn rầu than "Ôi ta tu vô lực để quỷ thần biết tâm."

Thế mà ngày nay nhân giả tham thiền mà cầu mong được như quỷ thần đến độ cho ma chướng chiếm đoạt thân mình làm trò huyễn hóa mà cho là chứng đắc tự phụ, không đáng buồn lắm sao!

Lại nữa Thiền sư Đạo Ưng đệ tử, đệ tử ngài Đông Sơn Lương Giới cất am trên đỉnh Tam Phong chuyên tu thiền định hàng ngày cứ đến giờ quá đường thì về chùa thọ trai cùng đồ chúng. Bỗng dư bảy ngày sư không xuống thọ trai. Đông Sơn cho người gọi sư xuống hỏi nguyên nhơn, ngài đáp: "Được thiên thần cúng dường." Đông Sơn quở ông còn chỗ kiến giải. Đến chiều sư xuống. Đông Sơn hỏi: "Không nghĩ thiện không nghĩ ác. Cái gì là bản lai diện mục của am chủ?" Nghe lời dạy Đạo Ưng về am thấy im lặng mấy hôm, thiên thần không tìm ra sư để cúng dường.

Được thiên thần cúng dường còn bị quở, còn chỗ kiến giải. Buông xả mới có thể mở gút thắt cột ta vào thuyền vọng hư dối.

Cho nên khi Phật còn tại thế ngài cấm ngặt việc dùng thần thông để học đạo cũng như hộ đạo.

Chúng ta thật đáng lưu suy, nghĩ cho tận cùng kỳ lý đường tu chứng mới hanh thông tinh tiến vậy.

(Trích *52 Câu Chuyện Dưới Cờ*—Thị Nguyên Nguyễn Đình Khôi)

VẤN ĐỀ TÂM VẬT TRONG ĐẠO PHẬT

(*Lá Thư Đầu Tuần — tài liệu tu học của GĐPTVN)*

Đạo Phật chủ trương nhất nguyên hay đa nguyên, duy tâm hay duy vật?

Đứng ngoài đạo Phật thì "vọng tưởng" rằng đạo Phật là nhất nguyên, là đa nguyên, là duy tâm hoặc là duy vật. Nhưng bước vào trong đạo Phật, trong rừng giáo lý -- để quan sát, người ta sẽ thấy một hiện tượng kỳ lạ. Là khi đứng về hướng nầy, người ta thấy đạo Phật chủ trương nhất nguyên, nhưng khi đứng qua hướng kia, lại thấy rõ ràng đạo Phật chủ trương đa nguyên. Rồi đứng trên miếng đất nầy, người ta thấy đạo Phật chủ trương duy tâm, nhưng đứng sang miếng đất khác, thì rõ ràng là đạo Phật chủ trương duy vật.

Quả thật là một sự kỳ lạ. Kẻ nóng tính nghe như thế sẽ bực mình và sẽ cho đó là một lối chủ trương ba phải. Nhưng không. Đứng về phương diện triết học, đạo Phật có những hệ thống lý thuyết rất phong phú, mà tất cả đều đi đến một sự nhất trí vô cùng hoàn mỹ.

Nhiều người nghe câu kinh "tam giới duy tâm, vạn pháp duy thức" liền chỉ ngay đạo Phật mà bảo rằng: Ấy đấy, đạo Phật duy tâm rõ ràng, còn chối cãi gì nữa. Thực ra, đạo Phật có chối cãi đâu. Đạo Phật chỉ giảng giải rằng chữ Tâm của đạo Phật không phải như chữ Tâm của thế gian, của triết học. Phật học là một môn Tâm học. Nhưng tâm ở đây không phải là linh hồn, là tất cả những hiện tượng tâm lý, và "tâm học" của đạo Phật rất khác xa "tâm lý học" của triết học vậy.

Cũng có kẻ thấy đạo Phật chủ trương bác bỏ thuyết linh hồn tồn tại độc lập (điểm này có thể làm nhiều bạn giật mình), không công nhận tạo hóa, thì lại chỉ vào đạo Phật mà bảo rằng: Ấy đấy, đạo Phật duy vật rõ ràng, còn chối cãi gì nữa. Thực ra, đạo Phật có chối cãi đâu. Đạo Phật chỉ giảng giải rằng cái mà người ta gọi là linh hồn ấy, đạo Phật gọi ý và thức, và khi xác thân tiêu hoại, ý và thức ấy không còn tác dụng nữa, nghĩa là không sinh hoạt như một hồn ma bóng quế như giới ít học hiểu lầm.

Chủ nghĩa duy vật là một chủ nghĩa cho rằng thực tại chỉ là vật chất. Vũ trụ, nhân loại và sinh vật đều là vật chất, nói một cách tinh vi hơn, đều có một nền tảng chung là vật chất. Cả đến phần tinh ba nhất của loài động vật là tư tưởng, là cảm tình cũng đều do nền tảng vật chất mà có. Những tư tưởng và tình cảm ấy không thể phát hiện nếu không có vật chất. Tinh thần cũng là sản phẩm thượng hạng của vật chất, duy có tinh tế hơn những sản phẩm khác như đường, như mật, như sinh tố, như thần kinh hệ... mà thôi.

Người chủ trương duy vật thường lý luận rằng: chỗ nào không có vật chất thì không thể có tinh thần, do đó tinh thần là do vật chất mà có, tinh thần là một thuộc tính của vật chất.

Ta không cần phải mất thì giờ để bác bỏ cái quan niệm nông cạn và thiên lệch này trong khi mọi người đã thấy cái vô lý của nó rồi. Tuy nhiên cũng cần nói rằng duy vật luận chỉ chú trọng đến phần ngoại giới, xao lãng hẳn phần nội giới phong phú sâu xa mà ở đây nhà khoa học chỉ có thể rọi vào những tia sáng ngắn ngủi nhất. Mà dù người duy vật có để ý đến nội giới đi nữa thì vẫn xem nội giới như một đối tượng tầm thường như bao nhiêu đối tượng vật chất khác, dù nhà duy vật cho nó là "một hình thức tinh tế nhất của vật chất." Tinh thần tự đối tượng hóa đã là một việc khó làm, mà tinh thần tự cho mình là thuộc tính của vật chất lại là chuyện khó nghe. Đời thuở nào lại có một thứ thuộc tính kỳ quái có thể "biết" mình là thuộc tính của vật chất!

Còn bảo rằng "chỗ nào không có vật chất thì không có linh hồn" cũng thật lạ lùng. Làm như tai mắt người có thể "thấy" được thứ tinh thần tồn tại độc lập vậy. Tai mắt ta chỉ nhận được sự hiện hữu của tinh thần nhờ những dấu hiệu vật chất. Tinh thần vẫn hiện hữu, nhưng ta không nhận được sự hiện hữu đó nếu ta không nhờ một vài dấu hiệu vật chất, cũng như lúc nào cũng có làn sóng điện, và những âm thanh chở trên các làn sóng điện ấy, nhưng ta chỉ nhận được sự hiện hữu của các âm thanh được chở trên các làn sóng kia nếu ta có một chiếc máy thu thanh.

Vậy thì nhà duy vật đừng bắt ta đi tìm tinh thần ở chỗ không có vật chất. Nhưng nói thì nói thế thôi, chứ đạo Phật cũng không nhận rằng có thể có cái "hiểu biết" (cái mà thế gian gọi là cái hồn) tồn tại ngoài xác thân loài động vật. Lát nữa ta sẽ hiểu điểm này.

Chủ nghĩa duy tâm chủ trương ngược lại rằng vật chất không phải thực có, vật chất không tồn tại ngoài ý thức chủ quan của con người. Chỉ có ý thức chủ quan là thực tại, còn bao nhiêu cái khác đều là sản phẩm của ý thức chủ quan, đều là

TRỞ VỀ MỤC LỤC

những biểu tượng của ý thức, gọi tắc là những "ý tượng." Duy tâm luận chủ trương ngoài tâm lý của mình không còn gì cả; vũ trụ, thế giới, những người khác và chính tâm ý của những người khác cũng không thực tại.

Người duy tâm cũng như những người duy vật cố tình phủ nhận một mặt của sự thực; người duy tâm cố tình làm ngơ không nhận những ảnh hưởng và những tác động của vật chất của sinh lý trên tư tưởng và tâm lý của mình. Những loài hữu tình sống xung quanh ta cũng có những cảm tình, những tư tưởng, nói tóm lại, một tâm lý chủ quan của họ. Trong sinh hoạt thường nhật ai không nhận rõ điều đó. Ta không thể chỉ công nhận có sự tồn tại của tâm ý riêng ta.

Đạo Phật không vướng vào duy tâm, không vướng vào duy vật, nhưng cũng không phải một nhị nguyên thuyết. Duy thức học đạo Phật chủ trương rằng ngũ uẩn tức là toàn thể những hiện tượng vật lý, tâm lý (sắc, thọ, tưởng, hành, thức), đều là những thứ phát hiện của "chủng tử" tiềm lại trong A Lại Gia Thức (Alaya - vinnana) mà thôi.

Những hiện tượng tinh thần hay vật chất (sắc pháp hay tâm pháp) đều là đứng về thế hiển phát. Khi chưa hiển phát, chúng đứng về thế tiềm tàng. Đứng về thế tiềm tàng, chúng gọi là "chủng tử" (danh từ của duy thức học). Đứng về thế hiển phát chúng gọi là hiện hành. Chủng tử sinh hiện hành, hiện hành trở về chủng tử, chủng tử là hiện hành, hiện hành là chủng tử, sự phát hiện nầy được tiếp diễn không ngừng.

Điểm này đòi hỏi chúng ta nhiều kiến thức về duy tâm học. Ở đây chúng ta chỉ lược qua đại cương. Chủng tử là một thứ "năng lực" làm bản chất cho tất cả mọi hiện tượng tâm lý và vật lý, nghĩa là cho mọi hiện hành. Mà toàn thể chủng tử nằm gọn trong A Lại Gia Thức, hoặc nói một cách khác, toàn thể chủng tử là A Lại Gia Thức. Vậy A Lại Gia Thức là căn bản cho mọi hiện tượng tâm và vật.

Mỗi hiện tượng (tâm lý hay vật lý cũng vậy) khi tàn hoại thì trở về chủng tử để rồi phát sinh hiện hành khác. Nói thế cho dễ hiểu, kỳ thực vì mỗi hiện hành sinh diệt trong từng giây phút, nên hiện hành luôn luôn trở về chủng tử và chủng tử luôn luôn trở về hiện hành. Sự liên tục mau chóng quá đến nỗi ta không nhận ra kịp đó thôi.

Các hiện hành sinh khởi cách nào? Sinh khởi theo luật tương quan tương duyên (loi d'interdépendance). Ví dụ: ý thức, lý trí, tình cảm sinh khởi nhờ nương vào các hiện tượng sinh lý vật lý. Nương vào để được phát sinh mà thôi, chứ không phải các hiện tượng sinh lý vật lý "sinh ra" các hiện tượng tâm lý. Hiểu như thế, ta không còn cho tâm sinh lý, hay vật sinh tâm nữa. Chúng nương vào nhau mà tương thân tương thành, và do chủng tử ở A Lại Gia. Chủng tử là "thân nhân duyên" nghĩa là những nhân chính, còn các hiện tượng giúp chúng phát sinh thì gọi là "tăng thượng duyên" nghĩa là các điều kiện thuận lợi giúp cho sự phát sinh ấy.

Nguyên nhân chính của mọi hiện tượng, như thế, tức là chủng tử. Nhưng gọi là nguyên nhân cũng không đúng hẳn; phải gọi là bản chất. Vậy chủng tử trong duy thức học được xem như là một thứ "năng lực" làm nền tảng cho cả hai loại hiện tượng tâm và vật.

Tất cả chủng tử, hiện hành gom góp chung lại gọi là A Lại Gia.

Sau khi thân xác tiêu hoại, thiếu điều kiện để "hiện hành", các hiện tượng tâm lý trở về tiềm thức nơi A Lại Gia. Như thế, không có một linh hồn tồn tại ngoài thể xác. Cái tác dụng tinh thần kia, sự hiểu biết phân biệt yêu ghét kia không hiện hành nữa, thì sao gọi là có linh hồn được. Tuy nhiên A Lại Gia Thức sẽ biến chuyển, chín muồi, để đem tất cả năng lực chủng tử mà phát hiện ra một thế giới mới, một hoàn cảnh mới, một sinh mệnh mới.

Nghe nói thế, có người sẽ cho rằng đạo Phật đã rơi vào duy tâm. Nhưng không, không có một A Lại Gia tồn tại độc lập. Mà có nhiều A Lại Gia của nhiều chúng sinh. A Lại Gia này tồn tại nhờ sự hiện tồn của A Lại Gia khác, và các A Lại Gia khác cũng tồn tại nhờ A Lại Gia này. Tất cả đều vâng theo luật tương quan tương duyên mầu nhiệm.

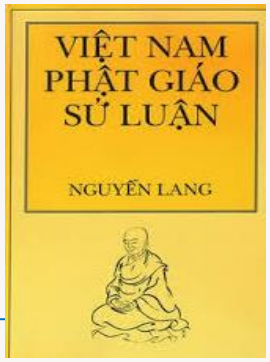
Ý thức chủ quan của ta nằm gọn trong A Lại Gia ta. Thế giới khách quan tồn tại ngoài ý thức ấy, nhưng không phải chỉ là một thế giới hiện hành của riêng A Lại Gia ta, mà là một thế giới hiện hành do vô số A Lại Gia cộng đồng kiến tạo. Điểm này ta sẽ thấy rõ ràng trong giáo lý tự biến cọng biến của duy nghiệp luận. Chỉ khi nào A Lại Gia trong sạch, sáng suốt do công phu tinh luyện mà trở thành Đại Viên Cảnh Trí, nó mới tách rời ra khỏi sự cộng đồng ấy và thể nhập về biển Bản Thể vô cùng rộng lớn thanh tịnh và sáng suốt.

(trích từ tác phẩm "Đạo Phật Qua Nhận Thức Mới" của GS. Trần Thạc Đức)

KHÁI QUÁT VỀ CÔNG CUỘC CHẤN HƯNG PHẬT GIÁO TỪ 1930 ĐẾN 1945

(Chương XXVI, VIỆT NAM PHẬT GIÁO SỬ LUẬN, TẬP II)

Nguyễn Lang



LỊCH SỬ / TÀI LIỆU

(tiếp theo kỳ trước)

BỐI CẢNH CHÍNH TRỊ VÀ VĂN HÓA

Từ giữa thế kỷ thứ mười sáu trở đi, bạo động và loạn lạc xảy ra liên tiếp khiến một mình Nho giáo không còn đủ sức làm chỗ nương tựa tín ngưỡng và nơi an tâm lập mệnh cho quần chúng nữa. Vì vậy ta thấy giới cầm quyền lại tìm về đạo Phật và giọng chống đối kỳ thị đạo Phật của nho gia cũng dịu dần đi. Dần dần, một số nho gia trở nên có cảm tình với đạo Phật. Nhưng phải đợi cho đến khi văn hóa Tây phương du nhập, Tây học chiếm chỗ của Nho học, ta mới thấy cảnh nho sĩ và tăng sĩ ngồi chung uống trà và đàm đạo nơi thiền viện trở thành một cảnh tượng phổ thông.

Dưới triều Nguyễn, trong các đời vua Gia Long, Minh Mạng, Thiệu Trị và Tự Đức, tuy Phật giáo ít bị kỳ thị nhưng chủ lực chính trị vẫn nằm trong tay nho gia. Từ năm 1817 về sau, số đông nho gia cảm thấy có một sự liên kết giữa phong trào truyền đạo Cơ Đốc và sự phát triển của thế lực thực dân, cho nên đã bắt đầu chống đối Cơ Đốc giáo. Sự chống đối này phát triển mạnh từ khi vua Minh Mạng lên ngôi. Phật giáo thời bấy giờ một phần vì không có ảnh hưởng trực tiếp đến chính trị, một phần vì có tinh thần dung hợp không kỳ thị tôn giáo, nên đã không phải là động lực đưa tới những đạo dụ "cấm đạo" của vua Minh Mạng (1). Chính sách đàn áp kỳ thị Cơ Đốc giáo về phía chống lại chính quyền. Lực lượng Cần Vương mà phần chủ yếu là nho sĩ cũng tiếp tục xô đẩy một số người Công giáo vào thế đối lập (2).

Cơ sở của Nho giáo trong kiến trúc hạ tầng của xã hội ngoài các thầy đồ và môn sinh của họ cùng các cuộc tế tự ở đình làng, thì không còn có gì đáng kể nữa. Vì vậy phong trào Cần vương phải tìm tới những cơ sở Phật giáo. Các chùa chiền trở nên cơ sở kháng chiến và tăng sĩ không ngần ngại đóng góp phần mình vào công trình cứu nước. Cuộc khởi nghĩa chống Pháp của Võ Trứ tại Phú Yên năm 1898 đã vận động được sự yểm trợ của rất đông tín đồ Phật giáo trong hai tỉnh Phú Yên và Bình Định. Lực lượng chủ yếu của cuộc khởi nghĩa này là Phật tử chứ không phải là nho sĩ, dù danh nho Trần Cao Vân cũng có mặt trong cuộc vận động. Khi cuộc khởi nghĩa thất bại, tất cả các chùa chiền trong hai tỉnh đều bị lục soát, và số tăng sĩ bị bắt giam rất là đông đảo. Theo Hành Sơn, tác giả Cụ Trần Cao Vân (3) thì hồi đó "trong hai tỉnh Bình Định và Phú Yên, khám đường nào cũng có mặt các thầy chùa." Cuộc khởi nghĩa của Võ Trứ được gọi là "Giặc Thầy Chùa" cũng vì lẽ ấy (4). Cuộc vận động của hội "Thượng chí" do tăng sĩ Vương Quốc Chính lãnh đạo ở Bắc cũng là một cuộc vận động mà lực lượng chủ chốt là Phật tử. Vương Quốc Chính vốn là trú trì chùa Ngọc Long Động ở Chương Mỹ, gần Hà Nội. Nghĩa đảng của ông hoạt động rất sâu rộng trong quần chúng, và căn cứ hoạt động là hàng trăm ngôi chùa rải rác từ Nghệ An ra tới Bắc Ninh, quy tụ được hàng ngàn tăng sĩ và hàng vạn tín đồ. Nghĩa đảng hoạt động cả trong môi trường Công giáo và thu phục được vào đảng nhiều phần tử Công giáo yêu nước. Nhưng cuộc tấn công Hà Nội đêm 5.12.1898 đã thất bại và nghĩa quân tại các tỉnh Hà Đông và Sơn Tây cũng bị đàn áp kịch liệt. Từ Bắc Ninh trở vào Nghệ An, không biết bao nhiêu tăng đồ và cư sĩ Phật giáo bị bắt bớ, tù đày và xử tử.

Một năm sau, tiếng súng kháng chiến ở Bãi Sậy cũng im bặt và nhà cách mạng Nguyễn Thiện Thuật trốn sang Trung Hoa. Các cuộc vận động khởi nghĩa Cần Vương đều bị tan rã vào cuối thế kỷ thứ mười chín.

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Những người trí thức yêu nước lúc bấy giờ khám phá ra được một sự thực: muốn đánh đuổi xâm lăng Tây phương, phải vận động duy tân xứ sở và phải thay thế cuộc kháng chiến Cần Vương của nho sĩ thành một cuộc vận động toàn dân. Tư tưởng mới của Khang Hữu Vi và Lương Khải Siêu cùng công cuộc vận động cách mạng ở Trung Hoa đã làm sáng tỏ thêm ý thức ấy. Sự kiện Nhật Bản duy tân và đánh bại nước Nga càng làm cho đức tin kia thêm mãnh liệt. Phong trào Duy Tân và Đông Du do những nguyên cớ trên đã được phát sinh một cách mạnh mẽ.

HAI NHÀ CHÍ SĨ HỌ PHAN

Khi lực lượng nho sĩ Cần Vương kháng chiến bị tiêu hao mòn mỏi thì số nho sĩ thoạt đầu hợp tác với Nhà nước bảo hộ càng ngày càng đông. Những nhà nho chí sĩ, trong khi vận động phong trào cải cách duy tân trong quần chúng, bỗng nhận ra rằng lực lượng chống đối cách mạng lớn lao hơn hết lại là giới nho sĩ quan liêu thỏa hợp. Lui về tìm cơ sở trong quần chúng, họ phải dựa vào những cơ sở đạo Phật. Cơ sở nho sĩ như Lương Văn Can, Đào Nguyên Phổ, Võ Hoành, Phan Châu Trinh, Phan Bội Châu, Nguyễn Quyền… trong lúc hoạt động cho phong trào Đông Du và Đông Kinh Nghĩa Thục thường nhóm họp nhau tại các chùa như Trấn Quốc, Hòa Mã, Liên Phái v.v… để cho được kín đáo và tránh sự dòm ngó của nhà chức trách Pháp. Họ được sự ủng hộ mật thiết của giới tăng sĩ Phật giáo.

Trong số những nhà chí sĩ lãnh đạo Đông Du và Đông Kinh Nghĩa thục, ta có thể nói rằng Phan Châu Trinh (5) là người tin tưởng nhiều nhất về sự đóng góp của một nền Phật giáo phục hưng. Ông thường hô hào việc chấn hưng đạo Phật để hỗ trợ cách mạng. Có lần trong một buổi họp, giữa các đồng chí, sau khi chuông mới rung. Ông lên tiếng: *"Nước Đại Nam chúng ta ngày nay sở dĩ yếu hèn là vì thiếu tinh thần tôn giáo, chúng ta không biết cương cường xả thân vì nghĩa, chỉ bo bo giữ cái lối riêng của mình. Nay bà con thử xét, đời Trần sao dân tộc ta hùng dũng như vậy: quân Nguyên thắng cả Á cả Âu, nuốt trọn Trung Hoa mà qua đến nước ta thì bại tẩu; nào bị cướp sáo ở Chương Dương Độ, nào bị bắt trói ở Bạch Đằng, như vậy chẳng phải là nhờ đạo Phật ở ta thời đó rất thịnh ư? Nhờ cái tinh thần tôn giáo của ta ư?"* (6)

"Tinh thần tôn giáo" mà cụ Phan nói ở đây không phải là tinh thần Nho giáo mà là tinh thần Phật giáo, bởi vì ông đã nhiều lần lên tiếng cho rằng chính Nho học đã làm cho nước Việt suy nhược. Ông có soạn một bài nói về cái tệ của nho học, nhan đề là Bất Phế Hán Tự, Bất Túc Dĩ Cứu Nam Quốc (7), kết án chế độ khoa cử và kết luận là phải bỏ Hán tự, dùng quốc ngữ. Phan Châu Trinh không phải là một nhà nho cố chấp, thấy sao thì ông nói vậy. Sự tin tưởng của ông nơi Phật giáo không những bắt nguồn ở nhận thức về thời đại cực thịnh Lý-Trần mà còn ở sự nhận thức về khả năng duy tân của một xã hội Phật giáo như quốc gia Nhật Bản nữa. Nhưng nhiều đồng chí của ông vì lòng yêu Nho giáo sâu đậm quá nên đã cực lực chống đối đường lối phế Nho hưng Phật của ông. Phục tùng đa số, ông đành bỏ những bài diễn văn hô hào phục hưng đạo Phật và phế bỏ Hán học, kể cả bài Bất Phế Hán Tự… vừa nói.

Tuy nhiên, phần lớn những vị lãnh đạo trong các phong trào Duy Tân và Đông Kinh Nghĩa Thục đều nhận thấy rằng, trong thời đại họ, những phương thức tranh đấu bất bạo động là những phương thức tranh đấu thực tiễn và hữu hiệu hơn cả. Họ đã biết đến những nguyên tắc tranh đấu bất bạo động. Trong *Hải Ngoại Huyết Thư,* Phan Bội Châu (8) nói đến phương pháp đấu tranh này. Ông nói rằng: "Chỉ cần tranh đấu bất bạo động thôi, cũng đủ để đuổi Tây về nước. Họ chỉ có năm chục ngàn người, trong khi chúng ta một dân tộc hai mươi triệu. Chẳng cần gươm súng, chỉ cần đấu tranh hai tay không ta cũng đuổi được họ về nước. Điều cần thiết là ta phải một lòng một dạ. Chúng đến thu thuế, nếu ta đồng lòng không nạp, thì chúng làm gì được ta? Nếu chúng gọi lính bắt ta, thì ta kêu gọi lính đừng bắt ta, bởi vì lính cũng người Việt. Nếu chúng bắt một người trong chúng ta thì chúng ta kéo hàng chục ngàn người đi theo. Không có lý nó giết hết được? Cuối cùng chúng sẽ bỏ nước mình mà đi." Những ý tưởng trên đây phản chiếu đúng đường lối tranh đấu bất bạo động. Một người đồng chí của Phan Bội Châu là Lê Đại (9) đã diễn dịch đoạn văn trên ra thơ song thất lục bát, như sau:

Hai mươi triệu đồng bào đua sức
Năm mươi nghìn giống khác được bao?
Cùng nhau bên ít bên nhiều
Lọ là gươm sắc súng kêu mới là
Cốt trong nước người ta một bụng
Nghìn muôn người cùng giống một người.
Phòng khi sưu thuế đến nơi
Bảo nhau không đóng nó đòi được chăng?
Gọi đến lính không thằng nào chịu
Bắt một người ta kéo muôn người
Bây giờ có lẽ giết ai?
Hẳn thời nó cũng chịu lui nước mình.

Sức mạnh của bất bạo động là ở chỗ "đồng tâm," cho nên Phan Bội Châu nhấn mạnh nhiều lần tới nguyên tắc này:

"Thương ôi! Trăm sự tại người
Chữ đồng ai dám ngăn rời chữ tâm?"
"Người trong cho đến người ngoài
Chữ tâm cốt phải ai ai cũng đồng."
"Gió nhanh thì sóng cũng mau,
Chữ tâm một phút đâu đâu cũng đồng"

Để đi tới đồng tâm phương sách duy nhất là giáo dục và tỉnh thức quần chúng. Đó là mục tiêu của phong trào Đông Kinh Nghĩa Thục. Thi ca, sách báo và giảng diễn là những phương

TRỞ VỀ MỤC LỤC

tiện lần đầu để thức tỉnh quần chúng. Kế tiếp là hành động. Cuộc vận động kháng thuế năm 1908 tại Trung Kỳ đã gây được ý thức sâu rộng trong quốc dân. Phong trào này phát khởi tại tỉnh Quảng Nam, quê của Phan Chu Trinh. Chiến dịch kháng thuế này đã mở đầu cho những cuộc biểu tình vĩ đại sau này. Tham dự vào cuộc phát khởi tại Quảng Nam có tới hàng vạn người; tất cả đều hớt tóc ngắn (không búi tóc, theo lời kêu gọi của Duy Tân, của Đông Kinh Nghĩa Thục) đến vây quanh tòa sứ Quảng Nam để yêu cầu chính phủ giảm thuế. Vị công sứ Pháp không nhận đơn và ra lệnh giải tán nhưng quần chúng không nghe. Lính được lệnh tấn công vào quần chúng làm cho nhiều người bị thiệt mạng. Vì vậy phong trào từ Quảng Nam đã nhanh chóng lan vào các tỉnh miền Nam Trung Kỳ (*). Chính phủ Bảo Hộ đổ tội cho bốn người Phan Châu Trinh, Phan Bội Châu, Trần Quý Cáp và Huỳnh Thúc Kháng. Phan Bội Châu lúc ấy còn ở Nhật thành ra không bị bắt. Trần Quý Cáp bị chính phủ Nam Triều lên án xử tử "chém ngang hông" tại Nha Trang. Huỳnh Thúc Kháng bị bắt tại làng Thạnh Bình tỉnh Quảng Nam. Phan Chu Trinh lúc ấy ở Hà Nội cũng bị chính phủ bảo hộ bắt giam ở tòa Khâm Sứ. Tại đây, ông thực hiện một chiến thuật bất bạo động khác: tuyệt thực. Cuộc tuyệt thực kéo dài bảy ngày khiến viên khâm sứ Pháp phải trao ông về cho Cơ Mật Viện của Nam Triều. Triều đình Huế bèn đổi án "trảm quyết" thành án "Côn Lôn ngộ xá bất nguyên" (10). Sở dĩ chính phủ Nam triều kết án ông nặng nề như thế là vì hai năm trước đó ông đã đánh một đòn bất bạo động cân não làm rung động cả dư luận quốc dân. Đó là một văn thư ông gửi cho toàn quyền Đông Dương đề ngày 15.8.1906. Bức thư kháng khái này tố cáo tính cách hủ bại của lớp quan lại Nam Triều, lên án chính phủ Bảo Hộ thực hiện chính sách ngu dân, chỉ muốn đưa lên chính quyền những phần tử thối nát và dối trá, đồng thời công kích chính phủ Bảo Hộ đã có thái độ khinh miệt giới sĩ phu Việt Nam khiến cho sự hiểu biết của hai phía càng lúc càng trở nên khó khăn. Bức thư này lưu hành rộng rãi trong quốc dân đã khiến cho Bảo Hộ lẫn Nam Triều căm tức đến tột độ. Ở Côn Lôn được hai năm, ông được tha về nhờ sự vận động của ký giả Ernest Babut và hội Nhân Quyền Pháp. Ông tiếp tục đấu tranh như thế cho đến khi chết, trong thời gian lưu trú tại Pháp cũng như sau khi hồi hương, rất trung thành với đường lối bất bạo động. Các đồng chí của ông có người hoạt động bí mật theo đường lối bất bạo động (vụ liên lạc với chiến khu của Đề Thám, vụ đầu độc quan binh Pháp ở Hà Nội năm 1908, v.v…) nhưng Phan Châu Trinh không tham dự vào những hoạt động này. Cuối cùng Đông Kinh Nghĩa Thục bị đóng cửa và các đồng chí người thì bỏ trốn, người thì bị bắt, người thì bị xử tử.

(còn tiếp)

Ghi chú:

(1) Đạo dụ cấm Cơ Đốc lần thứ nhất có câu: *"Đạo rối của người Tây làm mê hoặc lòng người ta. Giáo sĩ Gia Tô làm tà vạy nhân tâm, phá hoại mỹ tục, thật là một mối hại lớn cho nước nhà"* (Đào Trinh Nhất trích dẫn trong *Việt Nam Tây Thuộc Sử,* Sài Gòn, 1937)

(2) Năm 1885, quân đội Pháp từ Vinh và Đồng Hới kéo ra bắn giết và tàn phá các chùa chiền Phật giáo rồi tập trung người Công giáo về gần thành để chiêu mộ vào binh ngũ. Các lãnh tụ Văn Thân đã ra lệnh đốt phá nhà thờ để trả thù quân Pháp xúi giáo dân đốt phá chùa chiền là những căn cứ kháng chiến của phong trào Cần vương. Nhiều người Công giáo vì phẫn uất quay lại chống đối kháng chiến.

(3) Hành Sơn: Cụ Trần Cao Vân. Minh Tân Paris, 1952

(4) Võ Trứ là đệ tử của một vị tăng sĩ được gọi là "thầy Đá Bạc." Vị này tu tại một hang động trên dãy Trường Sơn gọi là hang Đá Bạc, ở vào khoảng giữa hai huyện Phù Mỹ và Phù Cát tỉnh Bình Định. Không biết "thầy Đá Bạc" pháp danh là gì, thuộc hệ phái nào, chỉ biết ông là một sơn tăng chuyên tu tịnh cốc, lúc đến tu ở hang Đá Bạc thì đã vào khoảng bảy mươi tuổi. Năm 1894 ở Bình định có nạn ôn dịch, người chết như rạ, "thầy Đá Bạc" rời hang Đá Bạc xuống chùa Chánh Danh núi Bà Chằn, bắt đầu trị bệnh cho thuốc. Ông chữa đến đâu lành đến đó, khiến danh tiếng ông nổi như cồn trong hai tỉnh Phú Yên và Bình Định. Hàng chục ngàn người đổ xô tới chùa Chánh Danh để xin thuốc. Trong số những đệ tử của ông, Võ Trứ là người hoạt bát hơn cả. Võ Trứ đã từng làm lý trưởng làng Nhân Ân, phủ Tuy Phước, Bình Định. Ta cũng không biết pháp danh của ông là gì. Chắc hẳn "thầy Đá Bạc" đã đóng một vai trò quan trọng trong cuộc vận động khởi nghĩa, vì sau đó chính quyền ra lệnh cấm tụ tập ở chùa Chánh Danh và tróc nã ông. Năm 1895 người ta tìm được thi thể ông trên núi Bà Chằn. Chính quyền an tâm khi nghe tin ấy, nhưng chính từ đó về sau Võ Trứ mới bắt đầu tự thân điều khiển cuộc vận động. Cuộc khởi nghĩa năm 1898 là kết quả của một buổi họp bí mật tổ chức vào rằm tháng Bảy năm Đinh dậu (1897) tại chùa Từ quang ở núi Đá Trắng, Sông Cầu, với sự hiện diện của các tăng sĩ , các vị thân hào và nho sĩ Trần cao Vân.

(5) Hiệu Tây Hồ, người tỉnh Quảng Nam (1872-1926)

(6) Nguyễn Hiến Lê: *Đông Kinh Nghĩa Thục.* Lá Bối, Sài Gòn, 1974

(7) "Không bỏ chữ Hán thì không cứu được nước Nam."

(8) Hiệu Sào Nam, người tỉnh Nghệ An (1867-1940)

(9) Hiệu là Tử Long, người tỉnh Hà Đông (1875-1952)

(*) Phong trào thực tế còn là ra Nghệ – Tĩnh và bùng lên dữ dội ở đây vào năm 1908. Người cầm đầu phong trào là Nguyễn Hàng Chi (Can Lộc, Hà Tĩnh) bị xử chém. Một người khác ít biết tên tuổi hơn là Trịnh Khắc Lập (Nghi Xuân, Hà Tĩnh) cũng bị xử chém. Còn các vị khác như Ngô Đức Kế, Đặng Nguyên Cẩn, Lê Văn Huân đều bị bắt đi đày cùng với Huỳnh Thúc Kháng ở Quảng Nam (N.H.C).

(10) "Đi đày Côn Lôn gặp kỳ đại xá cũng không được về."

(*) Theo Huỳnh Văn Tòng: Lịch sử báo chí Việt Nam. Trí Đăng, Sài Gòn, 1973, thì tờ báo này ra số 1 ngày 1-8-1901 (N.H.C).

NGHIỆP VÀ GIẢI NGHIỆP THEO CHÁNH PHÁP

Nguyên Giác

Xây nhiều chùa lớn, dựng nhiều tượng Phật khổng lồ có thể giải nghiệp hay không? Cầu nguyện siêng năng, cúng tiền nhiều cho đại tăng có thể giải nghiệp hay không? Đó là những câu hỏi đang được nhiều Phật tử quan tâm.

Kinh Phật dạy có nhiều cách giải nghiệp. Sau đây là trích dịch một số kinh liên hệ tới nghiệp và giải nghiệp.

***

Tác ý, khởi lên ý định, suy tính tư lường (intention) là nghiệp (kamma), vì khởi dậy từ tham, từ ước muốn. **Kinh AN 6.63** viết:

"Tác ý, ta nói với chư tỳ kheo, chính là nghiệp. Khi tác ý, là gây nghiệp cho thân, khẩu và ý."

***

Nghiệp lành, phước đức không thể tới từ kinh cầu nguyện hay ước muốn. Kinh **AN 5.43** viết:

"Năm phước này được chờ đón, ưa chuộng, vui thích, và khó đạt được trong cõi này. Năm phước nào? Trường thọ… nhan sắc… vui sướng… vị thế [xã hội]… tái sanh vào cõi trời… Bây giờ, ta nói với các ngươi, năm điều đó không đạt được qua cầu nguyện hay ước nguyện."

***

Hãy tư duy, quán sát rằng chính mỗi người mang theo nghiệp riêng mỗi người, tự trách nhiệm về nghiệp của mình, là thừa tự từ nghiệp lành và dữ qua thân, khẩu, ý. Quán sát, tư duy như thế sẽ làm ác hạnh trong thân khẩu ý được buông bỏ hoàn tay hay yếu đi. **Kinh 5.57** viết:

"Tôi là sở hữu chủ nghiệp của chính tôi, là thừa tự nghiệp của chính tôi, sinh ra từ nghiệp của chính tôi, liên hệ xuyên qua nghiệp của chính tôi, và có nghiệp của chính tôi như người hòa giải của tôi.

Đó là sự kiện mỗi người hãy tự quán chiếu thường, cho dù là nam hay nữ, là cư si hay tu sĩ…

Bây giờ, dựa vào chuỗi lý luận về cách quán sát tư duy thường xuyên đó… rằng 'tôi là sở hữu chủ nghiệp của chính tôi, là thừa tự nghiệp của chính tôi, sinh ra từ nghiệp của chính tôi, liên hệ xuyên qua nghiệp của chính tôi, và có nghiệp của chính tôi như người hòa giải của tôi. Bất cứ những gì tôi làm, dù tốt hay xấu, tôi cũng sẽ là thừa tự nhiệp cho việc làm đó. Có những chúng sanh tự làm những việc bất thiện trong thân… trong khẩu… trong ý… Nhưng khi thường xuyên tư duy quán sát như thế, những việc bất thiện trong thân, khẩu và ý sẽ hoặc là được buông xả toàn bộ hay yếu dần đi…"

***

Hoàng Hậu Mallikā hỏi Đức Phật rằng nghiệp lành nào dẫn tới nhan sắc xinh đẹp, tài sản lớn… cho người phụ nữ. Đức Phật trả lời trong **Kinh AN 4.197** rằng (bản dịch của Hòa Thượng Thích Minh Châu):

"Ở đây, này Mallikà, có hạng nữ nhân không phẫn nộ, não hại không nhiều, tuy bị nói nhiều, không có nổi nóng, không có nổi giận, không nổi sân, không sừng sộ, không gây hấn, không biểu lộ phẫn nộ, không sân hận, không bất mãn. Người này bố thí cho Sa-môn, Bà-la-môn món ăn vật uống, vải mặc, xe cộ, vòng hoa, hương, phấn sáp, giường nằm, trú xứ, đèn đuốc; tánh tình không keo kiệt; thấy người khác được lợi dưỡng, cung kính, tôn trọng, tôn kính, đảnh lễ, cúng dường, không ganh tỵ, tức tối, trói buộc bởi ganh tỵ. Người ấy, sau khi từ bỏ đời này, trở lui lại trạng thái này, tại đấy, tái sanh dung sắc đẹp, sắc đẹp tốt, tịnh tín, thành tựu với dung sắc thù thắng, giàu sang, tài sản lớn, sở hữu lớn, uy tín ảnh hưởng lớn."

***

Chúng sanh luân hồi trong ba cõi đều bị buộc theo nghiệp riêng từng cõi: nơi dục giới, thức được an lập trong giới thấp kém; nơi sắc giới, thức được an lập trong giới bậc trung; nơi vô sắc giới, thức được an lập trong giới bậc thù thắng. **Kinh AN 3.77** ghi lời Đức Phật dạy ngài Ananda về nghiệp trong cõi dục giới:

"- Này Ananda, nếu không có hành động (nghiệp) và sự chín muồi của dục giới, thời dục hữu có thể trình bày được không?

TRỞ VỀ MỤC LỤC

- Thưa không, bạch Thế Tôn.

- Như vậy, này Ananda, nghiệp là thửa ruộng, thức là hột giống, ái là sự nhuận ướt. Chúng sanh bị vô minh che lấp, bị ái trói buộc, nên thức được an lập trong giới thấp kém. Như vậy, trong tương lai có sự tái sanh sanh khởi. Như vậy, này Ananda, hữu có mặt."

***

Hôm nay người này làm ra nghiệp, rồi tương lai hay kiếp sau sẽ lãnh nhận nghiệp quả. Câu hỏi rằng, người gây ra nghiệp và người thừa tự nghiệp có phải là một người, hay hai người khác nhau? Đức Phật bác bỏ cả hai trường hợp, nói rằng hễ đáp thế nào cũng sẽ là cực đoan; và ngài chủ trương trung đạo, nói trong **Kinh SN 12.46**, trích:

"Ngồi xuống một bên, vị Bà-la-môn ấy bạch Thế Tôn:

—Thưa Tôn giả Gotama, có phải người hành động là người cảm thọ?

—Này Bà-la-môn, người hành động là người cảm thọ, ấy là một cực đoan.

—Thưa Tôn giả Gotama, có phải người hành động khác, người cảm thọ khác?

—Người hành động khác, và người cảm thọ khác, ấy là cực đoan thứ hai. Này Bà-la-môn, từ bỏ hai cực đoan ấy, Như Lai thuyết pháp theo trung đạo.

Do duyên vô minh nên có hành. Do duyên hành nên có thức. Do duyên thức nên có danh sắc… Như vậy là sự tập khởi của toàn bộ khổ uẩn này.

Do sự ly tham, đoạn diệt vô minh một cách hoàn toàn nên hành diệt. Do hành diệt… Như vậy là sự đoạn diệt của toàn bộ khổ uẩn này."

***

Thế nào là nghiệp cũ? Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý đều là nghiệp cũ. Thế nào là nghiệp mới? Việc mình làm bây giờ với thân, khẩu, ý là nghiệp mới. Cách nào để đoạn diệt nghiệp? Đó là Bát Chánh Đạo.

Kinh SN 35.145 giải thích (trích bản dịch của HT Thích Minh Châu):

"- Này các Tỷ-kheo, Ta thuyết về các nghiệp mới và cũ, sự đoạn diệt các nghiệp, con đường đưa đến sự đoạn diệt các nghiệp. Hãy lắng nghe và suy nghiệm kỹ. Ta sẽ giảng.

Này các Tỷ-kheo, thế nào là nghiệp cũ?

Mắt, này các Tỷ-kheo, cần phải quán là nghiệp cũ, được tác thành, được tư niệm, được cảm thọ. Tai... Mũi... Lưỡi... Thân... Ý cần phải quán là nghiệp cũ, được tác thành, được tư niệm, được cảm thọ.

Các Tỷ-kheo, đây được gọi là nghiệp cũ.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là nghiệp mới? Này các Tỷ-kheo, hiện tại phàm làm việc gì với thân, với lời nói, hay với ý. Này các Tỷ-kheo, đây được gọi là nghiệp mới.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là nghiệp đoạn diệt? Sự đoạn diệt thân nghiệp, ngữ nghiệp, ý nghiệp, nhờ vậy cảm thấy giải thoát. Này các Tỷ-kheo, đây được gọi là nghiệp đoạn diệt.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là con đường đưa đến nghiệp đoạn diệt? Đây là 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. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là con đường đưa đến nghiệp đoạn diệt."

***

Cúng dường thức ăn, hay bố thí thức ăn sẽ được quả lành nào? Bố thí thức ăn là giúp người nhận dài thêm thọ mạng, giúp sắc diện tốt hơn, giúp thêm an lạc, và giúp sức mạnh. **Kinh AN 4.57** viết (bản dịch HT Thích Minh Châu) viết:

"—Các Thánh nữ đệ tử khi bố thí đồ ăn, này Suppavàsà, bố thí bốn sự cho những người nhận. Thế nào là bốn?

Cho thọ mạng, cho dung sắc, cho an lạc, cho sức mạnh. Sau khi cho thọ mạng, người cho được chia phần thọ mạng, thuộc cõi Trời hay cõi Người. Sau khi cho dung sắc, người cho được chia phần dung sắc, thuộc cõi Trời hay cõi Người. Sau khi cho an lạc, người cho được chia phần an lạc, hoặc thuộc cõi Trời, hoặc thuộc cõi Người. Sau khi cho sức mạnh, người cho được chia phần sức mạnh, thuộc cõi Trời, hay cõi Người. Này Suppavàsà, khi Thánh nữ đệ tử bố thí đồ ăn, bố thí bốn sự này cho những người nhận."

***

Cách nào giải được các nghiệp bất thiện nhỏ nhặt? Cũng như hạt muối bỏ vào ly nước sẽ làm người uống thấy mặn, nhưng hạt muối bỏ vào Sông Hằng sẽ không tác dụng mặn được. Do vậy, Đức Phật nói rằng một nghiệp ác nhỏ có thể đẩy chúng ta xuống địa ngục, trong khi với người biết tu, nghiệp nhỏ như thế sẽ gần như không tác dụng. **Kinh AN 3.99** viết (bản dịch HT Thích Minh Châu), trích:

"- Hạng người như thế nào, này các Tỷ-kheo, có làm nghiệp ác nhỏ mọn, và nghiệp ác ấy đưa người ấy vào địa ngục?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người thân không tu tập, giới không tu tập, tâm không tu tập, tuệ không tu tập, hạn hẹp, tự ngã nhỏ nhen, sống chịu khổ ít oi. Người như vậy, này các Tỷ-kheo, làm nghiệp ác nhỏ mọn, và nghiệp ác ấy đưa người ấy vào địa ngục.

Hạng người như thế nào, này các Tỷ-kheo, có làm nghiệp ác nhỏ mọn tương tợ, và nghiệp ác ấy đưa người ấy đến cảm thọ ngay trong hiện tại, cho đến chút ít cũng không thấy được (trong đời sau), nói gì là nhiều?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người thân được tu tập, giới được tu tập, tâm được tu tập, tuệ được tu tập, không có hạn hẹp, tự ngã to lớn, sống đời vô lượng. Người như vậy, này các Tỷ-kheo, có làm nghiệp ác nhỏ mọn tương tợ, và nghiệp ác ấy đưa người ấy đến cảm thọ

ngay trong hiện tại, cho đến chút ít cũng không thấy được (trong đời sau), nói gì là nhiều."

***

Xây chùa khổng lồ cho chư tăng bốn phương có công đức lớn ra sao? Kinh sắp dẫn sau đây có vẻ như Đức Phật muốn nói cho hoàn cảnh hiện nay tại Việt Nam, nơi chính phủ và các đại gia đang rủ nhau xây chùa lớn. Ngay cả khi xây chùa khổng lồ cho chư tăng bốn phương cũng không thể có công đức bằng khởi tâm tịnh tín quy y Phật Pháp Tăng. Rồi như thế cũng không có công đức bằng tự mình giữ giới cho thanh tịnh. Rồi như thế cũng không có công đức bằng tự mình trong một khoảnh khắc tu tâm từ bi. Rồi như thế cũng không có công đức bằng trong một khoảnh khắc tu tập tưởng vô thường.

Như thế, cách giải nghiệp tốt nhất là trong một khoảnh khắc **khởi tâm từ bi**, và trong một khoảnh khắc tu tập **tưởng vô thường**. Kinh AN 9.20 viết như sau (bản dịch của HT Thích Minh Châu):

"Thuở xưa, này Gia chủ, có một vị Bà-la-môn tên là Velàma. Vị ấy bố thí rộng lớn như sau: Vị ấy bố thí 84.000 bát bằng vàng đựng đầy bạc. Vị ấy bố thí 84.000 bát bằng bạc đựng đầy vàng. Vị ấy bố thí 84.000 bát bằng đồng đựng đầy châu báu. Vị ấy bố thí 84.000 con voi với đồ trang sức bằng vàng, với các ngọn cờ bằng vàng, bao trùm với những lưới bằng chỉ vàng và 84.000 cỗ xe, được trải với da sư tử, được trải với da cọp, được trải với da báo, được trải với mềm màu vàng, với những trang sức bằng vàng, với các ngọn cờ bằng vàng, bao trùm với những lưới bằng chỉ vàng. Vị ấy bố thí 84.000 con bò sữa, cột bằng những sợi dây gai mịn với những thùng sữa bằng bạc. Vị ấy bố thí 84.000 thiếu nữ, trang sức với những bông tai bằng châu báu. Vị ấy bố thí 84.000 giường nằm trải nệm bằng len thêu bông, nệm bằng da con sơn dương gọi là kadali, tấm khảm với lầu che phía trên, có đầu gối chân màu đỏ hai phía. Vị ấy bố thí 84.000 thước vải, bằng vải gai mịn màng nhất, bằng vải lụa mịn màng nhất, bằng vải len mịn màng nhất, bằng vải bông mịn màng nhất. Và ai có thể nói về các đồ ăn, đồ uống, loại cứng, loại mềm, các loại đồ ăn nếm và các loại nước đường. "Chúng tôi nghĩ chúng chảy như dòng sông".

Có thể, này Gia chủ, Ông nghĩ: "Có thể Bà-la-môn Velàma là một người nào khác, vị đã bố thí một cách rộng lớn như vậy". Này Gia chủ, chớ có nghĩ như vậy. Chính lúc ấy, Ta là Bà-la-môn Velàma, chính Ta đã bố thí rộng lớn ấy. Nhưng này Gia chủ, khi bố thí ấy được cho, không có một ai xứng đáng để nhận bố thí. Không có một ai làm cho thanh tịnh bố thí ấy. Này Gia chủ, dầu Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn, nếu có ai bố thí cho một người chánh kiến, bố thí này lớn hơn quả lớn kia.

Này Gia chủ, dầu Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn và có ai bố thí cho 100 người chánh kiến, và có ai bố thí cho một vị Nhất lai, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu cho Bà-la-môn Velàma bố thí rộng lớn, và có ai bố thí cho 100 người Nhất lai, và có ai bố thí cho một vị Bất lai, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn, và có ai bố thí cho 100 vị Bất lai, và có ai bố thí cho một vị A-la-hán, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn hơn, và có ai bố thí cho một vị A-la-hán, và có ai bố thí cho một vị Độc Giác Phật, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu cho Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn và có người bố thí cho 100 vị Độc Giác Phật, có ai bố thí cho Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu cho Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn, và có ai bố thí cho chúng Tỷ-kheo với đức Phật là vị thượng thủ, và có ai xây dựng một tinh xá cho chúng Tăng trong bốn phương...

và có ai với tâm tịnh tín qui y Phật, Pháp và Tăng, và có ai với tâm tịnh tín chấp nhận học pháp, từ bỏ sát sanh, từ bỏ lấy của không cho, từ bỏ tà hạnh trong các dục, từ bỏ nói láo, từ bỏ không đắm say rượu men, rượu nấu...

Và có ai với tâm tịnh tín, chấp nhận học pháp... từ bỏ không đắm say rượu men, rượu nấu, và ai tu tập từ tâm giải thoát, cho đến trong khi khoảnh khắc vắt sữa bò, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia.

Này Gia chủ, dầu cho Bà-la-môn Velàma bố thí có rộng lớn, có ai bố thí một vị đầy đủ chánh kiến.. và có ai bố thí cho 100 vị đầy đủ chánh kiến.. và có ai bố thí một vị Bất lai... và có ai bố thí trăm vị Bất lai, và có ai bố thí một vị A-la-hán... và có ai bố thí trăm vị A-la-hán...

và có ai bố thí một vị Độc giác Phật, và có ai bố thí trăm vị Độc giác Phật, và có ai bố thí Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác...

và có ai bố thí chúng Tỷ-kheo với đức Phật là vị cầm đầu, và có ai cho xây dựng một tinh xá cho chúng Tăng trong bốn phương...

và có ai với tâm tịnh tín qui y Phật, Pháp và chúng Tăng... và có ai tâm tịnh tín chấp nhận học pháp, từ bỏ sát sanh... từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu...

và có ai dầu **chỉ trong một khoảnh khắc vắt sữa bò, tu tập từ tâm**...

và có ai dầu **chỉ trong một khoảnh khắc búng ngón tay, tu tập tưởng vô thường**, bố thí này quả lớn hơn bố thí kia." (1)

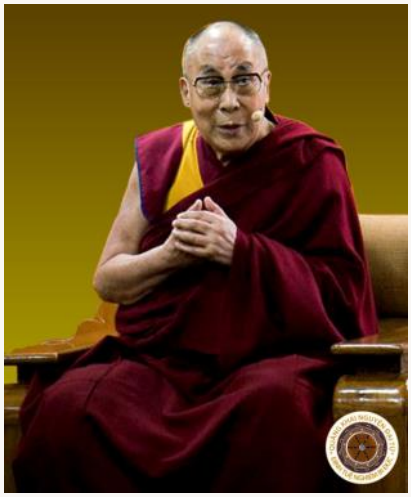
GHI CHÚ:

(1) Kinh AN 9.20 (Kinh Velàma): https://suttacentral.net/an9.20/vi/minh_chau

TẬP TRUNG TÂM THỨC

Nguyên bản: Focusing the Mind
Tác giả: ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA
Anh dịch: Jeffrey Hopkins, Ph. D.
Chuyển ngữ: ***Tuệ Uyển***

Chúng ta hãy để một phút để ôn lại vấn đề tiến trình đối với một cuộc sống đầy đủ ý nghĩa hiển bày như thế nào. Trước nhất là đạo đức, rồi đến thiền định, rồi tuệ trí. Tuệ trí dựa trên thiền nhất tâm, và thiền định lệ thuộc vào sự tự giác về đạo đức. Trong 5 chương qua, chúng ta đã thảo luận về sự thực hành đạo đức, vốn làm chúng ta ổn định và an bình hơn và tâm thức ta đã sẵn sàng cho sự thăng tiến tâm linh hơn. Với một thói quen thái độ của ý thức, thiền định, còn được gọi là *shamatha* hay tam-muội, có thể được hoàn thành. Tuy thế, tâm thức chúng ta quá tán loạn cho việc thực hành thiền hiệu quả tăng tiến vốn đòi hỏi sự tập trung hoàn toàn. Thậm chí một tiếng động nhỏ ở đây hay kia có thể lập tức làm ta xao lãng. Vì tuyệt đối cần thiết làm cho tâm thức tập trung hơn vì thế tuệ trí mới có thể hiển bày. Tôi sẽ thảo luận trong chương này tiến trình của việc phát triển thể trạng tập trung một cách thậm thâm về thiền định. Trước tiên tôi sẽ diễn tả tóm tắt những loại hành thiền đa dạng vì thế chúng ta có thể thấu hiểu vị trí của thiền định trong chúng.



NHỮNG LOẠI HÀNH THIỀN

Có nhiều cách hành thiền.

1. Hai loại hành thiền căn bản là thiền phân tích, hay thiền quán – ***quán*** và thiền ổn định hay thiền định – ***chỉ***. Trong *quán* ta phân tích một chủ đề và cố gắng để thấu hiểu nó qua lý trí. Thí dụ, chúng ta có thể hành thiền về vấn đề tại sao mọi thứ là vô thường bằng việc quán chiếu việc chúng được sản sinh bằng những nguyên nhân như thế nào và việc chúng tàn hoại từng thời khắc như thế nào (*Tuệ được trau dồi qua quán*). Trong *chỉ* ta làm tâm thức ta an trú trên một đối tượng hay đề tài đơn lẻ, chẳng hạn như vô thường. (*Định được trau dồi qua chỉ*).
2. Một cách khác của việc phân chia thiền là giữa *thiền chủ quan (1)* và *thiền khách quan (2)*. Trong *thiền chủ quan* mục tiêu của ta là trau dồi hay làm mạnh trong tâm thức một quan điểm, hay thái độ mới. Việc trau dồi niềm tin là một thí dụ cho loại thiền này; niềm tin không là một đối tượng mà trên đó chúng ta tập trung nhưng một thái độ đang được trau dồi qua hành thiền. (Trau dồi lòng từ bi là thiền chủ quan bởi vì chúng ta không đang thiền về từ bi nhưng đang tìm cách để làm cho tâm thức chúng ta từ bi hơn.) Trong *thiền khách quan*, ta thiền về một chủ đề, chẳng hạn như vô thường, hay một đề tài, chẳng hạn như kim thân của một Đức Phật.
3. Chúng ta có thể thiền trong phương pháp của nguyện ước. Thí dụ, chúng ta có thể mong ước được tràn đầy với từ bi và tuệ trí của một Đức Phật.
4. Hay chúng ta có thể đi một bước xa hơn, vào trong thiền quán tưởng mà trong ấy chúng ta hình dung rằng chúng ta có những phẩm chất mà chúng ta thật sự chưa có. Sự thực hành bổn tôn du già, thí dụ thế, được gọi là thiền quán tự thân như một chúng sanh lý tưởng mà thân thể được làm từ ánh sáng của tuệ trí.

Trong những thứ thiền này đa dạng này, chúng ta hãy thảo luận vấn đề thực hành thiền ổn định hay chỉ như thế nào. Như được đề cập ở trên, mục tiêu của thiền định là để làm mạnh năng lực của tâm thức để tập trung vào một đối tượng hay chủ đề đơn lẻ, mà vốn tâm thức lần lượt có thể chiến thắng các vấn nạn tận gốc

TRỞ VỀ MỤC LỤC

rễ của chúng. Nó cũng giúp chúng ta cảnh giác và sắc bén hơn trong cuộc sống hàng ngày, nó dần dần tăng trưởng năng lực trí nhớ, vốn là hữu dụng trong mọi mặt của đời sống.

THÀNH TỰU ĐỊNH LỰC

(*Định được trau dồi qua chỉ*)

Vì loại hành thiền này, chúng ta đang tìm cách đạt được một thể trạng tập trung sâu xa của tâm thức, cho nên chúng ta cần những thứ sau đây:

1. *Nhẫn khởi đầu*, đạo đức hay giới, vốn đem đến cho ta một mô thức an bình, thư giãn, tận tâm của thái độ và vì vậy loại trừ những sự xao lãng thô.
2. *Thời gian và nơi chốn cho sự thực hành* tách rời khỏi sự huyên náo của đời sống hàng ngày. Hãy tạo thời dụng biểu cho việc hành thiền trong đời sống hàng ngày. Đối với thiền tập trung, ở riêng lẻ trong một nơi tách biệt, yên tĩnh là thiết yếu. Vì tiếng động là điều vốn khó khăn, ngăn cản sự tập trung, vào lúc khởi đầu thật rất quan trọng để ở một nơi yên tĩnh. Hãy xem xét để tham dự một khóa tu hay vì đi nghỉ mát.
3. *Một sự kiêng khem thích hợp* nuôi dưỡng sự trong sáng của tâm thức. Đối với một số tình trạng sức khỏe, có thể cần thiết để ăn thịt, nhưng nói chung thực phẩm chay lạc là tốt nhất. Theo đạo đức giải thoát các nhân, không có chuyện cấm đoán đối với việc ăn thịt. Nhưng chúng ta không nên ăn thịt mà người ta cố ý làm cho ta ăn, và ta không nên đòi hỏi nếu không được cúng dường. Thực tế, tốt nhất nếu đại đa số mọi người đều ăn chay. Một số kinh điển Đại thừa cấm ăn thịt, vì quan tâm cho những chúng sanh khác là trọng tâm của đạo đức Đại thừa. Cũng thế, ăn uống quá nhiều là không tốt, cho nên ăn ít thôi. Dĩ nhiên, uống rượu là không cần phải hỏi, cũng như tất cả các loại chất nghiện làm thay đổi tâm trí. Hút thuốc không thích đáng. Nếu một người râu quai nón hút thuốc trong khi thâm nhập sâu trong thiền tập, thì ông ta có nguy cơ bị cháy râu!
4. *Ngủ nghỉ đúng thời.* Ngủ quá nhiều làm cho tâm thức ta bị lu mờ, quá ít có thể bị bồn chồn. Ta phải xem ta cần ngủ nghỉ bao nhiêu thì đủ.
5. *Tư thế thân thể* là cần yếu đối với thiền tập trung, đặc biệt ở giai đoạn khởi đầu này. Nếu có thể áp dụng tư thế hoa sen, hay nửa hoa sen. Hãy sử dụng hai gối ngồi thiền, bồ đoàn và tọa cụ, ngồi lên bồ đoàn để phía sau ta cao hơn hai đầu gối, tác dụng là bất chấp ta hành thiền bao lâu thì ta cũng không bị mỏi mệt. Hãy giữ thẳng xương sống như một mũi tên; hơi cúi đầu xuống, hướng mắt về phía trước mũi; đặt lưỡi lên nóc vọng (vòm miệng); để đôi môi và răng bình thường; và để hai cánh tay hơi thong thả, không đè sát vào thân. Quan tâm đến tư thế của hai bàn tay, những hành giả của thiền Nhật Bản thường đặt bàn tay trái úp lên bàn tay phải, cũng úp xuống. Người Tây Tạng bàn tay phải, úp xuống, đặt phía trên bàn tay trái, cũng úp xuống. Trong thực hành Mật tông quan trọng là phải đặt bàn tay phải trên bàn tay trái, với cả hai bàn tay đều úp xuống, và với hai ngón tay cái chạm vào nhau như hình tam giác, đặt dưới rốn khoảng bốn ngón tay.

Đề Tài Hành Thiền

Có thể có nhiều chủ đề cho thiền chỉ để đạt được định lực:

1. Hơi thở. Một số luận điển nói về việc quán chiếu hơi thở ra và hơi thở vào qua lỗ mũi nhưng không nói hơi thở sâu như thế nào. Những sách vở khác giải thích vấn đề quán chiếu chuyển động của hơi thở trong những vùng đặc biệt của thân thể. Trong một loại thao tác của hơi thở, ta đẩy không khí, hay năng lượng phía dưới lên, và dồn ép năng lượng phía trên xuống, giữ chúng lại giống như một chiếc bình ngay dưới rốn.
2. Thân thể ta, các cảm giác, tâm thức, hay những hiện tượng chẳng hạn như vô thường. Những loại thiền này được gọi là những thiết lập qua chánh niệm.
3. Mẫu tự đầu tiên của tên ta trên một cái đĩa của ánh sáng bên ngoài hay bên trong thân thể ta.
4. Những hành giả Thái Lan thường hành thiền với việc áp dụng chánh niệm vào bất cứ thứ gì họ làm. Trong khi đi họ chánh niệm với việc đặt bàn chân phải phía trước, rồi trái, rồi phải.
5. Tổng quát, một chủ đề tốt để hành thiền cho một Phật tử là một hình ảnh thân tướng của Đức Thế Tôn Thích Ca Mâu Ni; cho một Ki Tô hữu có thể là hình ảnh của chúa Giê-su. Hãy nhìn chằm chằm vào đó để nó xuất hiện trong tâm thức ta khi ta nhắm mắt lại. Hãy hành thiền trên hình tượng ấy ở trình độ của mắt, không quá cao hay quá thấp, ở một khoảng cách bốn hay năm bộ (khoảng 1m đến 1,5m).

Vào lúc bắt đầu thật khó để chủ đề của thiền tập xuất hiện một cách rõ ràng trong tâm thức. Để tránh việc lu mờ của nhận thức, hãy cố gắng thường xuyên, những buổi hành thiền mãnh liệt năm phút hơn là những buổi thiền tập kéo dài. (4 đến 16 của những buổi hành thiền ngắn hàng ngày là lý tưởng.) Khi nó xuất hiện trong tâm thức, thì ta đã thấy đối tượng của việc hành thiền. Bây giờ hãy an trú tâm thức ta một cách liên tục trên nó.

Đối Phó Với Trạo Cử Và Giải Đãi

Để đạt được định lực, cả ổn định và trong sáng thì cần tương ứng với chủ đề hành thiền. Vì vậy những chướng ngại lớn nhất để kéo dài việc hành thiền là trạo cử và giải đãi. Trạo cử

ngăn ngại ổn định. Khi tâm thức không an trú trên đối tượng nhưng trở thành mất tập trung hay phân tán, đối tượng của việc hành thiền bị đánh mất. Cũng có một hình thức vi tế của trạo cử, chỗ mà thậm chí nếu đối tượng không bị đánh mất, nhưng một góc nào đó của tâm thức đang nghĩ về điều gì khác. Ta cần xác định trạo cử và qua chánh niệm, không để tâm thức ta ở dưới ảnh hưởng của nó.

Trạng thái lười biếng, sự nặng nề của tâm thức và thân thể, là một chướng ngại của sự trong sáng. Trạng thái lười biếng cũng tạo ra sự xao lãng, vốn ngăn trở sự trong sáng. Trong sự xao lãng thô thì tâm chìm đắm, đối tượng hành thiền bị phai mở và bị đánh mất. Trong sự xao lãng vi tế, đối tượng không bị đánh mất, nhưng sự trong sáng của đối tượng và tâm thức bị giảm bớt một ít vì cường độ của tâm đã bị yếu, tâm hơi bị lỏng lẻo. Tâm thức có thể hoàn toàn an trú một cách rõ ràng trên đối tượng của việc hành thiền, nhưng không có sự tỉnh giác đúng mức, trạng thái này thường bị lầm là đang hành thiền đúng.

Khi tâm thức ta quá mãnh liệt, và ta trải nghiệm trạo cử, thì ta cần nới lỏng nó, giống như làm giùng dây đàn một tí. Tương tự thế, khi ta có xao lãng thì tâm thức không mãnh liệt đúng mức, vì thế ta cần gia tăng cường độ của nó, bằng việc làm nó hơi căng lên, như thắt chặc những sợi dây. Như bạn thấy, tâm thức cần được giai điệu như một nhạc khí có dây căng đúng mức.

(còn tiếp một kỳ)

---

1) Thiền chủ quan (subjective meditation): không tập trung trên tâm thức hay nỗ lực của ý chí. Đúng hơn là việc tìm kiếm cội nguồn của tâm thức, truy tầm gốc rễ của "cái tôi".
2) Thiền khách quan (Objective meditation): là tập trung tâm thức trên một đối tượng, đối tượng có thể là thân tướng của một bổn tôn, ánh sáng, bầu trời..., một số phẩm chất như từ ái, bi mẫn, tự làm mạnh một cách chủ động. Tâm thức tập trung trên đối tượng bằng một nỗ lực của ý chí.

THĂM TU VIỆN KIM SƠN

Kỷ niệm MÙA PHẬT ĐẢN năm xưa

Mây chiều lơ lửng... mênh mông,
Kim Sơn Tu Viện, trên tầng non cao.
Đường đi khúc khuỷu, cheo leo...
Thông xanh bát ngát, như vào cảnh Tiên.

Chuông chùa, bay bổng dịu êm,
Quanh co đồi dốc, đường mòn cây xanh
Chân đồi, biển phủ mênh mông
Trời mây xanh biếc một mầu như tranh

Sóng dào dạt, biển long lanh
Tiếng chuông văng vẳng, lúc gần, lúc xa...
Cảnh Chùa nhân ái, dịu hòa
Tôi an vui quá bước vào Chùa Trong

Kinh chiều, vang vọng qua song
Thầy và Đại Chúng, đang cùng tụng kinh
Hương trầm, ngào ngạt vây quanh
"Mon men"... tôi lặng ngồi gần Tháp Chuông.

Lòng tôi, yên ổn hân hoan
Nhìn lên Phật Tổ nguyện thầm tạ ơn.
Nguyện rằng, "Tỉnh thức tinh chuyên"
Sẽ luôn phục thiện, kiên trì vị tha...

Nói lời ái ngữ, nhu hòa
Bỏ sân si cũ, ôn hòa tương thân.
Nguyện rằng... hành xử công tâm
Những tham ái trước, phai dần trong tim

Nguyện theo ánh sáng nội tâm,
Giúp con tỉnh thức, không lầm đường đi.
Nguyện cho ánh sáng Từ Bi
Theo con mãi mãi hướng đi nhiệm mầu.

Mỗi ngày quán chiếu, hiểu sâu
Mỗi ngày tích cực, học nhiều điều hay
Trở về nếp sống hôm nay
An nhiên tự tại, tràn đầy tim con...

thơ THỤC UYÊN
(Arizona)

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Truyện cực ngắn

STEVEN N.

CÙNG CỰC

Ba bà cùng tham gia khoá tu niệm Phật, mới hai tiếng ngày đầu mà bà Ba đã than:

- Đau lưng, tê chân, mệt quá!

Bà Bốn thì cười như mếu:

- Cực Lạc đâu không thấy chỉ thấy cực khổ.

Bà Bảy kêu ca:

- Tụi mình lâu lâu tu một chút mà mệt thấy mồ, sao mấy ông thầy tu giỏi dữ vậy ta!

Thầy trụ trì đi ngang nghe thấy bèn ứng tác:

Cực Lạc cực khổ song song
Cả hai cùng cực muốn dong cực nào
Cõi này vất vả lao đao
Sao bằng thẳng cảnh kìa ao sen vàng

Ba bà vỗ tay khen hay, tinh thần lại phấn chấn nói với thầy:

- Chúng con nhất định sẽ chọn Cực Lạc.

HỎI Ý PHẬT

Có cô Phật tử trẻ lên thưa với thầy:

- Bạch thầy, từ nay con sẽ không đến chùa nữa.

Thầy hỏi tại sao thì cô ta bảo:

- Đến chùa những tưởng được tu học, được an lạc nào ngờ chỉ thấy bực thêm. Mấy bà thì túm tụm nói xấu người này người kia, mấy em trẻ thì chỉ chăm chú vào điện thoại, mấy ông thì toàn bàn chính trị và phe nhóm…

Thầy nói:

- Được rồi, để thầy hỏi ý Phật thử xem.

Nói xong đưa cho cô ta một bát nước, bảo bưng bát nước đi ba vòng quanh điện. Cô gái làm xong, thầy hỏi:

- Tại sao con bưng bát nước đầy mà không rơi giọt nào?

Cô gái trả lời là vì chú tâm vào bát nước. Bấy giờ thầy cười:

- Ý Phật bảo con hãy chú tâm vào việc tu học của mình, đừng nhìn người khác! Còn đi chùa hay không đi là tùy con.

CÔNG LÝ ĐÂY NÈ

Xứ quỡn có người bị quan gạt lấy nhà cửa ruộng vườn, đã thế còn hà hiếp vu cáo cho anh ta là: bóc lột, gian ác… Anh ta bèn kiện lên ba tòa quan lớn ở tận triều đình. Vì phủ bênh phủ quận bênh quận nên phán rằng:

- Tài sản cho mượn hay cho mướn không cần biết, hiện ở trong tay ai thì người ấy xài!

Anh ta ra giữa chợ khóc:

- Công lý ở đâu? Trên đời này công lý có thật có hay không?

Bất chợt một người từ đâu đến xìa trước mặt anh quyển sách có tiêu đề: "Công Lý Xứ Quỡn," bìa có in hình anh hề Công Lý mặc xà lỏn:

- Công lý đây nè!

BÁO TÂY BÁO TA

Hôm kia bên Tây có tiệm kim hoàn nổi tiếng bị cướp, báo chí-truyền thông lập tức xuất hiện và đưa tin:

- Ngày… lúc… một tên cướp có vũ trang xông vào tiệm kim hoàn cướp một số tài sản và tẩu thoát. Cảnh sát đang điều tra, ai có tin tức gì xin gọi số: xxx.

Cùng thời gian ấy bên ta cũng có tiệm vàng bị cướp, mấy hôm sau báo chí đăng:

- Tiệm vàng Abc tại chợ Xyz bị một tên cướp tấn công. Y rất dữ dằn, mặt mày hung hiểm, đôi mắt gian xảo. Y đã dùng búa đe doạ mọi người và cướp đi một lượng tài sản lớn. Mặc dù nguy hiểm nhưng các anh cảnh sát chẳng ngần ngại lao vào hiện trường ngay. Đề nghị khen thưởng các anh đồng thời truy tìm thủ phạm cho bằng được để trừng trị. Ai có thông tin gì thì báo cho cảnh sát ngay. Ai cố tình bao che sẽ bị xử lý theo pháp luật!

THIÊN ĐƯỜNG VÀ DẦU HỎA

Miệt Nam Mỹ có một xứ nổi tiếng nhiều gái đẹp; người xứ ấy thường chiếm giải vô địch ở các cuộc thi hoa hậu quốc tế. Xứ ấy còn nổi tiếng nhiều dầu hoả, vì thế cuộc sống sung túc và phồn vinh lắm! Dầu chưa phải là bậc nhất nhưng cũng đáng được xem như một thiên đàng để sống vậy!

Không biết duyên cớ gì một ngày nọ tay dầu lĩnh xứ ấy phát động xây dựng thiên đường mới. Từ đó y và bộ sậu rập khuôn theo các đầu lĩnh: Hồng Long ở phương Đông, Bạch Hùng ở phương Tây… Hậu quả là sau mươi năm là quốc khố

cạn, quốc kế phá sản, quốc dân đói, quốc gia lụn bại, quốc nội loạn, quốc tế cô lập… Dân khóc than oán hận thấu trời xanh:

- Phá thiên đường thật, dựng thiên đường mù giờ mới ra nông nỗi này!

DƯ PHƯỚC

Báo chí và truyền thông đưa tin: "Nữ triệu phú Jane vừa qua đời, bà ta để lại di chúc mấy triệu đô la cho con mèo của mình." Thiên hạ xôn xao bàn tán khen-chê, phe ta cũng rộn ràng không kém. Người duy tình thì bảo:

- Ăn xin đầy đường, người nghèo khổ, bệnh tật, mồ côi… trong xã hội nhan nhản, sao không dành tiền ấy làm việc thiện có phải hay hơn không?

Người duy lý cãi lại:

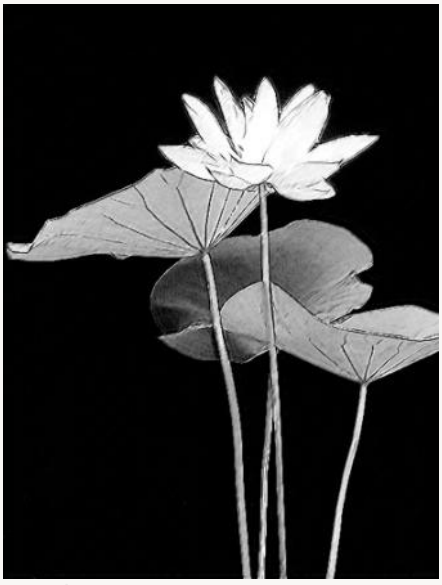
- Tài sản hợp pháp của bà ta, bà ta hoàn toàn có quyền muốn làm gì thì làm.

Một người khác, có lẽ là Phật tử thì phải, anh ta giải thích:

- Hai bạn đều có lý cả nhưng con mèo ấy còn dư phước nên được hưởng sự chăm sóc từ nguồn tiền không lồ kia. Những người bất hạnh thì vô duyên và không có phước thì làm sao được hưởng.

STEVEN N

Ất Lăng thành, 5/2019



DÁNG THIỀN XƯA

Kính tri-ân Bồ Tát thượng TRÍ hạ TỊNH,
dịch giả các bộ kinh Hoa Nghiêm, Pháp Hoa…
Ngài đã thâu thần thị tịch ngày 28/3/2014
tại Chùa Vạn-Đức, Thủ Đức

Ánh nến dịu dàng giữa đêm thanh
Trang kinh mở rộng tấm chân thành
Tuệ đăng thường chiếu trên nét chữ
Sổ châu niệm Phật ý tâm lành

Lời kinh huyền diệu nương trang giấy
Quyện theo cánh gió vang trong mây
Đâu rồi Linh Thứu ngày xưa ấy
Hay Linh Thứu giờ đang ở đây

Năm vóc gieo tâm son phủ phục
Quy ngưỡng Đức Từ phụ Thích Ca
Vạn duyên lành muôn ngàn đại phúc
Cung kính nâng kinh báu Phật Đà

Mỗi giòng kinh ẩn hàng châu ngọc
Kết Hoa-Nghiêm giữa cõi Ta-Bà
Truyền trao Chánh-Pháp nhiên đăng sáng
Duy Tuệ Thị Nghiệp hằng vị tha

Bồ Tát đến, đi giữa chốn nầy
Hạnh-nguyện muôn đời không đổi thay
Truyền trao lời Phật, Kinh Vàng mở
Ngàn năm nguyện lạy tạ ơn này…

Tưởng nhớ Ngài

thơ TUỆ-NHA

TRỞ VỀ MỤC LỤC

CUNG CẤP NHIÊN LIỆU CHO CƠ THỂ

Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức

Y KHOA PHỔ THÔNG

Đây là tài liệu y học mà chúng tôi đã đọc và muốn chia sẻ cùng quý vị.

1. Calorie là gì?

Về phương diện dinh dưỡng cho cơ thể, số năng lượng hoặc calorie của thực phẩm được đo bằng kí lô, nhưng tiền tố (prefix) kilo đã được bỏ. Đơn vị quốc tế của năng lượng là joule. Một calorie bằng 4.184 joule.

Mỗi loại thực phẩm cung cấp một số năng lượng khác nhau, và như vậy có các calorie không giống nhau. Chất béo cho 9 calorie trên một gram, và chất carbohydrate cũng như chất đạm cung cấp 4 calorie trong khi đó nước và các chất sơ không có calorie nào. Do đó thực phẩm giầu chất béo có nhiều calorie nhất và các thực phẩm nhiều chất sơ và nước như các rau tươi đều có rất ít calorie.

Trong đời sống hàng ngày, rất khó để đánh giá con số chính xác của calorie trong thực phẩm mà quý vị ăn hoặc số lượng đúng của calorie mà quý vị dùng. Tuy nhiên, có những họa đồ ghi phỏng chừng số lượng calorie trong các thực phẩm đặc biệt, và số ước tính là bao nhiêu calorie mất đi trong các sinh hoạt như đi bộ, chạy, làm công việc nhà và đánh máy chữ trên bàn phím.

Calorie cũng có thể giúp để giảm sức nặng. Mỗi một pound của cơ thể bằng 3.500 calo. Nếu mỗi ngày của một tuần lễ mà quý vị tiêu thụ 500 calorie ít hơn là số lượng tiêu dùng, quý vị sẽ mất khoảng 2.2 kilo. Nếu trong một năm, quý vị ăn 100 calories nhiều hơn số lượng đốt đi, quý vị sẽ lên khoảng 5.4 kilogram.

2. Thực phẩm nào quý vị nên ăn mỗi ngày để có dinh dưỡng tốt?

Quý vị cần năng lượng không những để bổ củi hoặc chạy đường dài 42 km mà còn cần

TRỞ VỀ MỤC LỤC

để coi truyền hình và ngay cả để ngủ. Không có năng lượng, tim sẽ ngưng bơm máu; tất các các sinh hoạt đều dừng lại và tế bào sẽ chết. Trong khi thảo mộc lấy năng lượng từ mặt trời, con người có năng lượng nhờ ăn thực phẩm.

Thực phẩm gồm ba thành phần chính: chất đạm, carbohydrates và các chất béo. Nó cũng có nhiều sinh tố và các khoáng chất. Các chất sau này giữ vai trò quan trọng trong các phản ứng hóa học của tế bào.

Khi thịt nạc chỉ là chất đạm, rau chỉ có carbohydrate, và các dầu thuần túy chỉ có chất béo, thì đa số các thực phẩm lại là hỗn hợp của ba chất dinh dưỡng.

Chất đạm là các chất sinh tử để tạo ra các tế bào của cơ thể và cần để tăng trưởng và tu bổ các tế bào cũng như sản xuất các kích thích tố và các diêu tố. Carbohydrates và chất béo là nguồn chính để cung cấp năng lượng. Chất béo cũng hoàn tất nhiệm vụ trong việc dự trữ năng lượng và dùng trong việc cách nhiệt.

Nếu ăn nhiều loại thực phẩm khác nhau, chế độ dinh dưỡng của quý vị sẽ cân bằng và có đầy đủ tất cả các chất dinh dưỡng cần thiết.

Sau đây là bảng hướng dẫn để quý vị lựa một chế độ dinh dưỡng cân bằng:

- **Nhóm 1:** Trái cây và rau: 4 hoặc nhiều hơn servings mỗi ngày.
- **Nhóm 2:** Bánh, ngũ cốc và các loại hạt khác: 4 hoặc nhiều hơn servings mỗi ngày.
- **Nhóm 3:** Sữa các loại: người lớn 2 servings mỗi ngày, trẻ em thì 3 hoặc 4 servings một ngày.
- **Nhóm 4:** Gia súc, cá, thịt, trứng và rau cần 2 servings mỗi ngày.

Xin nói rõ hơn về serving.

Serving Size có thể hiểu là một phần ăn theo quy định (hay một xuất ăn), có chứa số lượng calo nhất định. Ví dụ, một phần cơm hay mì là nửa bát, cách tính calo theo phần ăn là để giúp người sử dụng biết lượng calo khi tiêu thụ, đặc biệt là calo từ mỡ. Ví dụ, một túi khoai tây chiên có chứa 150 calo/phần ăn, nhưng cả túi này là 3 phần ăn, nghĩa là có chứa tới 450 calo.

3. Một ngày quý vị cần bao nhiêu chất đạm?

Những phần rắn chắc ở trong cơ thể của quý vị gồm có ba phần tư là chất đạm. Mỗi ngày, cơ thể cần từ 20 tới 30 grams chất đạm để tạo ra các chất hóa học ngõ hầu sự sống được duy trì. Ít nhất mỗi ngày quý vị phải tiêu thụ số chất đạm như vậy. Theo cơ quan y tế, mỗi ngày quý vị cần 44 grams chất đạm đối với người nữ và 56 gram cho người nam. Một ly sữa có 8 grams chất đạm, một quả trứng có 6 grams và một miếng thịt gà ở ngực có 52 grams chất đạm.

4. Thế nào là chất đạm có giá trị cao?

Chất đạm gồm có nhiều amino acids. Đa số của 22 chất đạm đó được tổng hợp ở gan nhưng 8 amino acids phải được ăn hàng ngày. Tám chất này gọi là các amino acids cần thiết. Thịt, trứng, sữa và các thực phẩm động vật có 22 amino acids và là nguồn gốc của các chất đạm có giá trị cao. Bởi vì chúng thiếu một hoặc nhiều hơn amino acids, chất đạm ở thảo mộc được gọi là không đầy đủ. Nhưng nếu một kết hợp của thảo mộc được dùng mỗi ngày vào một bữa ăn, chúng sẽ bổ túc cho nhau và cung cấp đầy đủ chất đạm. Gạo và các loại hạt đậu hoặc ngô và đậu đỏ là những thực phẩm bổ sung.

5- Quý vị cần tiêu thụ bao nhiêu chất béo mỗi ngày?

Đa số dân chúng của các quốc gia kỹ nghệ tiêu thụ quá nhiều chất béo. Các nhà dinh dưỡng giới hạn một chế độ dinh dưỡng gồm có 10 tới 15 phần trăm là chất đạm, 55 phần trăm là chất carbohydrates và 35 phần trăm là chất béo.

Đa số các nhà dinh dưỡng khuyên nên giới hạn dùng không những chỉ chất béo tổng quát mà cả chất béo bão hòa. Đó là các chất béo của thực phẩm động vật và được coi như làm tăng chất cholesterol trong máu và có thể tăng rủi ro của bệnh tim.

Chất béo đa bất bão hòa do gia cầm, cá, và các loại rau cung cấp và được coi như hạ cholesterol.

Tuy nhiên vấn đề cholesterol rất phức tạp và vai trò của nó trong chế độ dinh dưỡng cũng chưa biết rõ.

6- Nếu các cháu bé chọn thức ăn liệu chúng có ăn những gì tốt cho chúng?

Quý vị đã sửa soạn một bữa ăn ngon và cân bằng gồm có thịt gà tây và các loại rau sống còn tươi. Nhưng cháu bé nhất định chỉ muốn ăn bánh kẹp với bơ đậu phọng. Hoặc chỉ ăn thịt gà tây. Chuyện này rất thường xẩy ra và quý vị lo lắng về vấn đề dinh dưỡng của chúng. Nhưng, xin quý vị đừng băn khoăn.

Nếu các cháu bé có kén ăn, quý vị có thể an tâm biết rằng thiếu dinh dưỡng ở chúng ít khi xẩy ra vì sở thích nhất thời. Nhưng các cháu được sinh ra với thích ăn của ngọt và thích ăn kem hơn là rau broccoli.

Sau đây là cách giải quyết vấn đề: hãy đề nghị với các cháu nhiều lựa chọn về bữa ăn bổ dưỡng và hãy bình tĩnh về các bữa nhậu. Trong khi dinh dưỡng đúng là vấn đề sinh tử để cho các cháu lớn, một chế độ dinh dưỡng cân bằng có thể thực hiện được trong một thời gian lâu chứ không phải ở mỗi bữa ăn./.

Bác sĩ Nguyễn Ý Đức
www.nguyenyduc.com

The Story of Mahadhana, a Merchant

Dhammapada, Verse 286

While residing at the Jetavana monastery, the Buddha uttered Verse (286) of this book, with reference to Mahadhana, a merchant from Baranasi.

Once, a merchant from Baranasi came to a festival in Savatthi with five hundred carts fully loaded with textiles and other merchandise. When he reached a river bank near Savatthi the river was in spate; so he could not cross the river. He was held up for seven days as it was raining hard and the water did not subside. By that time, he was already late for the festival, and there was no need for him to cross the river.

Since he had come from a long distance he did not want to return home with his full load of merchandise. So he decided to spend the rainy season, the cold season and the hot season in that place and said so to his assistants. The Buddha while going on an alms-round knew the decision of the merchant and he smiled. Ananda asked the Buddha, why he smiled and the Buddha replied, "Ananda, do you see that merchant? He is thinking that he would stay here and sell his goods the whole year. He is not aware that he will die here in seven days time.

What should be done should be done today. Who would know that one would die tomorrow? We have no date fixed with the King of Death. For one who is mindful by day or by night, who is not disturbed by moral defilements and is energetic, to live for just one night is a well-spent life."

Then the Buddha sent Ananda to Mahadhana, the merchant. Ananda explained to Mahadhana that time was running out for him, and that he should practice mindfulness instead of being negligent. On learning about his impending death, Mahadhana was alarmed and frightened.

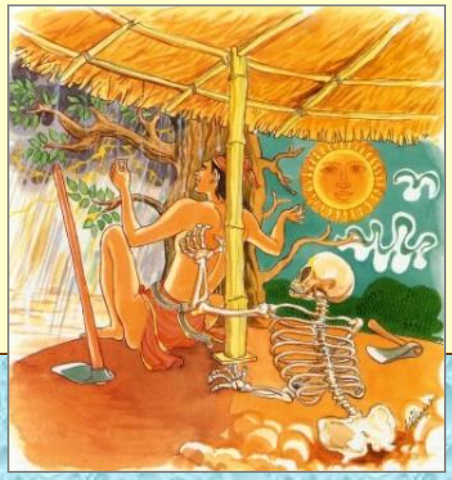
So, for seven days, he invited the Buddha and other Bhikkhus for alms-food. On the seventh day, the Buddha expounded a discourse in appreciation (anumodana).

Then the Buddha spoke in verse as follows:

Verse 286: "Here will I live in the rainy season; here will I live in the cold season and the hot season", so imagines the fool, not realizing the danger (of the ever approaching death).

At the end of the discourse Mahadhana the merchant attained Sotapatti Fruition. He followed the Buddha for some distance and returned. On his return, he had a severe headache and passed away soon after. Mahadhana was reborn in the Tusita deva world.

SURE DEATH
"So here I will stay & remain summer, and winter."
imagines the fool, unaware of his certain death.



Translated by **Daw Mya Tin, M.A.,**

Burma Pitaka Association, Rangoon, Burma 1986.

TRỞ VỀ MỤC LỤC

MỖI KỲ MỘT MÓN CHAY

BÚN CHAY KIỂU HUẾ

(Vegan Huế noodle soup)

Nguyên liệu (cho 2 phần ăn):

- Bí đỏ: 500 gr
- Củ cải trắng: 300 gr
- Thơm: 1/2 trái
- Cải thảo: 250 gr
- Cà chua: 300 gr
- Nấm rơm: 200 gr
- Đậu hủ chiên: 2 miếng
- Sả: 4 cây
- Hành boa-rô: 5 cây
- Hạt nêm chay: 2 muỗng canh
- Đường phèn: 1 muỗng canh
- Dầu điều: 1/2 muỗng cà-phê
- Bún tươi: 500 gr
- Thêm 1 ít: Rau sống ăn kèm, chanh, sa-tế

Thực hiện:

1. Chuẩn bị các nguyên liệu và sơ chế sẵn rau củ cần thiết. Rau sống rửa sạch để ráo.
2. Rau củ quả rửa sạch cắt khúc, lá hành boa-rô cắt khúc. Cho tất cả vào nồi, rồi cho nước, ít muối vào hầm cho ra nước ngọt, hầm đến khi hỗn hợp mềm. Sau đó lược lấy nước dùng, chỉ sử dụng lại củ cải trắng thôi (rau củ quả còn lại dùng vào việc khác).

3. Cho nồi nước dùng đã lược lại lên bếp, củ cải trắng (đã nấu chín), thơm cắt miếng, cọng sả đập dập, ít cọng trắng đầu hành boa-rô cắt khúc vào nấu với lửa nhỏ cho thơm mềm. Rồi nêm nếm gia vị: hạt nêm chay, đường phèn, đậu hủ cắt nhỏ vào (khi nào ăn mới cho vào), ít dầu màu điều cho đẹp.
4. Sốt nấm: Cho ít dầu ăn vào chảo, dầu nóng cho đầu hành boa-rô băm nhỏ vào phi thơm rồi cho cà chua cắt hạt lựu vào xào. Kế đó cho nấm rơm và ít nước vào, gia vị đậm đà um cho thấm, nấu đến khi nước còn sền sệt.
5. Múc sốt nấm ra tô. Cho bún đã trụng nóng vào tô, vài miếng thơm, đậu hủ, củ cải trắng. Rồi chan nước dùng lên tô bún, sau đó mới cho sốt nấm lên trên cùng, cho rau ngò gai, lá hành boa-rô cắt nhỏ lên.

Hướng dẫn: Hoàng Thị Tố Hà
Nguồn: https://www.cooky.vn/cong-thuc/bun-chay-kieu-hue-20185

Chú thích: Tbsp: tablespoon (muỗng canh), khoảng 15ml; Tsp: teaspoon (muỗng cà-phê), khoảng 5ml.

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Áo hạ vàng - Tâm kinh thời đại

TOẠI KHANH

Nói y như trong kinh thì vạn hữu không gì là ngẫu nhiên. Mỗi cọng rêu, ngọn cỏ hay từng con ong, cái kiến thảy đều do nhân duyên mà có. Ai người học Phật đều ít nhiều biết qua chuyện đó. Vậy mà có ai trong số này lại không một lần bất chợt đứng dưới hiên mưa mà bỗng nhiên nhớ về một chuyện xưa cũ càng không hò hẹn. Không phải ngẫu nhiên thì còn là gì nữa. Một câu hát bâng quơ nghe được ở đâu đó, một gương mặt hay ánh mắt tình cờ bắt gặp trên đường nhiều khi cũng đủ làm một cái cớ để vực dậy một hồi ức tưởng như chẳng mắc mớ liền can gì hết. Kỳ thực, từng cái xem chừng là ngẫu nhiên ấy cũng là một kiểu nhân duyên khác. Thiếu đi những thứ nhân duyên bất ngờ và đa đoan đó, biết đâu cuộc đời càng buồn thêm. Cuộc đời là một tuồng ảo hoá, khách trầm luân là những diễn viên, chuyện đời từ đó phải cần đến những khía cạnh kịch tính. Chuyện tu học của tôi cũng là một thứ chuyện đời, nghĩa là nó cũng không nằm ngoài nguyên tắc đó.

Hồi nào đầu óc giản đơn, học kinh Phật như một cái máy, cách cảm nhận lời Phật của một cậu bé chỉ đơn giản là chụp lại mọi sự bằng chiếc máy ảnh không biết suy tư. Thấy sao tin vậy, nghe sao hiểu vậy. That's it, no more. Rồi thì một ngày, người ta già hơn, có thể hư đốn hơn, lem luốc hơn, nhưng cách hiểu vấn đề cũng được thay đổi để lời kinh xưa lúc này coi như đã trở thành một nguồn sống sinh động và thấm thía hơn, nếu người ta vẫn chưa bỏ Phật mà đi.

Một ngày của tuổi bốn mươi, tôi ngẫu nhiên bắt gặp trong hộp thư email của mình một cái thư lạ. Lạ vì cái subject của nó, và cũng vì người gửi là một nhân vật kỳ lạ. Chưa biết mặt nhau bao giờ, từ vài tháng nay bỗng nhiên cứ dồn dập gửi cho thiệt nhiều email. Không thăm hỏi gì hết, chỉ ròng những thứ góp nhặt từ muôn phương, để tôi nghe, ngắm và đọc. Chẳng gì ghê gớm, vài ba tấm ảnh lạ, dăm thứ tin tức giật gân, đôi khi là một nhạc khúc. Có cũng vui, không cũng được, dù nhiều khi buồn buồn tôi lại có ý trông. Chiều nay, tôi lại nhận được một cái email của người bạn giấu mặt đó. Một chuyện bình thường nhưng có chút lạ. Nó lạ từ cái chủ đề: *Vàng Em Áo Hạ*. Cả một thứ tiếng Việt dễ dãi nhất cũng không ai nói năng, viết lách kỳ cục như vậy. Nhưng mà nó lạ, và cứ nghe hay. Gói theo cái email đó là một cái File Video (thơ của Hư Vô, nhạc Phạm Quang Ngọc). Tôi mở ra và bàng hoàng. Cái mà tôi nghe được, xin thề, tuyệt không phải thứ tình ái lăng nhăng mà nhạc khúc đó đang diễn tả. Tôi vừa cảm nhận được cái mà nói bằng ngôn ngữ của ngành Vật Lý hiện đại là Chiều Thứ Tư của Phật Pháp. Một góc cạnh thật mới lạ, tinh khôi, dù thực ra muốn thuở đã là vậy. Mới là mới đối với gã dốt này thôi. Ô hay, tôi tự hỏi mình, sao thiên hạ bây giờ lại không thử dùng cách nói này để nói về Phật chứ, dĩ nhiên nên nghiêm túc hơn một tí là được. Người ta viết nhạc Phật giáo mà cứ như để xua đuổi thiên hạ. Thay vì réo gọi nhau về dưới chân Phật, người ta lại khiến thiên hạ bỏ chùa mà đi, nhiều khi còn chạy mất cả dép. Ai hổng tin xin cứ kiếm mấy cái CD nhạc đạo nghe thử một lần thì biết. Nhưng đó là chuyện của ai, ở đây tôi chỉ xin nói chuyện mình.

"Em qua, bóng đổ hiên ngoài
Đàn chim sáo nhỏ vụt bay cuối ngàn
Giật mình hạ rớt thềnh thang
Nở trên nhánh tóc, em vàng cánh hoa."

Mùa hạ ở đây bỗng dưng là một thứ gì đó có đủ hồn vía hẳn hoi, như một sinh vật, không còn là một hiện tượng thiên nhiên nữa. Nó còn ly kỳ hơn, khi đường hoàng hoá thân vào từng cánh hoa phượng vàng, và cùng đưa em vào hạ. Em, hoa vàng và mùa hạ lúc này đã là một. Tôi đã xem, nghe rồi chợt nhớ về một bài học cũ. Toàn bộ cái gọi là thế giới, trong kinh Phật, chỉ là con số 18: Lục Căn, Lục Trần và Lục Thức. Ngoài ra không còn gì nữa. Từ cái hiểu lầm, người ta biết thương ghét và nghĩ ra muôn thứ ảo tượng và đặt cho chúng những tên gọi Chính Trị, Văn Hoá, Khoa Học, Nghệ Thuật, Triết Học, Lịch Sử, Ngôn Ngữ, kể cả Tôn Giáo. Một mớ khái niệm cộng với chút tình cảm ghét thương đã làm nên mọi sự ở đời. Tất thảy những thân sơ thù bạn, ân oán tình

TRỞ VỀ MỤC LỤC

thù đều chỉ là những cuộc chơi của người chưa biết mình thực ra là những gì ghép lại. Tôi yêu em, thế là nhìn thấy trong hoa có em, trong em có mùa hạ, và rồi một ngày, cả ba chỉ là một. Để mùa hạ có thể rơi trên tóc người, và màu vàng của hoa đã là một với em. Nhưng như thế đã hết đâu:

"Nắng trong veo… thấu lụa là
Áo em mỏng quá, lòng ta gập ghềnh
Dù là một thoáng lênh đênh
Đã nghe mùa hạ chảy trên phím đàn
Từ em tóc xõa sang ngang
Hàng cây nghiêng nón rộn ràng tiễn nhau."

Thơ hay của thiên hạ tôi đọc cũng nhiều, nên có dốt mấy, cũng có thể bảo rằng bài thơ này chưa phải là tuyệt tác. Có điều lạ lùng, có lẽ đây là lần đầu tiên tôi chịu nghe và đọc một bài thơ tình bằng một tâm cảm *đã đời* đến vậy. Tôi đã nghe thấy ở đó một bài tâm kinh, nhưng không phải Tâm Kinh Bát Nhã của nhánh Bắc Truyền. Tâm Kinh ở đây là kinh nói về đạo qua ngõ tình và phải được cảm (không phải hiểu) bằng trái tim (không phải óc). Đến nắng ở đây cũng đã được ghép thêm phần hồn. Nó soi thấu lụa là một cách có ý thức, không phải một hiện tượng thiên nhiên. Vì trong nắng bây giờ có gã tình si mê gái đang dõi nhìn gót sen người đẹp. Thế là hắn xem ánh nắng như một tên đồng lõa. Và nếu vật vô tri có thể trở thành động vật thì ở đây cái phàm tâm của gã tục tử kia cũng có thể là một với trời đất quanh mình để có thể gập ghềnh, triền dốc như mặt đường mà em đang đi trên đó, để sóng dậy đất bằng, để bóng sắc em tuy chẳng ba đào mà vẫn có thể khiến chết đuối người trên cạn mà chơi!

Lục Trần, Lục Thức, Lục Căn ở đây đã phổ vào nhau đến tận tuyệt. Mùa hạ đã là cái tâm cái tình của gã tục tử để góp mặt hết mình vào cuộc chơi. Nó len vào từng nốt nhạc trên dây đàn và trong cõi âm thanh đó, những hàng cây kia bỗng dưng là những khách mời, những chứng nhân cho một cuộc tình vỡ giữa chiều nắng hạ. Tôi lại nhớ hai câu thơ của Trần Dạ Từ: *"Lần đầu ta ghé môi hôn, mấy con ve nhỏ hết hồn kêu vang."* Bao nhiêu Uẩn Xứ Giới Đế có rảnh thì đều cùng về tham dự hết. Rồi thì:

"Em mang mùa hạ qua cầu
Ta như khách lạ tìm đâu bóng mình
Bên đời có nắng lung linh
Để em giấu kín chút tình phôi pha
Còn thương góc phố quê nhà
Vàng em áo hạ, buồn ta mưa về…"

Như trên đã thưa, mùa hạ bây giờ đã được chuyển thể (transform) để có thể theo em qua cầu bỏ lại một thằng khờ sau lưng. Em và mùa hạ đã là một, em đi rồi mùa hạ cũng đi. Và cả ánh nắng mùa hạ nữa, nó cũng tham dự vào nỗi chia xa của chúng ta. Và không phải chỉ hôm nay, đến bao giờ em còn là một cố nhân chưa quên nổi thì cứ thấy nắng hạ hoa vàng thì tôi sẽ thấy em về, như từ bây giờ, những cơn mưa với nỗi buồn của tôi sẽ mãi mãi là một. Trong ngôn ngữ lòng tôi từ giờ sẽ mãi hoài đọng lại hai cụm từ ghép không thể tách rời: *Vàng Em Áo Hạ* và *Buồn Tôi Mưa Về.* Nhưng đâu phải chỉ một mình tôi ngớ ngẩn đến vậy, hồi xưa còn sống, ông Nguyên Sa cũng hơn một lần mơ hồ như thế vào một thuở yêu người:

"Áo nàng vàng, anh về yêu hoa cúc
Áo nàng xanh, anh mến lá sân trường!"

Là vậy đó. Gì cũng là một cuộc chơi. Và, dẫu chong đèn thức trăm năm, người sinh tử vẫn mãi nằm chiêm bao!

ÁO HẠ VÀNG

Em qua bóng đổ hiên ngoài
Đàn chim sáo nhỏ vụt bay cuối ngàn
Giật mình hạ rớt thênh thang
Nở trên nhánh tóc em vàng cánh hoa.

Nắng trong veo, thấu lụa là
Áo em mỏng quá lòng ta gập ghềnh
Dù là một thoáng lênh đênh
Đã nghe mùa hạ chảy trên phím đàn.

Từ em xõa tóc sang ngang
Hàng cây nghiêng nón rộn ràng tiễn nhau.
Em mang mùa hạ qua cầu
Ta như khách lạ tìm đâu bóng mình

Bên đời nắng có lung linh
Để em giấu kín chút tình phôi pha
Còn thương góc phố quê nhà
Vàng em áo hạ, buồn ta mưa về…

thơ HƯ VÔ

TRỞ VỀ MỤC LỤC

CÓ THỂ TU THEO NGÀI PHỔ HIỀN ĐƯỢC KHÔNG?

Đào Văn Bình

Trong pháp hội Hoa Nghiêm, ngài Phổ Hiền Bồ Tát sau khi khen ngợi công đức thù thắng của Phật đã nói với đại chúng rằng muốn trọn nên công đức như Phật thì phải tu mười điều rộng lớn như sau:

Một là lễ kính các đức Phật.
Hai là khen ngợi các đức Như Lai.
Ba là rộng sắm đồ cúng dường.
Bốn là sám hối các nghiệp chướng.
Năm là tùy hỷ các công đức.
Sáu là thỉnh đức Phật thuyết pháp.
Bảy là thỉnh đức Phật ở lại đời.
Tám là thường học đòi theo Phật.
Chín là hằng thuận lợi ích chúng sanh.
Mười là hồi hướng khắp tất cả.

Sau đó nhờ sự thưa hỏi của Thiện Tài Đồng Tử- một vị bồ tát sơ địa, ngài Phổ Hiền đã giảng giải thêm về 10 hạnh nguyện này.

Trong mỗi khóa lễ, chư tăng/ni đều đọc tụng mười hạnh nguyện. Đọc tụng để làm gì? Đọc như một nghi thức hành lễ, đọc xong rồi quên, rồi bỏ đó, rồi ngày mai lại đọc tiếp? Hay đọc để cho thấm vào máu, vào tim để tu theo? Ngày nay Đức Phật không còn nữa cho nên một số điều không còn thực hiện được, như:

- Lễ kính các đức Phật.
- Rộng sắm đồ cúng dường.
- Thỉnh Phật thuyết pháp.
- Thỉnh Phật trụ thế, khoan nhập Niết Bàn.

Vậy chúng ta phải hiểu như thế nào và tu như thế nào nếu muốn tu theo đại hạnh nguyện của ngài Phổ Hiền?

1) Lễ kính các đức Phật.

Ngày nay Phật không còn nữa cho nên chúng ta kính lễ ai? Chúng ta đảnh lễ tượng Phật. Chúng ta đảnh lễ các tháp miếu thờ Phật. Chúng ta đảnh lễ các di tích mà Phật đã sinh sống, đã đi qua, đã hành đạo hay khi Phật nhập Niết Bàn, đảnh lễ xá lợi Phật.

Chúng ta còn đảnh lễ tất cả các vị hiền-thánh đã tu theo Phật, các thiện tri thức đang hoằng dương chánh pháp.

Chúng ta còn đảnh lễ tất cả những ai có hạnh từ bi, có lòng khoan dung, có ý thiện lành, có tâm bố thí, có hạnh nhẫn nhục. Đảnh lễ những đức tính cao quý này chính là đảnh lễ chư Phật vậy.

Nhưng khi đảnh lễ, theo ngài Phổ Hiền, chúng ta phải nguyện thanh thịnh ba nghiệp Thân-Khẩu-Ý chứ không phải đảnh lễ khơi khơi cho có lệ.

2) Khen ngợi các đức Như Lai.

Theo kinh điển, trong tất cả các pháp hội, trước khi trình bày trước đại chúng, các hàng đại bồ tát, đại sĩ, thiện tri thức đều khen ngợi các đấng Như Lai. Như vậy, khởi đầu các buổi thuyết pháp, thay vì đi ngay vào đề tài, chúng ta nên nói lời tán Phật giống như Đức Phật còn tại thế.

3) Rộng sắm đồ cúng dường.

Ngày nay Phật không còn nữa chúng ta cúng dường ai? Chúng ta cúng dường chư tăng/ni để chư tăng/ni có phương tiện sinh sống và tu học. Tuy nhiên chúng ta phải nhớ rằng chư tăng/ni không phải là Phật mà chỉ là đệ tử của Phật còn đang tu học, cho nên chúng ta chỉ cúng dường cho những ai giới hạnh trang nghiêm. Tuyệt đối không cúng dường cho những ai hành tà đạo, xa lìa giới luật và sống đời phóng dật.

Tuy nhiên cúng dường chúng sinh là quan trọng nhất. Chúng ta có rất nhiều cách cúng dường chúng sinh như: Mở trường học, xây nhà thương, giúp đỡ học sinh nghèo, cưu mang trẻ mồ côi, giúp người cô đơn bạc phước, xây cầu, tặng nhà tình nghĩa, cơm chay miễn phí, an ủi người khi hoạn nạn… đều là những hành vi cao quý. Đức Phật dạy rằng hằng thuận vì lợi ích chúng sinh là cúng dường chư Phật.

4) Sám hối các nghiệp chướng.

Chỉ có bậc tri thức, kẻ thiện lương mới thấy mình lỗi lầm. Kẻ hung ác không bao giờ thấy mình sai trái. Sám hối để lương tâm thanh

TRỞ VỀ MỤC LỤC

thản và nhắc nhở chúng ta sẽ không còn làm chuyện xấu nữa. Sám hối là một phương thuật để tu hành.

Chúng ta cần sám hối từ lúc chào đời, từ thuở ấu thơ đã làm cho cha mẹ buồn phiền.

Rồi khi cắp sách đến trường chúng ta gây bao ai oán cho thầy/cô.

Rồi khi vào đời chúng ta tạo bao đau khổ cho bạn bè và anh chị.

Chúng ta cần phải sám hối xem trong cuộc đời chúng ta có bao giờ nói lời hung dữ, nói lời lừa dối, nói lời đâm thọc, nói lời vu oan giá họa?

Chúng ta cũng cần phải xét xem chúng ta có hạ nhục ai một cách quá đáng không?

Là người có quyền thế chúng ta đã gây khổ đau nào cho xã hội?

Là nhân viên thi hành luật pháp chúng ta có bao che cho tội phạm, các sòng bài, các ổ mãi dâm các tổ chức buôn bán ma túy khiến gây đảo điên, bất công và băng hoại xã hội?

Là thương gia, nhà sản xuất chúng ta có lường đảo khách hàng, chế đồ dỏm, bơm hóa chất vào đồ ăn khiến bao người mắc bệnh nan y không thuốc chữa?

Chúng ta cần phải sám hối xem chúng ta có trốn thuế, qua mặt chính quyền, hối lộ để làm ung thối quốc gia?

Là quan tòa xét xử chúng ta có bất công khiến bao người bị hàm oan, kẻ có tội lại được tha, kẻ thật thà lại lãnh án?

Là nhà tu hành chúng ta phải xét xem chúng ta có lừa đảo tín đồ không?

Chúng ta còn phải sám hối với bao loài vật mà chúng ta đã giết hại. Chúng ta sát hại chúng không phải vì đói mà vì thú vui săn bắn, nhậu nhẹt khoái khẩu hay chỉ vì tính hung ác.

Chúng ta cũng cần phải sám hối vì đã tàn phá bao loài cây cỏ, núi rừng khiến gây cảnh lụt lội, bão tố, cuồng phong, đất đai sụp lở.

Chúng ta không những sám hối với người sống mà cả những người đã chết.

Chúng ta cần phải sám hối tới ngọn ngành. Sám hối ngày đêm cho đến khi không còn gì để sám hối nữa. Như thế mới gọi là sám hối nghiệp chướng.

BỒ TÁT PHỔ HIỀN

5) Tùy hỷ công đức.

Chúng ta phải thấy rằng làm thiện nguyện giúp đời là niềm vui. Làm thiện nguyện là nuôi dưỡng tâm lành là nâng cao phẩm giá. Một đất nước sẽ hùng mạnh nếu có nhiều người tham gia thiện nguyện. Một siêu cường hay đế quốc cũng sẽ sụp đổ nếu con người chỉ biết ích kỷ, sống cho mình.

Bảo nhau làm sạch đường phố là tùy hỷ công đức.

Bảo nhau dọn vệ sinh các bãi rác, biển hồ sông suối, cho công viên khang trang sạch sẽ là tùy hỷ công đức.

Bảo vệ môi trường là tùy hỷ công đức.

Bảo vệ loài tôm cá, bảo vệ rừng để cân bằng sinh thái là tùy hỷ công đức.

Tới chùa làm công quả, dọn dẹp vệ sinh, giữ gìn an ninh trật tự cho các buổi lễ lớn là tùy hỷ công đức.

Của ít lòng nhiều, không cứ là bao nhiêu đem cúng chùa là tùy hỷ công đức. Công đức không tùy thuộc khối lượng khổng lồ mà là sự tăng trưởng tâm lành ngay trong chính con người mình.

6) Thỉnh Phật thuyết pháp.

Ngày nay Phật không còn nữa cho nên chúng ta phải khuyến khích và kính trọng các đạo sư giảng pháp. Khi pháp Phật lan truyền thì đạo còn và Phật vẫn còn ở với chúng ta. Khi Phật pháp suy tàn, không còn ai nhắc nhở tới nữa thì đạo diệt và Phật cũng không còn.

Thế nhưng chúng ta phải biết phân biệt thế nào là tà sư thế nào là đạo sư. Có năm tiêu chuẩn để thẩm định điều người đang nói, đang giảng là chánh pháp. Giảng sư dù có nói gì đi nữa thì nó phải nằm trong Ngũ Pháp Ấn, đó là: Khổ, Vô Thường, Nhân-Quả, Tánh Không và Niết Bàn. Ví dụ, một người trổ hết tài hùng biện nhưng chỉ nói về phép mầu, Thiên Đàng, Địa Ngục, ban phúc, giáng họa, chỉ tập trung vào cầu nguyện van vái mà không có pháp tu chứng trên bản thân mình... không hề nói tới Khổ Đế, Tập Đế, Diệt Đế và Đạo Đế thì chắc chắn đó là tu sĩ ngoại đạo, không phải đạo sư, không phải là đệ tử của Phật.

7) Thỉnh Phật trụ thế.

Bây giờ Đức Phật đã nhập niết bàn hơn 2000 năm, làm sao thỉnh Phật ở mãi với chúng ta? Thế nhưng muốn Phật vẫn còn ở mãi với chúng ta, có hai cách:

- Hoằng dương chánh pháp. Chúng ta phải làm thế nào để khắp nơi được biết về đạo Phật, hiểu về đạo Phật rồi tu theo Phật.
- Mỗi tăng/ni phải là hình ảnh sống động của Phật. Nếu tăng/ni hư đốn: thuyết pháp thì nói toàn chuyện trên trời dưới biển mà tham-sân-si vẫn còn, đạo hạnh không có, vướng mắc

vào những xấu xa của thế tục… thì đạo suy tàn và Phật cũng chẳng còn ai nhắc nhở tới nữa. Hiện nay có thể Đức Đạt Lai Lạt Ma là hình ảnh tiêu biểu của Phật Giáo, một đại đệ tử của Phật hoàn hảo về hai phương diện Từ Bi và Trí Tuệ. ***Khi nào thấy tăng/ni mà như thấy Phật*** thì đạo hưng thịnh và Phật vẫn còn ở với chúng ta. Khi nào thấy tăng/ni mà xa lánh thì đạo diệt.

8) Thường học đòi theo Phật.

Thường học đòi theo Phật là thể hiện những gì Phật dạy nơi chính bản thân mình chứ không phải tối ngày tụng niệm những gì Phật dạy. Đạo Phật không phải là đạo để thuyết giảng, không phải đạo của nghi thức thờ phượng, mà phải thể hiện ngay trên bản thân mình. Sự chứng đắc được hiển lộ qua lời ăn, tiếng nói, cách đi đứng nằm ngồi, cách cư xử, cách hành động lúc nào cũng an nhiên, tự tại, uy nghiêm nhưng từ bi, sống ở trên đời, làm việc đời việc đạo nhưng không vướng mắc chuyện đời. Như thế mới là học đòi theo Phật.

9) Hằng thuận lợi ích chúng sanh

Chúng sinh từ vô thủy đã sống trong tham-dục. Hàng bồ tát tu theo Phật phải nương theo tham-dục của chúng sinh để giáo hóa chúng sinh. Chúng sinh có thể chỉ đến chùa cầu tài, cầu lộc. Nhưng bồ tát nương theo đó mà giảng về lòng tham và thế nào là tu phước. Chúng sinh có thể đến chùa để xin dâng sao giải hạn nhưng bồ tát nương theo đó mà giảng về nghiệp báo và nhân quả. Chúng sinh có thể đến chùa vì khủng hoảng tinh thần, bồ tát nhân đó mà giảng về hạnh vô úy. Chúng sinh đến chùa xin làm lễ thành hôn (*hằng thuận*), dù biết rằng ái dục là cội nguồn của khổ đau và sinh tử tương tục nhưng bồ tát nhân đó giảng về đạo vợ chồng và hiếu đạo. Chúng sinh có thể đến chùa nói rằng, "Con bị ma nhập, quỷ ám." Bồ tát có thể tụng cho nạn nhân một thời kinh rồi khuyên nạn nhân về nhà tập thể dục, ăn chay, tụng kinh sám hối, niệm Phật. Nếu có thể thực hành Thiền Quán cho tình thần trở nên sáng suốt dũng mãnh… hy vọng có thể qua khỏi.

Nói tóm lại, người tu hành theo Phật vừa lấy cứu cánh là giải thoát bản thân nhưng cũng lấy mục tiêu giúp đời. Do đó những gì lợi lạc, an vui cho chúng sinh thì bồ tát nguyện làm. Như thế mới gọi là hằng thuận lợi ích chúng sinh.

10) Hồi hướng khắp tất cả.

Hồi hướng về khắp tất cả là chuyển sự thành công của mình với lòng biết ơn tới tất cả mọi người.

- Lãnh đạo thành công tuyệt đỉnh nhưng phải hiểu đó là sự hy sinh, nỗ lực của cả quốc gia dân tộc mà mình chỉ là người dẫn dắt.

- Vị nguyên soái có chiến thắng lẫy lừng nhưng phải hiểu thành công đó có được là do sự hy sinh xương máu của bao chiến sĩ và sự đóng góp của toàn dân ở hậu phương.

- Một tỷ phú thành công trên thương trường là do công sức của bao nhân viên và tiền bạc của người tiêu thụ.

- Một đứa con thành công trên đời là do công ơn giáo dục của cha mẹ và thầy cô.

- Một nhà văn nổi tiếng là nhờ độc giả. Truyện Kiều mai đây không được dạy trong văn học sử, không còn ai đọc nó nữa thì Truyện Kiều cũng đi vào quên lãng.

Hồi hướng về khắp tất cả là xả bỏ cái Ngã, là khiêm tốn, là chia xẻ niềm vui với tất cả mọi người. Nói cho cùng ra, trên cõi đời vô thường này, chẳng có gì là của mình. Hồi hướng về khắp tất cả là một hạnh hy hữu và vô cùng cao thượng của Phật Giáo.

Tạm Kết Luận:

Đối với kẻ ngoại đạo hay người không hiểu, thì đạo Phật chỉ là một đạo rất tầm thường, yếm thế. Kinh qua lịch sử, đạo Phật không có một ***đế chế***, không có đạo quân chinh phạt, không có chiến thắng… để khiến nhân loại phải khiếp sợ. Mà sự sợ hãi (***khủng bố***) lại là một nhân tố rất quan trọng để tin theo một tôn giáo, nhất là tôn giáo thờ thần. Trong khi đó, đệ tử của Phật thì tương chao dưa muối, cho gì ăn nấy, không rượu thịt, chân đi đất, quần áo thì chỉ là thứ y phục của dân nghèo, phẩm phục không sa hoa, lộng lẫy.

Thế nhưng khi nghiên cứu và tìm hiểu về nó thì đạo Phật là một đạo vĩ đại. Đạo Phật là đạo của Trí Tuệ và Từ Bi. Nó hoàn toàn nhân bản, thực tiễn, không lấy phép mầu của thần linh để làm nền tảng chiêu dụ tín đồ. Tính nhân ái của đạo Phật và hàng đệ tử của Phật bao trùm cả thế giới, không chỉ xót thương loài người và còn cả núi rừng, cây cỏ và thú vật. Đó là một đạo hy hữu của thế gian này.

Theo như hạnh nguyện của ngài Phổ Hiền, ***người tu hành không thể thành Phật thành bồ tát, không thể chứng quả*** nếu không phát nguyện đời đời, kiếp kiếp làm lợi lạc cho chúng sinh, coi chúng sinh như cha mẹ mình. Vậy thì hạnh nguyện của ngài Phổ Hiền rất phù hợp với thời đại ngày hôm nay. Do đó, ngoài hàng ngũ xuất gia, hàng cư sĩ và Phật tử tại gia vẫn có thể tu theo hạnh nguyện Phổ Hiền.

Đọc tụng mỗi ngày và tùy duyên, tùy hoàn cảnh mà làm bất cứ việc gì, dù nhỏ bé mà lợi lạc cho đời là tu theo ngài Phổ Hiền. Thế giới này sẽ trở thành Cực Lạc nếu mỗi ngày, mỗi lúc, mỗi nơi có thêm một ngài Phổ Hiền Bồ Tát.

Xin kính lạy ngài Phổ Hiền và tất cả các ngài Phổ Hiền của ngày mai.

Thiện Quả Đào Văn Bình
(California ngày 28/3/2019)

THÔNG BÁO

Thực Hiện Bộ 2 Của Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại Sưu Khảo

Kính bạch chư tôn đức Tăng, Ni,
Kính thưa quý văn thi hữu và độc giả,

Trong Lời Đầu Sách của Bộ I Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại Sưu Khảo xuất bản vào đầu năm 2010, chúng tôi có nói đến sự thiếu vắng rất nhiều tác giả viết về Phật Giáo trong bộ sách này. Đó hoàn toàn là vì lý do khách quan, bởi vì vào thời điểm đó do 2 yếu tố hạn chế: phương tiện thu thập tài liệu và sự đáp ứng của các tác giả viết về Phật Giáo tại hải ngoại.

Sau khi Bộ I Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại Sưu Khảo được ấn hành và phổ biến cho đến nay đã tròn 9 năm, chúng tôi nhận được nhiều sự khuyến khích từ chư tôn đức Tăng Ni, quý văn thi hữu và độc giả khắp nơi cho việc thực hiện tiếp Bộ II. Nhưng vì cơ duyên chưa đầy đủ và cũng có phần vì công việc bận rộn nên dù rất muốn làm tiếp Bộ II mà hoàn cảnh không cho phép. Mãi đến nay mới có thể chuẩn bị bắt tay vào công việc này. Rất mong sự cảm thông và hỗ trợ của chư tôn đức Tăng, Ni và văn thi hữu.

Mục đích chính của Ban Chủ Trương khi thực hiện Bộ Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại Sưu Khảo, như đã được nhấn mạnh trong Lời Đầu Sách của Bộ I, là xem đây như một văn khố lưu trữ những sáng tác phẩm của chư tôn đức Tăng, Ni và các văn thi hữu viết về Phật Giáo để làm tài liệu tham khảo và nghiên cứu cho những người đi sau.

Để thực hiện Bộ II Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại Sưu Khảo chúng tôi xin chư tôn đức Tăng, Ni và văn thi hữu tại hải ngoại tiếp tay hỗ trợ bằng 2 cách:

1- Khuyến khích, kêu gọi và giới thiệu cho Ban Chủ Trương những tác giả hiện sinh sống tại hải ngoại đã có các sáng tác văn thơ về Phật Giáo;
2- Tác giả có đóng góp văn thơ Phật giáo tại hải ngoại, xin gửi cho chúng tôi các tài liệu sau đây:

- Một tấm hình chân dung,
- Một bản sơ lược tiểu sử của tác giả, gồm các chi tiết chính như sau: Họ tên, Pháp danh, năm sinh, quê quán, nghề nghiệp, cộng tác với báo chí, trang mạng toàn cầu,… (đánh máy dạng Word),
- Danh sách các tác phẩm đã xuất bản hoặc bài viết đã đăng (đánh máy dạng Word),
- Ít nhất 5 bài thơ (đánh máy dạng Word), hoặc
- 3 bài văn (đánh máy dạng Word).

Thời hạn chót gửi tài liệu là cuối tháng 8 năm 2019.

Mọi liên lạc về tài liệu cho Bộ II Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại Sưu Khảo xin gửi về địa chỉ email: vanhocphatgiaovnhnsk@gmail.com

Rất mong được sự hợp tác tận tình của chư tôn đức Tăng, Ni và quý văn thi hữu để Bộ II Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại Sưu Khảo được hoàn thành mỹ mãn.

Kính cảm ơn chư tôn đức Tăng, Ni và quý văn thi hữu.

Kính chúc chư vị đạo nghiệp viên thành, thân tâm thường an lạc.

Kính thông báo.

California, ngày 12 tháng 1 năm 2019

Ban Chủ Trương:
Thích Nguyên Siêu
Thích Tâm Hòa
Quảng Thành Bùi Ngọc Đường
Tâm Huy Huỳnh Kim Quang
Tâm Quang Vĩnh Hảo

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Bước đi theo cõi tâm hương

HẠNH CHI

Những tiếng gọi chậm rãi, ân cần, chợt vọng lên từ đáy lòng sâu thẳm khi thời công phu khuya vừa dứt. Những tiếng gọi hòa quyện vào nhau, nhịp nhàng đồng điệu như một bản hòa tấu. Tiếng gọi của Hồn Thiêng Sông Núi, của Tổ Tiên, Ông Bà, Cha Mẹ, của những vị ân sư đã đến rồi đi, đang còn rồi sẽ mất, của những ngôi chùa làng quê, của giòng sông, của vách núi… Tất cả, như những âm thanh vọng từ cõi tâm hương nào, tuy nghìn trùng mà như gang tấc, tưởng chiêm bao mà như hiện thực đâu đây…

Những âm thanh đó đã khiến thời công phu khuya dường như bất tận, để khi ánh dương lên, tôi biết, tôi sẽ phải làm gì.

Đứng lên.

Cất bước.

Lần theo cõi tâm hương đó mà đi.

Thế thôi.

Lộ trình là những nét chấm phá của từng chặng hiện lên khi tiếng vọng nào gọi tới. Không gì trước, không gì sau. Chỉ là an nhiên cất bước khi những tiếng gọi, tuy không thôi thúc mà sự ân cần lại có sức mạnh vô song.

Thế đấy.

Hành trang chỉ là Y Bát, chút vật dụng cá nhân, gọn nhẹ trong một túi vải, đeo sau lưng.

Tôi đi về quê hương khi tiếng gọi của Hồn Thiêng Sông Núi đang vang vọng.

Nửa trái địa cầu chưa qua hết những sát na chập chờn bay bổng giữa không trung. Chuyến bay dài, rồi cũng tới lúc đáp xuống.

Quê hương tôi đây, nơi tôi đã chào đời, đã trưởng thành, đã rời xa, và đang trở lại. Vẫn đường phố cũ, ngõ hẻm xưa mà bước chân người trở về chợt ngậm ngùi, tưởng chừng xa lạ.

Nhưng không! Xa lạ chỉ là những hình thức hiện hữu phơi bầy mà theo lẽ vô thường sẽ hợp rồi tan, còn rồi mất. Khi tôi rẽ vào con hẻm nhỏ có ngôi chùa cũ kỹ rêu phong thì tiếng niệm A Di Đà trong lòng vẫn ngào ngạt trầm hương của ngày tháng cũ, ngôi chùa xưa, khi tôi thường theo mẹ vào tụng kinh; nay, nơi này đang ôm ấp tro tàn trong kiếp nhân sinh của Cha và Mẹ….

Tôi thắp nhang, đứng lặng trước bài vị song thân, nhắm mắt, thầm niệm Phật. Khi cảm nhận tàn nhang rơi trên búp tay sen thì hai dòng lệ cũng đầm đìa trên má. Tôi xoa nhẹ tay trên di ảnh song thân, nghe trái tim mình thổn thức như thời thơ bé được che chở, được thương yêu bằng sự nghiêm huấn của Cha, bằng tiếng ru ngọt ngào của Mẹ …..

Lạy Phật rồi lạy tạm biệt song thân, tôi rời chùa thì nắng đã lên cao. Đường phố đầy người và xe cộ ngược xuôi, tất bật. Tôi đón chiếc taxi đang trờ tới.

Khi đã ngồi trong lòng xe, tôi nói với bác tài xế:

"Xin cho tôi tới đường Nguyễn Thượng Hiền, Phường 5, quận Phú Nhuận."

Nhìn kính chiếu hậu, tôi thấy bác tài xế khẽ mỉm cười. Có lẽ cách nói của tôi không đúng văn phong của người trong nước, như tôi đã được cảnh báo, là họ sẽ nhận biết ngay, ai là người nước ngoài về!

Cảm nhận như vậy, tôi bèn "tự thú":

"Tôi về thăm Sư Phụ."

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Tôi sửng sốt khi người tài xế trung niên nói ngay:

"Cô muốn đến Thư Quán Hương Tích phải không?"

"Sao bác biết?"

"Vì thấy cô là người tu, mà khu vực đó có Thư Quán Hương Tích là nơi một vị thầy được nhiều người kính mến, thường ghé về. Chắc đó là sư phụ cô?"

Tôi chỉ "Dạ," không nói gì thêm mà lòng ấm áp biết bao!

Cổng Thư Quán tuy mở rộng, nhưng tôi vẫn đứng lại, thở nhẹ, khép mắt, lắng tâm… và chỉ bước rất chậm, vào hàng hiên, khi tôi nghe rõ tiếng lòng mình đang cất lên *"Bạch Sư Phụ, con là Hạnh Chi, đệ tử phương xa xin vào đảnh lễ Sư Phụ."*

Lạ thay, chỉ là tiếng thầm trong lòng, nhưng dường như Sư Phụ đã biết. Qua những kệ sách thơm nức giấy mực, từng nấc thang lên lầu lại đưa tôi về bao cảm xúc năm nào, lần đầu tiên được diện kiến Sư Phụ ở Thị Ngạn Am.

Ánh mắt dịu dàng, lặng yên nhận ba lạy của đệ tử, rồi bàn tay phải đưa ra như ngụ ý nâng đệ tử đứng lên, chỉ chiếc ghế đối diện. Với nụ cười từ ái, Sư Phụ tự tay rót nước sôi trong bình vào ấm trà. Không gian căn phòng nhỏ chợt thoảng hương sen, như tỏa vào những trang kinh đang dịch, những câu thơ đang đơm ý, những bài kệ đang triển khai…

Thế thôi. Mà ngàn lời không đền đáp hết những gì thầm nói tự đáy tâm can.

Đa tạ Sư Phụ, bao năm nay đã mở dần cho con cánh cửa vô minh vốn là tên cai ngục mà Đức Thế Tôn đã nhận diện sau 49 ngày đêm thiền định dưới cội bồ đề. Từng lần nhập thất, từng trang cảo thơm hình thành những châu ngọc trên kệ sách của hành giả khắp năm châu là tấm lòng Sư Phụ chưa từng ngưng cống hiến cho những ai đã, đang và sẽ, cất bước trên con đường Trung Đạo.

Biển học mênh mông mà trí tuệ đệ tử còn quá hạn hẹp nên thỉnh thoảng lại được Sư Phụ viết đôi lời khuyến tấn, khi gửi cho những tác phẩm mới hoàn thành. Trước tâm lượng từ bi và mẫn ái này, đệ tử chỉ biết tự nhắc, luôn cố gắng hành trì để trong muôn một không bội ơn Chư Phật, không phụ lòng Sư Phụ.

Ngược xuôi nhớ nửa cung đàn
Ai đem quán trọ mà ngăn nẻo về (1)

Nắng nhuộm vàng những con đường dốc đưa người phương xa lên miền cao nguyên. Thiền viện tôn nghiêm uy nghi trên đỉnh đồi, bao tháng năm đã hướng dẫn từng bước chân thiền hành nhập vào an định. Từng bụi cây, từng ngọn cỏ đều phảng phất bóng dáng nhu hòa của vị Thiền Sư chống gậy trúc xuống núi, ân cần giảng dạy từng thắc mắc đơn giản cho kẻ cầu đạo. Lời Ngài giảng luôn đi sát với tâm chúng sanh chân chất, hiền hòa bằng ngôn từ mộc mạc. Chẳng hạn như:

"Đạo lý đâu mà trao
Vô tâm là lẽ đạo
Ý niệm chớ vướng vào
Giai không vô phiền não

Đạo lý của nhà Phật dạy cốt chỉ cho mình sáng được việc của mình, chớ không phải ông thầy có một cái cho mình, nên nói không có cái mà trao. Làm sao mình khai thác cái sẵn có của mình, thì đó là đạo lý. Còn vô tâm đây là không có một niệm phiền não sanh tử, chớ không phải vô tâm là không có cái tâm chân thật. Khi nào mình không có những tâm điên đảo sanh tử, đó là thấy đạo (2).

Thiền viện mênh mông mà không gian vẫn tràn đầy thiền lực. Lạ thay, cửa viện rộng mở, bất cứ ai, thành phần nào,

TRỞ VỀ MỤC LỤC

tôn giáo nào, môn phái nào cũng có thể viếng thăm; vậy mà, dường như ai đã bước qua cánh cổng, đặt chân vào nội viện thì người đó như vừa thoát xác, thể hiện oai nghi của một thiền sinh, thanh thản thong dong, không chút vướng bận.

Nhiệm mầu thay năng lực huyền vi của Chánh Báo!

Rời thiền viện xuống đồi, vào thành phố, bước chân vô định đưa lữ khách tới hồ Xuân Hương, địa danh thơ mộng giữa lòng Thành Phố Sương Mù. Ngồi bên bờ đá với một củ khoai nướng trong tay, tôi đang gặp lại tôi thời thơ bé, theo mẹ về trang trại của gia đình người bác, ở Lâm Đồng. Ký ức đó chưa hồi tưởng bao nhiêu mà bỗng nhạt dần, để chỉ 2 chữ "Lâm Đồng" càng lúc càng rõ nét.

Điều gì ở Lâm Đồng đang gọi tôi?

Vị ngọt bùi của khoai nướng còn thơm nơi đầu lưỡi, tôi đã biết mình sẽ đi tiếp tới đâu. Tôi thầm cám ơn người bạn đạo đã ghi xuống sổ tay cho tôi địa danh này, trước khi tôi lên đường lãng du, với lời nhắn nhủ "Nếu có dịp, sư cô nên ghé đây: Chùa Dược Sư, thôn Phú An, huyện Đức Trọng, tỉnh Lâm Đồng."

Chiếc xe khách 12 chỗ thả tôi bên lề đường. Hỏi thăm, người chỉ ngả này, người bảo ngả kia, loanh quanh mãi, tưởng chừng bỏ cuộc. Vậy mà, như trong giấc mơ tôi đã bước vào sân chùa Dược Sư, đã quỳ trước bảo tháp lúc nào không hay!

Ôi, phải chăng Sư Bà đã thương cảm, dẫn dắt con vào đây để con được chiêm ngưỡng nơi thờ phượng Ngài, để con được sụp lạy tôn tượng Ngài. Sư Bà ngồi đó, linh động như thời sinh tiền, tận tâm tận lực hoằng dương Chánh Pháp suốt hơn sáu thập niên chưa từng ngưng nghỉ. Hàng ngàn Ni-chúng tu học miên mật trong các Ni-viện Liên Hoa, Viên Thông, Hoa Nghiêm đã được Sư Bà tận tụy hướng dẫn. Lời gọn, ý sâu, Sư Bà thường nhắc nhở:

"Các con đã biết rõ chùa chúng ta là một Tu Viện Tịnh Độ. Việc học vấn khiêm tốn, chỉ dám nghĩ tới một môn học là vãng sanh. Muốn chuyển thân phàm thành Thánh Hiền, chúng ta học và tu 2 việc:

Chuyển phàm: Về sự, học luật để đưa thân, miệng, ý vào khuôn. Về lý, học Tứ Niệm Xứ để thanh lọc ba độc tham, sân, si trong tạng thức.

Thành Thánh: Về sự, học kinh A Di Đà và chuyên niệm Phật. Về lý, học kinh Lăng Nghiêm để biết vạn pháp quy về Như Lai Tạng, là tự tánh Di Đà duy tâm Tịnh Độ

Học để biết chỉ có thế, nhưng tu tập thì phải miên mật, lâu dài nên chúng ta đã lập ra chương trình Bốn Mùa Hoa Giác" (3).

Trọn một đời hiến dâng Đạo Pháp, lúc ra đi, để lại bút tích đơn sơ mà sáng ngời tấm lòng hy hiến:

"Ký ca ký cóp
Đóng góp nên công
Nhẹ như lông hồng
Bay về Cực Lạc …" (3)

Không biết tôi đã qùy bao lâu trước tôn tượng Sư Bà được thực hiện bằng sáp, với kỹ thuật tuyệt hảo khiến kẻ chiêm ngưỡng như đang được trực diện pháp thân sinh tiền. Tôi chỉ đứng lên khi nước mắt đã nhạt nhòa và bắt gặp cái nhìn thông cảm của một sư cô đứng bên góc tường phía trước. Tôi bước đến gần và sư cô nhẹ nhàng nắm lấy tay tôi. Thì ra sư cô cũng đang rưng rưng đôi giòng lệ…

Có lẽ chính sự thông cảm này mà tôi đã được sư cô chỉ cho, là cách đây chỉ khoảng hơn 100 mét là Bảo Tháp thờ cố Hòa Thượng Thích Thiền Tâm.

Tôi ngỡ như mình đang nằm mơ vì tôi không hề biết nơi đâu, cũng không hy vọng gì chuyến đi này có thể được quỳ lạy Bảo Tháp thờ vị Liên Tông Sơ Tổ Vô Nhất Đại Sư, vị Thầy mà thời sinh tiền từng chứng tỏ có tha-tâm-thông, thiên-nhãn-thông, nhìn suốt quá khứ, vị lai những ai đủ duyên được Ngài độ. Chính tôi cũng may mắn được biết một, trong những người được Ngài độ nên mới được nghe những điều tưởng như huyền thoại từ chính người trong cuộc.

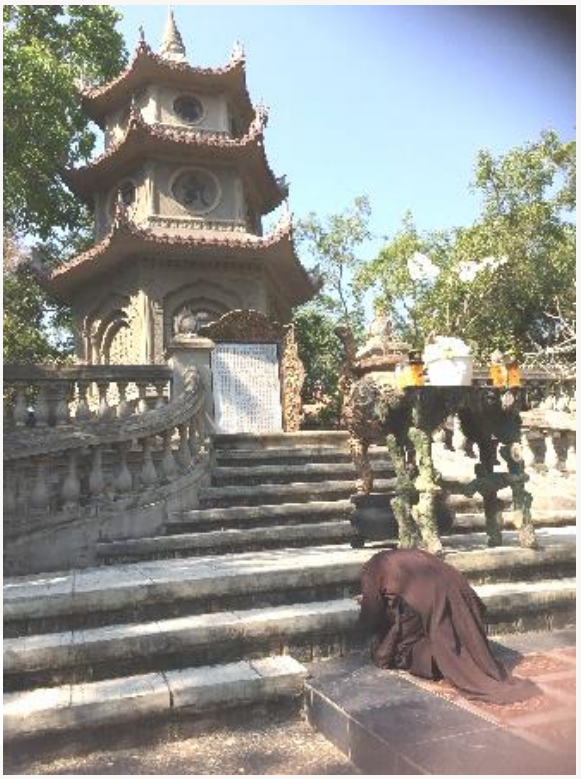
Riêng tôi, nghiệp dầy phước mỏng chỉ biết đến danh Ngài qua cuốn sách qúy "Niệm Phật Thập Yếu" mà Ngài biên soạn công phu, là kim chỉ nam cho hành giả tu Pháp Môn Niệm Phật; đồng thời giải tỏa băn khoăn cho bao người không ít khổ đau giữa hai ngả Thiền và Tịnh. Ngài luôn nhắc nhở rằng Thiền Tông và Tịnh Độ nói riêng, đồng cùng đi về chân tánh, tuy hai mà một, đều nương tựa để hiển tỏ, thành tựu lẫn nhau.

Những trang sách Ngài để lại, dù dưới dạng thức nào cũng không thiếu những lời thơ ân cần xác quyết để trấn an những hành giả còn hoang mang hai nẻo đường về:

"Tức tâm là độ, lý không ngoa
Tịnh khác Thiền đâu, vẫn một nhà
Sắc hiển trang nghiêm miền Diệu Hữu
Không kiêm vô ngại cõi hằng sa

Hoặc như:

"Chốn cũ chân-như lắm nẻo về
Đường tuy khác lối, vẫn đồng quê
Trong Thiền có Tịnh, trời Lư-lảnh



TRỞ VỀ MỤC LỤC

Nơi Tịnh gồm Thiền, nước Động-khê (4)

Một vị chân tu, sáng ngời đạo hạnh, đã đạt thành môn Niệm Phật Tam Muội, thì việc biết trước giờ phút lâm chung chỉ là để bồi dưỡng thêm niềm tin cho hàng hậu học. Di bút để lại cho biết đích xác ngày giờ, hai ngày sau đó sẽ vãng sanh:

Hôm qua tin tức, trời Tây báo

Giờ mẹo mai đây, tạ thế tình (4)

Cũng như khi quỳ lạy Tôn tượng Sư Bà ở chùa Dược Sư, nơi đây tôi không biết mình đã quỳ bao lâu cho đến khi giọng cảm xúc mơ màng cảm nhận là trời đang mưa nhẹ…

Trên lộ trình ra đường cái, đón xe về đồng bằng, tôi biết rõ là mình đang nhận phước báu mới có đủ những thuận duyên ngoài mong ước như vầy. Suốt chặng đường về, tôi chắp tay búp sen, thầm tạ ơn Chư Phật, Chư Bồ Tát mười phương đã cho tôi được thọ nhận những gì vừa trải qua.

Từ bến xe ven đô vào trung tâm thành phố Sài Gòn, tôi như lạc vào một thế giới khác. Người và xe, âm thanh và cảnh trí đồng loạt đua nhau hối hả như chưa ai từng biết chậm lại để cảm nhận trong lồng ngực mình một hơi thở bình an! Hầu hết những người lái xe hai bánh đều bịt khẩu trang chắn bụi và đội nón sắt an toàn. Đây cũng là luật trong thành phố nên vô hình chung, nhìn tổng thể hoạt cảnh so với cảnh trí năm xưa thì người từ phương xa trở về chưa kịp cập nhật, sẽ tưởng như lạc vào một hành tinh khác!

Về lại căn nhà xưa, nơi gia đình người em luôn dành cho tôi một phòng nhỏ, tôi tự nhủ, sẽ giới hạn tối đa việc phải đi ra ngoài đường. Vậy mà, ngay chiều hôm sau, người em mời tôi ra phố để cùng gia đình dùng một bữa cơm chay trước khi "Bà-chị-sư-cô lại biến mất mịt mù!"

Gia đình nói đúng quá, nên chẳng thể từ chối.

Quán ăn tọa lạc trên đường Nguyễn Huệ, con đường ngày xưa từng mòn guốc cô nữ sinh mê những quầy hàng nhỏ, nơi thì bán sách, nơi thì giới thiệu những tác phẩm nghệ thuật, nơi thì mời gọi bước chân dừng lại để nghe một dòng nhạc trầm bổng du dương... Con đường xưa, nay không còn thấy những món ăn tinh thần đó nữa mà nhộn nhịp, huyên náo là những món ăn phục vụ thân tứ đại! Bắp hấp, mực nướng, khoai chiên… mạnh ai nấy rao bán, công an đuổi tới đâu thì chạy tới đó. Người bán, người mua, người đuổi, đều thản nhiên như là chuyện bình thường!

Khi thành phố lên đèn thì những hoạt cảnh đó lại tấp nập hơn vì được tăng cường những chiếc loa lưu động của nhóm "nghệ sỹ vỉa hè" rao bán những băng nhạc đủ loại. Đèn hai bên đường tỏa mầu xanh dương, không những không giúp cho không gian buổi tối chút ấp áp mà dường như ngược lại!

Sao lại là mầu xanh này?

Đĩa mì xào chay, gắp mãi vẫn chưa vơi thì một cụ già, lưng hơi còng, chợt dừng trước bàn chúng tôi, xòe những tấm vé số trên bàn tay khẳng khiu, mời mua. Trong khi người em từ tốn lắc đầu thì phản ứng tự nhiên của tôi là lấy trong túi vải mấy đồng, trao bà cụ. Cũng phản ứng tự nhiên, bà cụ trao tôi mấy tờ vé số. Tôi thành thật, khẽ nói:

"Biếu cụ uống nước thôi."

Bà cụ thu lại những tấm vé, vừa chậm chạp quay đi, vừa nhỏ nhẹ:

"Cám ơn sư thầy, nhưng tôi bán hàng chứ không phải người ăn xin."

Giọng bà cụ điềm đạm, nhu hòa, không một chút mỉa mai hờn giận mà tôi tưởng như có gáo nước lạnh vừa xối khắp thân mình! Nhìn bà cụ khuất dần trong những hoạt cảnh huyên náo, tôi không thể không liên tưởng đến những gian xảo, những lường gạt, những tham lam từ hàng triệu đến hàng tỷ tỷ đồng, của lớp người quyền thế mà thỉnh thoảng vì ăn chưa đủ, chia chưa đều, nên lại tự bật mí trên công luận!

Ôi, cám ơn Mẹ Già Nghèo Khổ Bán Vé Số nuôi thân!

Trong ao bùn vẫn còn những đóa sen.

Giữa sỏi đá vẫn ẩn tàng ngọc quý.

Tinh túy này, bản chất này không quyền lực nào, không sức mạnh nào hủy diệt được thì những vô thường kia chỉ là hoa đốm mà thôi!

Cảm tạ Bồ Tát hóa thân đã nhắc nhở và xua tan phiền não.

Với cõi lòng nhẹ tênh đó, hai ngày sau tôi lên đường, dọc theo dãy Trường Sơn mà tiến dần về miền Trung, nơi có tiếng gọi của:

"Thầy ngồi trên xe lăn
Tâm từ lặng lẽ rải
Đường thiền lý khôn ngăn
Thể hiện bao mẫn ái"

Tôi về nơi đất thiêng cổ kính có ngôi chùa Từ Hiếu từ ngày sư tổ Tánh Thiên Nhất Định khai lập đến nay đã non hai thế kỷ. Chính nơi đây là nguồn pháp bất tận từ bao bậc chân tu khả kính, từng thế hệ tiếp nối theo bước chân Thầy Tổ mà tận tụy trao truyền giáo pháp.

Tổ Đình Từ Hiếu với những lối mòn đất đỏ, tre trúc bao quanh, mưa nắng hai mùa, thiên nhiên như ôm lấy từng nóc tháp rêu phong, từng bờ tường vôi nhạt mà pháp âm không ngừng tuôn chảy. Nay, sau nhiều thập niên hành đạo khắp năm châu, Thiền sư Trừng Quang Nhất Hạnh đã quyết định dành trọn những ngày tháng cuối, về trụ nơi Ngài từng là chú điệu, thường ngồi nhổ cỏ bên bờ hồ bán nguyệt. Sự kiện này đã không ngừng thôi thúc hàng ngàn thiền sinh đủ mọi quốc tịch tìm về Tổ Đình Từ Hiếu để được đảnh lễ thầy mình và cũng để được đặt chân tới nơi đã hun đúc, nuôi dưỡng đạo tâm vị thầy khả kính.

Tiếp tục lên đường theo tiếng gọi từ cõi tâm hương, bước chân người phương xa chợt cảm thấy như có bao bước đồng hành. Quả đúng thế khi chúng ta bước được những bước cho Tổ Tiên, Ông Bà, Cha Mẹ, bước cho bằng hữu xa gần, cho người ta thương và cả người không thương ta… Với bước chân an lạc đó, lữ khách rời Tổ Đình, ghé chùa Từ Đàm, bái lạy bao âm hưởng truyền đăng Chánh Pháp từng kết tụ nơi đây, rồi xuôi theo hướng biển.

Xe khách đổ dốc về Đà Nẵng. Tiếng *vọng "Nhĩ căn viên thông"* đang thiết tha vẫy gọi. Làm sao có thể không tìm về nơi này khi đã từng được nghe là từ ngày Tôn Tượng Đức Quán Thế Âm Bồ Tát uy nghiêm sừng sững dựng trên vách núi, nhìn ra biển cả thì mùa bão hàng năm không còn

tới nữa. Mẹ Hiền đứng đó, giang rộng ngàn tay chắn mưa giông bão tố cho đàn con từng chịu bao khổ đau vì ách nước, nạn trời!

Về tới linh địa, nơi ngôi chùa Linh Ứng được tạo dựng bằng cả sức lực và tâm lực của bao tấm lòng thành, người phương xa lại để rơi những hạt lệ tri ân khi qùy lạy trước Tôn Tượng Bồ Tát. Từng lá cỏ, từng bông hoa, từng hạt sỏi nơi này đều thầm lặng thể hiện cái đẹp không lời của chiều sâu nghệ thuật, khiến khách thập phương dừng nơi đây không thể không nghĩ rằng đây là những phẩm vật tối thượng mà kẻ phàm phu đã tận dụng hết khả năng tinh thần để cúng dường Bồ Tát.

Quãng đường ngắn, từ Đà Nẵng tới Hội An mà bỗng khởi lên nỗi ngậm ngùi dài vời vợi, vì trên quốc lộ dẫn vào trung tâm phố cổ Hội An, chợt thấy một cột mốc bên đường với hàng chữ viết vội: *"Xin cùng hợp tâm hợp lực bảo vệ Phố Cổ."* Tinh thần câu viết này đã đủ nói lên sự khẩn thiết của lời cầu cứu!

Quả đúng! Phố Cổ đã không còn cổ nữa. Đang trầm trồ trước nét đẹp kiến trúc xưa của một căn nhà nhỏ thì chỉ một quãng ngắn, lữ khách đã sững sờ vì sự hào nhoáng của biệt thự lộng lẫy kế bên, như kẻ quyền thế chống nạnh, huênh hoang trước đám dân nghèo! Cứ thế, cổ và tân xen lẫn nhau, sớm muộn gì tiền bạc bắc phương cũng tràn xuống, xóa sổ một thành phố đang tuyệt vọng giữ gìn những kiến trúc đậm nét đặc thù dân tộc! Người dân địa phương có thể làm gì để cứu vãn? Và có ai nghe thấu tiếng kêu thương?

Giòng lịch sử bao đời hưng phế, đã minh xác không gì không chuyển hóa, không gì không đổi thay. Hồn thiêng sông núi như những mạch nước ngầm đã nuôi dưỡng hồn dân tộc qua bao cửa ải thăng trầm, nên bất hạnh đời này rồi chỉ là những giai đoạn gập ghềnh trên dặm trường thiên lý mà thôi!

Bất chợt hình ảnh Mẹ Già Bán Vé Số bừng lên như cơn gió mát xua tan oi bức nắng hè.

Về lại miền Nam, nhìn những tờ lịch vừa rơi, lữ khách biết thời tạm biệt đã điểm.

Vào chùa, tiếng niệm Di Đà trong tâm lại ngân lên rộn rã. Nén nhang lạy Phật an ủi biết bao khi tôi quỳ trước di ảnh song thân, thầm thì lời bái biệt. Ánh mắt cha, nụ cười mẹ không là sự bịn rịn, quyến luyến mà là niềm an lạc diệu kỳ để con an lòng vững bước.

Đi hay Về sẽ đồng một nghĩa như nhau, nếu ta có thể tìm gặp chính mình thì dặm trường thiên lý cũng chỉ là gang tấc.

Trong gang tấc này, tôi đã đi, để tri ân.

Và về, để ngậm ngùi.

Hạnh Chi
(Tào Khê tịnh thất,
\một chuyến về quê)

---

1) Thiền Sư Tuệ Sỹ
2) Thiền Sư Thanh Từ
3) Sư Bà Hải Triều Âm
4) Thiền Sư Thiền Tâm
5) Thiền Sư Nhất Hạnh.

BỆNH TẬT – CẦU NGUYỆN VÀ CÚNG KIẾNG

Thanh Thị

(Bài viết này như một lời tri ân sâu sắc đến những thân hữu của tôi trong suốt hơn 3 tháng vừa qua, đã bên cạnh tiếp sức cho tôi về tinh thần, để tôi vững tâm vượt qua sợ hãi với biến cố lớn đầu tiên trong đời. Đồng thời, đây là lời cảm ơn chân thành của tôi đến những người xa lạ đã coi mẹ tôi như người thân trong gia đình. Cảm ơn đến bác sĩ điều trị cho mẹ tôi và các cộng sự của ông, vị bác sĩ có tài đức và y đức, chữa trị cho bệnh nhân của mình không chỉ về thân bệnh mà cả tâm bệnh. Nguyện cầu Phật từ gia hộ chư thân hữu, những người tôi đã mang ơn và cả những người tôi chưa từng quen biết vượt qua sóng gió cát bụi cuộc đời)

Chủ nghĩa vô thần cho rằng: Tôn giáo là thuốc phiện của quần chúng. Nhưng thử hỏi, trên cuộc đời này, mấy ai không mang trong mình một niềm tin tôn giáo nào đó!? Bởi tôn giáo là chỗ dựa tinh thần mỗi khi trong lòng bất an, mà lòng người thì đầy dẫy những bất an, lo lắng. Trong khi, bất an ấy lại phát xuất từ nhiều nguyên nhân; nhưng có lẽ, nỗi sợ hãi về bệnh tật là hơn cả. Về bệnh tật, con người ta có thể chữa trị vết thương thân thể bằng dược liệu Đông – Tây, Nam - Bắc, nhưng một phần dược liệu không thể thiếu trong y khoa và đôi khi có yếu tố quyết định lành bệnh hay không lại là dược phẩm tinh thần. Đông Tây kim cổ đều không thể phủ nhận dược liệu này. Ở đây, trước tiên xin lạm bàn đôi chút về bệnh tật.

Thể xác và tinh thần luôn liên hệ, gắn bó mật thiết với nhau. Một thân thể bệnh tật kèm theo một tinh thần thiếu lạc quan thì chắc hẳn bệnh thân sẽ khó hồi phục. Một thân thể tráng kiện cũng không thể hoạt động hiệu quả nếu tinh thần thiếu lạc quan, hướng thượng. Ngược lại, dẫu có bệnh tật nhưng nếu có tinh thần phấn chấn, luôn nghĩ đến những điều tốt đẹp, chắc chắn bệnh tật trong khả năng hồi phục sẽ mau chóng phục hồi. Do vậy, đối với bệnh tật, nhất là những bệnh nan y, mãn tính, các bác sĩ thường luôn khuyên răn bệnh nhân của mình cố gắng giữ tinh thần lạc quan nhất có thể.

Chúng ta thường lo lắng sợ hãi điều gì? Theo tôi, chúng ta sợ hãi về những điều chúng ta không dám chắc, không chắc chắn. Một ý niệm mơ hồ, không rõ ràng về một điều đã đang và sẽ xảy ra khiến ta sợ hãi và lo lắng hơn cả. Cho nên, khi nói đến bệnh tật, chúng ta sợ hãi không biết nó sẽ diễn tiến đến đâu? Nguy hiểm gì cho sự sống? À! Sự sống! Ai lại không mong cầu sự sống!? Nếu người đó còn lưu luyến với trần gian này. Nhưng có lẽ điểm kết thúc cho một sự sống lại mơ hồ, không biết rồi sẽ đi về đâu, cho nên, sự sợ hãi càng tăng lên khi bệnh tật đến – biểu hiện đầu tiên của tiến trình đi về phía cửa tử. Những ý niệm rằng "không diệt không sinh, đừng sợ hãi" chỉ còn là sáo ngữ khi ta là người trong cuộc. Chính sợ hãi, bất an, lo lắng tột độ này có mặt, nên người ta cần có chốn nương tựa tâm linh ngoài chỗ nương tựa nơi người thân, bạn bè. Ở đây, dù là tôn giáo nào cũng hướng dẫn tín đồ của mình phương thức cầu nguyện/nguyện cầu, nương tựa nơi tha lực. Cho nên, khi ta không thể biết được sinh mệnh của mình sẽ kết thúc lúc nào; và chờ đợi một điều gì đó (nhiệm màu/phép lạ) hầu mong sự sống từ nơi thượng đế, đấng thần linh, hay thậm chí là bác sĩ, có lẽ đó là sự chờ đợi khiến ta mỏi mòn và từng giây phút rút hết sức lực trong ta, thì dẫu thế, ta vẫn không thể làm gì khác hơn là cầu nguyện và chờ đợi. Chính sự cầu nguyện, gửi lo lắng, sợ hãi cho đấng thần linh, chúng ta sẽ vững tâm hơn, bớt lo lắng hơn, bình tĩnh đón nhận sự việc đến như chúng phải đến.

Trong pháp giới trùng trùng này, có cầu tất có cảm, mà có cảm tất có ứng. Việc đạt được ý nguyện khi cầu nguyện nơi đấng tâm linh nương tựa, sẽ đưa đến việc thi ân và báo ân. Quan hệ con người khi nhận ơn và trả ơn như thế nào thì đối với đấng nương tựa tâm linh, con người lại muốn báo ân hơn thế, bởi lẽ, việc "gửi lo lắng" nơi nương tựa tinh thần đã cho họ hiểu và tin hơn về những điều kỳ diệu/phép mầu trong cuộc sống, điều mà ngành y khoa cổ đại lẫn hiện đại đôi khi 'bó tay.' Chẳng đấng

thần linh hay đấng tối cao tối tôn của tôn giáo nào đòi hỏi phải báo ân và báo ân bao nhiêu là đủ. Việc tạ ơn này chủ yếu xuất phát từ cá nhân người cầu nguyện trên ý niệm tự nguyện với niềm tin tuyệt đối. Cho nên, tùy từng khả năng của mỗi người, cách thức và giá trị báo ân sẽ khác nhau, không có một quy chuẩn nào cho sự đánh đổi giá trị vật chất với niềm tin tôn giáo.

Quan niệm về nhân–quả có mặt ở hầu hết tôn giáo, song mỗi tôn giáo lại có quan điểm về nhân–quả không đồng nhau. Tuy vậy, xét cho kỳ cùng, chẳng thể có chuyện gieo nhân xấu lại gặt quả lành, như chẳng thể trồng cây chanh lại cho ra quả bưởi. Lại không thể nói rằng "gieo nhân nào gặt quả nấy," bởi nếu mệnh đề này đúng thì cuộc đời sẽ đi đến bế tắc, không thể chuyển hóa cho những người phạm trọng tội, và chẳng còn ý nghĩa gì để cho người phạm sai lầm có thể sửa đổi, vươn lên và "làm mới" cuộc đời. Do vậy, cuộc đời luôn mở lối cho những ai biết quay đầu, sửa chữa những sai lầm bằng tâm hướng thiện, sự tử tế, từ ái, hòa kính trong tinh thần "dựng lại những gì đã đổ."

Về mặt tâm linh, việc hối lỗi của người cầu nguyện khi hiểu được sai lầm của mình, tất dẫn đến ý muốn làm một việc gì đó cụ thể để hầu mong giảm bớt hậu quả do sai lầm ấy gây ra lên chính bản thân mình. Việc cúng kiếng ở tầng nghĩa này dù là tôn giáo nào cũng như là biện pháp trấn an "người có lỗi," và giảm bớt thương đau, uất hận cho người bị hại. Hình thức/nghi lễ cho sự việc này ở mỗi tôn giáo là khác nhau, do vậy, chỉ có người trong cuộc mới biết được niềm tin mình đặt đúng chỗ hay không và hiệu quả của việc "hành pháp" đó tác động lên bản thân mình tới đâu. Người ngoài nhìn vào, dù hiểu chuyện cũng chẳng thể cảm nhận được hết đau đớn, khổ đau hay lo lắng, sợ hãi mà người trong cuộc gánh chịu, cũng vì thế nên chẳng thể hiểu được cảm giác "gánh nặng được đặt xuống," giải thoát nơi tâm là như thế nào. Vì thế, người ngoài cuộc dù có biện giải cỡ nào cũng chỉ như người mù sờ voi, chẳng thể hiểu biết được toàn vẹn con voi, nước nóng hay lạnh, ai uống người nấy tự biết, chẳng thể có chuyện tôi uống anh đỡ khát.

Cuộc đời này mạng người tựa như ngọn đèn. Từ khi được thắp sáng mang ý nghĩa sinh tồn cho đến khi tắt mang ý nghĩa chết đi vốn dĩ chẳng đồng nhau. Có những ngọn đèn cháy hết phần sáp và tim đèn thì tắt; có những ngọn đèn đang cháy dở dang gặp cơn gió bấc sẽ tắt; có những ngọn đèn vì lý do kỹ thuật sản xuất, sáp hỏng tim hụt, chưa cháy hết, đèn đã tắt…; còn rất nhiều lý do ngoại cảnh nội duyên khác nữa để một ngọn đèn không được cháy trọn vẹn. Sự sống cũng vậy! Chẳng ai giống ai, trong khi ai cũng khát vọng sống. Người sắp chết tựa người rơi xuống nước bị đuối, gặp đâu lôi kéo đó, với hy vọng được sống. Cái chết thực sự không đáng sợ, nhưng chờ đợi cái chết đến là điều thật sự đáng sợ. Sự bấu víu vào đấng nương tựa tinh thần và cầu nguyện sẽ khiến người được trấn tĩnh hơn, dẫu cho có mất đi mạng sống thì vẫn còn hy vọng về một sự sống khác tiếp nối, tốt đẹp hơn. Do vậy, cầu nguyện lúc cận tử, nhất là trong lúc bệnh tật hay bất trắc là điều mang ý nghĩa thiêng liêng và cần thiết, là dược liệu quý cho tinh thần của con người.

Đã mang thân ắt có bệnh, có những bệnh có thể chữa trị bằng thuốc thông thường, nhưng có những bệnh dù có tiền như núi cũng chẳng thể cứu chữa. Người càng có tiền của bao nhiêu, khi bệnh tật đến không thể chữa được, họ càng dễ hoang mang bấy nhiêu. Cho nên điều quan trọng là người đó phải giữ vững tinh thần để bệnh không tiến triển theo chiều hướng xấu hơn, trong trường hợp đó, nương tựa nơi tôn giáo mình tin tưởng nhất, "giao phó sinh mạng" của mình bằng cách cầu nguyện và thực hành các nghi lễ, dẫu kết quả có ra sao thì cũng yên lòng, thanh thản đón nhận sự việc.

Do vậy, tôn giáo chẳng phải là thuốc phiện của quần chúng, bởi thuốc phiện là thứ mê hoặc, làm mụ mị tâm và trí của con người. Tôn giáo, nếu xét ở một khía cạnh toàn diện và bao quát, có thể xem là dược liệu tinh thần cho những ai đã - đang đau khổ về thân hay tâm. Tôn giáo là nơi nương tựa tâm linh, giúp trấn an người trong cơn nguy cấp, để từ đó họ vững tin hơn, tự tại hơn khi đối diện với 'bão táp mưa sa' cuộc đời. Một tôn giáo không nghi lễ thì chẳng phải tôn giáo. Và thi ân và báo ân là điều mà bất cứ ai cũng hiểu, đó là đạo căn bản của con người, cho nên, không thể định lượng hay phán quyết một điều gì từ sự thi ân báo ân ấy hay mặc khải của đấng tâm linh mà mình nương tựa.

Viết giữa tâm bão truyền thông
nhắm vào Phật giáo
Thanh Thị

Vàng Hời

TIỂU LỤC THẦN PHONG

Mới bốn giờ sáng mọi người đã lục tục nhóm chợ rồi, ánh đèn dầu, đèn măng- sông, đèn bạch lạp… lung linh như sao sa. Kẻ gánh người gồng, xe đẩy, cộ kéo… nườm nượp chuyển hàng vào chợ, các gian hàng trong mươi dãy lều cũng đã bày biện xong. Các bà, các cô tranh thủ làm tô bún, dĩa bánh bèo bữa sáng để chuẩn bị cho phiên chợ cuối tháng.

Mặt trời lên chừng tám con sào thì chợ đã đông nghịt, dân các tổng: Long, An, Thành, Thạnh, Thế , Mỹ, Tài… đổ về mua bán, trao đổi sản vật. Tổng Long Nhơn nổi tiếng trù phú và giàu có nhất vùng bởi vì vừa có chợ lại nằm bên bến sông. Người ta bảo: "Nhất cận thị nhị cận giang" quả thật không sai chút nào! Những tưởng phiên chợ sẽ rộn ràng lắm vì thường những phiên cuối tháng đều thế cả nhưng hôm nay có vẻ lạ lùng. Người ta tụm năm tụm ba xì xầm gì đấy, vẻ mặt mọi người có vẻ thần bí. Người ta khảo nhau:

- Bà Hộ Mễ chết rồi!

Bà Tư hàng xén kể lể:

- Tối qua thằng Lân, con trai chở bả đi thâu tiền hụi, bả ngồi thế nào mà ngã ngửa ra chấn thương sọ não, chưa kịp chở đi nhà thương thì chết mất!

Cái tin bà Hộ Mễ chết làm xôn xao cả chợ và các tổng quanh vùng. Bà Hộ Mễ nổi tiếng giàu có, không biết tên cúng cơm là gì nhưng vì bà buôn gạo, thóc, ngũ cốc. Chồng bà có hàm bá hộ nên người ta gọi là bà Hộ Mễ. Người ta đồn năm ngoái bà được vàng Hời nên đã giàu lại giàu thêm. Có người thấy bà có buồng cau vàng nhưng có kẻ khác lại khẳng định đó là buồng dừa. Nhiều người nói bóng gió về việc được vàng Hời thì bà cũng ỡm ờ:

- Trời đất, ai đồn chi thất đức vậy? vàng Hời mà được thì cũng dễ chết lắm đa!

Thế rồi khi bà té xe chết, người ta nhớ lời bà nên càng tin chắc bà đã được vàng Hời. Ông Bảy Nề kể cho mấy bạn nhậu của ổng rằng:

- Vàng Hời vốn đã bị ếm, người Hời có lời nguyền ai mà lấy được sẽ chết bất đắc kỳ tử. Lúc tui còn nhỏ có theo nội lên chùa, nội tui dạy: hễ ai được vàng Hời thì phải lên tháp chạy quanh bảy vòng, vừa chạy vừa hát:

Của thiên trả địa
Trời đất phân chia
Vàng Hời đất Việt
Chớ tiếc làm chi
Của thế người đi
Đó cho đầy lấy
Linh tại tháp này
Lòng ngay lời thật
Thần Phật chứng tri
Từ bi gia hộ

Thì sẽ giải được mọi bùa ngải và lời ếm trên vàng, sau đó về phải cúng đình, phát chẩn… sẽ không bị chết, còn nếu không thì sẽ chết bất đắc kỳ tử. Bà Hộ Mễ được vàng Hời mà không làm theo nên phải chết oan mạng.

Ông Bảy Nề còn nói chứng:

- Xóm Chùa có ông sáu Sự được con ngỗng vàng bằng nắm tay, cô Bốn Hóa được tượng Shiva vàng bằng trái cóc, thằng Đực được mặt chuyền hai lượng… nhưng có ai chết đâu, vì họ biết làm theo cách mà tui mới nói. Vàng Hời vốn không phải của mình, mình được thì mình phải biết làm phước thì mới an được chứ! Còn tham quá cứ muốn ăn hết thì bị vật là phải rồi.

Từ chợ Bà Bâu qua xóm chùa phải băng qua gò Yến, người ta đồn gò Yến ma nhiều lắm, những lúc chạng vạng hay gà gáy ma Hời khóc than tỉ tê nghe rợn cả người. Gò Yến có nhiều mả Hời nhất của mấy tổng quanh đây, những cái mả đắp bằng vôi, ô dước tròn lum lum như những con rùa khổng lồ. Những cái mả không biết có tự bao đời rồi, chẳng ai dám động đến. Ban ngày người ta còn dám băng qua nhưng khi chiều về mấy bà đi chợ về đành lội ngược ra con lộ rồi đi vòng về xóm Chùa chứ không dám đi qua gò Yến. Ông Bảy Nề kể:

- Khi nội tui còn sống, ổng hay kể tích gò Yến cho tụi tui nghe. Gò Yến xưa là đất của người Hời, chỗ này là hành cung vua Hời thường tổ chức yến tiệc. Sau này nhập về nước mình, người mình đào được nhiều đồ cổ: chén bát, lu hũ, ghè… nên mới gọi là gò Yến.

Gò Yến nổi tiếng nhiều ma nên bao đời nay chẳng ai dám động đến, ấy vậy mà khi nghe bà Hộ Mễ được vàng Hời bọn trộm mộ từ đâu không biết kéo đến, đêm đêm đào những cái lỗ vừa một người chui lọt xuyên qua những cái mả Hời ấy. Chúng phá quách lôi ra đủ thứ đồ tùy táng quăng vung vãi

TRỞ VỀ MỤC LỤC

khắp nơi. Chúng chỉ chăm chăm lấy vàng còn bao nhiêu đồ đạc bỏ hết. Cứ mỗi buổi sáng bọn chăn bò ra gò Yến nhặt bao nhiêu là chén bát, lu ghè… đem về đựng nước mưa, đựng thức ăn gà vịt.

Ông Bảy Nề còn bảo:

- Nội tui kể: những người Hời giàu có họ thường chôn sống trinh nữ theo để giữ vàng của họ. Những trinh nữ ấy bị cho uống rượu say, miệng ngậm linh sâm ngàn năm. Họ sẽ thành thần giữ vàng cho chủ. Ai mà động đến những ngôi mộ đó hay lấy trộm vàng sẽ bị vật chết! Vàng Hời bị ếm linh lắm, nhặt được mà không biết cách giải thì cũng bị trướng bụng như trống chầu mà chết, hoặc chết bất đắc kỳ tử. Gò Yến, Gò Đu, miễu Cây Da Sà… chỗ nào cũng có mả Hời chôn trinh nữ cả. Những đêm trăng ma Hời hát ca nghe ai oán lắm, đuốc xanh lập loè chẳng ai dám ra vườn đái.

Đám ma bà Hộ Mễ lớn ơi là lớn, chiêng trống inh ỏi cả chợ Bà Bâu, cờ phướn rợp trời, vòng hoa, liễn… thì thôi phải biết, nhiều lắm! Nhà bà Hộ Mễ xưa nay không đi chùa bao giờ ấy vậy mà hôm nay thỉnh hoà thượng Giác Huyền đến tụng kinh cúng đám cho bà. Sau khi an táng xong người nhà bà mới hỏi:

- Bạch thầy, liệu bà, mẹ của tụi con sẽ siêu thoát?

Thầy thật thà:

- Bần tăng vốn không có thần thông nên không biết bà ấy sẽ đọa hay siêu thoát. Bần tăng chỉ biết hết lòng chú nguyện cho bà thôi! Phần người nhà các vị cũng nên sắm sửa trai giới cúng thất trong bảy tuần, làm phước, bố thí, phóng sanh… để hồi hướng công đức cho bà ấy! Cái quan trọng là các thí chủ phải thật tâm làm chứ không phải qua quít cho xong hay làm màu để khoe mẽ với xóm giềng. Bần tăng tui đọc kinh thấy dạy: trong bảy phần công đức thì người chết hưởng một còn lại của các vị đứng ra làm. Vì vậy khi các vị làm phước cũng chính là phần nhiều làm cho bản thân qúy vị vậy!

Sau tuần thất thứ bảy có người đa sự lên chùa gặp hoà thượng Giác Huyền hỏi:

- Có phải bà Hộ Mễ được vàng Hời nên bị ếm mà chết?

Hoà thượng Giác Huyền cười:

Bà ấy được vàng hay không thì bần tăng không biết, chuyện bùa ngải hay trù ếm bần tăng cũng không biết, nhưng có một điều là dân các tổng cũng nghe đồn nhiều người được vàng Hời nhưng không ai chết sao chỉ có mỗi bà Hộ Mễ chết? Theo thói thường hễ khi được vàng hay của mà không do mình làm ra thì cũng nên làm phước, chẩn tế… để giải bớt oán kết của người chủ của món đồ ấy, thứ nữa để cái đức về sau.

Người nhà bà Hộ Mễ sau đám ma nghe lời thầy làm phước, chẩn tế nhiều lắm. Bọn cái bang quanh chợ Bà Bâu suốt mấy tuần liền được hưởng phước lây. Dân xóm Chùa và các tổng cứ bàn tán mãi không thôi. Bà Tám bánh bèo xóm gốc me nói chắc nịch:

- Tui dám chắc bà Hộ Mễ được buồng cau vàng là thật! Bữa đó vợ chồng bả cùng ông nhà tui lên gò Yến dẫy mả, làm đâu chừng mươi phút thì ông nhà tui thấy hai vợ chồng bả cứ dấm dúi trong bụi cây ổ trầu, vẻ mặt khác thường. Ông nhà tui hỏi thì bả kêu đau bụng. Nói xong bả lom khom ôm bụng đi về, từ đó hai vợ chồng nghỉ bán ngũ cốc luôn, rồi tự dưng ăn xài xả láng, mua đất khắp nơi. Tụi thợ bạc của tiệm vàng Sáu Phụng kể cho ông nhà tui nghe là tụi nó thấy bà Hộ Mễ đem buồng cau vàng tới tiệm để cắt ra bán. Từ đó ông nhà tui mới suy nhgiệm lại thì ra bữa nọ hai vợ chồng được vàng Hời nên bỏ về. Bả được vàng chẳng bao lâu thì chết bất đắc kỳ tử thì quả thiệt đúng chứ đâu còn gì nữa mà ngờ. Kể cũng tội bả, chưa được hưởng bao lâu thì chết oan mạng vậy!

Sau khi bà Hộ Mễ chết, bọn con nít quanh chợ Bà Bâu bỗng dưng chạy nhảy rong chơi khắp nơi mà hát đồng dao:

Vàng Hời vàng Hời
Của mất thường người
Được chớ vội cười
Hãy mau làm phước
Lời ếm chưa trừ
Mà đem cất giữ
Mất mạng vong thân
Đồng cân đấu máu
Trinh nữ ngậm sâm
Ngàn năm giữ của
Vàng hời vàng Hời
Được hãy nhớ lời
Của thiên trả địa
Đền tháp đá bia
Hãy mau tạ lễ…

Ất lăng thành, 3/2019

TRỞ VỀ MỤC LỤC

CUỘC CHƠI BẤT TẬN

(Trích từ khổ thơ 13- 27)

13
Thương sao vóc hạc em hiền
Tình không trọn vẹn để phiền cho nhau
Đành thôi nước chảy qua cầu
Làm sao ngăn được sắc màu bể dâu

14
Mình về tắm bến giang đầu
Nước xuôi trôi hết dãi dầu nắng mưa
Thì thầm nguồn mạch xa xưa
Mát lòng như thuở mình chưa biết gì

15
Nguyên sơ một cõi xanh rì
Leo lên đồi cũ ta thì ngủ quên
Mơ hồ chẳng rõ họ tên
Mình như sống lại một miền thiên thai

16
Còn nghe thoang thoảng hương lài
Thành tâm cung kính Như Lai pháp tòa
Linh Sơn này hội Pháp Hoa
Một bầy bạch hạc bay qua giữa trời

17
Sa-Bà mình vẫn rong chơi
Dẫu mê vẫn nhớ về nơi cội nguồn
Vâng lời học một hạnh buông
Sắc-không chẳng ngại còn buồn nỗi chi

18
Ngày đêm nương náu từ bi
Dốc lòng đảnh lễ quy y Phật Đà
Này em có biết chăng là
Trùng trùng duyên khởi hằng hà duyên sanh

19
Tài hoa phát tiết tinh anh
Đêm cao tiếng hát giữa thành vút xa
Dập dìu công tử đại gia
Say nhan sắc với phiếm ngà tuyệt luân

20
Này em có gã phong trần
Mối tình trì ngộ tình thần tuyết băng
Giang hồ ca giữa đêm trăng
Tôi rời cố quận vẫn hằng thiết tha

21
Nhớ người xới đất trồng hoa
Nở ra biếc cả giang hà ngoại phương
Thảo nguyên vàng sắc hoa dương
Mở ra bát ngát vô thường đẹp sao

22
Vô cùng đất rộng trời cao
Mà lòng chật hẹp người đau đớn người
Mưu sinh vất vả ở đời
Nhọc nhằn khôn cản được lời hoan ca

23
Kể từ mình cách chia xa
Em về phố thị giang hà vẫn xanh
Tuyệt trù quyến rủ thập thành
Giấc mơ ngày trước cũng đành vậy thôi

24
Nước non loang lở cát bồi
Một phen gió bụi đổi dời xiết bao
Cơ đồ nhiều nỗi hư hao
Uổng sao xương trắng máu đào đổ ra

25
Hỡi hồn cố quốc ông cha
Linh thiêng phù hộ sơn hà nước non
Một mai cố quận hãy còn
Lại về rong ruổi lối mòn ước xưa

26
Rập rờn hoa nắng ban trưa
Ngày vui bất tận đêm vừa trăng lên
Đốt hương lạy tạ miếu đền
Dầu bao biến động vẫn bền đức tin

27
Hồn thiêng quốc tổ vẫn linh
Người trong quốc độ vẫn tình chứa chan
Một ngày lòng lại thênh thang
Em về đồng nội áo vàng thướt tha…

TIỂU LỤC THẦN PHONG

Ất Lăng thành, 2019

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Bụi đường

(tức Phương Trời Cao Rộng 2)

Truyện dài của VĨNH HẢO

Chương Mười Hai

(tiếp theo)

Như người bị rơi tuột dốc núi cao với tốc lực kinh khủng, không ai khác có thể ngăn cản hay kềm giữ nổi và chính hắn chũng không kịp bám víu vào đâu để dừng lại được. Sự phóng tâm của tôi trong vấn đề tình cảm cũng như thế. Dù tránh mặt ở viện để không gặp Như Như, tôi vẫn thấy mình yếu đuối, không tự kiềm chế được nữa. Trong lúc tọa thiền, tụng kinh, niệm Phật, tâm tôi vẫn cứ tán loạn; và đã nhiều lần, tôi mơ thấy Như Như trong những giấc ngủ vô mình của mình. Trong trận chiến nội tâm, không kiểm soát được tâm lý này thì các tâm lý khác lần lượt ngã đổ theo. Tự tìm hiểu tâm mình, tôi giật mình nhớ lại rằng, tôi đã bắt đầu tuột xuống con dốc ghê tởm ấy từ ngày mang bệnh ở Hội An, về Nha Trang với tâm lý tiêu cực của một người dưỡng bệnh, để rồi dễ duôi chạy theo cảm tính, yêu thơ văn, thích nhạc, phí thời giờ để ca hát nhạc tình, hăng say tập thể thao để tăng trưởng bắp thịt... cái dễ duôi này kéo theo cái dễ duôi khác, để cuối cùng, khi đối diện với nữ sắc, với tình cảm tự nhiên của trai gái, tôi không còn đủ năng lực để kháng cự được nữa. Tôi rơi. Phải, tôi rơi theo dòng cuốn của sự buông lung, biếng nhác. Tôi chưa biết những gì sẽ xảy đến cho đường tu của mình trong những ngày kế tiếp; chỉ cảm thấy rằng niềm tin vào ý chí sắt đá đã lung lay. Tôi từng khinh ngạo một số tăng sĩ đi trước mình đã dễ dàng sa ngã vào tình cảm tầm thường. Bây giờ, tôi tự xấu hổ với cái khinh ngạo đáng ghét đó. Dù rằng tình cảm giữa tôi và Như Như hãy còn trong trắng, nhưng tôi biết, nếu có điều kiện thuận lợi, sẽ không sức gì ngăn cản được sự bùng vỡ của hai trái tim nhiệt thành và lãng mạn ấy.

Mỗi lần từ Suối Đổ về, chú Đức đến thăm tôi ở viện. Chú ấy có vẻ không còn vướng bận gì về Uyên em gái tôi nữa. Tôi cũng thực tình kể chú nghe về chuyện tôi lánh mặt Như Như.

"Nhưng rồi một ngày nào đó, Như Như sẽ phát giác ra chú ở đây chứ không phải là đi xa," chú Đức nói.

"Lúc ấy thi... có lẽ đã nguội lạnh rồi," tôi nói.

"Hy vọng chuyện sẽ đơn giản như vậy," Đức vừa cười vừa nói.

Tôi ngồi im một lúc, rồi bỗng hứng cảm nói luôn một mạch:

"Điều cần làm bây giờ là củng cố nội lực. Nội lực chưa đủ thì đụng chuyện là rớt ngay. Đôi lúc tôi còn tự nghi ngờ rằng sở dĩ trước đây tôi có vẻ nghiêm túc, hay có thể tạm gọi là giới hạnh, chẳng qua là vì được bảo vệ trong một môi trường nghiêm khắc. Thực ra, nội lực làm gì có được nơi một người chỉ biết ẩn núp và được che chở bởi giới luật hay hoàn cảnh! Lâu nay tôi cứ tưởng tôi vững lắm. Tôi đã lầm. Nếu vững thì gặp Như Như tôi đâu có rung động, đâu có... tán loạn tâm ý như bây giờ. Mà chú có thấy không, tăng sĩ trẻ như chúng ta trên đường tu thường đụng phải cái mâu thuẫn này: nếu không tiếp cận cuộc đời thì không thể độ sanh, mà tiếp cận đời thì bị nhiễm đời vì nội lực chưa đủ. Chưa hết, muốn có nội lực không phải chỉ cần nỗ lực thiền định mà còn phải qua sự thử thách với thực tế cuộc đời. Không gian khổ, không chướng nạn thì làm sao kiên cường được nội lực. Nội lực ấy chỉ được chứng minh qua những hoàn cảnh trở ngại. Cho nên *Luận Bảo Vương Tam Muội* nói là người học đạo phải tự dấn mình vào chướng ngại. Điều này có vẻ mâu thuẫn, phải không? Trước đây tôi nghĩ điều đó có lý lắm, nhưng bây giờ tôi cũng nghi ngờ. Vì

trên thực tế, hễ không có nội lực mà dấn vào là chìm ngay. Mình đâu phải thứ bèo bọt giạt trôi vô định! Có lý tưởng, có mục tiêu đàng hoàng, lại có môi trường để trau luyện nội tâm nữa, vậy mà cũng không vững được. Cho nên, có thể nói là *Luận Bảo Vương* ấy chỉ nói cho hàng Bồ-tát, không thể áp dụng được cho Thanh văn. Ý tôi muốn nói: chuyện dấn thân vào chướng ngại để trau dồi đạo lực và độ sanh là chuyện của những hành giả tu theo Bồ-tát hạnh; còn những tăng sĩ truyền thống, chăm chút giữ gìn giới luật và thể diện của tăng đoàn thì không bao giờ có thể dấn thân một cách trọn vẹn được. Một Bồ-tát khi dấn thân, đặt vấn đề độ sanh trên hết, nếu nội lực chưa đủ mà bị vấp ngã thì cũng không ngại, có thể học được những kinh nghiệm đau khổ từ cuộc đời, và có thể gượng đứng dậy để tiếp tục bước đi, hình thức tăng sĩ có mất cũng không ngại, vì chỉ là bề ngoài. Vị ấy biết rằng chuyện giải thoát giác ngộ không phải chỉ dành riêng cho các người xuất gia hay các thầy tỳ kheo giữ 250 giới. Đã là con người, là chúng sanh có tính Phật, thì dù mang hình thức nào, ở trong môi trường nào, cũng có khả năng giác ngộ; thế nên, chỉ kẻ nào tu Bồ-tát hạnh mới có thể mạnh dạn dấn thân. Trong khi đó, các thầy tỳ-kheo, hay nói chung là những người xuất gia, lúc nào cũng ca tụng Bồ-tát hạnh mà chí nguyện và hành xử thì cứ lừng khừng, khập khựng, không dứt khoát mặt nào. Độ sanh là đại nguyện mang canh cánh trong lòng, nhưng dấn thân thì không dám, sợ nhiễm trần, sợ mất giới hạnh; còn đóng cửa nhập thất để hạ thủ công phu, quyết tâm thành Phật trong hiện kiếp thì lại thấy bất an, sợ không viên thành sự nghiệp lợi tha…"

Đức chen vào:

"Vì vậy hàng tỳ-kheo bên Bắc tông mình mới có vấn đề thọ thêm Bồ-tát giới đó."

"Thọ thì thọ vậy thôi. Có vẻ như để được quân bình tâm lý chứ không phải để mở đường dấn thân thực sự vào cuộc đời đau khổ. Chú thấy một thầy tỳ-kheo không thọ Bồ-tát giới có khác gì với một thầy có thọ không? Không. Cũng vậy thôi. Vấn đề thọ Bồ-tát giới theo tôi thấy, hình như là chỉ tăng thêm giới, tăng thêm một vòng đai cố thủ cho cuộc sống phạm hạnh, chứ không phải là để nới rộng cho bước chân độ người. Những vị thọ Bồ-tát giới chỉ có tăng thêm giới chứ không tăng thêm hạnh. Ý tôi muốn nói chữ *hạnh nguyện* chứ không phải là chữ *đức hạnh*. Hình thức tăng sĩ vẫn là cái quan thiết mà chúng ta phải trân trọng giữ gìn. Mất đi hình thức ấy thì đời tăng sĩ không còn gì để nói nữa, cho dù có mang đại nguyện bao la như trời biển hoặc đang thực hiện việc cứu đời một cách tha thiết, vô tư…"

"Nhưng… nãy giờ chú nói để dẫn chứng hay biện hộ cho cái gì vậy?" Đức vừa cười vừa hỏi.

"Đâu có biện hộ cho cái gì đâu. Tôi chỉ cảm thấy rằng, thực ra… đôi khi chúng ta né tránh cuộc đời thì sự né tránh ấy cũng chỉ vì chiếc áo tu sĩ này thôi, chứ không phải vì hạnh nguyện nào hết. Chúng ta coi trọng hình thức xuất gia hơn là chí nguyện xuất trần. Cho nên, tăng sĩ chúng ta học hạnh Bồ-tát, muốn dấn thân độ đời, vậy mà cứ khư khư giữ lấy chiếc áo, mà cố giữ chiếc áo này thì chỉ độ được người bằng sự thuyết giảng, tụng kinh, cúng đám, hay dạy học hoặc làm các công tác từ thiện xã hội như một số quý thầy, quý sư cô, hoặc các nữ tu bên Thiên Chúa giáo là cùng. Chú nghĩ ngoài những Phật sự kể trên, tăng sĩ có việc nào tích cực hơn nữa không. Những kẻ tích cực hơn, thì đã hòa nhập vào đời thực sự, không còn vết tích gì nữa. Và vì họ không còn giữ hình thức tăng sĩ, chúng ta coi như không có họ. Người đời cũng vậy, chỉ nhìn chúng ta nơi hình thức tăng sĩ. Thầy nào còn cạo đầu, còn mặc ca-sa, còn tụng kinh, thuyết pháp, thì còn tin tưởng, kính trọng;

thiếu đi những sinh hoạt ấy thì coi như chẳng ra gì rồi. Mà Bồ-tát vào đời thì không câu nệ hình thức, phải không? Còn câu nệ hình thức thì sẽ không làm được cái gì to lớn, không làm được cái gì thực sự ích lợi."

"Vậy chứ theo chú, tăng sĩ còn làm cái gì khác hơn những sinh hoạt truyền thống? Và hình thức tăng sĩ chú thấy không còn cần thiết nữa sao?"

"Không, không phải vậy. Chú hiểu lầm rồi. Hình thức cần thiết chứ, nhưng không cần thiết đến độ coi nó là cái trên hết, trên cả đại nguyện lợi sanh. Tôi chỉ muốn nói rằng, đa phần tăng sĩ chúng ta chưa thực sự dấn thân cũng chỉ vì quá coi trọng hình thức mà thôi."

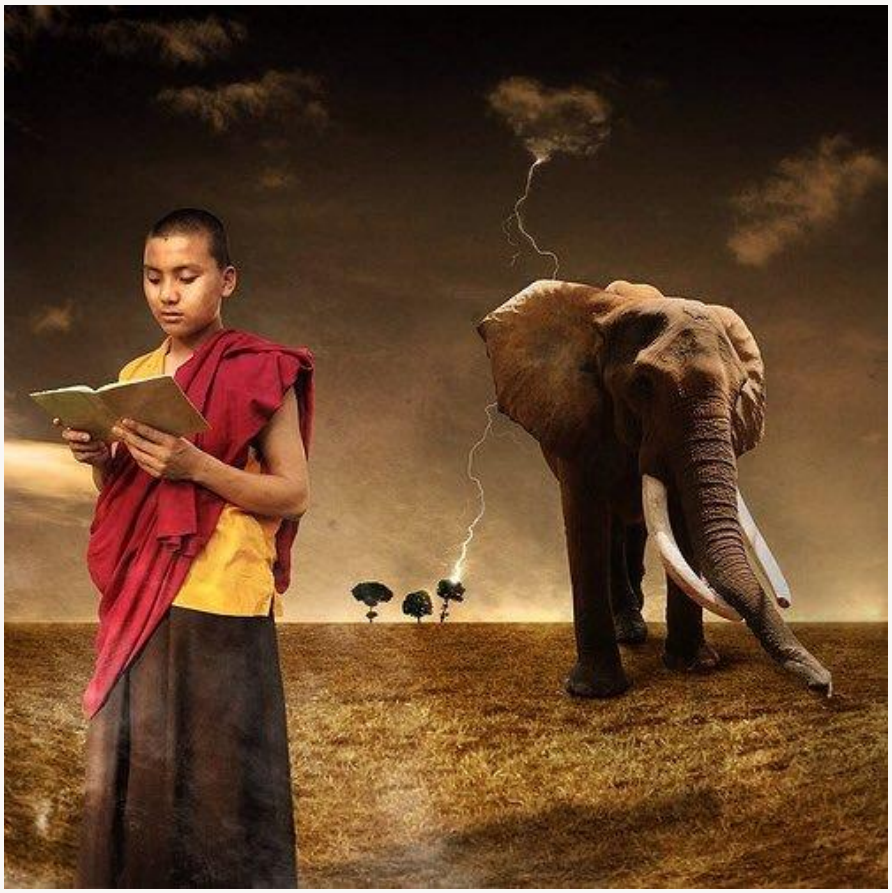
"Vậy theo chú thì phải làm thế nào mới gọi là thực sự dấn thân? Và làm thế nào là dấn thân mà vẫn giữ được hình thức tăng sĩ?"

"Hiện thời, tôi quan tâm đến hạnh nguyện hơn là hình thức. Và nếu tự đặt nghi vấn cho chính mình, tôi không nói như chú: làm thế nào để dấn thân mà vẫn giữ được hình thức tăng sĩ. Tôi chỉ tự hỏi rằng, *làm thế nào dấn thân mà không đánh mất đi chí nguyện xuất trần và hạnh nguyện lợi sanh của mình*. Còn dấn thân làm chuyện gì thì tôi chưa nhìn rõ được thực ra tôi muốn gì và con đường nào thực sự thích hợp cho tôi. Hơn nữa, chuyện dấn thân cũng tùy thuộc vào hoàn cảnh và thời đại mà có thay đổi. Mỗi thời mỗi khác, mỗi nơi mỗi khác."

"Chú nói vậy là tôi biết chú có thay đổi khá nhiều trong quan niệm tu và hành đạo rồi đó. Trước đây tôi thấy chú…"

"Có vẻ bảo thủ, phải không?"

"Gần gần như vậy. Không phải đã có lần chú nói rằng tăng sĩ chỉ cần ở chùa, nỗ lực tu hành thôi, vậy là đủ rồi, không cần phải làm gì khác hơn! Chú cũng từng phê phán những người đòi cải cách hay thay đổi sinh hoạt Phật giáo



hoặc muốn Phật giáo phải tích cực dấn thân, kiện toàn tổ chức này nọ…"

"Ừ, tôi đã từng nghĩ vậy."

"Bây giờ thì khác rồi, sao vậy?"

Tôi hớp một ngụm trà nóng, không trả lời ngay. Ngoài khung cửa lưới, cành hoa hậu với mấy cái hoa tím đong đưa. Có con chim sẻ hiền lành đang chuyền trên cành. Tự dưng tôi nghĩ đến Như Như. Tôi tự hỏi, có sự can dự nào của hình bóng Như Như trong sự thay đổi quan niệm tu tập và hành đạo của tôi chăng? Tôi vẫn thường tra vấn, nghi ngờ chính mình như vậy. Và tự đáy lòng tôi trả lời: có. Nhưng ý hướng dấn thân mới nẩy sinh trong tôi không phải là để nhắm vào chuyện hoàn tục để rồi lập gia đình với một thiếu nữ nào đó (chẳng hạn Như Như) để sống một đời sống thế tục. Hình bóng Như Như, con người Như Như, có can dự vào sự thay đổi quan niệm của tôi, có xuất hiện một cách lãng mạn trong đời tôi, cũng chỉ là để đánh thức tôi ra khỏi tâm lý ù lì, bảo thủ lâu nay tôi hằng có mà thôi. Nàng đã gián tiếp dạy tôi rằng, thực ra tôi chẳng có chút nội lực đáng kể nào để có thể tự hào, kiêu hãnh, khinh ngạo những kẻ vấp ngã tình cảm trước đây mà tôi biết. Và điều này cũng đã khiến tôi thức tỉnh, thấy rằng có đọc nghìn lần đại nguyện độ sanh, tôi vẫn chỉ là bàng quan, đứng ngoài cuộc đời, ôm giữ hình thức xuất gia, để mặc cho sinh linh thống khổ… Cho nên, không phải chỉ cần ca tụng việc dấn thân độ đời thì hạnh lợi tha sẽ viên mãn. Phải dấn thân thực sự. Tôi nghĩ vậy.

Và khi nghĩ đến việc dấn thân, tôi không nghĩ đến những chương trình cứu tế xã hội, cho quà cho tiền… mà những tổ chức từ thiện từng làm. Đối với tôi, việc làm đó vẫn chỉ là ngoài da, chưa thực sự được gọi là dấn thân và nó cũng chỉ làm được nghĩa cử xoa dịu chứ không phải là giải quyết được điều gì hệ trọng của đời sống nhân quần. Dấn

thân đâu phải chỉ là đi băng bó vết thương mà không biết chặn đứng những nguyên do tạo nên vết thương đó. Dấn thân cũng đâu phải là nhảy vào đời để chìm lim trong cuộc sống dung tục tầm thường hoặc để cho các thế lực thế tục kiểm soát, sai sử. Nghĩ đến việc dấn thân, tôi có ngay trong trí tưởng hình ảnh của những thiền sư anh hùng, mà tiêu biểu là Tuệ Trung Thượng Sĩ, và gần gũi nhất là thầy Tuệ Sỹ. Dấn thân là đem cả sinh mệnh, tính mệnh và cả bản thể của mình để thể nghiệm tính Phật trong cuộc đời huyễn mộng, chuyển hóa cái vô minh vọng tưởng của các thế lực bạo tàn, biến trần gian khổ lụy thành tịnh độ niết bàn, phụng sự những con người đau khổ trên thế gian với niềm cung kính, trân trọng và đầy yêu thương. Lý do nào con người thơ mộng hiền lành như thầy Tuệ Sỹ lại dấn thân để rồi lâm vào cảnh tù đày? Tất cả đều vì lòng thương yêu đối với cuộc đời. Lòng thương yêu ấy vượt khỏi hình thức xuất gia khiến cho các tăng sĩ có thể *tạm cởi ca-sa, khoác chiến bào*, như từng thấy trong lịch sử. Các thiền sư Việt Nam đã từng góp mặt với đời như thế trong những hoàn cảnh lịch sử đặc biệt của đất nước. Khi quốc gia suy vong hoặc bị nạn ngoại xâm, các ngài không từ chối trách nhiệm công dân, sẵn sàng có mặt, ngay cả trên trận tuyến; khi đất nước yên bình, các ngài lại quay trở về với thảo am, với ngôi chùa xiêu vẹo dột nát ẩn mình dưới những tàng cây rậm bóng. Phải chăng lý tưởng dấn thân ấy được un đúc lâu đời để trở thành sinh hoạt truyền thống của tăng sĩ Phật giáo Việt Nam, ăn sâu trong huyết quản của những nhà sư áo vải chay tịnh? Đâu phải chỉ có thầy Tuệ Sỹ và bốn tăng sĩ khác cùng một tổ chức ở Sài-gòn là bị cầm tù vì tội đấu tranh cho quyền sống của dân tộc. Trước đó ba năm, ngay khi cộng sản vừa mới chiếm miền Nam, đã có 12 tu sĩ Phật giáo tự thiêu ở miền Hậu Giang. Thầy Phước Viên ở Hải Đức cũng về Huế tham gia một phong trào đấu tranh do Thượng tọa Thiện Tấn lãnh đạo, cùng bị tù với một số tăng ni ngoài đó. Thượng tọa Thiện Minh cũng vừa bị bắt giam năm nay vì tội lãnh đạo một lực lượng chống cộng. Những sự kiện trên không những nói lên bi nguyện lợi sanh của những nhà sư Việt Nam mà còn chứng minh rằng quốc gia đang lâm vào một thảm họa kinh khiếp đến nỗi những thiền sư áo vải, vốn không mong cầu bất cứ thứ lợi dưỡng, quyền lực hay danh vọng nào của thế gian, phải tạm gác chuông mõ kinh kệ để dấn mình hành đạo bằng những con đường thế tục.

Tôi rót thêm trà vào tách cho Đức, nói:

"Tôi chẳng biết nói sao để trả lời câu hỏi của chú. Thường thường thì sự đổi thay quan niệm sống của một người tùy thuộc vào nhiều nguyên do. Có khi vì tuổi tác và kinh nghiệm. Có khi vì hoàn cảnh xã hội. Có khi chỉ vì một chút tâm tình riêng tư nào đó. Nhưng tôi hỏi chú một câu nhé, khi nhge quý thầy bị cộng sản bắt bỏ tù… chú cảm thấy trong lòng thế nào?"

"Thấy tội nghiệp quý thầy chứ thấy sao nữa," Đức nói rồi bật cười.

"Không, ý tôi… à điều này khó nói thật. Tôi cũng chẳng biết tôi thực sự muốn hỏi chú điều gì. Để coi nào… à, ý tôi muốn hỏi là chuyện quý thầy thấy chuyện bất bình mà đứng dậy đấu tranh… chú thấy sao?"

"Hết sức cảm động. Hết lòng kính phục," Đức nói, giọng chân thật.

Tôi hỏi tiếp:

"Ngoài ra còn gì nữa?"

Đức lặng thinh, suy nghĩ một lúc:

"Tôi cũng muốn noi gương, muốn làm theo. Có điều… cảm thấy mình bất tài, chẳng làm gì được."

"Tôi không hỏi chuyện chú có kính phục hay noi gương làm theo. Tôi chỉ muốn biết, nếu có thể dấn thân như quý thầy ấy, có phải là có cái gì thôi thúc trong lòng chú, phải không?" tôi lại hỏi dồn. Đức cười, đáp:

"Có gì đâu. Chỉ là sự bất bình trước cái gì trái tai gai mắt, bất bình trước áp chế của bạo lực, hay là cái ước vọng đem lại an vui hạnh phúc cho số đông…"

"Đúng, đó chính là nguyên do. Nhưng tôi còn cảm thấy có một cái gì đó đầy hấp lực ở đàng sau, hay ở bên cạnh cái đại nguyện độ sanh nữa kia. Chú không cảm thấy cái hấp lực đó hở?"

Đức suy nghĩ một lúc, rồi lắc đầu. Tôi nói:

"Không lý nào nó chỉ là tâm lý riêng của tôi. Để tôi nói chú nghe thử xem nhé…"

Tôi đứng dậy, chống hai tay lên cạnh bàn, nhìn ra khung cửa sổ, nói tiếp, và trong khi nói, tôi cũng cảm nghe một nỗi xao động kỳ lạ cuộn lên trong lòng:

"Bên cạnh đại nguyện lợi sanh cứu đời, muốn tất cả mọi người đều được hạnh phúc, dường như kẻ dấn thân còn có cái khát khao được gánh thay tất cả nỗi khổ đau cùng cực của con người nữa. Điều này chúng ta đã đọc nghìn lần trong điều giác ngộ thứ tám của kinh Bát Đại Nhân Giác. Nhưng mới đây, khi tưởng nghĩ đến chuyện ở tù của quý thầy, tôi mới cảm thấy được cái hấp lực của khổ đau và chướng nạn… Dường như chỉ có chúng mới đánh động được toàn diện cái trường cửu bất biến của thể tính mà thôi. Phải chăng vì vậy mà một kẻ chưa hoàn toàn giác ngộ cũng có thể có được tâm vô ủy? Từ suy nghĩ này, tôi lại có nghi vấn về lòng từ bi mà thầy Nhất Hạnh hay một số thầy khác đã viết. Lòng từ bi, theo quý thầy, chỉ được nuôi dưỡng và được lớn mạnh thêm lên nhờ sự trực nhận thường xuyên cái đau khổ của con người, của cuộc đời. Nói vậy thì lòng từ bi ấy đã có giới hạn vì nó cần điều kiện đau khổ để tồn tại. Nếu con người không còn đau khổ thì không có lòng từ bi sao?

Và nếu lòng từ bi cũng mất còn theo sự đau khổ của thế gian thì lòng từ bi đó có thể vô biên, vô hạn, vô lượng được sao? Cho nên, chú đừng nói tôi điên khùng nếu tôi nói ra cái ý nghĩ này: thực ra, ngoại trừ những vị Phật và Bồ-tát đã hoàn toàn giải thoát giác ngộ, cái động lực chính thu hút hành giả dấn thân vào việc tế độ là khát vọng thể nghiệm chân như Phật tính ngay trong chính cái đau khổ cùng tột mà bản thân mình gánh chịu chứ không phải là để cứu hết cái khổ cho mọi chúng sinh."

"Nói như chú thì lòng từ bi còn có nghĩa lý gì nữa," Đức nói.

"Sao không nghĩa lý. Chú tưởng khát vọng thể nghiệm chân như và hành vi cứu khổ là hai cái khác nhau sao? Tôi đâu có phủ nhận lòng từ bi. Tôi thấy chỉ là một. Nhưng thôi, cứ cho là hai như chú cũng được. Nếu là hai, tôi cho rằng, lòng từ bi làm khởi phát hạnh nguyện cứu đời; còn cái khát vọng thể nghiệm chân như thì đẩy xô hành giả thực hiện hạnh nguyện ấy. Thế nên, cái khổ của chúng sinh, chúng ta biết là không bao giờ hết mà vẫn cứ dấn mình vào con đường tế độ với thệ nguyện phải cứu cho hết mới chịu thành Phật! Nghĩa là sao? Biết là đã làm, đang làm và sẽ làm một việc chẳng bao giờ có kết cục, vậy mà cứ làm! Là sao? Là vì khổ đau và mê vọng của con người, của chúng sinh, chỉ là giả tạo mà thôi; trong khi đó, chân như mới là cái thường tại. Như vậy, dấn thân cứu đời, thực ra là để trực nghiệm cái trường cửu bất biến chứ đâu phải mục đích chính chỉ là để chỉnh đốn hay cứu độ những cái chiêm bao mộng huyễn!"

"Mô Phật… chú nói nghe cũng có lý lắm. Nhưng như vậy thì việc dấn thân cứu khổ sẽ mang một ý nghĩa khác, phải vậy không?"

"Đối với thế gian, hay nói cho đúng hơn, về mặt *dụng*, việc dấn thân ấy rõ ràng vẫn mang hạnh nguyện và hành vi cứu đời; chỉ trong cái bề sâu thẳm của tâm thức, hay về mặt *thể*, người ta biết rằng nó còn mang cả ý nghĩa truy cầu Phật tính nữa. Cho nên, bao vị cao tăng trên đất nước này, qua nhiều triều đại, đã nối bước nhau dấn mình vào cứu quốc, hộ dân, bảo vệ đạo pháp. Đâu phải vị nào cũng thành công trong hạnh nguyện cứu đời. Thành công thì tốt, đất nước yên vui, nhân dân thái bình. Nhưng thất bại cũng chẳng sao. Khổ đau nào cũng sẵn sàng gánh chịu. Trước mắt, chúng ta có thầy Thiện Minh, thầy Tuệ Sỹ… các thầy ấy đã thất bại rồi đó. Nhưng họ đang an lạc trong ngục thất, đưa thân mình ra gánh lấy tủi nhục của quê hương, lấy đại nguyện của mình ra mà rửa nghiệp cho dân tộc…"

Tôi nói ngang đó thì nghẹn. Chúng tôi im lặng một lúc. Đức nói:

"Nếu một ngày nào đó, chú lên đường… nhớ gọi tôi nhé."

(còn tiếp)

PHÙ DU

Nghĩ thân phù thế mà đau
Bọt trong bể khổ, bèo đầu bến mê.
(Ôn Như Hầu)

Ta từ vạn vật, chí linh
Sao lòng nghe mãi buồn tênh kiếp người
Tỉnh say ôm giấc mộng đời
Như sương ôm gió giữa trời lang thang
Những mong níu cánh thời gian
Nào hay bắt bóng tiêu tan tháng ngày
Phải là hạt bụi gió bay
Hay mong manh giọt sương mai đầu cành?
Cõi nào sầu cũng chứa chan
Cõi nào rồi cũng đoạn đành cắt chia
Đi trong ánh sáng bình minh
Mà nghe mờ mịt tử sinh vô thường
Phù vân này kiếp nổi trôi
Dù cao, dù thấp cũng rồi ngàn thu
Trong ta trời đất hoang vu
Ta trong trời đất phiêu du luân hồi
Xót xa thương kiếp con người
Nhạc buồn gẩy khúc cung thương não nề
Ôi thân ròn rã yếu mềm
Chỉ là những thứ bồng bềnh phù du!

thơ DIỆU VIÊN
San Jose – 2019

TRỞ VỀ MỤC LỤC

Gần Phật và xa Phật

Soạn giả: THÍCH MINH CHIẾU

(Truyện Cổ Phật Giáo)

Một thời Đức Phật ở nước Xá Vệ, tại Tịnh Xá Kỳ Hoàn thuyết pháp cho Chư Thiên nghe. Lúc bấy giờ ở nước La Duyệt Kỳ có hai vị tân học Tỳ kheo muốn yết kiến Đức Phật. Giữa hai nước ấy có một khoảng đồng rộng, không có người ở, lại gặp thời tiết hạn hán, nên suối hồ đều cạn. Hai người đi ngang qua, bị khát nước, chỉ gặp được vũng nước nhỏ thì bị đầy những trùng, không thể uống được.

Hai người mới bàn với nhau rằng:

"Chúng ta từ xa lại, cốt trông mong chiêm ngưỡng Đức Phật, không ngờ ngày nay bị chết khát giữa đường."

Một người nói rằng:

"Thôi ta hãy tạm uống để khỏi chết có vậy mới gặp được Phật, vả lại ta uống cũng không ai biết cả."

Người kia đáp rằng:

"Giới luật Đức Phật chế ra, lấy nhân từ làm gốc. Nếu giết hại chúng sanh để tự sống thì dù thấy Đức Phật cũng không ích gì. Thà rằng giữ giới chịu chết, chớ không phạm giới mà được sống."

Người đầu theo ý riêng của mình uống nước đỡ khát và đi đến chỗ Phật ở. Người thứ hai không chịu uống nên phải chết vì khát nhưng được sanh lên cõi trời Đao Lợi. Nhờ suy nghĩ nên tự biết mình ở kiếp trước nhờ giữ giới nên được sanh thiên, thật là do lòng tin mạnh nên phước báu chẳng xa vậy. Nghĩ như thế, bèn đem hương hoa đến lễ Phật rồi đứng hầu một bên.

Còn người uống nước, phải cực khổ trải qua nhiều ngày mới đến chỗ Phật ở. Thấy đấng Chí Tôn oai nghiêm, người liền cúi đầu đảnh lễ khóc lóc bạch Phật rằng:

"Con còn một người bạn muốn đến yết kiến Phật, chẳng may giữa đường bị mệnh chung, dám mong Đức Thế Tôn biết cho."

Đức Phật trả lời:

"Ta đã rõ rồi."

Liền lấy tay chỉ Tiên nhân đứng hầu một bên mà nói rằng:

"Tiên nhân này chính là người bạn của ngươi đó. Người này nhờ giữ trọn giới luật nên được sanh lên cõi Trời và được gặp ta trước ngươi."

Lúc bấy giờ Đức Thế Tôn chỉ tay vào ngực người kia và bảo rằng:

"Ngươi tuy thấy hình ta mà không giữ giới luật của ta, thì tuy ngươi thấy ta mà ta không thấy ngươi. Người kia tuy cách xa ta ngàn vạn dặm, nhưng giữ giới luật thì người ấy tất đứng trước mặt ta."

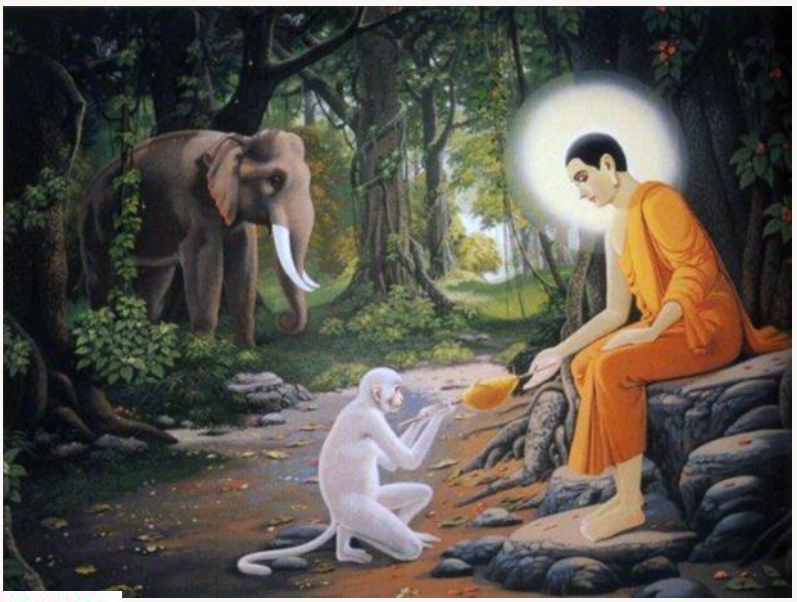
Lúc bấy giờ Đức Thế Tôn bèn nói bài kệ rằng:

Học nhiều lại nghe nhiều,
Hai đời được ngợi khen.
Học ít lại nghe ít,
Hai đời bị đau khổ.
Phàm học nên nghe nhiều,
Dầu gặp nhiều tai nan.
Trì giới chẳng tái phạm,
Sở nguyện được thành tựu.
Giữ giới không chu toàn,
Sở nguyện bị tán mất.
Xét lý nhận yếu nghĩa,
Không gì đáng can ngại.

Lúc bấy giờ vị Tỳ kheo nghe bài kệ xong bèn tự xấu hổ, cúi đầu xin sám hối, yên lặng suy nghĩ lời Phật dạy. Còn vị Tiên nhân sanh tâm hoan hỷ, chứng được Pháp nhãn, trong chúng hội hoan hỷ phụng hành.

Minh Châu

"Giới luật là thầy của các ngươi.
Giới luật là thọ mạng của Phật Pháp.
Giới luật còn Phật Pháp còn."



TRỞ VỀ MỤC LỤC