



CHÁNH PHÁP

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

Email: baivochanhphap@gmail.com

Website: chanhphap.us | chanhphap.org | chanhphap.net

Chủ trương:

Giáo Hội PGVN Thống Nhất Hoa Kỳ

Thủ quỹ: **Ni sư Thích Diệu Tánh**

Chủ bút: **Vĩnh Hào**

Với sự cộng tác của chư tôn đức Tăng Ni và văn thi hữu tân đồng chủ trương của Chánh Pháp.

Trình bày: **Tâm Quang**

Hình bìa: **Hồ Bích Hợp**

LIÊN LẠC:

• Bài vở: baivochanhphap@gmail.com

• Quảng cáo / Phát hành:

(714) 266-4171

• Chi phiếu ủng hộ xin ghi:

CHANH PHAP

11502 Daniel Ave.

Garden Grove, CA 92840

hoặc Zelle số phone: **714.266.4171**

(Memo ghi "Ủng hộ CP" -

xin gọi hoặc nhắn tin trước khi zelle)

*

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: "Thế hiện lòng đại bi, Như Lai đã nói Chánh Pháp ích lợi một cách cứu cánh. Các thầy chi 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 màu 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 biểu, 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 3
- **TIẾP NÓI CON ĐƯỜNG** (Sa môn Thích Tín Nghĩa), trang 7
- **CỔ PHONG** (Lý Thừa Nghiệp) tr. 8
- **TỰ TẠI TRONG SỐNG CHẾT** (NS Thích Nữ Trí Hải), trang 9
- **DÙ PHẬT XUẤT HIỆN HAY KHÔNG XUẤT HIỆN...** (Tuệ Sỹ), trang 10
- **ĐƯỜNG MÂY BAY VÔ THƯỜNG** (thơ Phổ Đồng), trang 11
- **LỬA TỬ BI** (thơ Vũ Hoàng Chương), trang 12
- **LỬA THIÊNG** (Vĩnh Hữu Tâm Không), trang 13
- **TỬ NGON ĐUỐC TUỆ 1963 ĐẾN TÌNH YÊU THƯƠNG** (Nguyễn Văn Sâm), tr. 14
- **THỐNG BÁO V/V AN CƯ KIẾT HẠ NĂM 2024** (GHPGVNTNHNK), tr. 17
- **TỬ CỬ LỤC BÁT VỀ "CHÁNH PHÁP"** (thơ Vĩnh Hữu TK), trang 18
- **HT THÍCH TUỆ SỸ - MỘT BẬC THẦY UYÊN BÁC, KỶ VĨ...** (Thích Nguyễn Siêu), trang 19
- **LINH HỒN XIÊNG XÍCH...** (thơ Đồng Thiện), trang 24
- **HÓA GIẢI ĐỐI NGHỊCH** (Nguyễn Thế Đăng), trang 25
- **THẾ NÀO LÀ THIÊN CHÍ?** (TN Hằng Như), trang 27
- **SEN THƠM** (Nhóm Áo Lam), tr. 30
- **TÂM QUAN TRỌNG CỦA VIỆC AN CƯ** (TN Vạn Dung), trang 31
- **TUỔI TEEN CŨNG CẦN THỰC HÀNH CHÁNH NIỆM...** (Văn Lan/ Người Việt), trang 33
- **LÊN NON, TRÁI TIM TƯỢNG ĐÁ** (thơ Tịnh Bình), trang 34
- **THỐNG BÁO SỐ 2 - KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ 2024**, trang 36
- **ĐÓT ÁO** (thơ TM Ngô Tăng Giao), trang 38
- **KHI KHÓI LỬA MẶT TRẬN LỤI TÀN** (Nguyễn Giác), tr. 39
- **NHÚ LÊN TIẾNG HÁT** (thơ Thy An), trang 41
- **GHPGVNTNHNK CÙNG CỘNG ĐỒNG PGVN NAM CALI TỔ CHỨC ĐẠI LỄ PHẬT ĐẢN** (Nguyễn Thanh Huy), trang 42
- **NIỀM VUI YÊN LẶNG** (thơ Hoàng Long), trang 45
- **NHỮNG ĐÓNG GÓP CỦA NGƯỜI MỸ GỐC VIỆT CHO VĂN HỌC HOA KỲ** (Huỳnh Kim Quang), trang 46
- **TRUYỆN CỰC NGẮN** (Steven N), trang 49
- **BỆNH TIÊU ĐƯỜNG** (Bs. Nguyễn Ý Đức), trang 51
- **NẤU CHAY: PHỜ NĂM CHAY** (Mỹ Ái), trang 54
- **KÍNH MỪNG ĐẠI LỄ PHẬT ĐẢN** (Kiều Mỹ Duyên), trang 55
- **KHÔNG ĐẦY ĐỦ NHƯNG ĐỦ ĐỂ KHỜ DỤNG** (Tiểu Lục Thần Phong), trang 57
- **THE STORY OF THERA VAKKALI** (Daw Tin), trang 59
- **QUÁN VỀ TỬ NIỆM XỨ** (thơ Hoàng Thục Uyên), trang 60
- **CỜ TRỜI tập 1 - chương 10** (truyện dài Vĩnh Hào), trang 61
- **HUÂN TẬP CA** (thơ Phù Du Vĩnh Hiền), trang 65
- **TRÌ GIỚI THANH TỊNH** (Truyện cổ Phật Giáo), trang 68
- **ĐƯỜNG TÙNG YÊN TỬ** (thơ Lưu Lăng Khách), trang 69



Báo Chánh Pháp số 151, tháng 06.2024, do Chùa Phật Tổ (Long Beach, CA) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro ủng hộ ấn phí. Kính nguyện quý tử và chư phật-tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.



Thư Tòa Soạn

TỪ ĐẤT HIỆN THÂN

Màn đêm kéo xuống thật nhanh khi mặt trời khuất hẳn ở phương tây.

Có vẻ như những điều bất thiện được rầm rộ khởi sinh khi bóng tối trùm xuống, hoặc có thể như người ta thường nói, "*bóng đêm là đồng lõa của tội ác*"; là cơ hội, là nhân duyên thuận lợi cho sự nảy sinh những điều xấu, ác. Dù vậy, tiền đề nào cũng có giới hạn của nó, không thể luôn mặc định là tuyệt đối.

Trên thực tế, người ta thấy khi kẻ ăn trộm vi hành thì cũng có viên cảnh sát tuần tiễu; khi những tụ điểm chứa chấp và phát sinh các tệ nạn hằng say hoạt động thì cũng có những bệnh viện, phòng cấp cứu mở cửa thâu đêm, suốt sáng. Kẻ ác hay người thiện, thời nào cũng có, nơi nào cũng có, bất kể tối-sáng, đêm-ngày.

Khi mặt trời khuất bóng đêm nay, sẽ có một mặt trời khác xuất hiện sáng mai.

Khi mặt trăng và hàng tỉ vì tinh tú trong vũ trụ mất dạng bởi ánh triêu dương, sẽ có mặt trăng và tinh tú tái hiện vào đêm kế tiếp.

Bậc đại sĩ thời nào cũng có; xuất hiện đúng thời đúng cảnh. Nơi nào cần và đúng duyên, họ xuất hiện. Có khi hiện thân làm bậc lãnh đạo cao tốt ai cũng biết, có khi hiện thân làm người quê mùa vô danh không ai để ý. Dù trong hoàn cảnh hay địa vị nào, sự có mặt của họ đều được khởi động từ lòng bi mẫn, yêu thương con người và cuộc đời. Những bậc đại sĩ như thế, không phải từ trời cao giáng hiện mà xuất hiện từ lòng đất (1). Từ những chốn sinh lầy dơ nhớp, từ đáy tầng xã hội, từ những nơi mà con người phải sống triền miên trong khổ đau khốn cùng, họ tuần tự xuất hiện, hoặc đồng loạt xuất hiện tùy theo nhân duyên. Có khi vì "*chính sự phiến hà*" (2) mà dẫn mình vào nơi khói lửa, tự đốt huyễn thân để thắp sáng lương tri loài người. Có khi vì đạo vàng đang lúc suy vi, phải ứng hiện làm bậc đại trí đại bi, vì chúng sinh tuyên dương Chánh Pháp, hộ trì Chánh Pháp.

Chánh Pháp được tồn tại là nhờ có người thực hành, chứng nghiệm và ứng dụng vào cuộc sống.

Thực hành Chánh Pháp là vì lợi ích chúng sinh, muốn chúng sinh được thoát khổ, an vui. Hộ trì Chánh Pháp là muốn bảo vệ và phát triển nguồn mạch Từ Bi - Trí Tuệ có khả năng đem lại phúc lạc thực sự cho chúng sinh.

Tâm nguyện thực hành và hộ trì Chánh Pháp ấy, chính là tâm bồ-đề.

Tâm bồ-đề một khi rung động khởi sinh từ lòng bi mẫn, luôn thúc đẩy hành giả hướng về đạo quả giác ngộ. Và giác ngộ là giác ngộ *từ mảnh đất tâm* (3), từ nơi đại địa trần gian thống khổ này, chứ không từ cảnh giới cao vời xa xăm nào khác.

Hằng tỉ tỉ tinh tú trong khắp các dải ngân hà, trong ba ngàn đại thiên thế giới, từng hằng tỉ tỉ năm qua, đã liên tục động chuyển và sinh diệt không ngừng. Một vì sao rụng thì có một vì sao khác khai sinh. Có vẻ như có một hay nhiều bậc đại sĩ đã tùy thuận nhân duyên, đi vào bóng đêm huyền sử. Nhưng bao hạt giống bồ-đề được ươm mầm từ vô số kiếp qua, vẫn tiếp nối đâm chồi, lớn mạnh trên mặt đất trần gian.

- 1) Hiện tượng kỳ diệu hy hữu xảy ra khi Đức Phật đang thuyết pháp, có vô số Bồ Tát từ dưới lòng đất xuất hiện (nhảy vọt lên - đồng xuất) giữa hư không. Đức Phật nói hội chúng rằng, những vị bồ-tát này cùng hằng hà sa số quyến thuộc của họ ở thế giới Ta-bà, sau khi đức Phật nhập diệt, đều có thể hỗ trợ, đọc, tụng, thuyết giảng và truyền bá rộng rãi kinh Pháp Hoa (xem Kinh Diệu Pháp Liên Hoa, Phẩm 14 - Tùng Địa Động Xuất 從地踴出).
- 2) Chữ dùng của Nguyễn Trãi trong Bình Ngô Đại Cáo.
- 3) Đất tâm: tâm địa. *Từ Mảnh Đất Tâm*, tựa một tác phẩm của Cư sĩ Tâm Huy Huỳnh Kim Quang; ý nói tất cả Phật pháp hay Thế gian pháp đều từ đất tâm này mà sinh ra; hay nói cách khác: "*Vạn pháp duy thức*."

TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

DIỆU ÂM lược dịch

MÃ LAI: Bang Penang sẽ tổ chức lễ kỷ niệm Ngày Wesak kéo dài 5 ngày

GEORGE TOWN, Penang - Chính quyền Penang sẽ tổ chức lễ kỷ niệm Ngày Wesak cấp tiểu bang từ ngày 18 đến ngày 22-5-2024 với sự hỗ trợ của Trung tâm Hòa hợp Penang và Hiệp hội Phật giáo Mã Lai (MBA).

Lim Siew Khim, Chủ tịch Ủy ban Phát triển Xã hội, Phúc lợi và Tôn giáo Phi Hồi giáo Bang cho biết lễ kỷ niệm nổi trên tại tòa nhà MBA nhằm mục đích khuyến khích sự hiểu biết và tương tác giữa các chủng tộc và tôn giáo khác nhau, bên cạnh việc đây là một lễ hội tôn giáo.

Lễ kỷ niệm kéo dài 5 ngày này cũng sẽ có sự tham gia của các hiệp hội từ 3 dòng chính của giáo lý Phật giáo, đó là Nguyên Thủy, Đại Thừa và Kim cương Thừa, với tư cách là những người đồng tổ chức và là sự hợp tác từ các hiệp hội Phật giáo khác nhau trên toàn bang.

Với chủ đề "Sống Hòa hòa, Xã hội Thịnh vượng", lễ kỷ niệm năm nay cũng sẽ bao gồm một cuộc triển lãm về bảo tồn sự sống và bảo vệ môi trường cũng như một xưởng thủ công tái chế, nơi những người tham gia sẽ được dạy cách làm nến, giỏ và các vật phẩm trang trí Decoupage.

(malaymail.com - May 2, 2024)



Chùa Đại Tịnh xá Phật giáo tại Brickfields vào ngày Wesak 15-5-2022—Photo: Miera Zulyana

ĐÀI LOAN: Hội từ thiện Phật giáo Từ Tế và TSMC sửa chữa những ngôi nhà bị hư hại do động đất ở miền đông Đài Loan

Theo các báo cáo vào ngày 2-5-2024, Quỹ từ thiện Công ty Sản xuất chất Bán dẫn Đài Loan (TSMC) và Hội Từ thiện Phật giáo Từ Tế đã nhận được 600 yêu cầu sửa chữa những ngôi nhà bị hư hại do trận động đất mạnh 7,2 độ richter ở Quận Hoa Liên vào ngày 3 tháng 4.

Các đội từ tổ chức từ thiện Từ Tế và TSMC đang tập trung giúp sửa chữa những ngôi nhà bị hư hại nhưng không cần phải san bằng, theo kênh truyền hình CNA. Trong số 600 đơn đăng ký, đã có 185 ngôi nhà được sửa chữa xong.

Quỹ Từ thiện TSMC cho biết với sự hỗ trợ của 4 công ty, họ đã hoàn thành công việc sửa chữa 73 ngôi nhà ở thành phố Hoa Liên và các thị trấn Shoufeng, Fenglin và Yuli.

Hội Từ Tế đã huy động 200 tình nguyện viên đến giúp đỡ các thị trấn Ji'an, Xiulin và Xincheng. Kể từ ngày 19-4, các đội tình nguyện viên đã sửa chữa được 112 trong tổng số 319 ngôi nhà.

(Taiwan News - May 2, 2024)



Động đất ở Hoa Liên, Đài Loan: Đội cứu nạn tìm kiếm những người sống sót trong tòa nhà bị hư hại
Photo: AFP

Các tòa nhà bị sập một phần do động đất
Photos: CNA & TVBS →

THÁI LAN: Truyền thống Ngày Tết cổ truyền Songkran của Pattaya tỏa sáng tại chùa Wat Chai Mongkol

PATTAYA, Thái Lan - Vào ngày 19-4-2024 Thị trưởng Poramet Ngamphichet đã chủ trì lễ khai mạc Ngày Dòng chảy Pattaya, hay Wan Lai, đánh dấu sự bắt đầu lễ đón Tết Thái truyền thống của Pattaya. Sự kiện này, được tổ chức tại chùa Wat Chai Mongkol, đã thu hút đông đảo người dân địa phương và khách du lịch hào hứng hòa mình vào các lễ hội văn hóa phong phú.

Thị trưởng Poramet Ngamphichet bày tỏ lòng kính trọng với các bậc cao niên, nhận lời chúc phúc của họ trong một màn thể hiện truyền thống Thái Lan đầy cảm động.

Nhằm mục đích thúc đẩy văn hóa địa phương và sự tham gia của cộng đồng, Ngày Dòng chảy/Wan Lai giới thiệu rất nhiều hoạt động phục vụ mọi lứa tuổi và sở thích. Những người tham dự có cơ hội tham gia vào các truyền thống lâu đời - như nghi lễ rưới nước lên các tượng Phật và các nhà sư, và nhận phước lành từ những người lớn tuổi.

Khi ngày dần trôi, đường phố Pattaya càng trở nên sống động với đám rước xe hoa và tượng Phật đầy màu sắc tuần hành khắp thành phố, thu hút người xem và làm tăng thêm bầu không khí lễ hội.

(tipitaka.net - May 6, 2024)



HOA KỲ: Thắp sáng Hòa bình: Lễ kỷ niệm Đại lễ Phật đản tại Washington DC

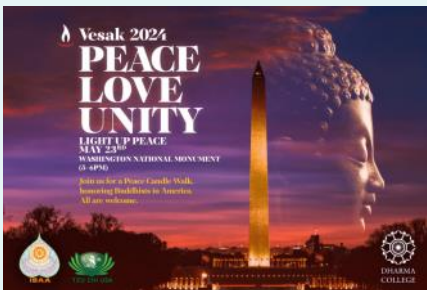
Vào ngày 23-5-2024, từ 5 P.M. đến 6 P.M., Tổ chức Phật giáo Quốc tế Hoa Kỳ (IBAA) sẽ cùng đồng tổ chức Lễ Thắp sáng Hòa bình để kỷ niệm Ngày Vesak tại Đài tưởng niệm Quốc gia ở Washington DC.

Ngày 23-5 đánh dấu lễ Vesak năm nay – để kỷ niệm ngày đản sinh, sự giác ngộ và nhập diệt của Đức Phật lịch sử Tất Đạt Đa Cổ Đàm cách đây hơn 2,500 năm.

Là một sự kiện dành cho mọi người thuộc mọi truyền thống tôn giáo (và không tôn giáo), Lễ Thắp sáng Hòa bình đang mời các học viên Phật giáo từ khắp cộng đồng Phật giáo nội bộ tập trung tại Đài tưởng niệm Washington mang tính biểu tượng, là nơi những người tham gia tập hợp sẽ đi bộ xung quanh 3 lần để cầu nguyện - tái tạo một đi quanh một bảo tháp - dành riêng cho tất cả chúng sinh.

Như Lễ Thắp sáng Hòa bình tuyên bố, "Là biểu tượng của sự tôn trọng và lòng biết ơn trong việc thành lập quốc gia này, Đài tưởng niệm Washington mang đến một bối cảnh phù hợp cho dịp thiêng liêng này".

(Buddhistdoor Global – May 13, 2024)



Poster về lễ Thắp sáng Hòa bình - để kỷ niệm Đại lễ Phật đản tại Washington DC—Photo: IBAA

ĐÀI LOAN: Hội Phật giáo Từ Tế tổ chức 3-lễ kỷ niệm thường niên

Đài Bắc, Đài Loan – Ba lễ kỷ niệm thường niên của Tổ chức Từ thiện Phật giáo Từ Tế (gồm Ngày Phật đản, Ngày Từ Tế Toàn cầu và Ngày của Mẹ) đã diễn ra tại Nhà tưởng niệm Tưởng Giới Thạch vào tối Chủ nhật, 12-5-2024, thu hút hàng chục ngàn người tham dự, bao gồm cả các chính trị gia hàng đầu của Đài Loan và một phái đoàn tu sĩ Phật giáo đông đảo.

Sự kiện này mời gọi khán giả đọc kinh cầu nguyện cho hòa bình và cho một thế giới không còn thảm họa.

Điểm nổi bật của buổi lễ là cơ hội để khán giả dâng nước hoa thơm tại các bàn thờ tắm Phật được dựng tại địa điểm tổ chức.

Ngoài ba-lễ kỷ niệm ở Đài Bắc, Hội Từ Tế đang lên kế hoạch tổ chức 506 lễ tắm Phật trên toàn quốc, dự kiến sẽ thu hút 126,000 người tham gia. Hội cũng đang lên kế hoạch tổ chức 119 sự kiện ở 42 quốc gia, thu hút lượng khán giả tiềm năng là 35,000 người.

(Taiwan News – May 13, 2024)



Quang cảnh 3-lễ kỷ niệm thường niên do Hội Phật giáo Từ Tế tổ chức—Photo: CNA

Bhutan: Tu viện Phật giáo Eutok Samdrup Chholing Goen-Zyin khánh thành cơ sở mới

Ngày 11-5-2024, Eutok Samdrup Chholing Goen-Zyin Dratshang, còn được gọi là Tu viện Eutok Goenba, đã khánh thành 2 công trình tu viện mới ở Paro.

Các cơ sở vật chất này bao gồm các lớp học, một thư viện và một phòng ăn có sức chứa khoảng 150 nhà sư.

Tu viện Eutok Goenba được thành lập vào thế kỷ 12 với một nhóm ban đầu gồm 5 tu sĩ, được cộng đồng địa phương hỗ trợ.

Cho đến năm 2004 tu viện mới được bàn giao cho Tăng đoàn Trung ương.

Sau thiệt hại đáng kể từ trận động đất năm 2011, tu viện Eutok Goenba đã được cải tạo vào năm 2013.

Nhận thấy nhu cầu bổ sung cơ sở vật chất, việc xây dựng các tòa nhà mới nói trên đã bắt đầu vào năm 2019 để giải quyết tình trạng thiếu ký túc xá và các tiện nghi khác.

Ngày nay, tu viện Eutok Samdrup Chholing Goen-Zyin là nơi ở của 63 tu sĩ và 7 giáo viên.
(bbs.bt – May 11, 2024)



Tu viện Phật giáo Eutok Samdrup Chholing Goen-Zyin (Bhutan)
Photo: bbs.bt

INDONESIA: Chùa Borobudur Chuẩn bị cho Đại lễ Phật đản và hàng nghìn Phật tử hành hương

Ngôi chùa Phật giáo cổ Borobudur đang chuẩn bị cho lễ Vesak vào cuối tháng này, dự kiến có hàng ngàn người hành hương đến tham dự.

Tọa lạc tại Magelang, Trung Java, ngôi chùa này đã được chỉ định là một điểm đến du lịch tôn giáo lớn - theo Maya Watono, giám đốc công ty du lịch nhà nước InJourney.

Vesak, còn được gọi là Ngày Phật Đản hay Waisak ở Indonesia, là lễ kỷ niệm quan trọng nhất đối với Phật tử trên khắp châu Á. Các lễ hội kéo dài một tuần tại Borobudur sẽ có sự kết hợp giữa các hoạt động tôn giáo và văn hóa dự kiến diễn ra từ ngày 18 đến 25 -5, Maya cho biết.

Các lễ hội nhằm mục đích tái lập Chùa Borobudur như một điểm tập trung cho các hoạt động tôn giáo của các tín đồ Phật giáo ở Indonesia và hơn thế nữa, với chương trình phát trực tiếp theo kế hoạch để đến được nhiều quốc gia, Maya nói thêm.

Hơn nữa, các lễ hội Vesak sẽ góp phần thúc đẩy sự khoan dung và hòa hợp tôn giáo ở quốc gia đa dạng này.

Maya Watono lưu ý thêm rằng việc xây dựng sẽ tiếp tục tại chùa Borobudur để nâng cao năng lực và cơ sở vật chất hỗ trợ, bao gồm cả một bảo tàng, khi chính phủ nỗ lực biến nó thành ngôi chùa Phật giáo lớn nhất thế giới.

(Jakarta Globe - May 9, 2024)



Chư tăng tham dự cuộc tuần hành kỷ niệm Ngày Vesak tại Chùa Borobudur vào ngày 4-6-2023 - Photo: AFP

ẤN ĐỘ: Tham gia lễ Mani Dhungdrub, tri tụng Ân ma ni bát mê hồng/Om mani padmé hung

Thekchen Chöling, Dharamsala, HP, Ấn Độ - Sáng 11-5-2024, Đức Đạt lai Lạt ma đã đến Tsuglagkhang, Chùa Tây Tạng Chính, để tham gia tri tụng thần chú 'mani'- Ân ma ni bát mê hồng.

Đây là một sự kiện thường xuyên diễn ra trong những ngày đầu tiên của Saga Dawa - tháng thứ tư theo lịch Tây Tạng - kỷ niệm ngày đản sinh, giác ngộ và nhập diệt của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Chư tăng ni và các thành viên cư sĩ của cộng đồng người Tây Tạng và Hi Mã Lạp Sơn địa phương tập trung tại chùa để tụng niệm 'mani' hàng triệu lần.



Đức Đạt lai Lạt ma tham gia tri tụng thần chú 'mani' trong Lễ Cầu nguyện Mani tại Chùa Tây Tạng Chính ở Dharamsala, HP, Ấn Độ vào ngày 11-5-2024



Pho tượng Đức Quán Thế Âm bằng gỗ đàn hương (có tên gọi là Kyirong Jowo) được trưng bày trong Lễ Mani Dhungdrub tại Chùa Tây Tạng Chính ở Dharamsala, HP, Ấn Độ vào ngày 11-5-2024



Chư tăng bên trong Chùa Tây Tạng Chính ở Dharamsala, HP, Ấn Độ tham gia lễ Mani Dhungdrub với sự tham dự của Đức Đạt lai Lạt ma vào 11 tháng 5, 2024



Các thành viên của cộng đồng Tây Tạng và Hi Mã Lạp Sơn địa phương đang chờ để diện kiến Đức Đạt Lai Lạt Ma khi Ngài ra về sau khi tham dự lễ Mani Dhungdrub tại Chùa Tây Tạng Chính ở Dharamsala, HP, Ấn Độ vào ngày 11-5-2024

Photos: Tenzin Choejor (dalailama.com - May 11, 2024)

HÀN QUỐC: Tổng thống Yoon tin rằng mối quan hệ chặt chẽ hơn giữa Hàn Quốc và Hoa Kỳ đã giúp các xá lợi Phật giáo hồi hương

Tổng thống Yoon Suk Yeol và đệ nhất phu nhân Kim Keon Hee đã tham dự một buổi lễ Phật giáo đánh dấu sự trở lại của các xá lợi Phật giáo thế kỷ 14 từ Hoa Kỳ về Hàn Quốc được tổ chức tại Yangju, tỉnh Kyunggi vào ngày 19-5-2024.

Với việc các xá lợi Phật giáo thế kỷ 14 hiếm hoi đã được hồi hương từ một bảo tàng Hoa Kỳ, Tổng thống Yoon Suk Yeol ghi nhận rằng mối quan hệ chặt chẽ hơn giữa Seoul và Washington đã tạo cho việc trao trả này được khả thi.

Lễ trao trả xá lợi của chư tôn sư Phật giáo từ triều đại Goryeo (918-1392), diễn ra tại thành phố Yangju, cách Seoul khoảng 30 km về phía bắc, với khoảng 4,000 người tham dự.

Được gọi là "sarira", những xá lợi này đã được cất giữ trong Bảo tàng Mỹ thuật Boston, Hoa Kỳ, trong 85 năm sau khi bị đưa ra

khỏi Hàn Quốc một cách bất hợp pháp trong thời kỳ thuộc địa Nhật Bản 1910-1945. Những xá lợi nói trên được cho là có nguồn gốc từ Chùa Haeam ở Yangju, và buổi lễ hôm Chủ Nhật 19-5 đã diễn ra trên khu đất nơi ngôi chùa Haeam từng tọa lạc.

(Yonhap - May 19, 2024)



Tổng thống Yoon Suk Yeol và đệ nhất phu nhân Kim Keon Hee tham dự buổi lễ hồi hương của các xá lợi Phật giáo thế kỷ 14 từ Hoa Kỳ, được tổ chức tại Yangju, tỉnh Kyunggi vào ngày 19-5-2024 Photo: Yonhap

ĐÀI LOAN: Ni sư Cheng Yen nhận bằng tiến sĩ danh dự kép từ NYCU

Ngày 12-5-2024, Ni sư Cheng Yen, người sáng lập Hội Phật giáo Từ Tế, đã nhận bằng tiến sĩ danh dự về triết học và y học từ Đại học Quốc gia Yang Ming Chiaio Tung (NYCU) vì sự lãnh đạo xuất sắc của bà trong công tác từ thiện toàn cầu và cống hiến cho giáo dục và bảo vệ môi trường.

Chủ tịch NYCU Lin Chi-hung đã trao giấy chứng nhận cho sư bà Cheng Yen, 87 tuổi, tại một buổi lễ được tổ chức ở trụ sở của Hội ở huyện Hoa Liên với sự tham dự của khoảng 2,000 người - bao gồm cả nhân viên trường đại học và tình nguyện viên Từ Tế.

Các danh hiệu được trao cho vị ni sư này bao gồm việc đài BBC vinh danh bà là một trong 100 phụ nữ truyền cảm hứng và có ảnh hưởng nhất trên thế giới vào năm 2022, được giới thiệu là Thành viên của Học viện Phát minh Quốc gia tại cuộc họp thường niên lần thứ 11 vào năm 2022, và Giải thưởng Lãnh đạo Xã hội Magsaysay từ Ủy Giải thưởng Ramon Magsaysay Philippine năm 1991.

Theo Hội Từ Tế, sư bà Cheng Yen đã giành được nhiều bằng tiến sĩ danh dự từ các tổ chức nổi tiếng ở Hoa Kỳ, Philippines, Thái Lan, Ukraine, Hồng Kông và Đài Loan kể từ năm 1993 nhờ những

nỗ lực của bà nhằm tạo dựng sự hòa hợp trong xã hội, cũng như những đóng góp của bà cho công tác cứu trợ thiên tai toàn cầu và nỗ lực tái chế chất thải.

(NewsNow – May 15, 2024)



Ni sư Cheng Yen, người sáng lập Hội Phật giáo Từ Tế, nhận bằng tiến sĩ danh dự về triết học và y học từ Đại học Quốc gia Yang Ming Chiao Tung (NYCU)

Photo: CAN

LÀO: Tượng Phật lớn được khai quật ở tỉnh Bokeo

Một pho tượng Phật cao ít nhất 2 mét đã được khai quật từ một vùng cát gần sông Mekong ở tỉnh Bokeo, phía bắc nước Lào.

Bức tượng được khai quật hôm thứ Năm 16-5-2024 là bức tượng lớn nhất được tìm thấy trong cuộc khai quật hiện vật cổ đang diễn ra ở huyện Tonpheung của tỉnh Bokeo.



Trước đó, vào ngày 15-5, có 9 tượng Phật khác cũng được khai quật. Tuổi và nguồn gốc của các bức tượng này không rõ ràng, hầu hết được làm bằng đồng và một số có khắc chữ.

Các cuộc khai quật bắt đầu vào tháng 3 và đã được nâng cấp lên cấp quốc gia khi phát hiện thêm nhiều bức tượng nhỏ.

Chính phủ Lào đã chỉ định một ủy ban cấp quốc gia gồm các quan chức cấp cao để bảo đảm rằng việc khai quật được thực hiện một cách chuyên nghiệp.

(Big News Network - May 17, 2024)

MÃ LAI: Hơn 50,000 người dự kiến đến chùa Maha Vihara vào Ngày Wesak

Kuala Lumpur, Mã Lai - Hơn 50,000 tín đồ Phật giáo và du khách dự kiến sẽ tụ tập tại chùa Phật giáo Maha Vihara ở Brickfields để kỷ niệm Ngày Wesak vào thứ Tư tuần này (22-5-2024), Đức Tăng thống Phật giáo Mã Lai Datuk K. Sri Dharmaratana cho biết.

Ông nói rằng một số hoạt động đã được lên kế hoạch cho lễ kỷ niệm, bao gồm lễ diễu hành xe hoa vào buổi tối sẽ bắt đầu từ Chùa Maha Vihara và đi qua 11 khu vực của thủ đô Kuala Lumpur.

Ông nói tổng cộng có 20 chiếc xe hoa trang trí dự kiến sẽ tham gia đoàn diễu hành.

"Năm trước, chúng tôi có khoảng 200,000 người đến chùa này. Vì lễ kỷ niệm năm nay diễn ra vào giữa tuần nên chúng tôi đang nhắm mục tiêu khoảng 50,000 người".

Ông cho biết trong số các chương trình được tổ chức tại Chùa Maha Vihara có lễ cầu nguyện, trì giữ bát-giới, cầu phúc và hiến máu.

"Tất cả người dân Mã Lai, bất kể tôn giáo và chủng tộc, cũng như người nước ngoài đều được chào đón tham gia Ngày Wesak để làm sinh động dịp lễ kỷ niệm này", ông nói.

(MalayMail - Monday, 20 May 2024)



Chuẩn bị cho Ngày Wesak tại Hiệp hội Phật giáo Mã Lai ở Jalan Burma, Penang (Mã Lai)

Photo: Bernama



Các chú tiểu trong một Ngày Wesak tại Mã Lai những năm trước - Photo: Wonderful Malaysia

TIẾP NỐI CON ĐƯỜNG

Diễn Văn Khai Mạc Đại Hội Khoáng Đại Kỳ IV (Nhiệm kỳ V) của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất

SA MÔN THÍCH TÍN NGHĨA

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

Kính bạch chư Tôn Đức Tăng Ni,
Kính thưa quý vị Đại biểu toàn Đại hội,
Kính thưa quý vị quan khách và Đồng bào Phật tử.

Kính thưa Đại hội,
Trong giờ phút trang nghiêm
này, chúng tôi vô cùng vui mừng
và hân hạnh được cung đón liệt
quý vị về tham dự Đại hội trọng
đại của Giáo hội nhiệm kỳ V (*).

Kính bạch quý ngài,

Kính thưa đại hội,

Sau biến cố 30 tháng Tư,
1975 mà đặc biệt là biến cố của
Giáo chỉ số 9 đưa đến, toàn thể
quý ngài, quý vị và bản thân
chúng tôi một thời kỳ vô cùng
nghiệt ngã. Từ đó, với sự nhất
tâm bảo vệ chánh pháp của hai
giới con Phật đã nhất tề đứng lên
vận động và thành lập Giáo Hội
Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất
Hoa Kỳ và trường dưỡng cho đến
ngày nay là 16 năm tròn; do đó,
Đại hội Khoáng đại lần này được
khai diễn trong một thời điểm
khác với mấy lần về tinh thần của
các đại hội trước.

Khi tái lập Giáo Hội Phật Giáo
Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ, chúng tôi đã nhận
thức rõ ràng là một tôn giáo có truyền thống gần
liền với dân tộc, Phật Giáo Việt Nam xưa cũng như
nay, luôn hòa mình vào công cuộc vận động lịch sử
vì lợi ích chung của vận mệnh đất nước. Như vậy,
kính xin Đại hội hoan hỷ cho chúng tôi được phép
mạo muội và tha thiết nhắc lại lời dặn dò với hàng
hậu bối chúng ta của Đại trưởng lão Hòa thượng
Thích Trí Quang trước khi Ngài quấy gót tây quy là:

*"Trong lãnh vực hơi đời một chút, chúng ta
phải nói đến ý thức Dân tộc, Phải luôn luôn, trong
mọi hoạt động của Phật giáo. Đây là một nghĩa vụ
tuyệt đối, chứ không phải là thời trang - một nghĩa
vụ trước khi tự hào, phải nói đến sự cần trọng...
Trong niềm cần trọng ấy, kính xin cầu nguyện hồng
ân Đức Phật, sùng sững, vững chắc luôn luôn hướng
dẫn đường trước cho chúng con..."*

Chúng ta đã biết: Phật Giáo Việt Nam có một
truyền thống đặc thù, truyền thống này đã mang lại
vinh quang cho Đạo Pháp và Dân Tộc. Nhưng cũng
truyền thống này đã mang lại cho Phật Giáo Việt
Nam nhiều cay đắng. Một mặt, Phật Giáo Việt Nam

luôn là đối tượng triệt hạ của những thế lực phản
dân tộc. Mặt khác, nhiều khi lực bất tòng tâm, nên
trong quá trình hoạt động của Giáo Hội, có những
lúc thành tựu không bù được cho những đổ vỡ. Ý

thức rõ thực tế này, Phật Giáo
Việt Nam trong quá khứ, đã có
những đợt chuyển mình quan
trọng để củng cố và tăng cường
nội lực cũng như xây dựng và
phát triển khả năng ứng cơ nhằm
đối phó với những khó khăn và
thích nghi thời đại...

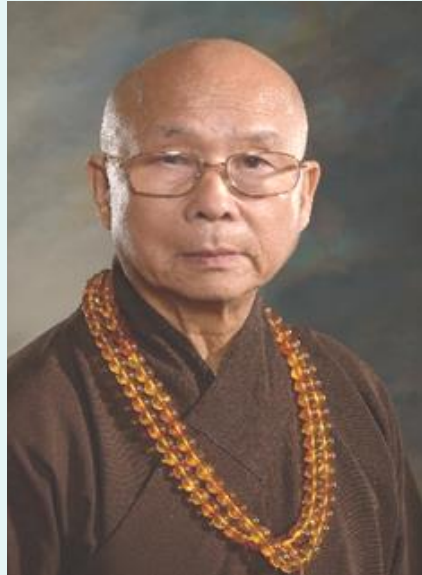
Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam
Thống Nhất Hoa Kỳ kể từ khi
thành lập năm 2008 cho đến nay
cũng đã có những đóng góp tuy
khiêm nhường nhưng cũng biểu
hiện được sự kiên trì phụng sự đối
với lý tưởng của Phật giáo truyền
thống:

- 1.- Đại lễ Phật đản chung,
- 2.- Khóa An cư Kết hạ hằng năm,
- 3.- Tờ báo Chánh Pháp là một
nguyệt san, là tiếng nói chung của
Giáo Hội đã chuyển tải tin tức
Phật sự sinh hoạt của Giáo Hội
đến tận tay người đọc, không cứ
là Phật tử hay không Phật tử,
- 4.- Khóa Tu học Phật Pháp Bắc

Mỹ,

5.- Ngày Về Nguồn Hiệp Kỳ Lịch Đại Tổ sư,
luân chuyển của bốn giáo hội: Hoa Kỳ, Âu Châu, Úc
Đại Lợi - Tân Tây Lan và Canada; nhờ sự hợp nhất
đó mà có được sự liên lạc, hỗ trợ chặt chẽ với sự
điều hợp của Văn phòng Giáo Hội Phật Giáo Việt
Nam Thống Nhất Liên Châu. Tuy nhiên, trong thời
gian Covid-19, Giáo Hội đã không thể thực hiện
những chương trình trên đây, nhưng vẫn cố thông
tư nhắc nhở, khuyến tấn quý thành viên và chư
Tăng Ni cố gắng sách tấn bản thân mình theo giới
luật Phật đã răn dạy; cho nên sự sinh hoạt của giáo
hội vẫn luân chuyển theo hoàn cảnh và nhân duyên
để duy trì mạng mạch Phật Pháp.

Với những tâm nguyện của giáo hội như trên,
hôm nay nhân Đại hội Khoáng đại lần thứ IV, nhiệm
kỳ V, chúng tôi cũng xin mạo muội nhắc lại một vài
điểm mà lịch sử Phật Giáo Việt Nam trong những
lúc bị lu mờ, đen tối nhất những kiến trúc thượng
tàng của Phật Giáo bị hủy diệt, thì hình ảnh ngôi
chùa làng, ngay cả những lúc không còn ai chăm
sóc hương khói, vẫn là chỗ nương tựa tinh thần,



vẫn là biểu tượng của lẽ phải và đạo đức. Ngay như hải ngoại hiện nay, chùa vẫn có nhưng không có vị Tăng hay Ni trú trì thì đó chính là sức sống của Phật Giáo Việt Nam tuy âm thầm lặng lẽ, nhưng bất diệt; vì những nét đặc thù của Phật Giáo, nội lực trước hết là phát xuất từ giới hạnh, đức độ của Tăng Ni và đời sống tâm linh của hàng Phật tử.

Sứ mạng của Giáo Hội trong những ngày tháng tới là công cuộc chuyển sang một hệ thống mới cho phù hợp sinh hoạt; đó là, từ thượng tầng đến các cấp lãnh đạo phải nhất thể là hàng Tăng Ni Phật tử trẻ, năng động, biết dẫn thân cho Giáo Hội nói riêng và con đường truyền trì mạng mạch của Phật Giáo Việt Nam nói chung; đó là nguyện vọng của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ luôn thao thức và canh cánh bên lòng. Nhưng thao thức là một chuyện mà sự thành tựu có được như thế nào còn tùy thuộc vào những năm tháng tới đây...

Khi nói đến Phật Giáo và Dân Tộc là một, chính là muốn nhấn mạnh tinh thần Phật Giáo và văn hóa Dân tộc không thể tách rời. Khi nói đến Phật Giáo thăng trầm theo vận nước, chính là muốn nhắc đến những kinh nghiệm lịch sử cho thấy những lúc đất nước loạn ly, văn hóa đổi dời trụ thì đó cũng là lúc Phật Giáo Việt Nam bị suy yếu. Do đó, khôi phục văn hóa dân tộc chính là khôi phục sức mạnh của dân tộc cùng lúc khôi phục tiềm lực của Phật Giáo Việt Nam.

Chính những trọng điểm trên đây, hôm nay Đại Hội Khoáng Đại IV cố gắng Trẻ Trung Hóa Giáo Hội, nghĩa là hàng lãnh đạo phải là những vị Tăng Ni trẻ có tâm đạo nhiệt thành, có trình độ nội ngoại song hành vững chắc. Chính đó là tiềm lực mà Giáo Hội hướng đến.

Kính thưa Đại Hội,

Có một điều mà chúng tôi xin nhắc nhở ở đây là: Chúng ta là Giáo Hội và Giáo Hội là chúng ta, cho nên Giáo Hội không đem bán cho một ai nên khi bắt tay thừa hành Phật sự, chúng ta không phải trả giá thế này hay thế nọ. Chúng ta chỉ một hướng đi theo con đường mà tiền nhân đã đi, thực hiện lý tưởng mà tiền nhân để lại: không vì danh vị lợi dưỡng mà theo đuổi những mục tiêu bất chính, không vì u mê cố chấp mà xoay lưng với công cuộc xiển dương Phật Pháp trong giai kỳ mới của quốc nội lẫn hải ngoại.

Chúng tôi rất kỳ vọng đến chư Tôn đức Tăng Ni và hàng Cư sĩ Trí thức trẻ trong nhiệm kỳ bốn năm kế đây sẽ đẩy mạnh theo lời kinh mà chúng ta thường tụng:

... "Thuấn Nhã Đa tánh khả tiêu vong,
Thước Ca Ra tâm vô động chuyển"...

Và Đại hội kỳ này thành tựu viên mãn thì sẽ được:

... "Kiến pháp tràng ư xứ xứ,
Phá nghi võng ư trùng trùng,"...

Trước khi dứt lời, chúng tôi xin chân thành tán dương tất cả quý thành viên các cấp đã đồng lao cộng khổ với chúng tôi suốt 16 năm tròn; có nhiều khi cũng thành tựu một vài Phật sự khả dĩ, nhưng cũng không ít cùng nhau gánh lấy những gì không đẹp đã dồn dập đem lại từ mọi phía.

Xin tán dương Hòa thượng Thích Nguyên Siêu, Tổng thư Ký hội đồng Điều hành, đạo hữu Quảng Phước Huỳnh Tấn Lê và Chủ bút Nguyệt san Chánh Pháp Tâm Quang Vĩnh Hào đã hoàn tất những trách vụ do Văn phòng Chủ tịch giao phó...

Với niềm tri ân và kỳ vọng hướng về tất cả chư



CỔ PHONG

*Lên đồi dựng một thảo am
Xuân thu khoác áo màu lam mây ngàn
Tiếng chuông hay tiếng suối tràn
Đã vang từ những đạo tràng xa xưa
Tâm truyền tâm pháp Phật thừa
Xe trâu một cỗ, người đưa người về.*

*Lên đồi mài đá đề thơ
Vẽ mây xanh với tư bề cỏ cây
Bụi và đất đá quanh đây
Còn nghe ngàn hạc vàng bay lưng trời
Ai khai hóa, ai tô bồi
Sáo ai nhả nhạc trên đồi cổ phong.*

thơ **LÝ THỪA NGHIỆP**

liệt vị, kính chúc Đại hội được thành tựu viên mãn và xin long trọng tuyên bố khai mạc Đại hội Khoáng Đại lần thứ IV, nhiệm kỳ V hôm nay.

Nam mô Thành Tựu Trang Nghiêm Công Đức Phật
Chủ tịch Hội Đồng Điều Hành
GHPGVNTN Hoa Kỳ
Sa môn Thích Tín Nghĩa

Ghi chú:

(*) Năm 2008 : Thành lập Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ (không có Đại hội Khoáng Đại) và nhiệm kỳ 2008 - 2012 là Nhiệm kỳ I,
- Năm 2012 : Tổ chức Đại hội Khoáng Đại lần thứ I, và Nhiệm kỳ II, 2012-2016,
- Năm 2016 : Đại hội Khoáng Đại lần thứ II, Nhiệm kỳ III, 2016-2020,
- Năm 2020 : Đại hội Khoáng Đại lần thứ III, Nhiệm kỳ IV, 2020-2024,
- Năm 2024 : Đại hội Khoáng Đại lần thứ IV, Nhiệm kỳ V, 2024-2028.

TỰ TẠI TRONG SỐNG CHẾT

THIỀN SƯ BANKEI

Ni Sư Thích Nữ Trí Hải dịch

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

Khi bàn đến vấn đề tự tại với sống chết, người ta thường dễ hiểu lầm. Có những người công bố trước ngày giờ họ sẽ chết, rồi đến lúc ấy, không đau ốm gì họ lăn ra chết thực; hoặc đôi khi triển hạn qua ngày khác mới chết. Rất nhiều người xem đây là tự tại trong việc sống chết. Tôi không phủ nhận điều đó. Nói về tự tại, thì những người ấy quả là tự tại kinh khủng! Nhưng những chuyện như thế chỉ là do năng lực khổ hạnh nơi họ, và thường họ chưa mở được con mắt tuệ (CT. Tuệ nhãn hay Pháp nhãn của bồ tát để thấy rõ thực chất mọi sự vật và để cứu độ hữu tình. ND). Ngay trong số những người thường, ta cũng thấy những trường hợp biết trước cái chết như vậy, trong khi họ chưa mở khai đạo nhãn. Tôi không chấp nhận điều này. Con người của Bất sinh thì siêu việt cả sống chết.

Bây giờ, có lẽ quý vị đang tự hỏi siêu việt sống chết là thế nào. Cái gì đã bất sinh thì bất diệt, và cái gì bất diệt thì không chết, nên gọi là siêu việt sinh tử. Vậy một người tự tại trước sống chết theo tôi, là một con người khi chết không bận tâm về chuyện sống chết. Hơn nữa, vấn đề sống chết vẫn xảy ra hàng ngày với chúng ta, không phải đợi đến lúc ta chạm mặt với cái chết thực sự mới gọi là chết. Một người tự tại trong sinh tử là người không bao giờ bận tâm đến sống chết, vì biết khi còn được sống thì cứ sống, khi đến thời chết thì cứ chết, dù chết ngay bây giờ cũng được, cái chuyện lúc nào chết không quan trọng lắm. Người như thế cũng là người đã rốt ráo thực chứng cái Tâm Phật bất sinh chiếu sáng kỳ diệu. Cứ nói và suy nghĩ về những

chuyện vặt vãnh như bạn sẽ chết vào giờ ngày nào, quả thực là tâm lý hẹp hòi, phải vậy không?

Rồi lại có ý nghĩ cho rằng "sinh tử là niết bàn", đây cũng lại là một cái gì vẫn còn ràng buộc với sinh tử. Ai cũng biết cảnh giới của sinh tử không khác gì cảnh giới của niết bàn. Cái lý do người ta phải nói lên như vậy là vì họ không thực chứng cái Tâm Phật mà mọi người bẩm sinh đã có và hiện tại đang giải quyết mọi sự với Bất sinh. Bị bao phủ, gói kín trong danh tự chữ nghĩa, họ cứ lang thang tìm khắp nơi cái sinh tử và niết bàn ở bên ngoài, đối cái Tâm Phật bất sinh của họ để lấy những khái niệm về sống chết và niết bàn, khiến họ tối ngày cứ lẩn quẩn trong lĩnh vực sinh tử không có giây phút nào bình yên. Nghĩ thật đáng thương xót.

Vì Tâm Phật đang dàn xếp mọi sự một cách hoàn toàn ổn thỏa với cái Bất sinh, nên nó không cần biết đến sinh tử hay niết bàn. Từ vị trí Bất sinh, thì sinh tử và niết bàn cũng chỉ là một mớ tư duy trống rỗng. Nên ngay cả một người mới hôm nào vẫn ngụp lặn trong sinh diệt, mà hôm nay nhận ra mình đã lầm, từ đó không còn đối cái Tâm Phật bất sinh thành ra ba độc (tham sân si) hay vướng vào sinh tử niết bàn nữa, thì người ấy cũng sẽ an trú trong Tâm Phật bất sinh. Khi ấy, lúc các yếu tố làm nên thân xác của mình đã đến thời tan rã, họ cứ để cho nó tan rã, và chết không chút lưu luyến. Đây là một con người mà đối với họ sinh tử là niết bàn, một con người tự tại trước sống chết.

(Trích *Tâm Bất Sinh*, NS Trí Hải dịch)



TRỞ VỀ MỤC LỤC

DÙ PHẬT XUẤT HIỆN HAY KHÔNG XUẤT HIỆN PHÁP TÁNH VẪN VẬY

Tuệ Sỹ

(Pháp thoại của HT. Tuệ Sỹ trong Lễ mừng Phật đản PL.2550
trên Aksadhātu Institute – Thích nữ Quảng Đoan lược ghi)

TỰ TƯỜNG PHẬT HỌC

Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.

Kính thưa quý Thầy, quý Sư cô và các Phật tử,
Hôm nay, chúng ta vào đây để làm lễ kỷ niệm Phật đản. Tuy buổi lễ tổ chức trong phạm vi phòng học nhỏ thế này nhưng nghi thức vừa được cử hành rất trang trọng. Lớp học của chúng ta bị gián đoạn một thời gian dài, nhưng cái phòng học này vẫn quen thuộc với chúng ta.

Vào đây, tôi có cảm giác là ở đây chúng ta đang dẫn thân vào một môi trường đấu tranh. Ngoài cái phòng học mà chúng ta đang nói còn có rất nhiều phòng học khác; có hàng chục, hàng trăm cái và hàng trăm, hàng nghìn người chen chúc nhau trong cái không gian rất nhỏ trên mạng lưới toàn cầu này. Môi trường đấu tranh ở đây rất khốc liệt. Ngay trong phạm vi mà chúng ta đang nói đây, với không khí được cảm nhận là trang nghiêm này; thì bên ngoài kia còn có vô số những tiếng nói khác: tốt có, xấu có, thiện có, ác có, cao thấp sang hèn... đủ mọi thứ trên đời. Ngay cả trong những giảng tòa Phật pháp qua mạng lưới toàn cầu này vẫn có những sự cạnh tranh với nhau; đạo tràng này cạnh tranh với đạo tràng kia, tuy rằng cùng hướng đến một mục đích được nghĩ tưởng là giảng truyền Phật pháp. Nó cho chúng ta thấy có một quy luật khó mà vượt qua được – Đó là sự cạnh tranh để tồn tại; cạnh tranh bên ngoài, cạnh tranh cả trong nội bộ. Những quy luật cạnh tranh, va chạm, tiếp xúc và tan vỡ, đó là những định luật của pháp hữu vi buộc chặt chúng ta trong thế giới hận thù, nghi kỵ. Bằng trí tuệ hữu lậu, chúng ta không thể nghiệm được bản chất ấy

của pháp hữu vi; nên khi dẫn thân vào đời, chúng ta tự biến mình thành một nhân tố của đấu tranh ở đời; khiến cho trường đời đấu tranh càng trở nên khốc liệt hơn nữa.

Những người học Phật như chúng ta đến với Phật pháp để tìm sự an lạc. Có điều, tất cả chúng ta đều trải qua một chiêm nghiệm rằng, cái an lạc mà chúng ta tìm thấy có lẽ quá ít, trái lại những cái phiền muộn, hay nói cách khác là những sân si phiền muộn, những cái đó còn quá nhiều chung quanh chúng ta. Nguyên do bởi đâu?

Chúng ta học Phật, chưa thể học với cái tâm vô lậu được, mà còn phải học với cái tâm hữu lậu; đó là điều tất nhiên vì khi tất cả chúng ta còn là phàm phu. Tâm hữu lậu là cái mà đụng tới vật gì thì nó làm cho vật đó càng thêm vấy bẩn. Như mang cái khăn bẩn mà lau chùi thì không làm cho đồ vật sạch hơn, mà trái lại càng làm cho bẩn thêm. Chúng ta nói là mình học đạo và phụng sự đạo nhưng thực tế là đang làm rối đạo.

Đức Phật sau khi thành đạo, trước khi thuyết pháp, Ngài nói thế này: "Dù Như Lai có xuất hiện hay không xuất hiện thì pháp giới này vẫn thường trú; pháp trụ, pháp vị vẫn như vậy." Đó là pháp tánh thâm sâu mà trí phàm phu của chúng ta không thể hiểu hết. Nhưng điều cơ bản nhất mà đức Phật nói: Luật thế gian là vậy, thiện ác, xấu tốt đều theo quy luật của nó. Đó là luật quan hệ duyên khởi, quan hệ giữa cái này với cái kia. Cũng đất, đá, cát sỏi đó, nhưng với bàn tay thiện nghệ thì chúng được sắp đặt trong mối quan hệ khéo léo để làm nên những tượng Thánh, nhưng với những bàn tay thiếu tài năng thì chỉ làm thành những cái chướng mắt kỳ quái mà thôi.

Trong này, khi chúng ta suy nghĩ việc làm của mình, khi chúng ta đi vào học Phật, đi vào những môi trường đạo tràng, hầu hết đều mong rằng môi trường của chúng ta được êm đẹp và đem lại sự an lạc cho mọi người. Nhưng tới một lúc nào đó, bất chợt chúng ta thấy rằng chính mình cũng trở thành đối tượng của mọi tranh chấp và là nguyên nhân của mọi tranh chấp, là đầu mối của bất an; có ai suy nghĩ để thấy mình đang sai lầm và sai lầm từ chỗ nào? Rất tiếc, chúng ta không thấy được điều đó, mà quy trách nhiệm cho người, cho hoàn cảnh.

Chúng ta học Phật, phải nên như người mới học cắm hoa. Thầy dạy thế nào, người học làm theo thế ấy, cho đến khi thành thạo, nắm vững nguyên lý nghệ thuật và bản chất của hoa. Không phải tất cả chúng ta đều có đủ trí tuệ vô lậu để thực hành Phật pháp, nhưng lại thường xuyên viện lý "tùy duyên



bất biến” để rồi tùy tiện hành xử, khiến cho những lời dạy của Phật được hiểu lệch lạc, dẫn ta đi từ sai lầm này đến sai lầm khác.

Hy vọng rằng, chúng ta học những điều Phật dạy không phải là chấp chặt chữ nghĩa, nhưng trước khi chưa nắm vững được chữ nghĩa thì khoan tự giải thích theo ý mình. Chúng ta đã biết, truyền thống Trung Hoa thường theo truyền thống Thiên, “bất lập văn tự, giáo ngoại biệt truyền” – coi văn tự chỉ là phương tiện. Song, các Tổ sư cũng dạy lại câu nói mà chúng ta cần suy gẫm: “Y kinh giải nghĩa tam thế Phật oan” – căn cứ theo kinh mà giải thích từng chữ, từng nghĩa thì đó là chúng ta vu oan cho ba đời chư Phật; và “ly kinh nhứt tự tiện thành ma thuyết” – rời kinh một chữ để mà giải thích theo ý mình thì cái đó trở thành ma thuyết. Không học Phật, không đọc kinh điển, làm theo kiến thức nông cạn của mình, mà tự nghĩ rằng ta đang phụng sự Phật pháp bằng phương tiện tùy duyên để đấu tranh với đời, thế thì cũng khó mà biết được cái nào tà, cái nào chánh, cái nào ma, cái nào Phật? Thôi thì cứ tạm thời bằng lòng với trí tuệ thấp kém của mình; cố hiểu theo văn tự rồi sau mới tự giải thích, tới một lúc nào đó đủ khả năng thì mới “tùy duyên bất biến”. Bằng phương tiện, chúng ta tùy theo duyên, tùy theo hoàn cảnh mà thực hiện Phật pháp. Song để đạt đến trình độ “tùy duyên bất biến” thì chúng ta phải biết rằng, trong quá trình tu chứng, chúng ta phải trải qua hai a-tăng-kỳ kiếp, đến a-tăng-kỳ kiếp thứ ba mới đạt đến địa vị “tùy duyên bất biến” của hàng Bồ-tát. Cho nên, chúng ta phải thận trọng với cái tùy duyên bất biến này. Nếu không, như trong thực tế, chúng ta đã thấy rồi, đa số nói “tùy duyên bất biến” mà thực chất là biến hết. Vì tâm ta đang là đất bùn chứ không phải kim cương bất hoại. Đất, đá, sỏi, cát... tùy theo bàn tay của con người, nó biến thiên hình vạn trạng, biến thành Thánh, biến thành phàm, không có cái gì là không biến, tùy theo điều kiện mà nó biến hóa; chỉ trừ khi đạt đến Phật tánh, thấy rõ chân tâm thì lúc đó mới nói được rằng “tùy duyên bất biến”.

Đây là điều mà chúng ta mượn giáo lý Phật, mượn chữ nghĩa rồi giải thích theo ý mình, làm theo ý mình và cho rằng đó là chân lý. Chính chỗ này, chúng ta tạo ra những va chạm không thể tránh được, biến trường học Phật thành trường tranh chấp quyền lợi như thế gian. Điều này, chúng ta cần phải nghĩ lại; mỗi người trong chúng ta đều có đóng góp vào đó một phần.

Trong buổi lễ Phật đản hôm nay, quý Thầy, quý Cô và quý Phật tử dành cho tôi vài phút để nói chuyện. Tôi cũng không có điều gì để nói nhiều hơn, chỉ lập đi lập lại những điều chúng ta đang học, có thể là chấp lại những điều mà chúng ta đã học. Chỉ mong rằng, những điều mà chúng ta học từ Phật, đó là từ bản thân những giáo lý vô lậu, giáo lý đem lại an lạc; không biến những cái mà chúng ta đang học trở thành những cái tranh chấp hận thù, không biến giáo lý thành những cái nguyên nhân của tranh chấp hận thù; không để trường học Phật trở thành sân khấu tranh giành quyền lợi với thế gian. Giống như chúng ta lau chùi tượng Thánh, chớ để cho khăn bẩn mà vô tình làm hoen ố tượng Thánh. Có lẽ trong lễ Phật đản này, đây là tâm nguyện riêng, suy nghĩ riêng của tôi. Mong rằng, trong các Thầy, các Cô, các Phật tử có thể chia sẻ những điều này, thì đây cũng là điều mà tôi cũng cảm thấy rất là hoan hỷ.

ĐƯỜNG BAY MÂY VÔ THƯỜNG

*ngắm sen từng búp nở
hương thoảng ngát đưa bay
gió qua sương lay động
hạ về rớt trên tay.*

*dưới ao thôn nữ hái
bóng hiện lá che nghiêng
lung linh chao mắt nước
ảnh chìm ao toả hương.*

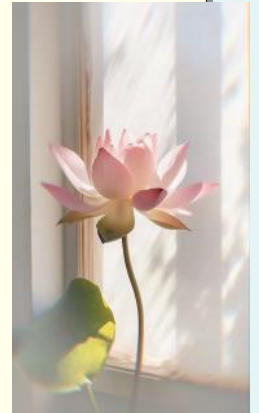
*ráng mai hồng nở sắc
ngày rạng ngát đưa hương
chim tha hương về rải
đường bay mây vô thường.*

*trên tay hoa thơm ngát
sen từ bùn mà ra
hỏi hương từ đâu lại
bùn lắng dòng phù sa?*

*sư về am tĩnh tọa
không diệt mắt niệm sau
mà lia xa hiện tượng
hiện tại biết Phật nhau!*

*tâm, không sinh niệm trước
Phật, không diệt niệm sau
hương từ đây tỏa ngát
Phật từ chúng sanh ra.*

thơ **PHỔ ĐÔNG**



Trước khi dứt lời, nhân mùa Phật đản, cũng xin kính chúc quý Thầy, quý Cô và quý Phật tử suốt mùa Phật đản và cả thời gian sau này luôn luôn an lạc, sống trong sự hòa bình an lạc của Phật. Xin lập lại câu nói trọng kinh Pháp cú:

*"Hạnh phúc thay chư Phật xuất hiện
Hạnh phúc thay Chánh pháp được tuyên dương
Hạnh phúc thay chúng Tăng hòa hợp
Hạnh phúc thay các đệ tử Phật cũng hòa hợp và tu hành."*

Xin kính chào quý Thầy, quý Cô và các Phật tử.

[trích Tập san Pháp Luân – số 27, tr. 10, 2006]

LỬA TỪ BI

Lửa! lửa cháy ngất tòa sen!
Tám chín phương nhục thể trần tâm
hiện thành THỜ, quỳ cả xuống.
Hai Vàng Sáng rưng rưng
Đông Tây nhòa lệ ngọc
chấp tay đón một Mặt-trời-mới-mọc
ánh Đạo Vàng phơi phơi
đang bùng lên, dâng lên.

Ôi! Đích thực hôm nay trời có mặt;
giờ là giờ Hoàng đạo nguy nga!
Muôn vạn khối sân si vừa mở mắt
nhìn nhau: tình Huỳnh đệ bao la.

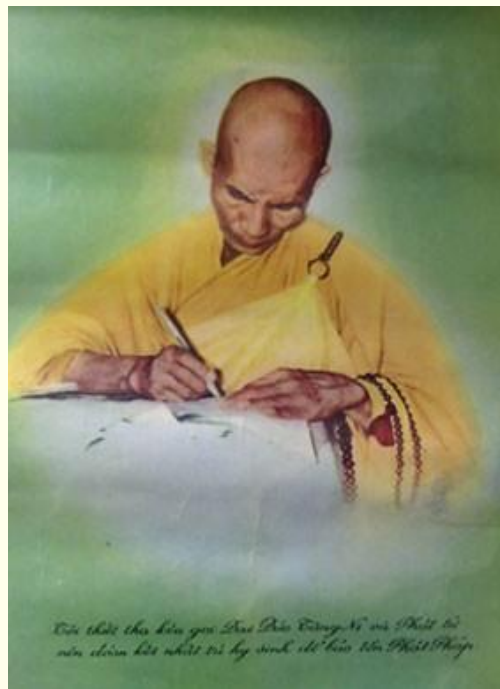
Nam mô Đức Phật Di Đà
Sông Hằng kia bởi đâu mà cát bay?
Thương chúng sinh trầm luân bể khổ
NGƯỜI rẽ phăng đêm tối đất dày
bước ra, ngôi nhập định, hướng về Tây;
gọi hết lửa vào xương da bỏ ngõ,
Phật Pháp chẳng rời tay.

Sáu ngả Luân hồi đâu đó
mang mang cùng nín thở,
tiếng nấc lên ngừng nhịp Bánh xe quay.
Không khí vẩn mình theo
khóc òa lên nổi gió;
NGƯỜI siêu thăng
giống bão lặng từ đây.
Bóng NGƯỜI vượt chín tầng mây,
nhân gian mát rợi bóng cây Bồ Đề.

Ngọc hay đá, tượng chẳng cần ai tạc
lụa hay tre, nào khiến bút ai ghi;
chỗ NGƯỜI ngồi: một thiên thu tuyệt tác
trong vô hình sáng chói nét Từ Bi.

thơ

VŨ HOÀNG CHƯƠNG



Rồi đây, rồi mai sau, còn chi?
ngọc đá cũng thành tro
lụa tre dần mục nát
với Thời gian lê vết máu qua đi.
Còn mãi chứ! Còn Trái-Tim-Bồ-Tát
gọi hào quang xuống tận ngục A-tỳ.

Ôi ngọn lửa huyền vi!
thế giới ba nghìn phút giây ngo ngác
từ cõi Vô minh
hướng về Cực lạc;
văn điệu của thi nhân chỉ còn là rom rác
và chỉ nguyện được là rom rác,
THỜ cháy lên theo với lời Kinh
tụng cho Nhân loại hòa bình
trước sau bền vững tình Huỳnh đệ này.

Thổn thức nghe lòng trái Đất
mong thành quả Phúc về cây;
nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật;
đồng loại chúng con
nắm tay nhau tràn nước mắt,
tình thương hiện Tháp-Chín-Tầng xây.

(Sài-gòn tháng 5, Phật lịch 2507,
tháng 6-1963)

LỬA THIÊNG

Vĩnh Hữu Tâm Không

"Việt Nam Việt Nam!" là ca khúc của Nhạc sĩ lỗi lạc Phạm Duy, được Ông sáng tác vào năm 1966. Lúc ban đầu, bài hát này chỉ là một đoạn khúc nằm trong phần kết thúc của "Trường ca Mẹ Việt Nam", nhưng sau thường được hát thành một bài riêng. Vì giai điệu hào hùng bi tráng, lời ca chứa đựng tinh thần ái quốc nên hồi đó từng được công chúng đề nghị làm quốc ca VNCH thay cho bài "Tiếng gọi công dân" của Nhạc sĩ Lưu Hữu Phước.

Trong "Việt Nam Việt Nam!" có đoạn:

*... "Việt Nam trên đường tương lai,
Lửa thiêng soi toàn thế giới
Việt Nam ta nguyện tranh đấu cho đời!"*

Ngọn LỬA THIÊNG được nhắc đến đó là ngọn lửa nào?

Chính là ngọn Lửa Thiêng Vị Pháp Thiệu Thân của Hoà thượng Thích Quảng Đức!

Ngọn Lửa Thiêng đem tử bi xoá bỏ hận thù. Lấy báo thân, lấy pháp thể làm ngọn đuốc sáng. Lấy tử bi để làm khí giới đấu tranh, không làm hại người.

Ngọn Lửa Thiêng đó không chỉ soi sáng cho đất nước Việt Nam, cho Phật Pháp Việt Nam, cho con người Việt Nam mà là cho tất cả thế giới, thế giới của bao người yêu chuộng Tự Do và Hoà Bình!

Quý đạo hữu có nghi ngờ về điều này không?

Nếu có nghi ngờ, xin đọc trích đoạn ngắn lời thổ lộ của cố Nhạc sĩ Phạm Duy:

... "Và cũng như mọi người dân trên thế giới, tôi bị rung động trước cảnh tự thiêu của Thượng Toạ Thích Quảng Đức. Thấy cái chết đó đẹp quá nhưng vì tài hèn sức mọn nên không đưa được vào tác phẩm lớn như bài thơ LỬA TỬ BI của anh Vũ Hoàng Chương. Tuy nhiên, ngọn lửa thiêng này cũng được tôi ghi lại trong đoạn khúc VIỆT NAM VIỆT NAM."

Nếu đạo hữu vẫn còn nghi ngờ, xin hoan hỷ tra Google để tìm đọc "Hồi ký của Phạm Duy" sẽ thấy chuyện "Ngọn Lửa Thiêng Thích Quảng Đức trong Ca khúc Việt Nam Việt Nam" là điều xác tín!



HÒA THƯỢNG THÍCH QUẢNG ĐỨC VỊ PHÁP THIÊU THÂN TẠI SÀI GÒN NGÀY 11-6-1963
Most Venerable Thích Quảng Đức, who made a self-cremation for the Dharma cause on June 11th, 1963 in Sài Gòn City

TỪ NGỌN ĐUỐC TUỆ 1963 ĐẾN TÌNH YÊU THƯƠNG

Nguyễn Văn Sâm

TÀI LIỆU / SỰ KIỆN

Đã hơn nửa thế kỷ trôi qua kể từ ngày Hòa Thượng Thích Quảng Đức tự thiêu. Ý nghĩa của hành động bi hùng này có nhiều nhưng ngay lúc đó không ngoài việc Ngài đã dùng chính thân xác mình để đốt đuốc soi đường cho những ai dấn thân vào cuộc đàn áp và tranh đấu của Phật giáo dưới thời Tổng Thống VNCH, Ngô Đình Diệm. Hơn 50 năm qua, thời gian đủ để chúng ta bình tâm nhìn lại sự kiện lịch sử này không phải như một kỷ niệm đau buồn, hay bi hùng, cũng không phải như một kiến thức lịch sử cần phải biết mà là để rút ra bài học cho những bước tiến tương lai của dân tộc và cho chính mỗi con người nhỏ bé chúng ta trong cõi ta-bà mê muội này.

Ngày 11 tháng 06 năm 1963, Ngài tự thiêu ngay tại trung tâm Sài Gòn, góc đường Phan Đình Phùng và Lê Văn Duyệt. Thế giới rung động vì cử chỉ tử tôn của Ngài khi chấp tay lạy bốn phương rồi ung dung ngồi xuống kiết già để thực hành việc tự thiêu. Thân xác Ngài chùng một giờ đồng hồ sau đã biến mất. Vàng, biến mất, cuối cùng chỉ còn lại trái tim. Trái tim bất diệt về thực thể và về tượng trưng. Với dân chúng và tín hữu thì trái tim bất diệt thực thể ai cũng thấy được, cũng xuýt xoa thán phục sự linh thiêng của Ngài, thân xác đã thành tro bụi nhưng trái tim không mất. Để lại như một dấu ấn rằng Ngài đã đến thế gian này và đã ra đi theo một cách thể đặc biệt trong một hoàn cảnh nghiệt ngã của đất nước và của Phật giáo, để lại như một chứng tích của lòng dũng cảm, dám tử bỏ chính thân xác mình khi cần thiết. Về tượng trưng thì trái tim Ngài biểu lộ trong hành vi tự thiêu. Người vô minh, mê muội còn chấp nhất đạo này đạo kia, còn ganh tỵ về sự lớn mạnh của một đạo nào đó không phải là đạo của mình nên có những cử chỉ gọi là đàn áp. Mê nên chỉ thấy phần tự do tín ngưỡng của mình mà quên quyền tự do tín ngưỡng của người khác, của thành phần khác trong cộng đồng dân tộc. Mê nên chỉ thấy cần đàn áp để mình được chút vinh danh, chút bổng lộc, chút tư thế trong guồng máy cai trị. Ngọn đuốc thắp sáng lên nếu bằng những vật liệu bình thường thì tác dụng thiết là bình thường, có thể nói là không có gì đáng kể. Đàng này Ngài đã lựa chọn phần quý nhất của con người: mạng sống của

chính mình. Với một người tu hành, tuy được thắm nhuần trong lý thuyết là thân thể này vốn huyền ảo, có có không không, chẳng gì khác hơn là sự kết hợp của ngũ uẩn và tứ đại nhưng về mặt khác cũng

được lưu ý là ta không thể hủy hoại thân thể mình, nó kết hợp với thần thức ta để tạo nên con người ta. Hủy hoại thân xác tức là hủy hoại luôn thần thức của một người, đó là chưa kể đạo lý bình thường nhứt là phụ công cha mẹ sinh thành nuôi nấng, theo lời dạy của Kinh Phật Thuyết Đại Báo Phụ Mẫu Ân Trọng vốn được lưu truyền trong giới Phật giáo đồ từ thế kỷ 17 đến ngày nay bằng bản chữ Hán và cả bản dịch Nôm được phổ biến sâu rộng trong các chùa chiền. Thế nên ta biết chắc rằng trước khi quyết định tự thiêu Ngài đã suy nghĩ thao thức, cân phân coi đây phải là sự cần thiết hay không.

Sự suy nghĩ đó nằm trong hai tài liệu quan trọng mà Ngài để lại là *Đơn Xin Thiêu Thân* gửi cho Giáo Hội Tăng Già Việt Nam viết bằng chữ Quốc Ngữ và *Lời Nguyên Tâm Quyết* viết bằng chữ Nôm mà ít người được biết trong đó có những câu toát lên lòng vị tha của Ngài.

Trong *Đơn Xin Thiêu Thân* Ngài xác nhận rằng mình đi theo con đường chung của Phật Giáo đồ là tranh đấu bất bạo động. Ngài nói rất rõ ràng:

"Nguyên luôn luôn son sắt bền chí với lý tưởng tranh đấu hợp tình hợp lý, bất bạo động của Phật giáo đồ Việt Nam."

Tự thiêu là con đường bất bạo động tuyệt cùng. Không muốn làm đau đớn cũng như làm hại người khác, đau cho người khác đó có bách hại tôn giáo mình, tàn sát tín hữu mình.

Trong *Lời Nguyên Tâm Quyết* mà ta có thể coi là lời tuyệt mệnh của Ngài, ta không thấy một chút xíu giận ghét nào, chỉ thấy lòng Ngài bao la, bình tâm cầu mong cho Tổng Thống Ngô Đình Diệm sáng suốt giải quyết vấn đề êm đẹp, cầu mong cho Tổng Thống lấy lòng bác ái từ bi đối với quốc dân, thi hành chánh sách bình đẳng tôn giáo.

Ta hãy đi vào chính văn bức thư, ở đoạn quan trọng đó:

"Một là mong ơn Phật Trời gia hộ cho Tổng Thống Ngô Đình Diệm sáng suốt chấp nhận năm



nguyện vọng tối thiểu của Phật giáo Việt Nam ghi trong bản tuyên cáo.

Hai là nhờ ơn Phật tử bị gia hộ cho Phật giáo Việt Nam được trường tồn bất diệt.

Ba là mong nhờ hồng ân Đức Phật gia hộ cho chư Đại Đức, Tăng ni, Phật tử Việt Nam tránh khỏi tai nạn khủng bố, bắt bớ, giam cầm của kẻ gian ác.

Bốn là cầu nguyện cho đất nước thanh bình, quốc dân an lạc.

Trước khi nhắm mắt về cảnh Phật, tôi trân trọng kính gửi lời đến Tổng Thống Ngô Đình Diệm nên lấy lòng bác ái từ bi đối với quốc dân, thi hành chính sách bình đẳng tôn giáo..."

Chắc chắn rằng dưới mắt Ngài, Tổng Thống Ngô Đình Diệm không phải là người đối nghịch cần phải triệt diệt, mà chỉ là người vướng mắc trong sự mê lầm nhút thời cho nên Ngài cầu mong Tổng Thống sáng suốt, sáng suốt với vấn đề và sáng suốt áp dụng sự bình đẳng đối với toàn thể quốc dân. Nhút là đem tấm lòng từ bi bác ái của con người mà áp dụng cho toàn thể quốc dân.

Những sự việc xảy ra kể đó, sau ngày Ngài từ thiêu là những sự việc của chánh trị, của sự sắp xếp bàn cờ thế giới, của những bàn tay cao thủ ngoài dự kiến của người Việt Nam, kể cả Ngài.

Trở lại sự kiện từ thiêu. Bình luận, khen chê, trách móc, phục tôn đối với một hành vi nào đó thế nào cũng có, hưởng chi là sự từ thiêu. Đó là chuyện bình thường của cuộc đời xã hội. Tôi chỉ xin lược qua mấy ý từ bài thơ *Lửa Từ Bi* của thi sĩ Vũ Hoàng Chương để soi rõ hơn bài nói chuyện hôm nay.

Thi sĩ Vũ Hoàng Chương coi sự Thiêu Thân này là hành động bi hùng khiến rơi lệ cả thế giới, cả vũ trụ:

"Hai vầng sáng rưng rưng
Đông Tây nhòa lệ ngọc."

Kết quả là:

"Muôn vạn khối sân si vừa mở mắt."

Toàn dân trong nước lúc đó có bớt sân si chẳng? Điều này tùy thuộc nghiệp lực của cả dân tộc: cộng nghiệp của quốc gia Việt Nam ta, việc này liên quan đến nhiều yếu tố, khó lòng mà thấy ngay được.

Mỗi cá nhân có bớt sân si chẳng? Điều này nằm trong cái nghiệp của mỗi con người tại thế này. Hòa Thượng đốt đuốc soi đường, nhưng mỗi cá nhân phải nhìn vào đó bằng chính con tim mình, bằng chính cái tuệ giác của mình để sửa lại đường đi của bản thân cho đúng. Đúng đường đời và đúng đường đạo. Chính mỗi con người thời đó và mãi mãi về sau phải tự rút ra bài học hướng dẫn đời mình. Hòa Thượng chỉ hiển thân mình làm Đuốc Tuệ, chẳng mưu cầu gì ở lời ca tụng, ở bia ký, ở đài kỷ niệm, ở bút giấy ghi công, ở lời ngợi ca sùng thượng:

"Ngọc hay đá tượng chẳng cần ai tạc,

Lúa hay tre nào khiến bút ai ghi..."

Vàng điều của thi nhân chỉ còn là rơm rác."

(*Lửa Từ Bi*, thơ Vũ Hoàng Chương)

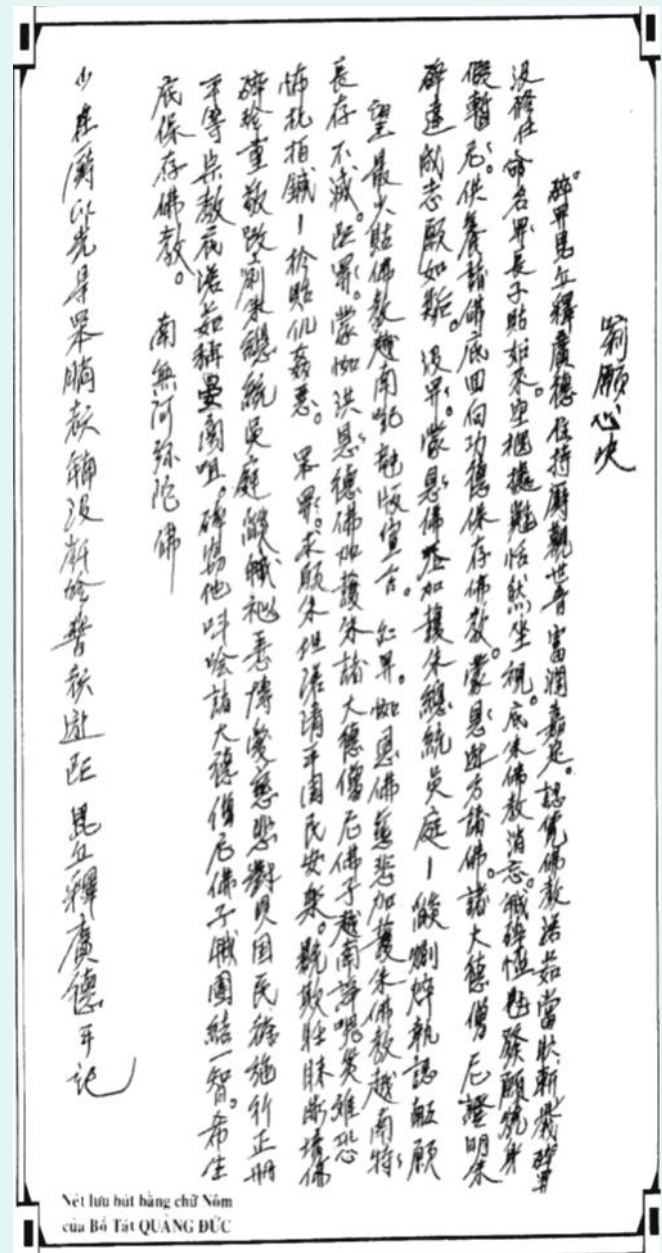
Bài học, cái nhìn ý nghĩa từ hành động của Ngài và sự cố gắng của mỗi người để thực hành bài học đó mới đáng kể, kỳ dư chỉ là phù phiếm, vô ích hay lợi dụng. Ngọn đuốc Tuệ đã được thắp lên, soi tỏ cho chúng sinh để từ đó giúp chúng sinh thoát khỏi mê lầm. Nhưng chúng sinh có mở mắt chăng mới là điều quan trọng.

Tiếp theo ngọn đuốc Tuệ của Ngài, nương theo ánh sáng đạo mẫu dẫn dắt nên trong suốt thời gian

mấy mươi năm trôi qua, biết bao nhiêu Tăng Ni đã theo gương ngài mà dùng chính thân mình soi sáng đường cho thế gian bớt mê lầm, không phải chỉ trong nước Việt ta mà ở trong các nước Phật giáo khác nữa. Tây Tạng là một trường hợp điển hình với ít nhất hơn vài trăm cuộc tự thiêu mà báo chí có thể biết được.

Nhưng than ôi, con người vốn dễ mê lầm nên nhân loại còn chiến tranh, còn chia rẽ và còn đày đọa nhau vì lợi ích của chính mình và gia đình mình. Chúng ta hằng năm ôn lại hành động của Ngài để cố thoát ra ngoài những mê lầm bởi vì "*Tinh thời Là Phật, Mê là Chúng Sinh*" (Toàn Nhật Quang Đài).

Vì Ngài đã thành một nhân vật lịch sử sáng giá. Hành động của Ngài là hành động đặc biệt trong lịch sử Việt Nam, tuy vô tình nhưng đem đến hệ quả làm thay đổi một giai đoạn lịch sử của Việt Nam Cộng Hòa cho nên nhà cầm quyền hiện tại ở VN cố lái ý nghĩa của sự tự thiêu này, cố mập mờ



về tiểu sử của Ngài, cố tạo cho Ngài một ý muốn mà tôi biết rằng thâm tâm Ngài không hề có là:

(1) Muốn đánh đổ chế độ Cộng Hòa của Miền Nam, và

(2) Đòi cho được sự không kỳ thị tôn giáo đối với Phật giáo ở giai đoạn 1963.

Thật ra theo tôi Hòa Thượng Thích Quảng Đức không chủ trương hai điều này: Xin xem lại Lời Nguyễn Tâm Quyết:

"Bốn là cầu nguyện cho đất nước thanh bình, quốc dân an lạc."

Cầu nguyện cho đất nước thanh bình, quốc dân an lạc nghĩa là không có đánh giết nhau để giành dân chiếm đất, không có giết hại dân đen vô tội, không có khủng bố viên chức, càng không có chuyện làm sụp đổ chế độ nọ để áp dụng chế độ kia. Chuyện đánh đổ chế độ của Tổng Thống Ngô Đình Diệm là chuyện chắc chắn không có trong ý niệm của Ngài Quảng Đức khi Ngài toan tính thực hiện chuyện tự thiêu.

"Trước khi nhắm mắt về cảnh Phật, tôi trân trọng kính gởi lời đến Tổng Thống Ngô Đình Diệm nên lấy lòng bác ái từ bi đối với quốc dân, thị hành chính sách bình đẳng tôn giáo..."

Tổng Thống nên lấy lòng bác ái đối với quốc dân, thị hành chánh sách bình đẳng tôn giáo có nghĩa là bình đẳng đối với **tất cả** tôn giáo, không có một sự quá trọng đối với bất cứ một tôn giáo nào mà coi thường *những* tôn giáo khác. Sự đòi hỏi của Ngài tuy không nói ra rõ ràng nhưng hàm chứa phải có **sự bình đẳng** đối với 4 tôn giáo lớn của Miền Nam là Thiên Chúa giáo, Phật Giáo, đạo Hòa Hảo, Cao Đài giáo... Đòi hỏi **sự bình đẳng chung** cho các tôn giáo hiện diện trong nước vượt trên sự đòi hỏi không bị kỳ thị chỉ riêng cho tôn giáo của mình. Tâm hồn cao đẹp của Ngài nằm trong mấy chữ vừa nêu lên: **bình đẳng tôn giáo**.

Xin nói thêm một lần nữa về sự tự thiêu.

Tự thiêu khác với 'đánh bom tự sát' về nhiều mặt. Tự thiêu không có mục tiêu sát thương dân chúng và chức quyền của đối phương càng nhiều càng tốt. Cũng không có ý rằng cái chết của mình sẽ được đền bù gì đó cho mình ở Thiên Đàng hay Niết Bàn trên thượng giới hay là sự vinh danh ở cõi đời này... Tự thiêu là **hành vi vô hóa** xác thân mình bằng **đường hòa bình**, đem từ tâm mình thức tỉnh mê tâm của bên phe mà mình đương nói chuyện với. Tự thiêu do đó được nể phục bởi phe đương đối thoại, được kính trọng khắp nơi trên thế giới do mình hiểu thấu sự huyền ảo của thân xác mà hành động, do thấu hiểu sự tử bi mà đem thân làm đuốc soi đường để giải quyết bế tắc.

Một bài thơ nhỏ trong một tác phẩm xưa (Tuông Lô Phong Tháp, thế kỷ 19) như sau, diễn tả

sự có-không của tất cả mọi thứ theo quan niệm của người thấu hiểu Phật đạo, chắc chắn rằng Ngài Thích Quảng Đức đã đọc hay ít nhất đã nghiền ngẫm những ý tưởng tương tự rải rác đây đó trong các kinh kệ:

Tự không nhi sắc, sắc nhi không,

自空而色色而空,

Tịch tịch hư vô lý mạc cùng.

寂寞虛無理莫窮

Thổ giác trượng khiêu đàm để nguyệt,

兔角杖挑潭底月

Qui mao thẳng truyện thụ đầu phong.

龜毛繩傳樹頭風



Dịch:

Tự không thành có, có thành

không,

Tịch tịch hư vô, lý chẳng

cùng.

Sừng thỏ đem khều trăng đáy

nước,

Lông rùa lại buộc gió trên cây.

Vâng! Sừng thỏ vốn không có, trăng đáy nước như có *mà cũng là không* nên không thể dùng sừng thỏ để khều lấy trăng dưới đáy nước được.

Lông rùa vốn không hiện hữu, gió trên đầu cây như có *mà cũng là không* nên không thể dùng lông rùa để buộc gió trên đầu ngọn cây được.

Thì sự có - không của thân xác một đời người chỉ là một sát na của thời gian miền viễn, có gì đâu là quan trọng. Thì một người liễu đạo tự thiêu vì lý do chánh đáng cũng là lẽ bình thường.

Xưa Đức Phật một đêm nọ bỏ cung điện ra đi và nguyện: 'Ta sẽ trở về khi thấy Đạo, khi giải thoát nhân gian thoát bể sâu đau.' Bể sâu đau của nhân sinh, cách này hay cách khác, do Sinh Lão Bệnh Tử và do

lòng sân si, đam mê vọng động của **Tâm thường tình** ở bên trong mỗi con người.

Đức Phật *ngày xưa bỏ hết* để đi vào rừng tìm đường cứu vớt nhân sinh, *năm 1963* Hòa Thượng Thích Quảng Đức **bỏ hết** để đi vào lửa trao ra một thông điệp yêu thương, bình đẳng, *ngày nay* tuổi trẻ Việt Nam cũng đang bỏ hết để hằng ngày gióng lên tiếng chuông cảnh tỉnh đại họa mất đất, mất biển, mất nước, mất tự do.

Con đường thương yêu đồng loại, thương yêu đồng bào là con đường liên tục nhưng thể hiện bằng nhiều cách thế. Cái khó là *nhìn thấy* con đường đúng, con đường phù hợp với từng người! Cái khó vạn nan kế tiếp là bước lên đi vào *hành động*...

Nam Mô A Di Đà Phật.

Nguyễn Văn Sâm

(Nguyên Giáo Sư tại các Viện Đại Học Vạn Hạnh, Cao Đài, Hòa Hảo trước năm 1975)



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. 1st St., Santa Ana, CA 92703 * Phone: (714) 571-0473

THÔNG BÁO SỐ 1
AN CƯ KIẾT HẠ PHẬT LỊCH 2568 – NĂM 2024
và ĐẠI HỘI KHOÁNG ĐẠI NHIỆM KỲ 2024 -2028

NAM MÔ BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT

Kính bạch Chư Tôn Đức Trưởng Lão Hoà Thượng, Thượng Toạ, Đại Đức Tăng, Ni cùng quý Cư Sĩ, GDPT thành viên Giáo Hội

An Cư Kiết Hạ là thời gian để Chư Tôn Đức Tăng, Ni thúc liễm thân tâm, vun bồi giới đức cho chính mình. Chư Tăng, Ni có vận tập về một trú xứ để cùng nhau tu tập thì chư vị thiện nam tín nữ Phật tử mới phát tâm ngoại hộ, vun trồng ruộng phước, gieo hạt giống lành, tài bồi phước thiện cho đời này và đời sau, cả hai đời đều có công đức. An Cư Kiết Hạ đem lại sự bình an và hạnh phúc. Bình an cho con người, và hạnh phúc cho chư thiên được nghe lại lời Phật dạy.

Năm nay Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ, sẽ tổ chức An Cư Kiết Hạ một tuần lễ, cũng như Đại Hội Khoáng Đại:

TẠI: TU VIỆN ĐẠI BI

ĐỊA CHỈ: 13852 Newland St., Garden Grove, CA 92844

THỜI GIAN: Từ thứ Hai, ngày 10/06/2024 đến thứ Hai, ngày 17/06/2024.

MỌI CHI TIẾT VÀ GHI DANH AN CƯ KIẾT HẠ XIN GỌI:

SƯ CÔ TRUNG CHÂU 714 820 3739

Đại Hội Khoáng Đại sẽ khai mạc vào lúc 2 giờ chiều thứ Sáu ngày 14/06/2024 và bế mạc lúc 5 giờ chiều thứ Bảy, ngày 15/06/2024.

KÍNH LƯU Ý TUẦN LỄ AN CƯ:

1) SÁNG THỨ HAI, NGÀY 10/06/2024: sắp xếp phòng ốc cho Chư Tăng Ni tham dự An Cư.

2) CHIỀU THỨ HAI, NGÀY 10/06/2024: 7 giờ chiều họp Tăng, cung an chức sự, và các phân ban Trường Hạ.

3) THỨ HAI NGÀY 17/06/2024: Lúc 5 giờ sáng làm Lễ Tự Tứ, giải giới trường. Trưa ăn cơm quá đường, và hoàn mãn. Chư Tăng Ni trở về Bôn Tự.

Kính thông báo này đến Chư Tôn Đức Tăng Ni để tiện bề sắp xếp các Phật sự tại địa phương mà tham dự An Cư cùng với Đại Tăng trong tinh thần tương kính, tương thuận, tương giáo, tương sám như luật định.

Kính chúc quý Ngài và Quý Cư Sĩ, GDPT thành viên Giáo Hội luôn được khỏe mạnh, an lạc để tiếp tục hoàn thành các Phật sự của Giáo Hội trên tinh thần phụng sự chúng sanh là cúng dường Chư Phật.

Nam Mô Công Đức Lâm Bồ Tát Ma Ha Tát.
Santa Ana, California ngày 01 tháng 01 năm 2024
Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK

Chủ Tịch

Sa Môn Thích Tín Nghĩa

Từ cú lục bát về "CHÁNH PHÁP"

CHÁNH PHÁP

Từng lời vàng ngọc quang minh
Ngục tù lộ diện, gập ghềnh bày phơi
Ngón tay, vầng nguyệt kia rồi
Đuốc soi tự thắp vượt đời khổ đau.

THAY

Lửa phùng phục cháy trong Tâm
Mắt long sông sọc, cơn sân hận trào
Hộp câu pháp nhũ ngọt ngào
Nấm thơm, rau sạch thay vào rác dơ.

TÂM CHÁNH

Lấy trí dũng, lấy thật thà
Lấy nhân lễ nghĩa trừ tà ngoại thân
Chỉ là sắc tướng quý thần
Giữ Tâm chánh vững vạn lần an vui.

PHÁP MÀU

Chuyển ao bùn vượt đời cao
Chuyển trên tuyết đỉnh rơi vào hố sâu
Chuyển vô minh sáng pháp màu
Chuyển tình giã chết qua cầu tái sinh.

PHÁP HÀNH

Tự mình cởi trói chân tay
Dụng Tâm tháo bỏ những dây buộc ràng
Đương đầu ngẩng mặt hiên ngang
Khoan dung đối chọi, khê khàng nhường lui!

PHÁP NHỮ

Lành thay pháp nhũ chảy trôi
Qua sông tấp bển, qua người ghé tâm
Qua nương động xuống hố hầm
Qua phường phố rộn hời thăm nhân tình.

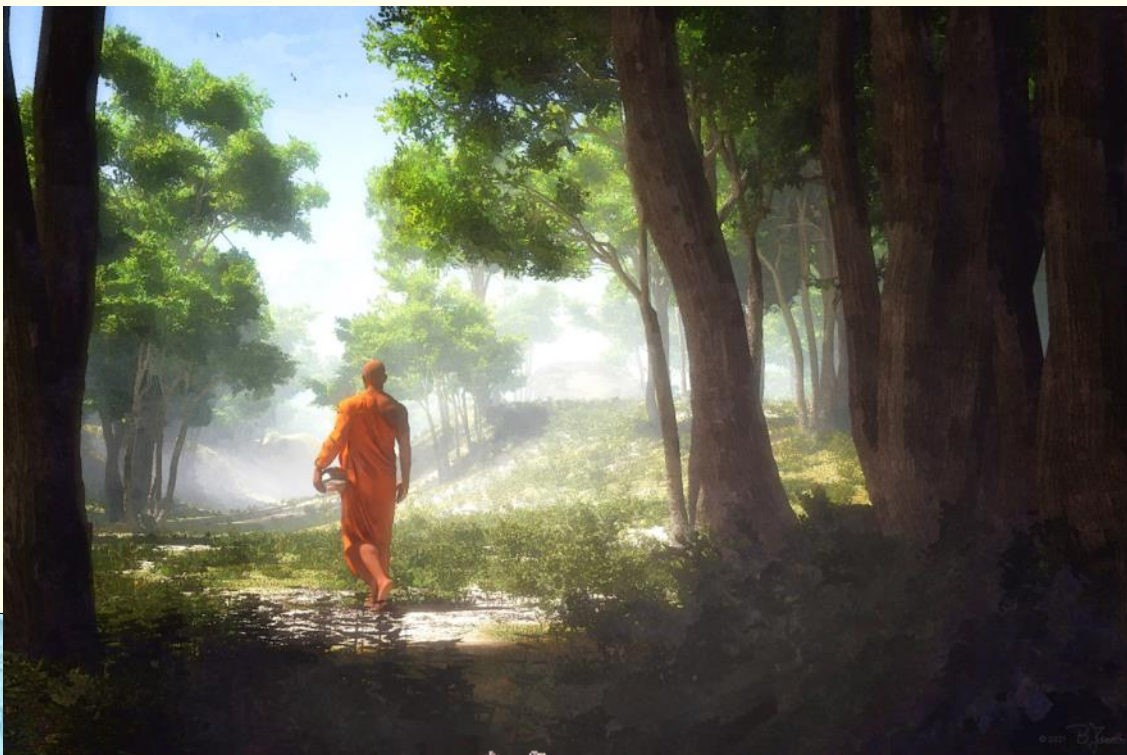
KHỎI NHỜ

Tìm đâu cao thăm thăm thăm
Tìm đâu xa xăm xăm xăm mơ hồ
Một nguồn pháp nhũ sò sò
Hằng ngày tu tập khỏi nhờ thánh tiên!

PHÁP NHIỆM MÀU

Dang tay ôm Pháp nhiệm màu
Lạ quen hòa một cùng nhau yêu đời
Ôm một lần để thành thời
Trái lòng mình để cùng người hoan ca.

thơ **VĨNH HỮU TÂM KHÔNG**



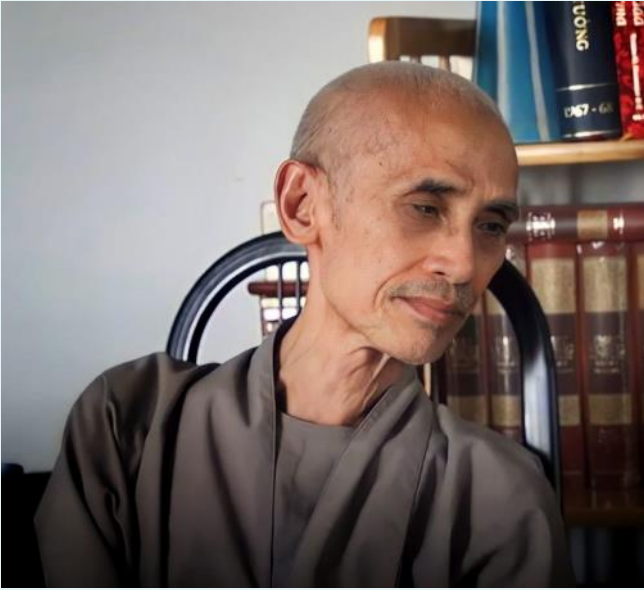
HÒA THƯỢNG THÍCH TUỆ SỸ

Một Bậc Thầy Uyên Bác, Kỳ Vĩ

của Nhiều Thế Hệ Tăng Ni Sinh và Cư Sĩ Phật Tử

Thích Nguyên Siêu

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN



I. Cảm Niệm Ân Đức Của Bậc Thầy Giáo Thọ

Sau khi mãn niên Khóa 69-70 nơi Tu Viện Nguyên Thiệu, Quy Nhơn, Bình Định, lớp học tăng được chuyển vào Phật Học Viện Nha Trang, tiếp tục học phổ thông trường Bồ Đề niên Khóa 70-71 để tam lúc bấy giờ. Chương trình này, anh em học tăng học được nửa niên Khóa thì không học nữa, vì Phật học viện mở lớp Phật học Trung đẳng Chuyên khoa, do vậy mà cả lớp đệ tam, học trường Bồ Đề lúc bấy giờ đều chuyển qua học Trung Đẳng Chuyên Khoa Phật Học, Hải Đức Nha Trang. Đây là một bước ngoặt đáng kể cho sự tô bồi kiến thức Phật học, mà người trực tiếp giảng dạy - thân giáo sư, chính là Hòa Thượng Thiện Siêu, Hòa Thượng Trí Nghiêm, Hòa Thượng Đồng Minh, Thầy Tuệ Sỹ...

Suốt bốn năm học Trung Đẳng Chuyên Khoa, ngày hai buổi ôm sách vở đến lớp ngồi đều đặn, Thầy Tuệ Sỹ cũng ngày hai buổi đến lớp với anh em học tăng như là bốn phận trách nhiệm của bậc Thầy chăm lo đàn con, đàn hậu học không bỏ sót một giờ. Thầy dạy trò học. Thầy dò bài trò không thuộc, Thầy bỏ lớp về phòng, một đôi sau, Thầy trở lại nói: "Tui dạy quý Thầy phải ráng mà học. Học cho quý Thầy chứ chẳng phải học cho tui. Khi xưa tui học đâu có được lớp lang như quý Thầy. Nếu quý Thầy học mà không thuộc bài, tui sẽ không dạy nữa." Chỉ bấy nhiêu lời nói thôi, mà cả lớp im phăng phắc vì sợ Hòa Thượng Đồng Minh biết Thầy bỏ dạy là có chuyện lớn. Vì Hoà Thượng Đồng Minh rất thương quý Thầy Tuệ Sỹ. Do vậy mà Hoà Thượng đã để Thầy Phước An lúc bấy giờ gần gũi với Thầy để cùng uống trà trò chuyện cho vui, cũng như giúp đỡ công việc hằng ngày. Bây giờ Thầy Phước An đã thành Hòa Thượng rồi, và là một cây bút gao cội trên diễn đàn văn học Phật giáo hôm nay. Hòa Thượng Đồng Minh lo cho Thầy Tuệ Sỹ đầy đủ mọi phương tiện, nhưng Thầy Tuệ Sỹ đã không thọ nhận gì cả, ngoài ba bộ đồ vật hò, chiếc áo nhật bình hai vạt phai màu, dài tới đầu gối đơn sơ, mộc mạc chừng ấy, đi đôi dép lẹp xẹp.

Thầy không sang cả, không cầu kỳ, không xa hoa phung phí. Thầy chỉ có một thân hình ốm teo. Một đôi mắt sâu thẳm. Một chiếc trán cao, và đôi tay gầy để đánh máy chữ - bàn máy đánh chữ lúc bấy giờ, nghe như mưa rào, nhanh, liên tục. Đôi tay gầy đó còn đánh dương cầm, guitar, và cầm bút lông để viết chữ thảo Vương Hy Chi... cầm phấn đứng trên bục giảng viết chữ nhỏ, giảng văn học Trung Hoa: "Lạc hà dữ cô vụ tễ phi, Thu thủy cộng

Miệt mài giảng dạy, dịch thuật, làm thơ, đánh đàn, viết chữ thảo và phổ diễn những tư tưởng triết học của hai nền văn hóa Đông Tây từ thời thập niên 60, 70 đứng trên bục giảng của Đại Học Vạn Hạnh, cũng như Viện Cao Đẳng Phật Học Chuyên Khoa Hải Đức Nha Trang, Thầy cũng có lắm lúc mộng kiêu hùng của Phương Trời Viễn Mộng trời dấy, và cứ thế mà dong ruổi bằng đôi chân trần, bằng đôi vai gầy qua những rặng đồi lau, rừng già, cỏ mục, lá úa, ăn sương nằm nắng trên những cánh rừng hoang vu nơi miền cao nguyên dân dã, nơi miếu cô hồn, hay lưng đèo heo hút. "Bất đắc chí độc hành kỳ đạo". Chỉ đi một mình và một mình để xới lên những luống đất mới trồng những dĩa cà non, vòng rau, liếp cải mà vui niềm đạo vị, dưới mái am tranh, độc cư Thiền định. Dù ai xuôi ngược bốn ba cái danh, cái lợi, cái huyền mộng của cuộc đời, nhưng riêng mình thì sinh ra giữa lòng quê hương, dù có đắng cay chông chất, dù có nghiệt ngã đủ điều, giữa dòng đời phé dưng dầu bể, Thầy vẫn chẳng hề lay động, mà còn khẳng định với chính mình là sinh ra ở đâu, thì chết ở nơi đó. Sinh ra giữa lòng đất mẹ Việt Nam thì lúc nhắm mắt cũng lấy năm đất Mẹ Việt Nam mà phủ lấp thân ngũ uẩn này. Sá chi những tù đày, keo cực gian khổ, chỉ là chất liệu nuôi lớn chí hùng, của bậc Đại Trí. Đại Từ, Đại Hỷ, Đại Xả.

tràng thiên nhất sắc." Thầy sống với anh em học tăng thật giản dị, ăn uống như anh em học tăng, sinh hoạt như anh em học tăng, không có chế độ đặc biệt. Chỉ có điều đặc biệt là Thầy quá thông minh, bác học hơn anh em học tăng. Thầy có một tâm hồn tuyệt vời, cao vút, hơn người. Thầy có một trời kinh, luật, luận. Thầy có, có tự thuở nào. Có từ thời tiền kiếp, từ thuở Đạo Sư, mà ngày hôm nay Thầy đã thị hiện như một bậc Tam Tạng Pháp Sư lầu thông kinh điển. Thầy có cả một tâm hồn thơ văn ngất ngưỡng, chơi với - Giấc mơ Trường Sơn. Phương Trời Viễn Mộng. Ngục Trung Mị Nữ:

*"Ta không buồn, có ai buồn hơn nữa?
Người không đi, sông núi có buồn đi?
Tia nắng mỏng soi mòn khung cửa;
Để ưu phiền nhuộm trắng hàng mi."
"Rồi trước mắt ngục tù thân bé bỏng.
Ngón tay nào gõ nhịp xuống tường rêu.
Rồi nhắm mắt ta đi vào cõi mộng.
Như sương mai, như ánh chớp, mây chiều."*

*"Phụng thử ngục tù phạm.
Cúng dường Tỏi Trắng Tôn.
Thế gian trường huyết hận.
Bình bát lệ vô ngôn."*

"Đây bát cơm tù con kính dâng
Cúng dường Đức Phật đấng Tôn Thân
Thế gian chìm đắm trong máu lửa
Lệ nhỏ không lời, lòng xót thương."

*"Vấn dư hà cổ tọa lao lung?
Dư chỉ khinh yên bán ngục trung.
Tâm cảnh tương trì kính lữ mộng.
Cổ giao già tòa diện hư ngưng."*

"Hỏi mình sao phải lao tù?
Song thưa cửa ngục có tù được mây?
Kiên trì cuộc lữ vàng bay
Lời xưa còn đó phút giây không sờn."

Bao tiếng dương cầm trong buổi ban mai chỗi nhịp, trong thư phòng, sách vở ngổn ngang chất chồng, loại nào cũng có, tiếng gì cũng đủ và bản thảo nào cũng dở dang còn đó. Như một Tô Đông Pha Phương Trời Viễn Mộng. Một Heidegger bước nhảy của con chim Hồng. Triết học Tánh Không. Huyền thoại Duy Ma Cát. Trắng Man Giàng Luận... Đa thưa nhiều lắm, không kể và không nói hết với một số học con của anh em học tăng thời ấy.

Vào những buổi chiều sau giờ cơm, Cô Bảy cho ăn một cách giản tiện, trời êm ả, mát không gió, Thầy và vài anh em học tăng lên đồi tháp sắt ngồi mà kể chuyện vui. Thầy kể chuyện tiếu lâm nhà Thiền trong ý vị thân tình, giữa Thầy trò không có sự ngăn cách, thật gần gũi. Thời ấy cuộc sống của Phật Học Viện thật êm ả. Không có sự xáo trộn nào từ ngoại cảnh. Thầy chỉ lo giảng dạy. Học tăng chỉ lo mà học. Thầy trò sống đậm đà tình thương yêu kính trọng. Cứ thế thời gian bốn năm trung đẳng trôi qua như giấc mộng. Nhớ lại ngày nào Thầy từ Vạn Hạnh-Sài Gòn ra Nha Trang để đảm nhận việc giáo thọ. Giờ này thì đã tốt nghiệp Trung đẳng chuyên khoa rồi.

Từ dáng dấp trên chiếc ghế ngồi. Từ hình dáng trên bảng viết. Từ âm ngôn của giọng Quảng Bình-Paksé, Lào của Thầy đã làm cho anh em học Tăng có một sự quý kính mới lạ, gần gũi không khoảng

cách. Đơn sơ, dụng dị của một bậc Thầy đã đem cái sở học vốn có của mình, mong trao truyền lại cho thế hệ mai sau, nhưng có điều đáng tiếc là anh em học tăng không đủ kiến thức để tiếp nhận kiến văn quảng bác trác việt của Thầy trao truyền. Ngày tháng dần trôi đến ngày thi tốt nghiệp Cao Đẳng.

II. Thời Gian Lắng Động Theo Từng Hơi Thở

Đây là lúc mà anh em học tăng phải chong đèn để học thi lên Cao Đẳng. Phía sau Tầng đường là một hành lang rộng. Trên vách tường là một dãy bảng đen và đèn sáng suốt đêm. Học tăng chỉ có học và học. Chỉ có ôn bài một cách không ngừng nghỉ. Sau bốn năm tiếp nhận được bao nhiêu thì giờ này, giờ ra mà ngẫu nhiên lại, ráng mà nuốt hết vào bụng để mà thi, mà đậu, mà rớt, mà buồn, mà vui lẫn lộn; kể ở người đi thời gian ân tình khó nói, có ai ở trong cuộc mới hiểu nỗi niềm. Người đậu thì được ở lại Viện tiếp tục lên Cao Đẳng, còn người rớt thì phải dự thính hay trở về Bổn Sư, chùa mình. Đây là một tâm trạng của đời học tăng.

Vào thời gian thi lên Cao Đẳng, Thầy là người ra đề thi khó nhất, chấm điểm đúng nhất bằng giá trị của bài làm, không thiên vị hay nể tình Thầy trò gì hết. Khi nào bách bộ, chuyện trò thì thoải mái bình đẳng, tự nhiên thanh thản, còn bây giờ là thi để tô bồi kiến thức, kiện toàn khả năng để làm việc Phật, nên Thầy đã nói: "*Quý Thầy hãy học và học thật sự cho mình một kiến văn uyên bác để phụng sự cho Phật Pháp, và không uổng phí công lao của quý Ôn lo lắng. Thời của tui học khác, thời của anh em học khác, nhưng mục đích là một. Ôn Già Lam tuổi đã già. Ôn Trí Nghiêm, Ôn Đồng Minh cũng vậy, nhưng quý Ngài không nề hà gì hết, chỉ chăm lo đào tạo Tăng tài."*

Thầy luôn nhắc nhở, đừng cô phụ của đàn na tín thí, Phật tử cúng dường cơm ăn, nước uống, sách vở để học thì mình phải trả lại công ơn bằng cách nỗ lực học tập chu đáo, đàng hoàng, vì của đàn na tín thí khó tiêu.

Những giờ thi được tổ chức tại lớp học, thỉnh thoảng Thầy chấp tay sau lưng đi qua một vòng, nét mặt nghiêm nghị, không như khi trước Thầy trò nói cười trên kim thân Phật Tổ, nơi tháp sắt, lầu chuông... Thầy Nguyên Hồng chống dù đứng nhìn nơi góc phòng bên trái, trông có vẻ như một thầy "*Tân Tăng*", trong dáng dấp tân tiến thời đại, làm cho không khí càng căng thẳng, anh em học Tăng chẳng ai dám cựa quậy gì hết, chỉ cúi đầu viết, đúng, sai, hay, dở phó mặc cho Bồ Tát Quan Âm gia hộ. Thời gian một tuần lễ thi năm ngày trôi qua, quả thật là không an nhàn chút nào. Lo lắng, bàng hoàng hiện rõ trên khuôn mặt của anh em học tăng. Nhưng một điều an ủi là có Ôn Già Lam, Ôn Thiện Siêu, Ôn Đồng Minh... luôn có mặt nơi Viện. Ôn Trùng San thì lo cơm nước với trách nhiệm là Giám Sự nên cũng yên tâm, bớt căng thẳng phần nào, đợi đến ngày có kết quả.

Buổi lễ nhận chứng chỉ tốt nghiệp bốn năm Trung Đẳng để bước vào thềm Cao Đẳng Chuyên Khoa được tổ chức tại trai đường, diễn ra thật trang nghiêm, Ôn Thiện Siêu chủ tọa với tư cách chánh chủ khảo. Còn Thầy thì trao chứng chỉ. Ôn Đồng Minh ngồi cầm quạt nhẹ nhẹ, cười cười... trông phát sợ cái oai nghi trời phú. Thời gian học Cao Đẳng chỉ tròn có một năm, vì biển cổ đất nước, nên Viện phải đóng cửa.

III. Bụi Thời Gian Phủ Kín Góc Hải Lũng Lơ:

Ôn Thiện Siêu ở trên cốc của Ôn Già Lam, còn Thầy thì ở trong phòng nơi thư viện, một hôm Thầy họp chúng, trình với Ôn Thiện Siêu Viện trưởng rồi đề nghị anh em học tăng ngồi lại để dịch kinh. Viện Cao Đẳng Hải Đức Nha Trang dịch Trung A Hàm. Viện Cao Đẳng Huệ Nghiêm Sài Gòn dịch Trường A Hàm. Như vậy là có việc để làm mà không thừa thãi thời gian luống qua. Bắt tay vào công việc, anh em học tăng mỗi người nhận một số kinh về phòng chăm lo mà dịch từ Hán Tạng. Ôn Thiện Siêu chứng nghĩa, còn Thầy thì nhuận bút chuyết văn. Thầy Phước An đọc bản thảo còn người viết thì đánh máy trọn bộ Trung A Hàm 5 tập bằng giấy carbon. Chăm chỉ làm việc, những tưởng sóng êm gió lặng, thuyền đời lướt sóng trôi xuôi. Mới vừa dịch xong bộ Trung A Hàm, thì một buổi sớm mai im lìm, cửa đóng then cài mà bóng hình Thầy đã biến đâu mất, anh em học tăng đi tìm mà không thấy. Ôn Đồng Minh, Ôn Trùng San là người lo lắng nhất, và cũng kể từ đây Viện buồn.

Anh em học tăng xa đi một bậc Thầy khả kính mà suốt đời không quên. Làm sao quên được, một thân gầy còm, mà phải làm công việc Giám Học Học Vụ, lo cho cả một chương trình học cấp Cao Đẳng Chuyên Khoa, cho các giáo sư Ngô Trọng Anh, nhà văn Tiểu thuyết Doãn Quốc Sĩ, Giáo Sư Cao Hữu Đính, nhà văn Võ Hồng, thầy Võ Đình Dzũ... Chăm sóc từng giờ học, đi canh thiền từng giờ ngồi của anh em học tăng, không bỏ đêm nào. Dù mưa hay gió, ngọn đồi Trại Thủy, vẫn ôm trọn hình hài Thầy trong những bước chân khuya. Thầy sống với tinh thần giáo dục người một cách trọn vẹn. Giáo dục học tăng một cách nghiêm khắc bằng bản hoài: "Tiếp dẫn hậu lai báo Phật ân đức." Làm sao quên được, đêm càng về khuya ngọn đèn phòng khi tỏ khi mờ vì bị che khuất bóng Thầy bên khung cửa hẹp, từ đó Thầy đã:

*"Bên cửa sổ bên kia đối sao mọc
Một lần đi là vĩnh viễn con tàu."*

Vĩnh viễn con tàu, đi về một mình trên chuyến tàu xuôi ngược về đêm, trên cánh đồng hoang phá rừng, lật đất, trồng bí, tía ngô, thì ra Thầy đã không ở Viện nữa mà đáp chuyến xe lửa xuôi về miền thù dương cát trắng Vạn Giã, Tu Bồng, lên núi để làm rẫy; qua bài thơ Ta Biết:

*"Ta biết mi bỏ rùa
Gặm nhấm tàn dây bí
Ta vì đời tranh đua
Khổ nhọc mồm tâm trĩ."*

*Ta biết mi là để
Cắn đứt chân cà non
Ta vì đời đổ lệ
Nên phong kín nỗi hờn*

*Ta biết mi là giun
Chui dưới tầng đất thẳm
Ta vì đời thiệt hơn
Đêm nằm mơ tóc trắng."*

(Rừng Vạn Giã 76)

Trong thời gian này Thầy sống như thế. Khi thì thoát thầy ở Viện, khi thì Thầy ở rừng Vạn Giã, ở Chùa Linh Sơn một cách phiêu bồng, như Phương Trời Viễn Mộng, như cánh hải âu nghìn trùng bạt gió, vô định:

*"Chân đôi xanh luống cải.
Đời ta xanh viễn phương.
Sống chết một câu hỏi.
Sinh nhai lỗ độ đường."*

*"Giữa Thiên đường rong chơi lâu lồng
Cõi vĩnh hằng mở nhạh rong rêu
Ta đi xuống quây trần hoàn nổi sóng
Đốt mặt trời vô hạn cô liêu."*

Vô trụ xứ Niết Bàn là vô tung của các bậc Đại Sĩ. Đi không đến chốn về không tới nơi, cứ mãi thông tay vào chợ mà vui cùng gió trắng, sơn thủy. Nằm trong chiếc lều tranh trong mùa hạ, nơi miền

quê dân dã, để thấy phượng hồng nở rộ, để nghe rộn tiếng ve kêu mà quên đi bao hình ảnh nhộn nhịp phố thị tung bùng xuôi ngược, và bao nỗi buồn chen, buồn quan bản chức của một xã hội xuôi dòng, trù dập lặn hụp bao rác rưởi rong rêu.

*"Ve mùa hạ chọt về thành phố
Khóm cây già che nắng hoang lương
Đám bụi trắng cuốn lên đầu ngõ
Trên phim đàn lạng lẽ tàn hương
Tiếng ve đội lặn tẩn nốt nhỏ*

Khóc mùa hè mà khô cả đại dương."

Bối cảnh thời đó là tiếng nổ đột biến dội vào tâm thức để dựng thành những vách tường đồng. Trên đỉnh Trường Sơn, trong lòng đại dương, trên cánh đồng hoang vu sinh tử nắng quai Thầy đã đột phá tất cả những huyền tượng thời đại, những thành quách ảo huyền của thế nhân, tục lụy. Thầy đã đi trên cao, trên đỉnh đôi thế kỷ, để dựng thành một bức chân dung thời thượng như thật, chống gậy thiền trên đỉnh Hoàng Liên Sơn, trên núi Yên Tử, trong chốn nhà Thiền, như một lão Thiền Sư khô mộc, mà cho đến hôm nay bức chân dung đó, tượng thiền Tăng đó còn rực sáng trên dòng lịch sử thiền ca, văn học, như các bậc Đạo Sư thời xưa. Đây chúng ta nghe Triết giả Phạm Công Thiện nói: "Một con người vừa là Thi Sĩ vừa là Thiền Sư, vừa là nhà hành động nhập thế với tinh thần vô công dụng hạnh của bậc Bồ Tát. Hành động tích cực, mãnh liệt toàn triệt mà vẫn giữ cảm thức viễn ly và viễn mộng, vì không tham vọng, ích kỷ mù quáng, cho nên nuôi dưỡng cảm thức viễn ly, vì không bị kẹt dính vào tham sân si của thế tục, cho nên mới hàm dưỡng viễn mộng. Tuệ Sỹ là một trong số ít đạo sĩ, thi nhân với pháp khí phi thường là Trí tuệ Bát nhã cùng với lòng Đại bi thương mộng. Tuệ Sỹ là một trong số ít thể hiện được ý nghĩa trọn vẹn của ý thức chính trị toàn diện, ý thức hành động Bị Trí Dũng, dẫn đường soi sáng Thế mệnh của Sử tính quê hương". Và chúng ta nghe tiếp nhà thơ Tâm Nhiên nói: "Bắt chước Phạm Công Thiện, người viết cũng muốn ca ngợi tán thán Tuệ Sỹ, một Thiền Sư Thi Sĩ

vĩ đại, một trái tim kim cương bất hoại vô úy, nhưng ca ngợi làm chi nữa, khi mà tiếng thơ của thi nhân đã làm chấn động rung chuyển cả thế giới hoàn cầu và lan tỏa lạ thường ra khắp vũ trụ mười phương rồi.

Thôi thì chỉ xin kính tặng một bài thơ bình dị:

"Những phương trời viễn mộng đi
Thi ca tư tưởng bước kỳ ảo qua
Đọa đầy một thuở ta bà
Nỗi đau rức cháy thấy ra tốt cùng
Ôi! Giác Mơ Trường Sơn rung
Rúng hồn tim máu chợt bùng vỡ mơ
Kính thiên động địa sống sờ
Đâu chân điện mục của Thơ với Thiên?
Mặc như lời ngời tịch nhiên
Nghe ban sơ vọng ngân huyền diệu âm
Những Điệp Khúc Cho Dương Cầm
Từ vô tận ý vang thâm thiết niêm."
(Tâm Nhiên)

Còn thi sĩ Bùi Giáng thì sao: "Chỉ một bài thơ Tuệ Sỹ đã trùm lấy hết mọi chân trời mới cũ từ Đường Thi Trung Hoa tới Siêu Thực Tây Phương. Bài thơ không đề:

"Đôi mắt ướt tuổi vàng khung trời hội cũ
Ao màu xanh không xanh mãi trên đôi hoang
Phút vội vã bỗng thấy mình du thủ
Thấp đèn khuya ngồi kể chuyện trăng tàn..."

Đồng thời cũng trong thời gian này, Thầy tập chú vào lĩnh vực dịch kinh Tạng A Hàm, Tăng Nhất A Hàm, giảng giải Kinh Thắng Man, Duy Ma Cát... và nhiều thể loại khác. Thầy như lão Tăng miệt mài bên chồng kinh sách. Đây là đĩa mực Tàu, cây bút lông, viết thư Pháp, kia là chiếc máy đánh chữ cũ mềm gõ nhịp không ngắt. Làm và chỉ làm cho một sự nghiệp cha ông, tiền nhân, lịch đại Tổ Sư còn để lại. Kính ngưỡng, bái phục một sức người rờn rã, không mệt mỏi đi ngang qua thời gian như tuổi đời chồng chất. Văn hóa, học thuật, thi ca, tư tưởng Đạo Pháp, kinh văn, giáo dục... như là tư lương, hành trang trên đôi vai Thầy nặng trĩu, cứu mang. Những nỗi niềm thế nhân có thể hoang phế, đến rồi đi thành rồi bại; như bọt hải âu trên đại dương trời rồi lặn, hiện thành rồi tan vỡ, những ân tình của Thầy đối với thế hệ trẻ dù tăng hay tục Thầy đã hết sức quan tâm; quan tâm một cách mật thiết, nhiệt thành; quan tâm như quan tâm hơi thở của chính Thầy. Thư gửi các tăng sinh Thừa Thiên Huế. Thầy viết: "Các con thương quý, Trong những ngày gần đây, những biến động tuy làm sứt mẻ thế giới nhưng hầu như chỉ làm gợn sóng một ít nơi đây để giữ yên cho giấc ngủ đông miền kéo dài qua hai thập kỷ của Phật giáo Việt Nam... Các con lớn lên trong thời đại thanh bình, nhưng các con lại bị ném vào giữa một xã hội mất hướng. Quê hương và đạo pháp là những mỷ tử thân thương nhưng đã trở thành sáo rỗng... Thế hệ các con được giáo dục để quên đi quá khứ. Nhiều người trong các con không biết đến Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất là gì; đã làm gì và cống hiến những gì cho sự nghiệp văn hóa, giáo dục, hòa bình dân tộc, trong những giai đoạn hiểm nghèo của lịch sử dân tộc và đạo pháp của đất nước. Một quá khứ chỉ mới như sương hôm qua mà di sản vẫn còn đó nhưng đã bị chối bỏ một cách vội vàng. Di sản được tích lũy ròng rã hằng thế kỷ, bằng bao tâm tư qua bao khổ lụy đau thương, bằng máu và nước mắt của biết bao Tăng

Ni, Phật tử; mà những người gầy dựng nên di sản đó bằng bi nguyện và hùng lực của mình, có vị bị bức tử bởi bạo quyền, có vị suốt năm tháng dài chịu tù đầy, bị lãng nhục... Người xuất gia, khi cất bước ra đi, là hướng đến phương trời cao rộng; tâm tính và hình hài không theo thể tục, không buông mình chiều theo mọi giá trị hư dối của thế gian, không cúi đầu khuất phục trước mọi cường quyền bạo lực..." Lời thư sách tắn, gửi cho thế hệ trẻ, nếu ai có duyên đọc thì sẽ cảm nhận, một cảm giác thấm thía, chân tình, đầy hào khí chân thân của một bậc Thầy trên đỉnh cao.

IV. Cuộc Trùng Phùng Như Một Chứng Tích Kiều Sa Hay Chỉ là Bóng Chiều Nghiêng Đổ

Lưu lạc trên khắp mọi nẻo đường, bóng thời gian thăm thẳm, khóa lấp những bước chân trần bụi đỏ lưu vong. Từ miền quê hương cát trắng, tới vùng cao nguyên sông hồ, từ cánh rừng già, đồi hoang, phố thị, cho đến mái chùa u tịch, đìu hiu, có mặt như là hiện thân của vị Bồ Tát vô phân biệt. Tới năm 1980 người viết được duyên lành gặp lại Thầy nơi Tu Viện Quảng Hương Già Lam, Sài Gòn, mà không biết Thầy ở đó tự bao giờ, sau những ngày phiêu bồng Phương Trời Viễn Mộng.

Ấy thế là nhân duyên hội ngộ thời, thành lập lớp học Cao Cấp Phật học bốn năm do Ôn Già Lam bảo trợ. Ban giáo thọ là Hòa Thượng Huyền Quang, Hòa Thượng Minh Châu, Hòa Thượng Thiện Siêu, Hòa Thượng Đồng Minh, Hòa Thượng Chơn Thiện, Thầy Mạnh Thát, Thầy Nguyên Hồng và Thầy Tuệ Sỹ trong ban giáo thọ. Lại miệt mài học như trước xưa vì có Ôn Già Lam đứng mũi chịu sào nên ai cũng yên tâm tu học, mặc dù có những lần nửa đêm anh em học tăng phải bỏ dếp dưới gốc cây vú sữa leo lên mái chùa mà trốn công an soát hộ khẩu. Cứ thế, khi bình, lúc chiến, khi nhạt, lúc khoan lần lữa bốn năm học cao cấp rồi cũng qua. Lại một lần nữa Thầy là người trực tiếp giảng dạy cho anh em học tăng nhiều nhất. Cái tình Thầy trò càng ấp ủ, càng thâm trầm, càng gắn bó như chim liền cánh. Từ Tu Viện Quảng Hương Già Lam đến thư viện Vạn Hạnh ngày hai buổi Thầy trò gặp nhau, có đêm làm Bách Khoa Phật Học Đại Tự Điển mấy Thầy trò thức trắng đánh máy, quay Ronéo làm cho kịp ngày sinh nhật 19 tháng 09 của Ôn Già Lam - Tập I Phần Đầu Chử A.

Anh em học tăng của lớp Cao Cấp Phật Học Quảng Hương Già Lam Tu Viện ra hải ngoại khá nhiều, nhưng đến nay thì hiện còn Hòa Thượng Nguyên Siêu, Hòa Thượng Giác Như, Hòa Thượng Nhật Huệ, Cư Sĩ Tâm Huy, Cư Sĩ Tâm Quang - Hoa Kỳ; Hòa Thượng Thiện Quang, Thượng Tọa Nhật Quán - Canada... Còn anh em dự thính thì ở Hoa Kỳ có Hòa Thượng Minh Dung, Hòa Thượng Quảng Ba, Hòa Thượng Quảng Thanh (mất), Hòa Thượng Hạnh Tuân (mất), Hòa Thượng Đức Niệm - Quảng Nam (mất), Cư Sĩ Như Hùng; bên Úc có Thầy Quảng Trừ (mất) và Đức Niệm - Phan Thiết (mất)... Anh em học tăng được học với Thầy bốn năm cao cấp Phật Học dưới mái Tu Viện Quảng Hương Già Lam như một giấc mơ trông mòn con mắt, đất bằng đây sóng, trời tình không nổi toạc chân mây, cước đi bút nghiêng, sách vở, chiếc ghế học đường vắng bóng Thầy, lối đi dấu mòn hiu quạnh. chiếc lá rơi nơi hiên chùa, nào ai nhạt, bóng xế chiều tà nào ai hóng bên vách tường rêu. Cây vú sữa, chiếc ghế đá

đã bao lần in dấu, bóng Thầy trong chiếc áo nhụt bình lam, Thầy đã bị người Cộng Sản Việt Nam bắt cùng một lúc với Thầy Trí Siêu Lê Mạnh Thát, Ni Trưởng Trí Hải cùng nhiều quý Thầy khác.

Giám cầm tù ngục, kết án tử hình rồi lại chung thân. Bao cảnh đọa đầy, lăm than cơ cực. Một kiếp thiên tài lạc bước, sanh nhằm thế kỷ đảo điên. Ôi! thân hình, mỏng manh như lau sậy. Nhưng lau sậy có tư tưởng, gió thổi lau sậy không rạp đầu, vẫn thẳng lưng, ngẩng cao cổ mà không gãy. Đây là khí khái của bậc sĩ phu trước thời đại, nhiều nhưng, dẫu bề, Thầy không nao núng, muộn phiến, không trách ai sao đang tâm gian ác, để cho vận nước điều linh dân lành đói khổ? Đạo Pháp khốn cùng bởi những bàn tay quý dữ. Tĩnh tọa trong tù để quán chiếu nội tâm, một niềm bình an, tự tại:

Biệt Cấm Phòng

*"Ngã cư không xứ nhất trùng thiên
Ngã giới hư vô chân cá thiên
Vô vật vô nhơn vô thậm sự
Tọa quan thiên nữ tán hoa miên"*

Xà Lim:

*"Ta ở tầng trời không vô biên
Nơi ấy tịch nhiên Thiên thật Thiên
Không vật không người không đa sự
Nhìn xem hoa vũ bởi Tiên thiên."*

Bán Niệm Tù:

*"Biệt thế phong quan cận bán niên
Đan sa hiện quý ngộ thần tiên
Thanh tu bất đoạn ma hồng chường
Khuyh đảo nam sơn quá lão thiên."*

Nửa Năm Tù:

*"Gần sáu tháng nhất riêng phòng kín
Đất màu hoa quý tưởng thần tiên
Dài râu đen cọ bàn tay đỏ
Lật đổ trời Nam lão quá thiên."*

Thời gian trong tù, Thầy luôn nghĩ tưởng về các bậc Thầy Tổ, chư vị Tôn túc lãnh đạo Giáo Hội, cũng như vận mệnh thăng trầm của dòng lịch sử Phật Giáo Việt Nam, từ trại tù Xuân Phước, Thầy viết thư kính gửi Hòa Thượng Thích Huyền Quang, Viện Trưởng Viện Hoá Đạo GHPGVNTN:

Kính bạch Hòa Thượng,

Dưới sự kiểm soát và can thiệp trực tiếp vào nội bộ Tăng Già, Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam đang là công cụ đắc lực cho sách lược thống trị của những người Cộng Sản Việt Nam..."

Thầy nêu lên những nhận định và lập trường của Thầy trong hiện tình Giáo Hội đang bị vây khốn. Thầy đề nghị Đại Hội VIII tập trung thảo luận vào hai chủ đề chính:

Pháp lý tồn tại của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất trong truyền thống dân tộc và trong cộng đồng thế giới.

Sứ mệnh hiện tại của Phật Giáo Việt Nam trước sự sinh tồn và tiến bộ của dân tộc và trong nền văn minh dân chủ của nhân loại..."

Còn nhiều và quá nhiều, những dữ kiện lịch sử của Giáo Hội đối với thế quyền như "Sự Biến Lương Sơn" mà Thầy là chứng nhân lịch sử. Chứng nhân để gánh chịu bao nhiêu là sự nghiệt ngã, oan khien của thế lực thời đại. Nhưng dù có oan khien nghiệt ngã đè nặng trên đôi vai, Thầy vẫn ngẩng cao đầu mà đồng đặc qua bài viết Đạo Phật và Thanh Niên; "Chúc các anh chị có đầy đủ nghị lực để chinh phục

những vương quốc cần chinh phục, để chiến thắng những sức mạnh cần chiến thắng."

V. Trong Đêm Đen Mù Mịt, Ánh Lửa Bùng Cháy, Thắp Sáng Vạn Niềm Tin

Nằm tại bệnh viện Nhật Bản để trị bệnh, nhưng Thầy vẫn không quên bốn nguyên phụng sự Phật pháp được xương minh, Tam Tạng giáo điển được chuyển dịch thành Việt ngữ. Từ đây Thầy đã tạo thành một vận hội mới; vận hội thành lập Hội Đồng Hoảng Pháp, Hội Đồng Phiên Dịch Tam Tạng Lâm Thời của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất. Qua lời Hậu Từ, Thầy viết: *"Trải qua trên dưới hai nghìn năm du nhập, những giáo nghĩa căn bản mà Đức Phật đã giảng được học và hành tại Việt Nam, đã đem lại nhiều an lạc cho nhiều cá nhân và xã hội, đã góp phần xây dựng tinh cảm và tư duy của các dân đồng cư dân trên đất nước Việt, thế nhưng, sự nghiệp phiên dịch cũng như ấn hành để phổ biến Thánh điển, làm nền tảng sở y cho sự học và hành, chưa được thực hiện trên quy mô rộng lớn toàn quốc... Vì vậy, chúng tôi khẩn thiết, trên nương nhờ uy thần nhiếp cử của chư Phật và thánh Tăng, cùng với sự tán trợ của chư vị Trưởng Lão hiện tiền trong hàng Tăng Bảo, kêu gọi sự hỗ trợ, công hiến bằng tất cả tâm nguyện và trí lực bằng tất cả hăng sán và hăng tâm của bốn chúng đệ tử Phật cho sự nghiệp hoảng pháp để nhất tối thắng này được tiến hành vững chắc và liên tục từ thế hệ này cho đến nhiều thế hệ tiếp theo, duy trì ngọn đèn chánh Pháp tồn tại lâu dài trong thế gian vì lợi ích và an lạc của hết thảy chúng sinh."*

Để rồi từ đây quý Thầy Cô, Cư sĩ Phật tử từ trong nước đến hải ngoại đã nhiệt tâm, ý thức được trọng trách mà ngồi lại với nhau dưới sự chỉ đạo hướng dẫn của Thầy để phiên dịch, ấn hành Đại Tạng Kinh. Thành quả sơ khởi được thành tựu và giới thiệu đó là Thanh Văn Tạng Kinh đoạn I, Phần 1 - 29 tập, đã được ra mắt và gửi đến một số quý Tự Viện, và Tăng Ni, Cư Sĩ. Đây là niềm vui mà Thầy trở đã có được trong hai năm qua. Nét mực chưa ráo, dòng chữ chưa nhòa ấn hành Thanh Văn Tạng chưa xong... còn nhiều thứ nữa Thầy ơi! Vậy mà Thầy đã viết Thông Bạch, Quyết Định... để chuyển giao cho người khác. Tình nào cho thấu, ruột nào không thương, đành đoạn giữa đường, phân ly đôi ngã. Dẫu biết rằng, sanh tử là của con người, sống chết trong mắt của bậc Đại Sĩ Xuất trần thì giống như hoa đốm giữa trời không, như huyền mộng không thực, như thành Càn Thát Bà, như đốm nắng đồng hoang. Sanh tử đến đi như giấc mộng, nhưng Bạch Thầy, đó là cái tu, cái chứng, cái sở ngộ của Thầy, còn chúng con là hàng hậu học, nghiệp trọng phước khinh, chường thâm huệ thiên, lấy tài nào để phiên dịch Đại Tạng, lấy đức nào để nhiếp phục nhân tâm, tòi tà hộ chánh, ngôn ngang trăm đường, thấy mà đau, nhìn mà xót. Sao nghiệp vận oái oăm, duyên Phật Pháp chẳng thuận, để cho việc phiên dịch Đại Tạng Kinh thành tựu viên mãn, rồi Thầy hãy về hầu Phật, như vậy có vui hơn không, có trọn vẹn nghĩa tình, hạnh nguyện hiển dâng trong Phật Pháp!

Kính bạch Thầy, duyên Phật trong đời, trên chúng con đã có Thầy. Duyên đời trong Phật, dưới Thầy còn có chúng con, nguyện đồng hành đến vô lượng kiếp, cứu mang ân đức, một đời sáng soi.



LINH HỒN XIỀNG XÍCH

Người chui ra từ sinh môn của mẹ
Biết chỉ đâu sương khổ đã khóc nhe
Nghe tiếng gọi từ nguồn cơn thủy tổ
Người từng người vùng vẫy cố bon chen
Trong tử cung như huyết mộ tối đen
Cuồng dâu rón quẩn quanh con nghiền nghiền
Đời từng đời đến đi mà chẳng hẹn
Mối giao tình ân oán bèn duyên nhau
Cuộc mưu sinh ràng buộc lắm khổ đau
Thật với giả nhiều vàng thau lẫn lộn
Những cuộc chiến bao vô vàn khôn đốn
Công lý ư? Trò chơi trốn với tìm

Bầy kên kên lừ mắt đứng im lìm
Đợi thân chết vung lưỡi liềm gặt hái
Sồn gai ốc những tràng cười ma quái
Mặt đất rung lửa bốc cháy mười phương
Ngập ngựa máu và vung vãi thịt xương
Những chủ nghĩa dẫn đến đường địa ngục
Người làm than ôm nổi hồn tử nhục
Quý thét gào say máu giục xông lên
Những năm mỏ tập thể chẳng họ tên
Có còn gì ghi nhớ với lãng quên
Hồn vất vưởng dưới nền trời xám ngoét
Trẻ sơ sinh vừa lọt lòng khóc thét

Người trong mồ xương khô đét khằng khiêu
Cuộc trăm năm còn lại có bao nhiêu
Khúc quý vũ ùn lên chiều khoái lạc
Trong ngục tù loài người đang khao khát
Tướng đem thân để đổi chác tự do
Tội linh hồn bị xiềng xích co ro
Trong tử cung hay mỏ to mả lớn.

SÔNG THẮNG NGÀY HIỆN TẠI

Ngày đã dở đêm tàn đang chập choạng
Đời cùn mẫn người mục rữa vô phương
Ta lạc loài lặn độn giữa con đường
Em thanh tịnh như mười phương bụi nước

Trong loạn động vẫn còn đây mực thước
Quý gào lên hoảng hốt trước bình minh
Dù hư hao lòng vẫn cứ đỉnh ninh
Phận phé phong còn chút tình lưu luyến

Vũ trụ hoại vận thịnh suy chuyển biến
Chuyện hợp tan lắm hư huyền hình hài
Đời nhọc nhằn hắt sinh tử dài dài
Trái tim cõi cứ mãi hoài thương nhớ

Những hạt hăng ôm niềm đau vận lỡ
Và bao nhiêu dang dở ở trong đời
Không làm sao có thể nói nên lời
Duy chữ tình không di dời thay đổi

Cuộc trăm năm như bọt bèo trôi nổi
Cao thấp phân phước phận mỗi con người
Bi hài kịch khóc đó lại chợt cười
Chóng chầy thổi thân về nơi cát bụi

Trời đất kia không thể nào tính tuổi
Mà kiếp người quá ngắn ngủi thảm thay
Ngẩng đầu lên mệnh mông trắng mây bay
Cúi mặt xuống sông thắng ngày hiện tại.

thơ ĐỒNG THIỆN

HÓA GIẢI ĐỐI NGHỊCH

Nguyễn Thế Đăng

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

1/ Bài học từ Đức Phật trong Kinh Pháp Hoa

Trong kiếp Đức Thích Ca thành Phật ở Ấn Độ, người đối nghịch, thậm chí phá hoại đưa đến âm mưu sát hại Ngài là Đề Bà Đạt Đa. Đề Bà Đạt Đa là em họ và em rể của Đức Thích Ca và là một tỳ kheo xuất gia với Đức Phật, "có một nếp sống gương mẫu, cao thượng đến độ Đại đức Xá Lợi Phất đi khắp thành Vương Xá ca ngợi tài đức của ngài. Về sau, bị danh lợi trần thế làm mù quáng, khởi tâm ganh tỵ, rồi sân hận, trở nên người thù nghịch nguy hiểm nhất đối với Đức Phật". (Đức Phật và Phật pháp - Đại đức Narada).

Đề Bà Đạt Đa đã cấu kết với vua A Xà Thế, vị này giết cha để lên ngôi, để làm hại Đức Phật, sau ba lần xin thay thế Đức Phật lãnh đạo Tăng đoàn nhưng không được chấp nhận. Đề Bà Đạt Đa thuê những binh sĩ đi ám sát Đức Phật. Một âm mưu khác là lăn tảng đá lớn xuống đường đi, nhưng không làm hại được sinh mạng Đức Phật, chỉ làm ngài bị thương

ở chân. Một lần khác là thả voi say định sát hại Đức Phật, nhưng khi voi đến gần Đức Phật thì quỳ xuống... Trong Kinh Bản Sanh Jataka, kể về các chuyện tiền thân của Đức Phật, nhiều chuyện cho chúng ta biết là Đề Bà Đạt Đa đã đối nghịch với ngài trong nhiều đời.

Quả thật, Đề Bà Đạt Đa là người chống đối, phản nghịch và âm mưu ám hại số một của Đức Phật. Đức Phật đã chuyển hóa, hóa giải những việc xấu ác ấy bằng cách nào? Và trong Kinh Pháp Hoa, phẩm Đề Bà Đạt Đa, Đức Phật còn ca ngợi Đề Bà Đạt Đa như một thiện tri thức đã giúp đỡ ngài hoàn thành hạnh Bồ tát.

"Do nhờ ông thiện tri thức Đề Bà Đạt Đa làm cho ta đầy đủ sáu pháp ba la mật, từ bi hỷ xả, ba mươi hai tướng tốt, tám mươi vẻ đẹp, thân sắc vàng tía, mười trí lực, bốn vô sở úy, bốn nhiếp pháp, mười tám pháp bất cộng, thần thông đạo lực, thành đẳng chánh giác, rộng độ chúng sanh, đều là nhân thiện tri thức Đề Bà Đạt Đa mà có".

Đức Phật đã đạt đến Giác ngộ với đầy đủ công đức là nhờ đã vượt qua, chuyển hóa những nghịch cảnh mà Đề Bà Đạt Đa đã tạo ra. Khi đã chiến thắng tất cả những hoàn cảnh, những nghịch cảnh, Đức Phật đã tuyên bố:

*Bào cùng Xá Lợi Phất
Như Lai cũng như vậy
Cao nhất trong hàng thánh
Cha lành của thế gian.
Tất cả các chúng sanh
Đều là con của ta
Đắm chìm lạc thú đời
Không có chút huệ tâm.
Ba cõi hiểm không an
Giống như nhà lửa cháy
Các khổ đầy dẫy khắp
Rất đáng nên kính sợ.
Thường có hữu, sanh, già,
Lo buồn và bệnh, chết
Tất cả lửa như thế
Cháy bùng không ngưng nghỉ.
Như Lai đã xa lìa
Nhà lửa của ba cõi
An nhiên sống nhàn nhã
Ở yên nơi rừng vắng.
Nay cả ba cõi này
Đều là của ta cả
Mọi chúng sanh trong đó
Đều là con của ta...
(Phẩm Thí Dụ)*

Đức Phật được xưng là Bạc Chiến Thắng. Chiến thắng cái gì? Chiến thắng "nhà lửa của ba cõi", chuyển hóa cái này thành "nay cả ba cõi này, đều là của ta cả". Chiến thắng những sự đối nghịch, kể cả



những thù ghét, ám hại thành "mọi chúng sanh trong đó, đều là con của ta". Chiến thắng chính mình và tất cả chúng sanh để thành "cao nhất trong hàng thánh, cha lành của thế gian".

Giác ngộ là chuyển hóa, tịnh hóa thể giới và chúng sanh thành một vũ trụ của các bậc thánh, vũ trụ này được kinh điển gọi là "pháp giới".

2/ Đối nghịch và sự hóa giải rốt ráo

Trong thế giới hiện tượng tự nhiên, luôn luôn có sự đối nghịch. Trong nguyên tử có những hạt mang điện tích dương (+) và những hạt mang điện tích âm (-). Chúng đối nghịch nhau - thu hút nhau, đẩy nhau - nhưng có một sự cân bằng, hài hòa tương đối để nguyên tử ấy tồn tại.

Trong bốn nguyên tố đất, nước, lửa, gió, có cái đối nghịch nhau như nước và lửa, và cũng có cái hỗ trợ nhau như gió và lửa. Sự xung khắc, sinh thành lẫn nhau này khiến cho thế giới hiện tượng có thể chuyển động, sanh, trụ, di, diệt.

Ở các phần tử thì có sự đối nghịch nhau, hỗ trợ sinh thành nhau, nhưng ở cấp độ toàn thể, vũ trụ vẫn có một sự cân bằng tương đối để tồn tại. Thế nên, vũ trụ tiếng Hy Lạp là Cosmos, có nghĩa là hài hòa, trật tự.

Ở cấp độ con người sự đối nghịch lớn hơn nhiều vì con người có ý thức. Khi sinh ra là đã thấy mình khác với thế giới, khác với người khác. Sự khác biệt đó khiến con người cá nhân thấy thế giới và người khác là đối nghịch với mình. Hơn nữa, con người còn có những phiền não tham, sân, si, kiêu căng, đố kỵ... khiến sự đối nghịch với thế giới và với người khác càng thêm nặng nề, rất khó giải tỏa.

Nếu không có chánh kiến, chánh tư duy thì thậm chí một người còn không biết rằng thân thể của nó chia sẻ cùng những nguyên tử của vũ trụ, chia sẻ cùng đất, nước, lửa, gió của vũ trụ. Huống gì tâm thức, nó có liên hệ với cái gì, có thể kết nối với cái gì cao siêu, an vui và bất tử, vĩnh cửu hay không.

Đạo Phật cho biết một con người vẫn luôn luôn nằm trong, sống trong cái nền tảng, cái cội nguồn của tất cả mọi chúng sanh và của tất cả mọi sự. Cái đó những kinh điển khác nhau dùng những từ khác nhau như Như Lai tạng, tánh Không Một tướng, Vô tướng, Phật tánh, Pháp thân của tất cả chư Phật, Pháp giới... Và kinh nào cũng chỉ ra những phương pháp, những pháp môn để đạt đến (hay nếu thích thì dùng chữ "trở về") Cái Đó.

Đạt đến Cái Đó, hay dùng chữ đã dùng trong bài này là Pháp giới, người ta có thể hóa giải mọi đối nghịch trong thế giới hiện tượng và trong thế giới con người.

Khi Kinh Đại Bát Niết Bàn nói, "Tất cả chúng sanh đều có Phật tánh" thì nếu đạt đến Phật tánh vốn có nơi mình, người ta có thể "có" tất cả chúng sanh, dù họ có thể nào trên mặt hiện tượng. Đức Thích Ca khi thành Phật là ngài đã trở thành Phật



tánh trọn vẹn của tất cả chúng sanh. Đây là điều Đức Phật nói trong Kinh Pháp Hoa đã trích dẫn ở trên, "Ba cõi là của ta, tất cả chúng sanh là con ta".

Kinh Quán Vô Lượng Thọ Phật, một trong ba kinh chính yếu của Tịnh Độ tông, nói rằng chư Phật là pháp giới thân, đi vào tâm tưởng của tất cả chúng sanh:

"Chư Phật Như Lai là pháp giới thân, đi vào trong tâm tưởng của tất cả chúng sanh. Thế nên khi tâm các ông tưởng Phật, thì tâm ấy là ba mươi hai tướng, tám mươi vẻ đẹp tùy hình. Tâm ấy làm Phật (làm sự quán tưởng Phật) thì tâm ấy là Phật".

Trong Kinh Hoa Nghiêm, phẩm Như Lai xuất hiện, phần nói về tâm Như Lai, nói rằng Trí huệ Như Lai, không chỗ nào không đến, đầy đủ trong thân chúng sanh.

"Trí huệ của Như Lai không chỗ nào mà không đến. Vì không một chúng sanh nào mà chẳng có đủ trí huệ Như Lai, chỉ do vọng tưởng điên đảo chấp trước nên không chúng được..."

Cũng vậy, trí huệ Như Lai vô lượng vô ngại có thể lợi ích khắp tất cả chúng sanh, đầy đủ ở trong thân chúng sanh. Chỉ vì hàng phàm phu vọng tưởng chấp trước nên chẳng hay chẳng biết, chẳng được lợi ích.

Bấy giờ đức Như Lai dùng trí nhãn thanh tịnh vô ngại xem khắp pháp giới tất cả chúng sanh mà nói rằng: Lạ thay, lạ thay! Tại sao các chúng sanh này có đầy đủ trí huệ Như Lai, mà ngu si mê lầm chẳng hay chẳng thấy. Ta nên đem thánh đạo dạy cho họ lia hẳn vọng tưởng chấp trước, để từ trong thân, họ thấy được trí huệ Như Lai rộng lớn, như Phật không khác".

Cũng trong phẩm Như Lai Xuất Hiện, đại Bồ tát Phổ Hiền nói khi Phật thành Chánh giác, tức là Giác ngộ, thì Giác ngộ có ấy có trong tâm của tất cả chúng sanh. Nói cách khác, khi Đức Phật giác ngộ là giác ngộ khắp trong tâm của tất cả chúng sanh. Phật giác ngộ là Phật trở thành Tự Kỳ Phật (Phật Chính Minh) của tất cả chúng sanh.

"Chư Phật tử! Đại Bồ tát phải biết tâm mình niệm niệm thường có Phật thành Chánh giác, vì chư Phật chẳng rời tâm này mà thành Chánh giác. Như tâm mình, tâm của tất cả chúng sanh cũng đều như vậy, đều thường có Như Lai thành Chánh giác, rộng lớn cùng khắp không chỗ nào chẳng có, chẳng lia, chẳng dứt, không ngưng nghỉ".

Trong sự hóa giải, chuyển hóa nghịch cảnh và chúng sanh đối nghịch, sự giác ngộ, thành Chánh giác là hiệu quả nhất vì nó đi vào tận nơi thâm sâu nhất của tâm chúng sanh. Thành Phật là thành Chánh giác ngay trong tâm của mỗi chúng sanh, dù chúng sanh đó có "vọng tưởng chấp trước điên đảo" đến thế nào.

Thế nên, giác ngộ, thành chánh giác là lý tưởng muôn đời của hạnh Bồ tát, để "tịnh Phật quốc độ, thành tựu chúng sanh".

THỂ NÀO LÀ THIỀN CHỈ?

Thích Nữ Hằng Như

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

I. DẪN NHẬP

Phật sử ghi nhận Thiền đã có từ lâu đời, trước khi Bồ-tát Siddhartha Gautama xuất gia cầu đạo giải thoát. Cụ thể là Bồ-tát đã từng học thiền với hai vị đạo sĩ Ālāra-Kālāma và Uddaka-Ramāputta. Họ là hai vị thiền sư nổi tiếng ở Ấn Độ thời đó.

Thiền tiếng Pali là "bhavana" dùng để chỉ những pháp thực hành nhằm rèn luyện tâm, đưa tâm về với thực tại, chấm dứt mọi vọng tưởng điên đảo, gạt lọc tham sân si, làm chủ tư tưởng cũng như bản thân trong đời sống hằng ngày, đem an lạc lại cho chính mình và cho mọi người xung quanh....

Thiền theo từ nguyên gốc Ấn Độ. Tiếng Sanskrit là "dhyāna". Tiếng Pāli là "jhāna". Người Trung Hoa dịch theo âm là "Ch'ana". Chữ Thiền hay thiền-na là dịch theo âm Hán-Việt.

Thiền-na có hai nghĩa. Thứ nhất là suy tư, tĩnh虑. Tĩnh là yên lặng, lự là tư duy, suy nghĩ. Nghĩa thứ hai là đốt cháy. Đốt cháy cái gì? Đó là đốt cháy các bất thiện pháp, cụ thể là các triền cái và các kiết sử phiền não. Nội dung cơ bản của Thiền Phật giáo gồm Thiền Chỉ (Samatha bhavana) và Thiền Quán (Vipassana bhavana).

II. THỂ NÀO LÀ "THIỀN CHỈ"?

Thiền Chỉ, tiếng Pali là "Samatha". Nó có một từ nữa mang nghĩa tương đồng gọi là "Samadhi", tức là Định. "Chỉ" là dừng lại. Tĩnh Chỉ là dừng sự suy nghĩ, lăng xăng, tán loạn, chấm dứt sự đuối bắt đối tượng, khi một trong sáu căn tiếp xúc với ngoại cảnh. Khi tâm yên lặng vững chắc thì gọi là định. "Định" có nghĩa là nhiếp tâm, gom tâm, định tâm vào một đối tượng và không để bị chi phối bởi bất cứ một yếu tố nào khác.

Tại sao cần phải gom tâm lại? Bởi vì tâm con người thường hay suy nghĩ lung tung. Sở dĩ tâm hay dao động, là vì hằng ngày, mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý... xem như sáu cánh cửa đều được mở, và như thể khách trần của mỗi căn được tự do vào ra căn nhà tâm không trở ngại. Như mắt nhìn hình ảnh, vật chất. Tai nghe âm thanh. Mũi ngửi mùi hương. Lưỡi nếm vị. Thân xúc chạm. Ý suy nghĩ. Tiếp xúc với đối tượng đẹp, hợp với ý mình, thì có ngay cảm giác yêu thích. Hễ yêu thích thì muốn giữ lấy.

Thí dụ như đi siêu thị thấy cái áo đẹp thì muốn mua. Đến quầy khác thấy đôi giày vừa ý, cũng muốn mua. Cái gì vừa ý cũng muốn. Khi khởi tâm muốn, tức là khởi niệm tham. Còn như tiếp xúc với đối tượng xấu, bản ngã không ưa không thích, thì đó là tâm sân. Tham và sân là nguyên nhân gây ra phiền não khổ đau cho con người.

Muốn dẹp phiền não thì tâm phải định chỉ tham và sân. Muốn định chỉ tham hay sân, thì Ý phải yên lặng khi nhận thông tin từ năm giác quan gửi đến. Yên lặng bằng cách trói buộc Ý vào một đối tượng duy nhất, chẳng hạn như gom tâm vào hơi thở ra

vô, hay trú tâm vào hình tượng đức Thế Tôn v.v... để tâm không chạy lang thang theo ngoại cảnh. Đó là pháp hành Thiền. Hơi thở, hoặc hình ảnh được sử dụng để nhiếp tâm hay cột tâm trong lúc hành Thiền gọi là "đề mục".

Tóm lại, khi hành giả dừng suy nghĩ và để tâm theo dõi một đối tượng duy nhất với niệm biết, thì gọi là thiền Chỉ. Thiền Chỉ là pháp tu tập giữ tâm ý ở trạng thái yên tĩnh, có tác dụng dẹp các vọng niệm thường khởi lên những ham muốn, những ưu tư. Hành thiền Chỉ, giúp thân an, tâm an gọi là định.

III. CÁC ĐỀ MỤC CỦA THIỀN CHỈ (ĐỊNH)

Sách Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga), do ngài Phật Âm (Buddhaghosa) người Ấn Độ soạn thảo. Trưởng lão Nānamoli Thera người Anh tu tại Tích Lan dịch sang Anh văn. Sau này, Ni sư Thích Nữ Trí Hải dịch từ bản tiếng Anh sang Việt ngữ. Sách Thanh Tịnh Đạo có đề cập đến 40 đề mục hành thiền và phân loại như sau: Mười biến xứ, mười bất tịnh, mười tùy niệm, bốn phạm trừ, bốn vô sắc xứ, một tướng và một phân tích.

- **10 biến xứ:** Đất, nước, gió, lửa, xanh, vàng, đỏ, trắng, ánh sáng, hư không.

- **10 bất tịnh tướng:** Là 10 giai đoạn trong tiến trình phân hủy của một tử thi. Đó là *thây trướng phình, thây xám xịt, thây máu mủ, thây nứt nẻ, thây bị thú ăn, thây phân lìa, thây rã rời, thây chảy máu, thây bị sâu dòi đục, bộ xương*.

- **10 tùy niệm:** Là tùy niệm Phật, tùy niệm Pháp, tùy niệm Tăng, tùy niệm Giới, tùy niệm bố thí, tùy niệm chư Thiên, niệm sự chết, niệm thân (32 thể trước), niệm hơi thở và tùy niệm sự bình an (Niết-bàn).

- **4 phạm trừ Từ, Bi, Hỷ, Xả** không giới hạn. Những đề tài thiền này còn được gọi là Tứ Vô Lượng Tâm. - **4 Vô sắc là:** Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ và Phi tướng phi phi tướng xứ. Đây là những đối tượng đưa đến bốn thiền chứng tương ứng gọi là thiền Vô sắc. - **Một đề mục**



tướng: Quán tướng thức ăn bất tịnh – **Một đề mục phân tích:** Là sự phân tích tứ đại, tức phân tích thân này thành bốn yếu tố đất, nước, lửa, gió.

IV. NĂM TRIỀN CÁI

Triền nghĩa là trói buộc. Cái là ngăn che, cản trở. Năm triền cái là năm kiết sử cản trở hành giả khi tọa thiền. Đức Phật liệt kê những pháp chướng ngại đó là: *Tham, Sân, Hôn trầm/Thụy miên, Trạo cử/Hối quá, Hoài nghi*. Hành giả tu thiền cần phải nhận diện nó rõ ràng để diệt trừ nó.

1) Tham dục: Là trạng thái mong cầu dục lạc qua năm đối tượng của giác quan là sắc đáng, âm thanh, mùi hương, vị nếm và cảm xúc. Thí dụ đơn giản như đang lúc ngồi thiền, mà tâm khởi muốn cái này, muốn cái kia, khiến mình không thích ngồi thiền nữa. Cho nên tham dục là triền cái thứ nhất ngăn trở việc hành thiền.

2) Sân hận: Chỉ trạng thái bức bối, khó chịu vì đau chân, mỏi lưng, mỏi cổ trong lúc ngồi thiền khiến cho tâm hành giả không được yên.

3) Hôn trầm/Thụy miên: Hôn trầm là trạng thái uể oải, lười biếng, chán chường. Thụy miên là trạng thái rũ rượi, thụ động, buồn ngủ. Hai chi pháp hôn trầm, thụy miên này có chung đặc tính là không thích nghi với đề mục tu tập, nó khiến cho niềm biết của hành giả trở nên lỏng lẻo, yếu ớt, rời rạc, và từ đó đưa đến ngủ gục ngay khi thiền mà hành giả không hề hay biết.

4) Trạo cử/ Hối quá: Chỉ trạng thái tâm lăng xăng, bồn chồn, lo lắng, suy nghĩ lung tung, như con "khi chuyển càn". Khi ngồi thiền chúng ta mới thấy cái tâm mình quá loạn động, nhớ nghĩ lung tung, đó là tâm phóng dật. Còn hối quá là trạng thái đặc biệt của trạo cử, là những lỗi lầm phạm phải từ trước, bây giờ trời lên khuấy động tâm. Trạo cử và hối quá có chung tính chất là khuấy động tâm khiến tâm không được an.

5) Hoài Nghi: Là trạng thái nội tâm đặt nhiều câu hỏi rối ren trong lúc hành giả cần yên lặng để tiến sâu hơn vào tâm thức. Thông thường hoài nghi 4 điều: Phật, Pháp, Tăng và học giới. Về đức Phật thì ít nghi. Về Pháp thì tự hỏi: "không biết pháp đang tu tập có đưa đến kết quả tốt không?" Về học giới thì nghi ngờ: "không biết vị Thầy dạy pháp tu này có thực đúng hay không?" Có khi hoài nghi chính bản thân mình "không biết mình tu tập như vậy có đạt được kết quả gì hay không?" Những thắc mắc nghi ngờ đặt không đúng thời đúng lúc khiến tâm dao động, làm lu mờ tánh biết thanh tịnh trong lúc tọa thiền.

Năm triền cái này là những pháp chướng ngại khiến hành giả không thể hành thiền được. Trong kinh ví năm loại triền cái giống như năm dạng nước vẫn đục như: - *Tham dục giống như tô nước bị pha lẫn các màu xanh, vàng, đỏ, trắng* - *Sân giống như nồi nước bị đun sôi sùng sục.* - *Hôn trầm thụy miên giống như hồ nước bị rong rêu che phủ.* - *Trạo cử hối quá giống như mặt nước bị gió thổi làm cho gợn sóng.* - *Nghi được ví như hồ nước bị quậy bùn đục ngầu.*

Một thau nước hay một hồ nước bị năm thứ này vẫn đục, thì không thể soi mặt, không thể thấy gì

dưới đáy thau. Cũng vậy khi tâm bị năm triền cái ám thì tâm bị ô nhiễm không thể vào định được. Trong kinh Đức Phật ví tâm người ô nhiễm là hồ nước đục. Muốn cho tâm yên lặng trong sạch. Hành giả tu tập làm xuất hiện năm triền chi, mỗi nhân tố triền chi sẽ chế ngự được một triền cái.

V. "NĂM THIỀN CHI" LÀ GÌ?

Nhân duyên khiến năm triền cái bị triệt tiêu là năm thiền chi. Năm thiền chi đó là: *Tâm, Tứ, Hỷ, Lạc, Định (Nhất tâm)*. Ý nghĩa của các thiền chi như sau:

1) Tâm (vittaka): Nghĩa đen là "tư duy", là "suy nghĩ" thường xuất hiện với chữ Tứ trong kinh. Tâm là tâm sở có nhiệm vụ hướng tâm, mang tâm đến đề mục thiền định. *Giống như một con bướm, con ong tìm thấy một bông hoa và hằng hái bay về hướng bông hoa, đó là Tâm.*

2) Tứ (vicāra): Tứ thường có nghĩa là rà soát, kiểm tra. Ở đây yếu tố Tứ có nhiệm vụ rà soát, neo tâm, duy trì tâm gắn kết trên đề mục thiền. Như vậy Tâm đem tâm đến đối tượng thiền. Còn Tứ neo chắc, dán chắc tâm trên đối tượng thiền ấy. *Canh chừng giữ cho chú bướm đậu trên đóa hoa đó là nhiệm vụ của Tứ.*

3) Hỷ (pīti): Hỷ là một tâm sở, là sự hưng thú, hân hoan, vui thích trên đối tượng. *Như chú bướm hứng thú hút nhụy hoa, đó là Hỷ.*

4) Lạc (sukha): Lạc là tâm sở có trạng thái dễ chịu, thỏa mãn hài lòng, bình yên, an ổn... trên đề mục thiền định. *Hút mật hoa thoải mái, chú bướm thỏa mãn hài lòng đó là lạc.*

5) Nhất tâm (Ekaggatā) hay là định: Là trạng thái an chi, yên lặng, bất động trên đề mục khi tất cả các triền cái vắng mặt.

Mỗi thiền chi có chức năng và nhiệm vụ để chế ngự và đoạn trừ mỗi triền cái tiêu biểu. - *Chi Tâm hoạt động hướng tâm đến đối tượng, nên chế ngự tâm lười biếng không muốn để ý đến đối tượng, đó là triền cái hôn trầm thụy miên.* - *Chi Tứ rà soát, thấy rõ tâm đang dán chặt vào đối tượng, nên đoạn trừ triền cái hoài nghi.* - *Chi Hỷ là sự hân hoan vui thích trên đối tượng. Hân hoan vui thích đối nghịch với triền cái sân là bất mãn, không ưa.* - *Lạc là tâm sở hài lòng, bình an, đoạn trừ triền cái trạo cử hối quá và hối hận là hối quá.* - *Nhất tâm hay định, là trụ tâm vững chắc vào đối tượng, không còn quan tâm đến những gì khác nên đoạn trừ triền cái tham dục.*

Bên cạnh chức năng và nhiệm vụ chính là mỗi thiền chi đoạn trừ mỗi triền cái tương ứng. Các thiền chi cũng làm nhân làm duyên, để hỗ trợ nhau trong việc đoạn trừ năm triền cái. Như Tâm tạo duyên cho Tứ. Tứ tạo duyên cho Hỷ. Hỷ tạo duyên cho Lạc. Lạc tạo duyên cho Định.

VI. BỐN TẦNG THIỀN HỮU SẮC

- **Sơ thiền:** Muốn chứng Sơ thiền, trong kinh dạy hành giả phải "**ly dục, ly bất thiện pháp**" và có đủ 5 yếu tố xuất hiện trong tâm, đó là: "**Tâm, Tứ, Hỷ, Lạc, Nhất tâm**". Khi hành giả ngồi thiền với tâm tịnh lặng không ham không muốn, không mong không cầu gì hết, thì đó là ly dục. Còn ly bất



thiền pháp, là khi ngồi thiền, tâm hành giả chỉ đặt trên đề mục hành thiền, không nghĩ thiện nghĩ ác, thân ngồi yên một chỗ, không làm phiền hay tổn hại đến bất cứ ai. Nhờ vậy mà có hỷ lạc. Hỷ lạc này có được là do Tâm do Tứ mang đến.

- **Nhị thiền:** Từ Sơ thiền tiến lên Nhị thiền, **hành giả tịnh chỉ Tâm và Tứ, chỉ còn Hỷ, Lạc, Nhất tâm, chứng và trú thiền thứ Hai.** Một trạng thái Hỷ Lạc do định sanh, không Tâm không Tứ, nội tĩnh Nhất tâm. Sở dĩ bây giờ hành giả buông Tâm Tứ không trở ngại, là vì tâm hành giả đã yên lặng vững chắc, không bị hôn trầm hay trạo cử kéo tâm đi lang thang.

- **Tam thiền:** Từ Nhị thiền, muốn đạt được tầng thiền thứ Ba, **hành giả phải ly Hỷ.** Nghĩa là hành giả buông yếu tố Hỷ, trú vào tâm Xả tức trú vào tâm Định (Nhất tâm). **Bây giờ chỉ còn Lạc và Nhất tâm.** Trong kinh ghi hành giả ly Hỷ trú Xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ, mà các bậc Thánh gọi là "xả niệm, lạc trú" chứng thiền thứ Ba.

- **Tứ thiền:** Hành giả xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu, đã cảm thọ trước, chứng và trú thiền thứ Tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. **Đến tầng thứ tư có 4 yếu tố để xả. Thứ nhất là Lạc. Thứ hai là Khổ. Thứ ba là Hỷ, và thứ tư Ưu.** Bốn yếu tố này thuộc về cảm thọ. Cảm thọ thân thì có Lạc thọ và Khổ thọ. Cảm thọ tâm thì có Hỷ thọ và Ưu thọ. Lạc là sung sướng. Khổ là đớn đau. Hỷ là mừng vui. Ưu là buồn bã. (Khi thân tâm hoàn toàn yên lặng sâu lắng, thì những cảm thọ có từ trước của thân và tâm trôi lên. Thiền gia phải xả bỏ). **Trạng thái Tứ thiền là trạng thái tập trung cao độ, nhập định sâu.** Có thể nhập định liên tục bảy ngày không ăn, không uống, không ngủ nghỉ, bởi vì vị đó có "Thiền duyệt thực" duy trì được đời sống.

Vậy thì hành giả tu tập qua 4 cấp độ thiền là: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền. Chúng ta nhớ: Sơ thiền thì có đầy đủ 5 thiền chi. Nhị thiền bỏ Tâm Tứ. Đạt đến Tam thiền phải bỏ thêm Hỷ. Đạt tứ thiền thì bỏ luôn cả Lạc, chỉ còn đứng Định thôi. Chính cái định này giúp thiền gia lắng đọng được tâm tư cắt đứt mọi phiền não. Bốn tầng thiền này gọi là Tứ thiền Hữu Sắc.

Sau khi đắc bốn tầng thiền hữu sắc. Nếu muốn hành giả có thể chọn tu tập tiếp: - Một là chứng bốn tầng thiền vô sắc. - Hai là phát triển các thần thông. - Ba là phát huy trí tuệ bằng thiền Quán (Vipassana) để đoạn trừ các lậu hoặc và giải thoát khỏi luân hồi (samsāra).

VII. BỐN TẦNG THIÊN VÔ SẮC

- **Không vô biên xứ:** Hành giả nhận thức ở đây là không gian bao la, vô biên, bất tận... không có một ranh giới khởi đầu cũng như tận cùng nào, để có thể nhận thức về nó.

- **Thức vô biên xứ:** Sự phát triển của tâm thức không bị giới hạn bởi bất cứ một áp lực nào. "Nhận thức không vô biên xứ" của tầng thiền vô sắc thứ nhất, là đề mục của tầng thiền vô sắc thứ hai, nên tự thân của tầng thiền thứ hai này là "Thức vô biên xứ".

- **Vô Sở Hữu xứ:** Nghĩa là nơi "không có gì cả" (vô sở hữu xứ). "Không có gì" là do hành giả không hướng tâm đến đề mục "Thức vô biên xứ" mà chỉ tác ý đến sự phi hữu (không có gì), sự vắng mặt của Thức và tất cả mọi thứ. Thực hành như vậy, hành giả trú vào chỗ "không có cái gì" hết!

- **Phi tưởng phi phi tưởng:** "Không tưởng, nhưng không phải không có tưởng" nghĩa là một mặt không có tưởng thô, nhưng vẫn còn tưởng vi tế. Với bậc thiền vô sắc thứ tư này, tâm đạt đến mức phát triển tốt bậc trong thiền Định. Đến đây thiền giả tiếp tục tu tập để nhập vào "Diệt Thọ Tưởng Định".

VIII. NĂM PHÁP THẦN THÔNG

Hành giả khi đắc Tứ thiền, nếu muốn có thần thông, vị ấy câu hữu với pháp tu "Tứ Như Ý túc" gồm các yếu tố: Dục, Cần, Tâm (định), Tuệ (quán)... lần lượt hướng đến Túc mạng thông, Thiên nhãn thông, Thiên nhĩ thông, Tha tâm thông, Thần túc thông, sẽ có khả năng đạt các loại thần thông đó.

1) Thần túc thông: Một thân biến thành nhiều thân, độn thổ (đi xuống lòng đất), bay trên trời (đăng vân), đi xuyên qua tường, đi xuyên qua núi, v.v...

2) Thiên nhãn thông: Mắt nhìn xa không hề bị ngăn ngại. Có thể ngồi một chỗ mà thấy nhiều nơi khác không trở ngại.

3) Thiên nhĩ thông: Tai có thể nghe được tất cả các loại âm thanh. Nghe tiếng của chúng sanh ở cảnh giới trời, tiếng của chúng sanh ở cảnh giới người. Nghe gần nghe xa không ngăn ngại.

4) Túc mạng thông: Thấy biết được những kiếp quá khứ của chúng sanh.

5) Tha tâm thông: Biết được những suy nghĩ, tâm tư của người đối diện.

Người tu thiền Định có thể đắc ngũ thông. Những người tu khác đạo Phật cũng có thể đạt được năm loại thần thông này. Nhưng còn một loại thần thông khác là Lậu Tận Thông thì chỉ những ai tu theo đạo Phật mới có thể chứng được.

IX. TÓM KẾT

"Thiền Chỉ" hay "Thiền Định" là trạng thái tâm chuyên chú vào một cảnh, một đề mục, khiến cho mọi vọng tưởng đều ngưng bắt, tạo sự an vui (sukka) hỷ lạc cho hành giả. Nhưng phiền não (dukkha) và bản ngã vẫn có mặt sau khi xuất định. Như vậy định chưa hoàn toàn triệt tiêu phiền não. Định chỉ mới đề nén phiền não thôi! Giống như tảng đá lớn đè lên đám cỏ. Rễ vẫn còn nằm dưới đất. Khi dời tảng đá đi chỗ khác, thì cỏ có khả năng mọc lại. Cho dù hành giả đạt được các tầng thiền hữu sắc, vô sắc, hay luyện tập đắc các thần thông cũng chưa thể thành tựu sự chứng ngộ Niết-bàn, là mục tiêu tối hậu của đạo Phật. Đó là lý do tại sao mà đức Thế Tôn không dừng lại ở bốn tầng thiền Hữu sắc hay Vô sắc.

Muốn xuất ly sinh tử, thoát khỏi luân hồi, hành giả phải bước qua giai đoạn thứ hai đó là thiền Tuệ. Thiền Tuệ tức là thiền Quán. Nhờ thiền Chỉ, hành giả đạt được Tâm giải thoát. Nhờ thiền Tuệ, hành giả sẽ đạt được Tuệ giải thoát. Chúng tôi tạm ngưng chủ đề thiền Chỉ nơi đây. Lần sau chúng ta tìm hiểu về thiền Quán. Chúc tất cả quý thiền sinh một ngày an lạc trong tâm Chỉ.

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.

THÍCH NỮ HẰNG NHƯ

12/5/2024

(Sinh hoạt trên zoom với Hội Thiền Tánh Không Houston, TX)



SEN THƠM

(*Phật Pháp Thứ Năm* — bài viết hàng tuần của GDPT
do **NHÓM ÁO LAM** thực hiện)

TRANG GIA ĐÌNH PHẬT TỬ

Thưa Anh Chị Em Lam Viên thương mến,
Vào một thời kia, đức Phật ngụ tại chùa Kỳ Viên nước Xá Vệ, trong một kỳ giảng Pháp ngài có kể chuyện hai người bạn thân khác đạo và phép màu hoa SEN.

Có hai người bạn ở nước Xá Vệ rất thân nhau, một người tên Sĩ và người kia tên Hạ. Sĩ là một Phật tử tại gia thuần thành còn Hạ thì theo nhóm ngoại đạo lõa thể Ni Kiền Tử (NKT). Nhóm này chống đối đức Phật.

Đã nhiều lần, Hạ nghe lời nhóm NKT khuyên bạn mình nên bỏ đức Phật đi theo nhóm lõa thể. Anh nói với anh Sĩ: "Này bạn, bạn nên theo học đạo với tôi, các vị thầy của tôi có được quyền năng mạnh mẽ, còn biết được cả việc quá khứ, hiện tại và việc tương lai. Các ngài còn đọc được tư tưởng người khác nữa."

Nghe vậy, anh Sĩ muốn thử xem Hạ nói có đúng sự thật không nên mời nhóm NKT đến nhà mình để dâng cơm cúng dường. Rồi anh cho đào một hố sâu trước sân nhà, bên dưới để đầy rác rến và đồ dơ bẩn, bên trên lót ván mỏng, kê ghế ngồi. Các bát thức ăn thì cơm và cà ri chỉ có ở trên, dưới lót lá chuối. Khi đám NKT đi vào, anh Sĩ mời họ sắp hàng đi hàng một, đứng trước ghế của mình rồi cùng ngồi xuống một lượt... vừa ngồi xuống, ghé bật ngả, cả đám NKT lọt vào hố nước dơ, la hét chí choé... Anh Sĩ to tiếng nói với họ: "Các ông thường khoe biết việc quá khứ, hiện tại, vị lai, đoán được tư tưởng người khác sao lại chẳng biết mình sẽ bị rơi vào hầm nước dơ?!"

Cả đám NKT giận dữ, vừa chửi rủa vừa bển lên bỏ ra về. Thấy "phe" mình bị hạ nhục như thế, anh Hạ rất phẫn nộ, trong 2 tuần liên tiếp anh không thèm lui tới nói chuyện với bạn thân như trước nữa. Sau nghĩ ra được mưu kế trả thù, anh Hạ giả bộ làm lành đến thăm và nhờ anh Sĩ thỉnh đức Phật và chư Tăng đến nhà anh để anh dâng cơm cúng dường.

Anh Sĩ đến trình với đức Phật việc anh đã gạt đám NKT trước đây và hỏi xem Đức Phật có nên nhận lời mời của anh Hạ không. Đức Phật quán thấy đã đến cơ duyên khiến cho đôi bạn Sĩ và Hạ cùng chứng đắc được đạo quả Tu Đà Hoàn nên nhận lời mời, hôm sau đến nhà anh Hạ thọ trai. Anh Hạ cũng đào hố sâu, bên dưới để than hồng bên trên lót ván

trải thảm và kê ghế ngồi. Các châu đựng thức ăn cũng chứa đầy lá chuối bên dưới, trên chỉ phủ một chút ít cơm và cà ri.

Khi đức Phật và Tăng đoàn đến nhà, bước lên thăm thảm thì lạ thay than hồng dưới hố đều biến mất, và 500 cành hoa sen thơm ngát vươn lên cao, nở rộng ra làm chỗ ngồi cho đức Phật và các đệ tử của ngài. Trông thấy phép màu đó, anh Hạ hốt hoảng chạy lại bên anh Sĩ nói nhỏ: "Này bạn ơi, làm sao bây giờ? Tôi đã lỡ nhét lá chuối bên dưới, làm sao có thực phẩm cúng dường đức Phật và chư Tăng đây?!" Anh Sĩ bảo bạn hãy đến xem lại đi... Lạ lùng thay, mỗi châu đều đựng thức ăn thơm ngon cả.

Sau buổi thọ trai, đức Phật giảng Pháp, nói về hạnh Bồ Thí, cả hai người bạn đều thấu hiểu chánh pháp nên đắc được quả vị Tu Đà hoàn. Đức Phật bảo: "Các người phạm tục chẳng hiểu các đức hạnh cao quý của ngôi Tam Bảo là Phật, Pháp, Tăng. Họ cũng như những người mù, chỉ có bậc hiền trí đầy đủ trí tuệ, như người sáng mắt.

Rồi đức Phật đọc lên 2 bài kệ:

*"Giữa hố rác dơ bên đại lộ
Hoa sen thơm nở đẹp lòng người
Cùng thể ấy, giữa chợ đời phạm tục
Kẻ mê mù còn nhưng nhúc nơi nơi
Nhô lên cao với trí tuệ sáng ngời
Người đệ tử chân thành của đức PHẬT."
(KPC, kệ # 58 & 59)*

Thưa các Bạn Lam viên thương mến,
Đức Phật không khuyên đệ tử của ngài xử dụng thân thông để khoe khoang... Chỉ khi nào cần thiết để giáo hoá, để chiết phục một ai đó Ngài mới thi triển thần thông mà thôi. Chúng ta thấy rõ rằng nếu không có hoa sen nở ra chiếm chỗ than hồng thì anh chàng Hạ kia không bao giờ chịu tâm phục khẩu phục mà trái lại còn ôm hận mãi. Phép màu hoa sen lần này đã cứu anh Hạ đưa anh về nẻo chánh.

Thương mến kính chúc các bạn một mùa An cư an lạc và giải thoát.

Trân trọng,
Nhóm Áo Lam

TÂM QUAN TRỌNG CỦA VIỆC AN CƯ

Thích Nữ Vạn Dung

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

An cư là một truyền thống tu học của chư Tăng Ni Phật giáo có từ thời Đức Phật. Đây là khoảng thời gian để các vị tu sĩ tinh tấn, nỗ lực thực hành, gia công tu tập và thức liễm thân tâm cũng như trau dồi Giới - Định - Tuệ sau bao nhiêu ngày tháng hành đạo, giáo hóa khắp mọi miền. Và cũng là dịp để hàng Phật tử vân tập về để nghe pháp, hỏi đạo, đồng thời là cơ hội để họ gieo trồng ruộng phước thông qua việc cúng dường và hộ độ cho chư Tăng Ni trong ba tháng cấm túc.

An cư: tiếng Phạn là *vāṛṣika* hoặc *varṣa*, Pali là *vassa*. Dịch ý là vũ kỳ (thời kỳ mưa), là một trong các chế độ tu hành. Còn gọi là Hạ an cư, Vũ an cư, Tọa hạ, Hạ tọa, Kết hạ, Tọa lạc, Nhất hạ cứu tuần, Cửu tuần cấm túc, Kết chế an cư, Kết chế [1].

An cư là một truyền thống tu học được duy trì liên tục từ thời Đức Phật cho đến ngày nay. An cư được hiểu là ở yên một chỗ, nghĩa là vào trong 3 tháng mùa mưa, tất cả chư Tăng Ni phải được tập trung ở yên trong các trú xứ. Bởi theo xứ Ấn Độ, ba tháng mùa hạ này là ba tháng mùa mưa, là mùa sinh sản của nhiều loại côn trùng, việc chư Tăng Ni ra ngoài du hóa sẽ vô tình giẫm chết côn trùng và cây cỏ. Vì thế mà Phật chế định "*Này các tỳ kheu, không nên không vào mùa (an cư) mưa; vị nào không vào thì phạm tội dukkaṭa*" [2]. Từ đó về sau,

truyền thống này được duy trì hàng năm trong Tăng đoàn và không những mang lại nhiều lợi ích cho chính mỗi hành giả an cư mà còn cho cả hàng Phật tử tại gia.

Xét về mặt địa lý, thời tiết và khí hậu, các nước thuộc vùng Đông Nam Á như Việt Nam, Thái Lan... vào mùa hạ cũng là mùa mưa, vì thế thời gian an cư tại Việt Nam cũng thường bắt đầu vào ngày 15 tháng Tư và kết thúc vào ngày 15 tháng Bảy hàng năm. Theo *Tứ phần luật san phồn bổ khuyết hành sự sao*, quyển thượng, phần 4, lấy ngày 16 tháng Tư là ngày đầu an cư, ngày 15 tháng Bảy là ngày cuối cùng, ngày hôm sau là ngày Tứ tứ. Còn theo *Luật Ma-ha Tăng kỳ quyển 27*, thì lấy ngày 15 tháng Bảy làm ngày Tứ tứ. Ngoài ra ở một số vùng của các nước như Nhật Bản, Trung Quốc và một số nước ở Tây Vực còn có kết chế an cư vào mùa Đông, gọi là Đông an cư. Theo *Đại Đường Tây Vực ký*, quyển 1, Yết-sương-na-quốc chép thì ngày 16 tháng 12 là ngày đầu của Đông an cư và ngày 15 tháng Ba năm sau là ngày cuối cùng. Ngày đầu an cư, gọi là kết hạ; ngày cuối an cư gọi là giải hạ; thời kỳ giữa kết hạ và giải hạ gọi là bản hạ.

Trong thời gian cấm túc an cư, hành giả phải tập trung lại các trú xứ có chư Tăng, không được



KHÓA AN CƯ KIẾT HẠ PL. 2563
CHÙA PHẬT ĐÀ & NHƯ LAI THIỀN TỰ, SAN DIEGO, HOA KỲ.

an cư tại nơi không có chư Tăng (tức từ 4 vị Tỷ Kheo hoặc Tỷ Kheo Ni trở lên) và không được kết giới tràng; phải tuân thủ nghiêm chỉnh và đầy đủ các thời khóa tu học mà trụ xứ ấy quy định, như thời gian thức chúng, chỉ tịnh, tụng kinh, tọa thiền và tham dự các lớp học giáo lý hoặc nghe pháp đầy đủ hay các hoạt động như ăn cơm chánh niệm, đi thiền hành... tất cả đều được thực hiện nghiêm chỉnh trong tinh thần hòa hợp, hoan hỷ và tự nguyện. Ngoài ra còn phải siêng năng lao tác như là một cách để thể hiện sự tu học của mình trong công việc. Sau khi viên mãn ba tháng an cư tu học cùng đại chúng, mỗi hành giả phải tự xét lại hành vi của chính mình trong thời gian qua, nếu có tội thì phải giải bày trước đại chúng để cùng nhau sám hối, gọi là tự tứ, để có được sự an lạc trong quá trình tu học. Ngày này còn gọi là ngày chư Phật hoan hỷ, bởi sau khi kết thúc một kỳ an cư, mỗi một hành giả đều trau dồi thêm cho mình một sự thăng tiến trong nội tâm, vững chãi hơn trên con đường đạo, giới – định – tuệ được huân tu, được trau dồi. Lại sau khi an cư viên mãn, chư Tỷ kheo, Tỷ kheo ni được thêm một tuổi hạ, gọi là Pháp lạc hay Hạ lạc, tức là số tuổi trong đạo của một người xuất gia.

Hàng năm đến mùa An cư, chư Tăng Ni mọi nơi đều gác lại các công tác Phật sự của mình như đi khắp mọi miền thuyết pháp độ sanh hay làm các công tác từ thiện xã hội... để vân tập về một trú xứ, chuyên tâm tu học. Trú xứ này thường có tên là "Tịnh nghiệp đạo tràng an cư", tức là khi các hành giả vào đây, hẳn nhiên là ở yên, ba nghiệp thanh tịnh, tăng chúng hòa hợp cùng nhau tu học. Trong ba tháng an cư này, ngoài việc tinh chuyên tu học theo thời khóa với đại chúng, chư Tăng Ni còn có thời gian riêng cho bản thân mình như đọc kinh, đọc sách, nghiên cứu và dành nhiều thời gian hơn để quay về quán chiếu chính mình "phản quan tự kỷ", thay vì những tháng còn lại kia bận bịu trong việc nhập thế độ sanh. Lúc hành đạo, dĩ nhiên đôi lúc mất đi rất nhiều năng lượng, thì mùa an cư này chính là thời điểm tốt nhất để chư Tăng Ni nạp lại năng lượng cho mình mình. Trong ba tháng an cư, chư Tăng Ni hạn chế tiếp xúc với các duyên bên ngoài, do đó nội tâm an ổn, không bị chi phối. Chỉ một việc tinh chuyên, cần mẫn trong việc học pháp, suy tư pháp, thực hành pháp. Nhờ tinh tấn trong các thiện pháp, chuyên tâm học và hành pháp, sống trong pháp mà giới luật được củng cố thêm, định lực được tăng trưởng, từ đó khiến cho các công đức lành được sanh ra, "Nếu ai giữ giới trong sạch, ắt được các pháp lành. Nếu không giữ giới trong sạch, thì các công đức lành đều chẳng thể sanh ra" [3], nhờ thế mà giới hạnh và đạo lực được vun bồi, là điểm tựa cho hàng Phật tử tại gia quay về nương tựa (quy y Tăng) và là phước điền của hàng Phật tử tại gia gieo hạt giống lành.

"Hoằng pháp vi gia vụ, lợi sanh vi bản hoài", nghĩa là việc hoằng pháp, lợi ích chúng sanh chính là nhiệm vụ, là bản hoài của người xuất gia tu học theo đạo Phật. Tinh thần dẫn thân, nhập thế để làm lợi ích cho tha nhân là điều không thể không có. Thế nhưng, cũng không vì điều này mà người xuất gia quên đi mục đích cứu cánh giải thoát cho chính mình. Đức Phật từng dạy trong Kinh Pháp Cú:

*Dầu lợi người bao nhiêu
Chớ quên phần tư lợi
Nhờ thắng tri tư lợi
Hãy chuyên tâm lợi mình [4]*

Vì vậy mà người xuất gia trên con đường tu học và làm lợi ích cho tha nhân vẫn phải là người "tự độ" và "độ tha"; nhờ có "tự độ", tức là lấy trí tuệ làm sự nghiệp (duy tuệ thị nghiệp), bên cạnh đó còn phải trang bị thêm cho mình các công đức phước báu, nghĩa là phải "phước – huệ song tu". Nếu không có trí tuệ và phước báu thì ngay cả bản thân mình còn không thể tự độ nổi thì làm sao có thể ra ngoài mang lại điều gì lợi ích cho ai; mình không khắc phục được tham-sân-si-chấp ngã trong mình thì làm sao bảo người "buông"; mình giới hạnh còn khiếm khuyết thì làm sao bảo người hãy giữ trong 5 giới, 10 giới... Mình không thể tự làm ngọn đèn, thì không thể ban rải hay cho ai được chút ánh sáng để nương tựa. Cho nên, người xuất gia trong sự nghiệp tu học và hoằng pháp thường luôn phải hướng đến sự "tự độ" và "độ tha", "tự giác" và "giác tha" thì mới có thể thành tựu được "giác hạnh viên mãn".

An cư kiết hạ chính là hoạt động tu học thường niên và không thể thiếu đối với hàng xuất gia, ngoài việc thể hiện tinh thần từ bi, thương xót các loài côn trùng bé nhỏ và các giống loại cây trồng thì còn thể hiện được tinh thần giữ gìn giới luật mà Phật đã chế định hơn 2500 năm về trước. Truyền thống này chính là một nét đặc thù và cũng là sự duy trì mạng mạch của Phật giáo; đồng thời còn thấy được tinh thần lục hòa trong tu học như nước với sữa của chư Tăng Ni: sống trong một hội chúng đông, tất cả đều có cơ hội chia sẻ những kiến giải về nội điển hay những kinh nghiệm tu học bằng xương máu về các nội chương lẫn các ngoại duyên để chư huynh đệ biết và nếu gặp phải thì có thể khắc phục được mà vững chãi trên bước đường tu học.

CHÚ THÍCH:

- [1] Thích Quảng Độ dịch, (2014), *Phật Quang Đại Từ Điển*, Nxb. Phương Đông, tr. 188.
[2] Tỷ kheo Indacanda dịch, (2014), *Đại Phẩm – tập 1, chương Vào mùa mưa – Hai thời điểm vào mùa mưa*, Nxb. Tôn giáo, tr. 277.
- dukkaṭa: tội đột-kiết-la (ác tác).
[3] Đoàn Trung Còn – Nguyễn Minh Tiến *Viết dịch và chú giải*, (2010), *Di Giáo Kinh*, Nxb. Tôn giáo, tr. 32.
[4] HT Thích Minh Châu dịch, *Kinh Tiểu Bộ, Kinh Pháp Cú*, kệ 166.



TUỔI TEEN CŨNG CẦN THỰC HÀNH CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC ĐỂ GIẢM CĂNG THẲNG, TUYỆT VỌNG

Văn Lan / Người Việt

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

GARDEN GROVE, California (NV) – Tiến Sĩ Bạch Xuân Phê và cô Chơn Nguyên vừa chia sẻ cách hướng dẫn các em tuổi teen thực hành chánh niệm tỉnh thức tại Trung Tâm Thực Tập Chánh Niệm Nam California (MPC), 12221 Brookhurst St., #240, Garden Grove, CA 92683.

Tiến Sĩ Bạch Xuân Phê (Tâm Thường Định) dạy môn Hóa Học tại trường trung học Mira Loma High School ở Sacramento, miền Bắc California. Ông cũng là người giảng dạy và thực hành về “Sự Tỉnh Thức,” là thành viên của Instructional Leadership Corps – một chương trình huấn luyện giáo viên, ông hướng dẫn chương trình phát triển giảng viên lãnh đạo chuyên nghiệp hợp tác giữa Hiệp Hội Giáo Viên California (CTA), Trung Tâm Chính Sách Cơ Hội Giáo Dục Stanford (SCOPE) và Trung Tâm Tài Nguyên Hội Đồng Quốc Gia Tại Trường Đại Học Stanford (NBRC).

Cô Chơn Nguyên là y tá Học Khu Centralia ở Buena Park, miền Nam California.

Trong buổi chia sẻ, Tiến Sĩ Phê và cô Chơn Nguyên đã trình bày một số nét chính về lý do nên thực hành chánh niệm trong đời thường, cùng với một số hình thức thực hành phù hợp với tuổi teen, và cách truyền thông giữa cha mẹ và con em.

Theo đó, thực hành chánh niệm để giảm căng thẳng trong cuộc sống và điều trị một số triệu chứng bệnh tâm lý hoặc tăng khả năng tư duy trong học tập, đã ngày càng phổ biến tại Hoa Kỳ trong hơn thập niên qua. Và cách nhận biết những vấn đề tâm lý của các em, làm sao hiểu được con cái đang tuổi mới lớn thường thay đổi rất nhiều về tâm sinh lý ngày càng được quan tâm, làm thế nào để gia đình ngày càng vui vẻ tốt đẹp hơn.

Tâm lý trẻ vị thành niên ở Mỹ bị chấn thương là một vấn nạn lớn trong xã hội Mỹ hiện nay nói chung và trong cộng đồng Việt ở hải ngoại nói

riêng, khi các em chứng kiến những tai nạn giao thông, hỏa hoạn, thiên tai, bắn súng chết người bữa bãi, hay chuyện tự tử của một người bạn, chứng kiến bạo lực trong nhà hay hàng xóm, gia đình cha mẹ bất hòa thường xuyên cãi nhau hoặc chia tay...

Thống kê hiện nay cho thấy số trẻ bị chấn thương tâm lý có khai báo là khoảng 3 triệu em nhưng Bộ Y Tế phỏng đoán là có tới 5 triệu vì không có sự báo cáo từ gia đình, hoặc do không hiểu biết hoặc do giấu giếm của gia đình. Đây là một con số rất đáng quan ngại. Và sau khi con em trong gia đình mắc phải những vấn đề về tâm lý, cha mẹ phải như thế nào.

Cả hai diễn giả đều cho rằng khoa học ngày nay đã chứng minh thực tập chánh niệm là một phương cách tích cực và hữu hiệu để giảm stress, giảm thiểu những căng thẳng trong quan hệ gia đình, việc làm, xã hội. Khoa học cũng đã chứng minh những lợi ích của chánh niệm đối với não bộ của con người, thiền định cũng giúp “bộ não trên” phát triển mạnh hơn, tạo thêm các hóa chất tích cực cần thiết giúp cuộc sống lạc quan hơn.

Tại buổi hội thảo, Tiến Sĩ Bạch Xuân Phê xúc động kể câu chuyện một người học trò của ông đã tự tử vì cha em không chấp nhận sự thật rằng em là người đồng tính.

Một trong những tài liệu trong buổi hội thảo “Thiền Chánh Niệm Tỉnh Thức.” (Hình: Văn Lan/ Người Việt)

Trong cuộc đời đi dạy, ông cũng đã gặp nhiều trường hợp các em học sinh tự tử vì không thể kiểm soát được những cảm xúc trong cuộc đời mình. Chính vì những điều này đã thôi thúc ông hướng dẫn các em thực hành chánh niệm trong lớp học, bởi vì khi kiểm soát được những nỗi tuyệt vọng, sự căng thẳng khi gặp phải nghịch cảnh, các em sẽ không chọn cái chết.

Khi biết thực hành chánh niệm sẽ đem lại một cảm giác, một sự nhận thức rõ rệt trong từng hành động. Nói đơn giản, chánh niệm không phải cố gắng làm cho tâm trí dứt sạch mọi sự suy nghĩ, ngược lại, việc thực hành chánh niệm chỉ với mục đích chú ý đến khoảnh khắc hiện tại, đặc biệt là những suy nghĩ, cảm xúc mà không phán xét, bất kể điều gì đang xảy ra.

Để thực hành chánh niệm tỉnh thức một cách sinh động hơn, cô Chơn Nguyên cho mọi người thực tập ăn một trái quýt trong chánh niệm bằng cách ăn chậm rãi. Lúc đó trái quýt được cảm nhận qua nhiều giác quan, như mắt nhận thấy được màu sắc, hình dạng trái quýt. Tay bóc vỏ cảm nhận được sự trơn láng của vỏ cùng những múi quýt mềm mại, mũi ngửi được hương thơm của vỏ quýt. Khi cắn vào múi quýt, những vị chua ngọt chảy vào miệng. Ăn quýt như vậy còn cho ta thấy



Tiến Sĩ Bạch Xuân Phê (trái) nói về “Thiền Chánh Niệm Tỉnh Thức” cho tuổi teen. (Hình: Văn Lan/ Người Việt)

được công sức của người nông dân, để biết ơn người, ơn đời.

Tiến Sĩ Phê cũng hướng dẫn một số phương pháp theo dõi hơi thở có thể áp dụng cho các em học sinh. Ngồi thẳng lưng nhưng buông lỏng trên ghế, theo dõi hơi thở vào ra để làm tâm lắng đọng. Việc theo dõi hơi thở có thể được kết hợp với nuôi dưỡng lòng yêu thương, từ bi với người khác. Và người đầu tiên mà mình cần thực tập thương yêu đó chính là bản thân mình. Thực tập khi bắt đầu ngồi theo dõi hơi thở với lời cầu nguyện: “Thở vào, tôi nguyện cho tôi được bình an. Thở ra, tôi nguyện cho tôi được bình an...” “Thở vào, tôi nguyện cho cha mẹ tôi được bình an...” “Thở vào, tôi nguyện cho những người chung quanh tôi được bình an...”

Nhiều phụ huynh gốc Việt biết lợi ích của chánh niệm, nhưng không biết làm sao để thuyết phục con em ở tuổi teen chịu thực hành tại nhà. Các em nên bắt đầu thực hành như thế nào là phù hợp?

Theo Tiến Sĩ Phê, theo dõi hơi thở là một hình thức đơn giản nhưng vô cùng hiệu quả để bắt đầu. Hơi thở giống như cái neo để buộc tâm trí dừng lại trong giây phút hiện tại. Theo dõi được hơi thở vào ra một cách nhẹ nhàng, tâm trí sẽ có được những giây phút tĩnh lặng hết sức cần thiết.

Buổi hội thảo cũng nêu ra cách cha mẹ nên sử dụng cách thức đối thoại thế nào để khuyến khích con em mình thực hành chánh niệm? Tiến Sĩ Phê cho biết nhiều em học sinh tâm sự rằng không thể nói chuyện được với cha mẹ, thường xuyên xung khắc với cha mẹ vì không có sự cảm thông. Vì vậy, cha mẹ hãy nói với các em bằng lòng yêu thương và sự cảm thông.

Trong giờ thực hành chánh niệm cũng có những động tác của thân, khi mọi người được hướng dẫn những động tác nhẹ nhàng trong hít thở để hoàn tất buổi thực hành chánh niệm.

Quang cảnh buổi hội thảo “Thiền Chánh Niệm Tỉnh Thức.” (Hình: Văn Lan/Người Việt)

Tiến Sĩ Bạch Xuân Phê kể, từ năm 2014, ông cùng CTA tổ chức những khóa huấn luyện “Tỉnh Thức” cho khoảng trên 3,000 giáo viên thuộc nhiều học khu ở California thuộc mọi sắc tộc, tôn giáo khác nhau.

Cô Chơn Nguyên cũng thành công trong việc đưa thực tập chánh niệm tỉnh thức đến với một số trường học tại học khu của mình. Cô chia sẻ kinh nghiệm cá nhân rằng, cô nhận ra ngay các học sinh tiểu học cũng có những dấu hiệu của căn bệnh căng thẳng lâu dài về tâm lý. Kết quả là phương pháp thực hành chánh niệm đơn giản của cô đã được các trường chấp nhận.

Kết thúc buổi hội thảo, Tiến Sĩ Bạch Xuân Phê kêu gọi mọi người cùng tham gia phổ biến cách thực hành chánh niệm đến với các em tuổi teen. Những buổi hướng dẫn tuổi teen thực hành chánh niệm tại MPC là một dự án trong tương lai, cần có sự góp sức của nhiều người.

Muốn biết thêm chi tiết và tham dự các buổi sinh hoạt của MPC, xin liên lạc: Email: chanhuyen@gmail.com hoặc nguoivietam06@gmail.com. [qd]

Nguồn: Người Việt

LÊN NON

*Một nhòai lên đĩnh phù vân
Một trời một đất chợt gần nhau
Vóc mây đôi ngum trắng phau
Này hoa này lá trắng sao mỉm cười*

*Nhủ lòng cỏi tạm người ơi!
Đường mây lối mộng rong chơi tháng ngày
Duyên trần ngoại cảnh đừng say
Miền sen tịnh độ thanh bai ta về*

*Hoàng hôn bàng láng trời què
Chim dang thêm cánh sơn khê mỗi mòn
Bước đời nặng trĩu đa đoan
Lệ mưa chớm tạnh lòng còn xót đau*

*Một nhòai nẻo thấp lối cao
Đỉnh trời bóng núi một màu hư vô
Biển người xao động nhấp nhô
Gánh gồng ước nguyện khổng lồ lên non...*

TRÁI TIM TƯỢNG ĐÁ

*Đậu trên tượng đá vô tri
Chủ chim thăm nguyện điều gì sáng nay
Lời chim nhỏ nhỏ tỏ bày
Trái tim Bô Tát liệu Ngài cảm nghe?!*

*Vườn chùa khê ngọn gió se
Bạch y phơ phát chớ che con khờ
Trái tim Bô Tát vô bờ
Biết đâu ngần mé bển bờ đại dương*

*Từ bi hỷ xả yêu thương
Không hình không tướng mà đường kẻ bên
Đôi khi con dại trót quên
Sông mê bể khổ nổi nênh gọi Người*

*Hoa thơm chợt hé môi cười
Ngàn lời cây lá xanh tươi nhu mì
Chủ chim vỗ cánh bay đi
Trái tim tượng đá thăm thì nam mô...*

thơ TỊNH BÌNH



GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ - CANADA
KHOÁ TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ 11
TẠI ATLANTA - GEORGIA

TU VIỆN VÔ BIÊN HẠNH
3997 Anvilblock Rd,
Ellenwood, GA 30294

CHÙA HẢI ẤN
5375 Sanders Rd,
Lake City, GA 30260

THÔNG BÁO SỐ 2

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.

Ngưỡng bạch trên Chư Tôn Thiên Đức Tăng Ni.
Kính thưa quý thiện nam tín nữ Phật tử gần xa.

Đáp lời cung thỉnh và mời gọi ghi danh Tu Học từ "bản thông báo số 1" cho khoá Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ (KTHPPBM) tại Atlanta, tiểu bang Georgia, Hoa Kỳ. Đến nay, Ban Tổ Chức (BTC) chúng con đã nhận được hơn 60 vị Tăng Ni chứng minh ghi danh tham dự; hơn 120 học viên Phật tử cũng đã ghi danh và nhiều Phật tử đang ghi danh theo các đoàn. Mặc dù còn khoảng 5 tháng nữa KTHPPBM mới chính thức diễn ra, nhưng số lượng ghi danh bước đầu như vậy là niềm khích lệ trân quý cho BTC chúng con.

Nay, dưới sự chứng minh, chỉ dạy của Chư Tôn Túc trưởng lão Hoà Thượng, chúng con xin kính trình " Bản thông báo số 2" về KTHPPBM năm 2024: 1/Nội Dung Tu Học, 2/ Lớp Phật Pháp Anh Ngữ, 3/ Chương Trình thăm viếng Quý Tự Viện và Tham Quan thắng cảnh ở tiểu bang Georgia, 4/Sắp xếp Phòng xá cho quý đoàn, quý gia đình và 5/ Cách thức chuyển lệ phí cho khoá tu.

1. Nội Dung Tu Học - Chủ đề "Đi Như Một Dòng Sông" với các ngày tu học diễn ra như sau:

***Thứ năm Ngày 11/07 :** Cung Đón Chư Tôn Đức Tăng Ni quang lâm, Chào Mừng Quý Học Viên Phật Tử vân tập

- Ổn định phòng xá, họp tiền khoá tu, thỉnh cử Cung An Chức Sự hiện diện.
- Lễ Khai Mạc chính thức (Có chương trình riêng- CCTR).

***Thứ Sáu Ngày 12/07 - Đại Pháp Hội Được Sư:**

(Tọa Thiền- Kinh Hành- Trì Tụng- Giảng Thuyết- Hội Thảo- Vấn Đáp-Trai Tăng Cúng Dường Pháp Hội- Hoa Đăng Cầu Nguyện và Đại Lễ Tưởng Niệm (CCTR).

***Thứ Bảy ngày 13/07 - Đại Pháp Hội Diệu Pháp Liên Hoa**

- Tọa Thiền- Kinh Hành.
- Giảng Thuyết- Hội Thảo Phật Pháp & Trai Tăng Cúng Dường Pháp Hội.
- Đại Hội Thư Tả Kinh Diệu Pháp Liên Hoa (CCTR).

***Chủ Nhật ngày 14/7 - Đại Pháp Hội Di Đà .**

- Tọa Thiền- Kinh Hành-Trì Tụng- Giảng Thuyết- Vấn Đáp Phật Pháp
- Trai Tăng Cúng Dường Khóa Tu Học.
- Trai Đàn Chấn Tế lược khoa (CCTR)..
- Vui thi tổng kết khóa học dành cho quý học viên Phật Tử .
- Thiền Trà Văn Nghệ - Tổng Kết Bế Mạc (CCTR).

***Thứ Hai 15/07 Check out**

(Hành hương tham quan Quý Tự Viện và thắng cảnh ở Atlanta).

2- Lớp học Phật Pháp Anh Ngữ (có 2 lớp - 4 vị giáo thọ thường trực hướng dẫn)

*Lớp thứ nhất (**La Hầu La**): từ 8- 14 tuổi (dưới 8 tuổi cần có phụ huynh theo kèm)

*Lớp thứ hai (**Bồ Tát Hạnh**) 14 tuổi và lớn hơn).

3- Chương Trình hành hương- tham quan thắng cảnh.

Ngày 15/07 : Check out hotel - (BTC Có chuẩn bị thức ăn sáng to-go)

- Đại Chúng xin hồi báo ghi danh để BTC sắp xếp phương tiện di chuyển hành hương, tham quan (tuỳ duyên ủng hộ- không thu phí bắt buộc).
- Đại chúng xin ghi danh hồi báo chuyến bay (nếu không đi hành hương) để BTC đưa ra phi trường.
- BTC hoan hỷ tư vấn hỗ trợ cho quý Đại Chúng ở lại Atlanta sau ngày 15/7 nếu cần.

4- Sắp xếp phòng xá:

- Như thông báo số 1 từ BTC: mỗi học viên ủng hộ 400 Mỹ kim/cho khoá tu học bao gồm: 4 học viên 1 phòng, nước uống thực phẩm suốt 4 ngày tu học, phương tiện đưa đón từ phi trường Atlanta và vật phẩm kỷ niệm khóa tu.
- 3 học viên/phòng - Ủng hộ 500 Mỹ kim/ học viên
- 2 học viên/phòng - Ủng hộ 650 Mỹ Kim/1 học viên
- 1 học viên/phòng - Ủng hộ 900 Mỹ kim (giường đơn)
- Trẻ em dưới 8 tuổi theo phụ huynh xin được miễn.

5- Cách Thức chuyển tiền: Ký Check Xin ghi: **Vo Bien Hanh Buddhist Monastery**, phần memo xin ghi: (KTHPPBM) gửi Mail về: Tu Viện Vô Biên Hạnh 3997 Anvil block Rd Ellenwood, GA 30294

Zelle trực tiếp BTC **Số (808) 546-9585** Vincent Phan (Xin gọi trước khi chuyển Zelle) phần memo ghi (KTHPPBM) - BTC sẽ xác nhận sau khi được chuyển.

***** Ghi Chú:

1- Hạn chót (Deadline) ghi danh tu học **đợt 1 là ngày 15/3 năm 2024.**

2- Hạn chót (Deadline) Ghi danh **đợt 2 là ngày 29/4 năm 2024.** (Vì phòng xá khách sạn BTC chúng con đặt có hạn lượng nên xin quý đại chúng hoan hỷ hồi báo sớm nhất để cho BTC chúng con được sắp xếp chu đáo hơn).

3-Ghi danh hình thức Online (chutonduc.khoatubacmy.org và phattu.khoatubacmy.org) BTC chúng con rất hoan hỷ hỗ trợ nếu có trở ngại trong phần ghi danh của quý Đại Chúng.

4- Quý Phật Tử đã ghi danh, BTC đã có số điện thoại, email liên hệ trên trang web riêng. BTC chúng con sẽ chủ động liên lạc sau bản thông báo số 2 này để bắt đầu tiếp nhận lệ phí tu học.

5- Phi Trường để đặt vé máy bay: Atlanta Airport , Hartsfield-Jackson Atlanta International Airport (sân bay quốc tế - ATL).

*****BTC chúng con thành tâm đánh lễ niệm ân Chư Tôn Túc Hòa Thượng, Chư Huỳnh Đệ đã khuyến tấn và yểm trợ cho BTC thừa hành Phật sự đăng cai KTHPPBM lần thứ 11 tại Atlanta năm 2024. Kính niệm ân quý đồng hương, đạo hữu Phật tử học viên ghi danh tu học, mời gọi gia đình bạn bè nhiệt tâm ủng hộ cho các chương trình “Gây Quỹ Ủng Hộ Khóa Tu Học” tại thành Phố San Jose; thành phố Anaheim (Tiểu bang California); thành phố Atlanta (tiểu bang Georgia) để khóa tu học được thành tựu viên mãn.


Kính nguyện Quý Đại Chúng: Vô Lượng Công Đức- Vô Lượng An Lành- Phật Sự Viên Thành- Sở nguyện thành tựu.

Trường BTC Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 11
Trú Trì Tu Viện Vô Biên Hạnh




Tỳ Kheo Thích Quảng Văn

Phó BTC: Trú Trì Chùa Hải Ân



Tỳ Kheo Ni Thích Nữ Huệ Nghiêm

ĐỐT ÁO

Có chàng nọ nghèo thật nghèo
Làm thuê, tiền bạc không nhiều là bao
Chàng dành dụm mãi trước sau
Đủ tiền may một áo sao tầm thường
Vải thô, áo ngắn thảm thương
Nên khi chàng mặc ra đường khó coi.
Có người chặn hỏi chê cười:
“Hình dung, mặt mũi anh thời đẹp xinh
Chắc là thuộc một gia đình
Giàu sang, phú quý ở quanh trong làng
Sao anh mặc áo vải thường?
Tôi nay có cách tìm đường giúp anh
Có quần áo đẹp tốt lành
Nhưng anh phải thật tâm thành tin tôi
Tôi không dối. Nói thật thôi.”
Chàng nghèo mừng rỡ: “Được rồi tôi tin
Nghe theo anh chỉ bảo liền.”
Thế là kẻ lạ ngay bên mé rừng
Đốt lên ngọn lửa bập bùng
Bảo chàng nghèo đó: “Anh đừng ngại chi
Cởi mau cái áo xấu kia
Bỏ vào trong lửa đốt đi tức thời
Sau khi áo cháy xong xuôi
Anh nên đợi một chút rồi thấy ngay
Áo quần đẹp hiện ra đây.”
Chàng nghèo tuân lệnh kẻ này làm theo
Cởi ra áo cũ xấu, nghèo
Vứt vào lửa đốt cháy vèo đi mau.
Chàng đi qua lại chờ lâu
Nào quần áo đẹp có đâu hiện hình.
*

Truyện này khuyên nhủ chúng sinh
Phải theo lời Phật dạy mình chớ quên
Thân người khó đạt được liền
Chúng ta đã được phải nên giữ gìn
Tu thân, tích đức, tạo duyên
Vun bồi cội phúc luôn thêm tốt lành
Y theo Chánh Pháp tu hành.
Tiếc thay ngoại đạo gian manh vô vàn
Lập ra tà thuyết dối gian
Khuyên nên hủy hoại tâm thân con người
Nhảy vào hầm lửa ngạt hơi
Là sinh lên được cõi trời tối cao
Hưởng đời sống thật dài lâu
Hưởng nhiều khoái lạc ngọt ngào mai sau.

Lời vô lý, khó tin sao
Đời này tổn hại tránh nào thoát đây,
Đời sau mê hoặc tới ngay
Sa vào địa ngục đọa đầy khổ đau.

TÂM MINH
NGÔ TẶNG GIAO
(Thi hóa phỏng theo Kinh Bách Dụ)

*

The Poor Man Burns His Coarse Woolen Clothing

Once upon a time, there was a poor and weary man who wore a coarse woolen garment, which he had made for his customer. He was seen by a stranger who said to him, "Coming from an honorable family clan, you are the son of a man of high position. Why do you wear such coarse woolen clothing? Now let me teach you how to get some fine clothes. You should follow my instructions. I won't cheat you."

The poor man follows his instructions happily. The stranger immediately lit a fire before him and said in these words, "Now you may take off your coarse woolen garment and put it into the fire. You'll get some beautiful clothes out of the flame instead."

The poor man did as he was told. After his old clothes were burnt, nothing was left but ashes.

So are the people at large.

Our being born as human beings must be attributed to the practice of a good religion from former lives. We should take good care of our beings and improve our virtue and do good deeds. We are sometimes cheated by the heretics, vicious men and seductive women, who said, "You should believe us that you will be reborn, after this life, in the Brahman Heaven and enjoy longevity and happiness, if you practice ascetics by jumping into the fire or rocks now."

This is just like the story of the poor man burning his clothing.

(Trích dẫn trong "SAKYAMUNI'S ONE HUNDRED FABLES" do Tetcheng Liao dịch)

KHI KHÓI LỬA MẶT TRẬN LỤI TÀN

Nguyễn Giác

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Thế giới đang bùng nổ nhiều cuộc chiến tranh, và đang ngùn lửa ở nhiều nơi khác: Trung Đông, Ukraine, Miến Điện, Đài Loan, Biển Đông... Một thời Việt Nam cũng đã trải qua nhiều cuộc binh lửa. Khi đọc kỹ Tam tạng Kinh điển, chúng ta cũng sẽ thấy có những cuộc chiến. Bản thân Đức Phật khi mới lớn cũng học kỹ thuật kiếm cung. Trong nhiều kiếp quá khứ, Đức Phật, khi còn ở cương vị Bồ Tát, cũng đã từng ra trận. Nhiều hình ảnh ẩn dụ trong kinh điển cũng cho thấy dấu tích chiến tranh: ngựa chiến, voi chiến, áo giáp, mũ tên... Và rồi tận cùng, Đức Phật nói trong Kinh SN45.7 rằng chiến thắng vinh quang nhất chính là *niếp phục tham, sân, si* – nơi đó chính là Niết Bàn. Đó là mặt trận lớn nhất, gian nan nhất.

Như thế, mặt trận này nằm ngay trong tâm mỗi người, và cũng là nơi tương tác của tâm với cảnh. Thắng được chính mình như thế, mới là chiến thắng tối thượng. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật giải thích trong hai bài kệ sau, theo bản dịch của Thầy Minh Châu.

103. *"Đầu tại bãi chiến trường
Thắng ngàn ngàn quân địch,
Tự thắng mình tốt hơn,
Thật chiến thắng tối thượng."*

104. *"Tự thắng, tốt đẹp hơn,
Hơn chiến thắng người khác.
Người khéo điều phục mình,
Thường sống tự chế ngự."*

Chúng ta sống trong một thế giới đầy chiến tranh. Một thời mở ra các trang báo, đều đọc thấy các bản tin về chiến tranh. Đối với nhân loại, hình như chưa có năm nào thế giới hoàn toàn hòa bình, kể cả thời rất xa xưa, thời mà chiến binh vẫn còn ngồi trên lưng ngựa, hay phải đi bộ. Nhưng nên thấy rằng chiến tranh là những chuyện phù phiếm nhất trong đời người. Đức Phật cấm nói các chuyện như thế. Đức Phật cấm nói chuyện vua chúa, chuyện đại thần, chuyện binh lính, chuyện đàn bà, chuyện đàn ông, chuyện người chết... Nghĩa là, rất nhiều chuyện chúng ta gặp trong đời đều là chuyện nhảm, chuyện phù phiếm, chẳng cần phải nói, bất kể chuyện gọi vọng, chuyện giải vọng...

Tại sao? Bởi vì cuộc chiến nhiếp phục tham sân si gay go lắm. Hễ sơ suất trong khoảnh khắc, các niềm tham sân si có thể lôi kéo chúng ta đi lạc nhiều kiếp. Do vậy, ngay tới vua, các bậc đại thần... cũng không là cái gì để người tu phải để tâm vào.

Trong Kinh SN 56.10, trong bản dịch của Thầy Minh Châu, Đức Phật dạy rằng đừng nói các chuyện nhảm, như sau:

"Này các Tỷ-kheo, chớ có nói những câu chuyện của loài súc sanh, như câu chuyện về vua chúa, câu chuyện về ăn trộm, câu chuyện về đại

thần, câu chuyện về binh lính, câu chuyện về hải hùng, câu chuyện về chiến tranh, câu chuyện về đồ ăn, câu chuyện về đồ uống, câu chuyện về vải mặc, câu chuyện về giường nằm, câu chuyện về vòng hoa, câu chuyện về hương liệu, câu chuyện về bà con, câu chuyện về xe cộ, câu chuyện về làng xóm, câu chuyện về thị tứ, câu chuyện về thành phố, câu chuyện về quốc độ, câu chuyện về đàn bà, câu chuyện về đàn ông, câu chuyện về vị anh hùng, câu chuyện bên lề đường, câu chuyện tại chỗ lấy nước, câu chuyện người đã chết, các câu chuyện tạp thoại, các câu chuyện biển trạng của thế giới, câu chuyện về biển trạng của đại dương, câu chuyện về sự hiện hữu và sự không hiện hữu. Vì sao?

Những câu chuyện này, này các Tỷ-kheo, không đưa đến mục đích, không phải căn bản cho Phạm hạnh, không đưa đến yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn."

Vậy thì, nếu có bạn trẻ nào đang mặc áo lính, nên suy nghĩ như thế nào. Dĩ nhiên, nhiệm vụ thì không tránh được, không chạy đâu được, nhưng nên tu học tinh tấn, và giữ gìn tâm từ bi đối với tất cả các chúng sanh. Đọc lại các truyện bản sanh, chúng ta thấy rằng Đức Phật cũng từng xông pha trong các trận binh lửa. Thí dụ, như truyện bản sanh Ajanna Jataka số 24, khi ngài là một chiến mã.

Lúc đó, Bồ tát (tiên thân Đức Phật) từng là ngựa chiến của một vị vua. Ngựa chiến này được vua cho một cuộc sống xa hoa hơn hầu hết người dân. Thức ăn của ngựa chiến được đặt trong một chiếc đĩa vàng trị giá một trăm ngàn đồng tiền, và chuồng ngựa có xông hương thơm bốn mùi và được trang trí bằng những tấm màn màu đỏ thắm và những vòng hoa.

Một lần nọ, bầy vị vua từ các vùng đất lân cận đã bao vây vương quốc nơi Bồ tát sống và ra lệnh cho nhà vua này đầu hàng, nếu không sẽ phải đối mặt với chiến tranh. Nhà vua thảo luận chiến lược với các cố vấn của mình và họ quyết định cách hành động tốt nhất là cử người đánh xe hàng đầu ra tác chiến với cả bầy đội quân. Nếu phương pháp này thất bại, họ sẽ xem xét kế hoạch khác. Người đánh xe, cùng với Bồ-tát và chiến mã em cùng kéo xe, đã chiến đấu một cách anh hùng, bắt được sáu vị vua, và đưa họ trở về cung điện làm tù nhân. Nhưng khi bắt được vị vua thứ sáu, Bồ tát bị thương.

Người đánh xe quay trở lại cung cung điện và bắt đầu mặc áo giáp cho một chiến mã khác. Khi Bồ tát nhìn thấy điều này, ngài tự nghĩ rằng không có con ngựa chiến nào khác uy dũng bằng ngài: nếu ngài không quay lại trận chiến, người đánh xe và nhà vua chắc chắn sẽ bị giết và vương quốc sẽ sụp đổ. Vì vậy, Bồ tát [chiến mã] bảo người đánh

xe hầy bằng vết thương để cầm máu, rồi họ lại lên đường và bắt được vị vua đối thủ cuối cùng.

Vương quốc được cứu, nhà vua bước ra chào đón họ. Bồ Tát (thời xa xưa, chiến mã biết nói tiếng người) mới khẩn cầu nhà vua đừng giết bầy vị vua bị bắt mà hãy bắt họ thề sẽ không bao giờ gây chiến với ngài nữa. Sau đó, sau khi bảo nhà vua hãy cai trị bằng chánh nghĩa và từ bi trong suốt quãng đời còn lại của mình, Bồ tát viên tịch.

Tại sao Đức Phật kể lại chuyện tiền kiếp trên? Bởi vì lúc đó, có một môn đệ của Đức Phật đột nhiên lưỡi biếng, tu học lui sụt, thế là Đức Phật kể lại chuyện bản sanh khi ngài còn là một chiến mã, để khuyến khích tinh tấn tu học. Sau khi nghe kể xong, vị học trò kia chứng quả A La Hán. Vị vua trong truyện là tiền kiếp của ngài Ananda, vị sư thí giả của Đức Phật.

Chúng ta nên nhớ rằng, nghiệp binh lửa có khi không mấy người thoát được. Bởi vì, cõi này của chúng ta là ngôi nhà lửa. Nếu bạn đang là công dân các nước đang chiến tranh, hay thậm chí đang là công dân các nước bên bờ chiến tranh, thí dụ như Đài Loan và Hàn Quốc, nghiệp lính là toàn dân. Do vậy, nói rằng đừng nói chuyện chiến tranh thì bất khả. Vấn đề là, tất cả những chuyện nên nhìn dưới con mắt nhà Phật, để kham nhẫn, để từ bi, và để tận lực giữ giới trong khả năng từng người. Bởi vì không bao giờ có chuyện các nhà sư khuyến khích người dân trốn lính. Hãy nhớ rằng, Phật hoàng Trần Nhân Tông đã từng động viên toàn dân để toàn lực cứu nước, cứu dân.

Bây giờ, xin mời đọc một tích truyện khác. Đó là truyện bản sanh Pancavudha Jataka số 55.

Trong kiếp đó, tiền thân Đức Phật là một vị thái tử. Ngay sau khi Bồ tát ra đời, tám trăm tu sĩ Bà-la-môn đã tiên đoán rằng ngài sẽ vừa là một nhà lãnh đạo đầy quyền lực, đức hạnh nghiêm túc, và là một chiến binh tài năng. Khi Bồ tát tròn mười sáu tuổi, cha ngài gửi ngài đến học ở Taxila. Sau khi buổi học kết thúc, vị thầy đưa cho Bồ tát một bộ gồm năm vũ khí và ngài lên đường trở về nhà. Trên đường đi, Bồ tát gặp một khu rừng nơi một con yêu tinh đang cư trú và giết chết tất cả những người yêu tinh này gặp. Mặc dù đã được cảnh báo về mối nguy hiểm này, Bồ tát vẫn không hề sợ hãi và bước vào rừng thay vì đi vòng quanh.

Con yêu tinh cao như cây cọ và trông rất khủng khiếp, nhưng khi Bồ tát nhìn thấy nó, nó không chạy. Bồ tát bắn 50 mũi tên độc vào con yêu tinh, đều dính vào bộ lông dày của yêu tinh và không có mũi tên nào xuyên nổi qua da. Khi con yêu tinh tấn công Bồ tát, ngài đánh trả bằng thanh kiếm nhưng

kiếm không thể xuyên qua bộ lông. Sau đó, Bồ tát dùng cây gậy của mình đập con yêu tinh, thì cây gậy này cũng bị mắc kẹt trong bộ lông xù xì của con yêu tinh. Bồ tát hét vào mặt yêu tinh rằng Bồ tát sẽ nghiền nát yêu tinh này thành bụi và tung một cú đấm bằng tay phải. Nhưng, giống như các vũ khí khác, không gì xuyên qua bộ lông dày của yêu tinh, và Bồ tát tiếp tục chiến đấu, bằng tay trái, chân phải, chân trái và cả đầu nữa.

Con yêu tinh khâm phục trước lòng can đảm phi thường của Bồ tát và nhận ra rằng Bồ tát không phải là người bình thường nên đã cho ngài ra đi tự do. Nhưng trước khi rời đi, Bồ tát giải thích rằng yêu tinh đã sống một cuộc sống sát nhân đầy đau khổ, đầy đặc tội lỗi từ những ngày quá khứ. Con yêu tinh xúc động, hứa rằng sẽ sống một cuộc sống tốt đẹp từ đó trở đi và yêu tinh thề sẽ làm như vậy. Bồ tát trở về cung điện, một thời gian sau trở thành vua, cai trị với đức hạnh và độ lượng.

Lý do Đức Phật kể truyện bản sanh này, bởi vì có một môn đệ lưỡi biếng, nên kể truyện này để kêu gọi tinh tấn, rằng bản thân phải tu luyện cho giỏi, cho siêng, mới đủ sức đánh với các con yêu tinh trên đời này, và vũ khí tận cùng vẫn là lòng từ bi. Con yêu tinh chính là tiền thân của Angulimala, một tên cướp đáng sợ, kẻ đã chặt ngón tay của mỗi người mà y giết và đeo chúng quanh cổ, và về đã trở thành một đệ tử giác ngộ của Đức Phật.

Chiến tranh là một nghiệp chung của một đất nước, hay của một khu vực. Chúng ta là Phật tử tại Hoa Kỳ, là những người yêu hòa bình và đang sống trong một xã hội hòa bình, nhưng cũng không chắc gì tương lai Chiến tranh Thế giới sẽ không bùng nổ. Trong khi đó, giới trẻ gốc Việt tại Hoa Kỳ cũng đã, đang và sẽ có mặt trong quân đội Hoa Kỳ. Tất nhiên, các em sẽ có những suy nghĩ riêng, nhưng trong cương vị những phụ huynh Phật tử, chúng ta cũng cần nhìn được vấn đề trong đôi mắt của Chánh pháp, để khi các em cần lời khuyên, chúng ta sẽ không nói nhầm lẫn. Riêng biệt, tự chúng ta cũng phải lo tu học cho vững vàng, để hướng dẫn được các em, rồi nghiệp tới đâu thì tùy, người Phật tử vẫn liên tục cố gắng tu học không rời.

Trên đài PBS, chương trình Religion & Ethics Newsweekly trong năm 2003 đã phỏng vấn Thầy Thích Nhất Hạnh về cái nhìn của Phật giáo về bạo lực. Chương trình được chép lại trên báo World Religion News, ấn bản ngày 15/5/2015, qua bài viết "Thích Nhất Hạnh Talks Violence and How Buddhists and Judeo-Christians are Connected" trong đó có một câu hỏi từ Bob Abernethy nêu lên, và được nhà sư nổi tiếng của Việt Nam trả lời, trích dịch từ bản tiếng Anh, như sau.

Hỏi: Có khi nào cần thiết phải sử dụng bạo lực để bảo vệ bản thân, bảo vệ gia đình hoặc đất nước của mình hay không?

Đáp: Nếu bạn thấy ai đó đang tìm cách bắt, để hủy diệt, bạn phải gắng hết sức của bạn để ngăn chặn người đó làm như thế. Bạn phải tận lực ngăn cản. Nhưng bạn phải làm điều đó vì lòng từ bi, vì thiện ý muốn bảo vệ, chứ không phải vì giận dữ. Đó là điểm cốt tủy. Nếu bạn cần dùng tới vũ lực thì bạn phải dùng vũ lực, nhưng bạn phải bảo đảm rằng bạn hành động vì lòng từ bi và vì thiện ý muốn bảo vệ, chứ không phải vì giận dữ." (Hết trích dịch)

Cả thế giới đều biết rằng Phật giáo yêu chuộng hòa bình. Do vậy, một câu hỏi thường gặp tại Hoa Kỳ là, làm thế nào một người thực hành Phật pháp



Hình chiến mã trên vách một ngôi chùa Thái Lan, vẽ năm 1848.

mà có thể ở trong quân đội được.

Bài viết nhan đề "Do you believe a person can practice Buddhism and be in the military?" (Bạn có tin rằng một người có thể tu học Phật pháp và là một quân nhân không?) trên tạp chí Lion's Roar ấn bản ngày 1 tháng 3/2007 đã phỏng vấn 3 vị thầy Hoa Kỳ. Nơi đây, chúng ta trích dịch lời của Thầy Ringu Tulku Rinpoche, một Lạt ma thuộc dòng Kagyu của Phật giáo Tây Tạng.

Thầy Ringu Tulku Rinpoche trả lời như sau:

"Thực hành Pháp không dành cho bất kỳ nghề nghiệp, giới tính, lục địa, màu da, quốc gia, đẳng cấp hay cộng đồng cụ thể nào. Thực hành Pháp dành cho tất cả mọi người và bất kỳ ai cũng có thể thực hành nó ở mức độ nào đó mà họ cảm thấy thoải mái.

Một người trong binh nghiệp có thể thực hành Phật pháp giống như bất kỳ ai khác. Dĩ nhiên, một số Phật tử có thể do dự trong việc chọn binh nghiệp, vì nó đòi hỏi phải giết khi thực sự cần thiết. Nhưng mục đích chính của quân đội là bảo vệ đất nước và duy trì hòa bình. Và trong nhiều trường hợp, đây thậm chí không phải là một sự lựa chọn. Dù nghề nghiệp của một người là gì, người đó có thể làm công việc đó một cách lương thiện, tử bi và vì lợi ích của người khác trong trái tim mình.

Chánh mạng là rất quan trọng, và thật tốt khi cố gắng tìm một nghề mang lại hạnh phúc tốt hơn cho nhiều người và không liên quan đến việc gây ra những điều có hại, nhưng điều đó không có nghĩa là một người không trong một nghề hoàn toàn bất bạo động thì không thể tu tập Phật pháp. Tôi nghĩ việc thực hành Pháp thậm chí còn cần thiết hơn đối với những người trải qua những biến cố đau thương, như trải qua những trận chiến quân sự có nhiều chết chóc và đau khổ.

Tu học Phật pháp không phải là làm việc này hay làm việc kia. Nó chính là về cách bạn sống cuộc sống của bạn trong từng khoảnh khắc này tới khoảnh khắc kia, từng ngày, trong bất kỳ hoàn cảnh nào bạn đang hiện trú. Nó chính là về cách bạn chuyển hóa cách bạn hiện hữu, cảm xúc, phản ứng và khuynh hướng thói quen của bạn.

Bất bạo động là tinh yếu của Phật giáo, nhưng điều đó không có nghĩa là bạn phải đầu hàng trước bất công, hay không thể nói hay làm bất cứ điều gì nếu người dân đang phải gánh chịu bạo hành thảm khốc. Ý niệm về một vị Bồ Tát là phải uy dũng và can đảm, làm việc và chiến đấu vì lợi ích của chúng sinh mà trong tâm không sân hận bất kỳ ai.

Khi ai đó làm hại bạn, bạn không nên ghét người kia, mà nên hiểu rằng người đó đang bị cơn giận chi phối, và trong khi những hành động tiêu cực của người đó đang làm hại bạn một chút, các hành động đó còn làm hại anh ta nhiều hơn. Anh ta không nên là đối tượng của hận thù mà phải là của lòng tử bi. Do vậy, bạn vẫn có thể yêu thương anh ta và giữ được tâm không hận thù. Điều đó không có nghĩa là chúng ta nên khuyến khích người đó hành động xấu và cho phép anh ta gây hại cho mọi người xung quanh, kể cả cho chính anh ta. Tìm cách ngăn cản anh ta thực hiện những hành động tiêu cực, ngay cả với một sức mạnh, có lẽ sẽ hữu ích hơn cho anh ta." (Hết trích dịch)

Khó, thực sự là khó để sống như một Phật tử. Nhưng đây là con đường hạnh phúc nhất trên đời này. Nếu có bạn trẻ nào còn do dự, nghĩ rằng Phật pháp mê mông, chưa biết nên tu học thế nào cho



NHÚ LÊN TIẾNG HÁT

*khép mở tàn một cuộc chơi
xiêm y vai người bốn cợt
vụng về bàn tay tha thiết
chạy đua da thịt đam mê
rồi ngày mưa lẳng lặng trở về
đồng bằng sông biển nhú lên tiếng hát
đắm say tâm lòng non nước
phù sa trôi dạt kinh thơ*

*rũ áo bơ vơ miền đất ẩm
nghe lao xao bài hát thiên thu
tay vuốt tóc áng mây chiều nhớ bạn
sợi tóc nằm im bên dốc núi sương mù*

*có con chim nhỏ trên cành riu rít
vỗ cánh bay lên khung cửa mùa đông
nghe đọng lại giọt kính hồi hà
thật thà bình minh rọi xuống khe lòng*

thơ **THY AN**

tiện dụng với đời sống bận rộn trong quân ngũ, xin mời thường trực nhìn vào tâm để thấy rằng Niết bàn chính là tâm không tham, không sân, không si. Bạn có thể nhìn tâm thường trực như thế dù là ở trên tàu chiến, trên quân xa, hay ở chiến hào. Từ bi cũng sẽ tự động lớn dậy theo tâm này.

Đức Phật cũng dạy một pháp nhìn tâm đơn giản khác, mà nhiều bạn có thể sẽ thấy thích nghi. Trọn cuốn Kinh Kim Cương được tóm gọn trong 4 câu Pháp Cú sau, rằng hãy thấy trong tâm đừng nắm giữ, đừng nương tựa, đừng dính mắc bất cứ thứ gì trong quá khứ, vị lai và cả hiện tại. Bản dịch của Thầy Minh Châu như sau:

*421 "Ai quá, hiện, vị lai
Không một sở hữu gì,
Không sở hữu không nắm,
Ta gọi Bà-la-môn."*

Bất kỳ ai sống thường trực như thế, khói lửa sẽ sớm lụi tàn trong tâm của bạn.

Nguyễn Giác

(Viết trong những ngày cuối tháng 4/2024)

Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ cùng Cộng Đồng PGVN Nam California long trọng tổ chức Đại Lễ Phật Đản

Nguyễn Thanh Huy

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN



Hình lưu niệm



Hình lưu niệm

Sau 4 năm gián đoạn vì đại dịch Covid-19, đây là lần đầu tiên Đại Lễ Phật Đản Chung được tổ chức trở lại tại Miền Nam California. Đại lễ Phật Đản diễn ra trong hai ngày Thứ Bảy ngày 4 và Chủ Nhật ngày 5 tháng Năm, năm 2024 tại Garden Grove Park, trung tâm Little Sài Gòn. Hai ngày đại lễ diễn ra với sự chứng minh tham dự của hàng trăm chư tôn giáo phẩm Tăng Ni, hàng ngàn đồng hương Phật tử và cư dân trong vùng.

Quan khách có quý vị Hội Đồng Liên Tôn Hoa Kỳ, các vị đại diện chính quyền địa phương, quý vị dân cử, đại diện dân cử, các tổ chức Cộng Đồng Người Việt ty nạn cộng sản, các vị đại diện hội đoàn, đoàn thể, các cơ quan truyền thanh, truyền hình, báo chí.

Chứng minh tham dự buổi lễ có: Đại Lão Hòa Thượng Thích Chơn Thành, Thượng Thủ Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Trên Thế Giới; Trưởng Lão HT Thích Tín Nghĩa, Chủ Tịch Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ; HT. Thích Nhật Quang, Đệ Nhị Phó Chủ Tịch Nội Vụ Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK; HT. Thích Thông

Hải, Phó Chủ Tịch Ngoại Vụ Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK; HT Thích Nguyên Siêu, Tổng Thư Ký Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK; HT Thích Minh Hối, Tổng vụ trưởng Tổng Vụ Kiến Thiết Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK; HT Thích Thiện Long, Tổng vụ trưởng Tổng Vụ Tài Chánh Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK; HT. Thích Minh Mẫn, Thành Viên Hội Đồng Giáo Phẩm GHPGVNTNHK; HT Thích Giác Pháp, Giáo Hội Phật Giáo Tăng Già Khất Sĩ; HT. Thích Tâm Vân, Thành viên Hội Đồng Giáo Phẩm Tăng Đoàn GHPGVNTN/Hải Ngoại; HT. Thích Tuệ Uy, Quyền Tổng Vụ Trưởng Tổng Vụ Giáo Dục Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK cùng phái đoàn chư tôn đức Nam Tông; HT. Thích Quảng Mẫn, HT. Thích Tâm Tường; Thượng Tọa Thích Thánh Minh, Trưởng ban tổ chức Đại Lễ Phật Đản GHPGVNTNHK năm 2024; Thượng Tọa Thích Huệ Minh, Thượng Tọa Thích Pháp Tấn, Phó Trưởng Ban tổ chức Đại Lễ Phật Đản 2024; Tiến Sĩ Quảng Phước Huỳnh Tấn Lê, Phụ Tá Chủ Tịch Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK, Tổng Vụ Trưởng Tổng Vụ Pháp Chế GHPGVNTNHK cùng chư tôn đức Tăng



Hòa Thượng Thích Thiện Long tuyên đọc Thông Bạch Phật Đản



Lễ Tắm Phật



*TT. Thích Thánh Minh, Trưởng Ban Tổ Chức,
đọc diễn văn khai mạc*



*Trưởng lão Hòa thượng Thích Tín Nghĩa,
Chủ tịch HĐĐH GHPGVNTNHHK, ban đạo từ*

Ni trong ban tổ chức cũng như chư tôn đức tăng, ni về từ các chùa và tự viện Nam California.

Điều hợp chương trình do Đại Đức Thích Lê Minh và MC. Huỳnh Trưởng Đỗ Tân Khoa, Tiến Sĩ Huỳnh Tấn Lê.

Chương trình bắt đầu khai mạc vào 4 giờ chiều Thứ 7, ngày 4 tháng 5 năm 2024, Ban nghi lễ tổ chức lễ rước linh từ Tượng đài Chiến Sĩ Việt Mỹ, Đài Tưởng Niệm Thuyền Nhân về an vị tại khu lễ đài để ban nghi lễ tổ chức nghi thức trai đàn cầu siêu. Trong lúc này, Ban Tổ chức mời chư tôn giáo phẩm, chư tôn đức Tăng, Ni quang lâm trước lễ đài để cắt băng khai mạc; sau khi cắt băng khai mạc một chương trình văn nghệ kính mừng đàn sinh do ban văn nghệ Hải Triều Âm cùng một số anh chị em nghệ sĩ trình diễn dưới sự điều hợp của Giáo Sư Nhạc Sĩ Nam Hưng.

Chủ Nhật ngày 5 tháng 5 năm 2024 vào lúc 8 giờ sáng cung đón Chư Tôn Thiện Đức và đồng hương Phật tử. Sau đó ban nghi lễ làm lễ tác bạch cung thỉnh Chư Tôn Giáo Phẩm, Chư Tôn Đức Tăng Ni quang lâm về Kỳ Viên Tịnh Xá để ban nghi lễ làm lễ tác bạch cung thỉnh chư tôn đức thực hiện nghi thức Cổ Phật Khất Thực. Sau đó chư tôn đức Tăng, Ni đi một vòng quanh công viên với bình bát trên tay - đây là một nghi thức từ hơn hai ngàn năm trước, đức Phật vì muốn cho tất cả mọi người đều có được cơ duyên cúng dường các bậc tu hành, gieo trồng phước đức...

Trong lúc này bên ngoài đoàn xe Jeep quân đội có gắn phù hiệu Phật đàn, cờ Hoa Kỳ, cờ Quốc Gia và cờ Phật Giáo cùng đoàn xe motorcycles của Luật Sư Đỗ Phủ dưới sự hướng dẫn của Phật tử Hoàng Văn Chương và LS. Đỗ Phủ đã diễn hành qua các đường phố trong khu Little Sài Gòn để chào mừng

ngày Đại Lễ Phật Đản. Trong khi đó tại lễ đài, chương trình văn nghệ cúng dường Phật Đản cũng mở màn với tiếng hát của ca sĩ Kim Loan, trình bày nhạc phẩm "Dâng Hoa Cúng Phật" do Nhạc Sĩ Trần Chí Phúc phổ thơ Nguyên Giác Phan Tấn Hải.

Lễ Đản sanh bắt đầu vào lúc 12 giờ theo nghi thức Bắc Tông và Nam Tông. Tất cả mọi người cùng tụng bài Sám nguyện Khánh đản. Sau nghi thức khánh đản là lễ Tắm Phật. Sau đó các em Gia Đình Phật Tử Miền Quảng Đức lên trình diễn màn vũ "Dâng Hoa Cúng Dường Phật Đản".

Tiếp theo, HT. Thiên Long lên tuyên đọc Thông Bạch Phật Đản của HT. Thích Tín Nghĩa Chủ Tịch Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHHK, trong đó có đoạn "...Cộng Đồng Phật Giáo Việt Nam hôm nay, đang hoàng pháp nơi Hải Ngoại, đang sống trong một quốc gia văn minh, tiến bộ trên thế giới. Luật pháp hiện hành là một sự biểu tỏ bảo vệ đời sống con người một cách có trật tự và hữu hiệu qua hai phạm trù vật chất và tinh thần - Tôn Giáo. Từ sự thuận lợi ấy, kính mong chư Tôn Đức Tăng Già, hãy tập chú vào sự tu tập: khuyến tấn quý Phật tử tu tập; tổ chức những đạo tràng tu tập hằng quý qua bốn mùa Xuân, Hạ, Thu, Đông; mở lớp Việt ngữ để dạy các con em, thế hệ thứ hai, thứ ba nói tiếng Việt. Đây là gìn giữ nền văn hoá mẹ đẻ, văn hoá ông bà Tổ Tiên từ ngàn xưa. Kỷ niệm ngày đức Phật Đản Sinh, là soi rọi lại long mình, sống có Chánh niệm, tinh giác để cùng đồng hành với các dân tộc Phật giáo trên thế giới tiến tới chân trời tự do, văn minh, tiến bộ của thế kỷ 21 này. ..."

Tiếp theo HT. Thích Nguyên Siêu và Cư Sĩ Quảng Phước Huỳnh Tấn Lê trình bày về những sinh hoạt và hiện tình Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất sau mùa đại dịch Covid-19.



Chư hòa thượng chứng minh



*HT. Thích Nguyên Siêu và Cư Sĩ Quảng Phước
Huỳnh Tấn Lê thuyết trình về hiện tình Giáo Hội
PGVNTNHHK*



Trong phần trình bày HT Thích Nguyên Siêu nói: "Về hiện tình Phật sự của Giáo Hội, đó là sự phụng hành hiến dâng từ sự hy sinh công sức, thời gian và tâm nguyện của Chư Tôn Đức Tăng Ni và quý Phật tử hộ pháp, gồm các Phật sự:

Phật Sự Thứ 1: Hàng năm Giáo Hội đều luôn tổ chức chương trình kỷ niệm mừng ngày Phật Đản tại nơi đây, hay trên những trú xứ khác, các tự viện khác, các tiểu bang Hoa Kỳ, một cách trang nghiêm trọng thể với đông đảo Chư Tôn Đức Tăng Ni và cộng đồng Phật tử tham dự.

Phật Sự Thứ 2: Nhiều thập niên qua Giáo Hội luôn thông báo đến Chư Tôn Đức Tăng Ni về một tinh thần tu tập mà thời Đức Phật và hàng thánh chúng còn tại thế, đó là thời gian An Cư Kiết Hạ. Năm nay được sự bảo trợ của Tu Viện Đại Bi, Sư Bà Viện Chủ và Ni Sư Trụ Trì đã mở rộng vòng tay tổ chức An Cư Kiết Hạ cho Giáo Hội, trên 220 Chư Tăng Ni đã ghi danh, thể hiện giáo pháp lục hòa trong ý vị bản thể trong sáng của Tăng Già.

Phật Sự Thứ 3: Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 11 được sự bảo trợ của Đại Đức Thích Quảng Văn, viện chủ Tu Viện Vô Biên Hạnh tại Georgia thành phố Atlanta, làm Trưởng Ban Tổ Chức. Năm nay Khóa Tu Học sẽ mang sắc thái đa dạng, mang nhiều ý nghĩa và giá trị đặc thù trên tinh thần tu học và thể hiện qua nếp sống hằng ngày của người con Phật.

Phật Sự Thứ 4: Đại Lễ Vu Lan, Pháp Hội Địa Tạng mà hơn một thập niên qua Thượng Tọa Thích Thánh Minh, Phật tử Linda Trần, Peek Family đã đảm trách, tổ chức dẫn tràng cầu siêu bạt độ nguyện cho âm siêu dương thái.

Phật Sự Thứ 5: Nguyệt San Chánh Pháp, tiếng nói của Giáo Hội, do nhà văn Vĩnh Hào làm chủ bút, xuất bản mỗi tháng một lần, nhiều năm qua đã được gửi đi và đến tận tay quý vị đọc giả các tự viện, Phật tử hằng lưu tâm và bảo trợ.

Phật Sự Thứ 6: Giáo Hội tạo mọi điều kiện thuận lợi cho các đơn vị Gia Đình Phật Tử tại địa phương có đoàn quán, nơi sinh hoạt một cách tương đối cố thể. Các đoàn sinh Gia Đình Phật Tử quyên quần dưới các mái chùa để cùng tu, cùng học, cùng sinh hoạt của tổ chức hằng tuần, hằng tháng, hằng năm.

Phật Sự Thứ 7: Tổ chức cho những Khóa Tu thiếu nhi dưới các mái tự viện qua các tiểu bang, để con em của quý Phật tử có điều kiện học Phật Pháp bằng tiếng Việt và học Việt Ngữ..."

Sau phần thuyết trình Nhạc Sĩ Trần Chí Phúc và Ca Sĩ Phong Dinh lên hát bản "Phật Giáo Việt Nam Lên Đường" do Nhạc Sĩ Trần Chí Phúc phối thơ Phan Tấn Hải.

Lễ khai mạc bắt đầu với nghi thức chào quốc kỳ Việt Nam Cộng Hòa, Phật Giáo Kỳ, Hoa Kỳ và phút

Nhập Từ Bi Quán do các em Gia Đình Phật Tử Việt Nam thực hiện.

Sau nghi thức, các em Gia Đình Phật Tử hát "Liên Khúc Khánh Đản". Tiếp theo Diễn Văn khai mạc của Thượng Tọa Thích Thánh Minh, Trưởng ban tổ chức Đại lễ Phật Đản 2024, trong diễn văn có đoạn: "... Hòa vào niềm vui chung của toàn thể Tăng Tín Đồ Phật Giáo trên khắp năm châu, nhân mùa Đản Sanh của Đức Từ Phụ Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật, GHPGVNTNHK - CDPGVN Nam Cali thành tâm tổ chức Đại Lễ Phật Đản chung theo truyền thống hằng năm. Đặc biệt năm này vì đại dịch Covid 19 nên đã gián đoạn 4 năm không có Đại Lễ Phật Đản chung... Xin thay mặt ban tổ chức, hân hoan chào đón sự hiện diện của toàn thể quý liệt vị. Xin bày tỏ nơi đây lòng biết ơn sâu sắc đến đất nước Hoa Kỳ, đến quý cơ quan chính quyền, quý hội đoàn, đoàn thể, quý cơ quan truyền thống cùng toàn thể quý đồng hương Phật tử xa gần đã nhiệt tâm hỗ trợ và tạo thuận lợi cho việc tổ chức đại lễ trong đại hôm nay, đặc biệt cảm ơn Hội Đồng thành phố Garden Grove... Kỷ niệm Phật Đản hôm nay cũng là làm cho tánh giác ngộ nơi chính mỗi chúng ta bừng sáng để thấy biết như thật, để thấy rõ bản chất của thật tướng vạn pháp trên cõi đời này, để tâm mình không vướng kẹt vào thế giới nhị nguyên trong vòng đời đời thị phi nhơn ngã. Thế gian Vô Thường không có chế độ nào là tồn tại miên viễn, không vì chút danh lợi hão huyền để rồi đánh mất niềm tin tôn giáo nơi mình. Không vì chút功名 ảo gạo tiền để đánh mất tương lai hết biết đúng sai, nẻo chánh đường tà rồi một ngày kia phải ân hận cho việc làm của ngày hôm nay. Kỷ niệm Phật Đản là tự trở về với chính mình. Chúng ta tự lắng lòng suy nghiệm giáo lý của Phật để chuyển hóa thân tâm, cùng nhau tinh hóa cõi nhân gian ô trược đầy biến động này. Đó là ý nghĩa đích thực nhất trong ngày kỷ niệm trọng đại này..."

Tiếp theo ban tổ chức cung thỉnh HT. Thích Tín Nghĩa Chủ Tịch Hội Đồng Điều Hành lên ban Đạo Từ, trong lời Đạo Từ có đoạn HT. nói: "... Hôm nay chúng ta quy tụ về đây để chiêm bái và dâng lễ đấng Từ Phụ Thích Ca Mâu Ni thị hiện nơi đời để hóa độ chúng sanh. Ngài là đấng cha lành là bậc thánh nhân là bậc vĩ nhân hy hữu là bậc thầy cao cả của nhân loại và chúng sinh. Đạo lý của Ngài đã được trải rộng và ảnh hưởng khắp năm châu, và ngày nay, khi nói đến Đức Phật tức là nói đến Phật giáo, là nói đến Từ Bi và Trí Tuệ... Mỗi người con Phật dù đang sống nơi quốc gia nào, trú xứ nào phải tự thắp lên đuốc tuệ, tự tâm thể hiện lòng từ tâm, hướng về tất cả chúng sinh, sao cho thế giới hòa bình, chấm dứt chiến tranh, nhân loại thực hành chánh thiện, yêu thương và nhìn nhau như anh em, trái đất xanh tươi, sống trong tình huynh

đệ an hòa. Đó là cách cúng dường tối thượng hưởng về ngày Đản Sanh của Đức Từ Phụ...”

Tiếp theo là phần phát biểu của Giáo Sư Nguyễn Thanh Giàu, Đại diện Hội Đồng Liên Tôn Hoa Kỳ cũng như lời phát biểu của TNS Janet Nguyễn; các thành viên Hội Đồng Thành Phố Garden Grove, gồm phó thị trưởng Cindy Ngọc Trần, Nghị Viên Stephanie Klopfenstein; cựu phó thị trưởng Thu Hà Nguyễn, cựu Nghị Viên Phát Bùi cùng Nghị Viên Amy Phan West, Westminster; Ang Billy Lê đại diện Chánh Lục Sư Hugh Nguyễn, BS Võ Đình Hữu, Chủ Tịch Cộng Đồng Liên Bang Hoa Kỳ và Dân Biểu Tạ Đức Trí (vì bận bận công tác nên đến trễ) tất cả những vị này đều ca ngợi việc làm hằng năm của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ. Nhân dịp này quý vị dân cử cũng đã trao bằng tưởng lệ đến ban tổ chức và Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ.

Sau đó Ban tổ chức mời BS. Michael Đào, Sư Cô Bích Liên, LS Đỗ Phú cùng quý vị mạnh thường quân, quý ân nhân bảo trợ lên lễ đài để ban tổ chức trao tặng bằng tri ân về những đóng góp lớn lao cho đại lễ Phật Đản thành tựu viên mãn.

Cuối cùng Thượng Tọa Thích Huệ Minh, Thành viên Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNKH, Phó trưởng ban tổ chức lên có lời cảm tạ.

Trong hai ngày Đại lễ Phật Đản đồng hương đã đến viếng khu vườn Lâm Tỳ Ni do Thượng Tọa Thích Pháp Tánh, Viện Chủ Chùa Khánh Hỷ, thành viên Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNKH, Phó trưởng ban tổ chức Đại Lễ Phật Đản 2024 cùng Phật tử chùa Khánh Hỷ thực hiện. Đây là nơi mà Phật tử đến viếng đông nhất, ngoài ra nơi mà đồng hương tham gia đông nhất đó là khu cung cấp ẩm thực, được biết trong hai ngày Đại lễ Chùa Phổ Linh do Ni Sư Thiên Tuệ làm Viện Chủ đã cúng dường 5,000 phần ăn, Tịnh Xá Giác Lý 1,500 phần ăn, Tịnh Xá Giác An 1,500 phần ăn. Thầy Thường Tịnh, Trụ Trì Chùa Phật Tổ cúng dường 500 phần trai tăng cho chư tôn đức tăng ni tham dự lễ.

Kết thúc chương trình với phần văn nghệ mừng Đản Sinh do sự điều hợp của các MC. Triệu Mỹ Ngân, Minh Hùng, Đỗ Tân Khoa, và Quốc Thái. Chương trình được đóng góp của các nghệ sĩ thân hữu, các ban hợp ca thuộc các đạo tràng các chùa trong vùng Nam California và các em Gia Đình Phật Tử.

Kết thúc chương trình vào lúc 7:30 tối.



NIỀM VUI YÊN LẶNG

*Có những khoảnh khắc trong đời
Dịu êm như khoảnh khắc cuối
Ta mệt mỏi rã rời
Ánh hoàng hôn chói sáng
Khép lại một ngày
Còn chút yên vui.*



*Đêm buông gọi mời những ly cay
Nhớ lan man bao nhiêu là chuyện cũ
Thuở lang thang qua từng con phố
Ly cà phê đắng và điều thuốc cầm tay
Tuổi trẻ hoang vu và gãy vỡ
Những giấc mơ thoát thai từ nhịp điệu tế nhát
mỗi ngày*

*Dam mê nào cũng mỏi, ta sống giữa đời chật vật
nỗi lo toan
Thảng tiếng chim hót liú lo buổi sáng
Cơn mưa rào ướt đẫm buổi chiều hoang
Gợi nhắc ta về một thời tuổi trẻ
Thật thuần khiết và ngang tàng
Đôi mắt rục như thanh gươm sáng loáng.*

*Bây giờ ta thành ông chủ trung niên
Với dăm ông bạn vong niên tóc trắng
Ngồi uống cà phê khê khà quán cóc ngả tư
Suy tưởng còn đầy đôi mắt đỏ
Những nỗi niềm thiên thu.*

*Vui bạn già in tập thơ mới
Một chút bệnh bông giữa cõi đảo điên
Mừng vì ta vẫn còn an trú
Trong thế giới riêng mình, xa đám huyền thuyên*

*Thì chúc mừng nhau trong yên lặng
Trót cạn riêng mình một ly thôi
Tiếng whisky hòa trong đá lạnh
Êm dịu như giấc mơ ngày xưa, còn nuôi mãi đến
bây giờ.*

thơ **HOÀNG LONG**

NHỮNG ĐÓNG GÓP CỦA NGƯỜI MỸ GỐC VIỆT CHO VĂN HỌC HOA KỲ

Huyền Kim Quang

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Tháng Năm là tháng vinh danh những đóng góp của người Mỹ gốc Á Châu và các đảo Thái Bình Dương cho đất nước Hoa Kỳ mà trong đó tất nhiên có người Mỹ gốc Việt.

Những đóng góp của người Mỹ gốc Á Châu và các đảo Thái Bình Dương cho Hoa Kỳ bao gồm rất nhiều lãnh vực, từ kinh tế, chính trị đến văn học nghệ thuật, v.v... Nhưng nơi đây chỉ xin đề cập một cách khái quát những đóng góp trong lãnh vực văn học của người Mỹ gốc Việt.

Bài viết này cũng tự giới hạn phạm vi chỉ để nói đến các tác phẩm văn học viết bằng tiếng Anh của người Mỹ gốc Việt như là những đóng góp nổi bật vào dòng chính văn học của nước Mỹ. Điều này không hề là sự phủ nhận đối với những đóng góp không kém phần quan trọng trong lãnh vực văn học của Hoa Kỳ qua hàng trăm tác phẩm văn học được viết bằng tiếng Việt trong suốt gần năm mươi năm qua.

Trong chương 3 "What Is Vietnamese American Literature?" [Văn Học Người Mỹ Gốc Việt Là Gì?] của tác phẩm "Looking Back on the Vietnam War" [Nhìn Lại Cuộc Chiến Tranh Việt Nam],⁽¹⁾ nhà văn Nguyễn Thanh Việt đã viết về văn học người Mỹ gốc Việt như sau:

"... văn học người Mỹ gốc Việt hoàn thành chức năng cơ bản nhất của việc viết về dân tộc, để chứng minh rằng bất kể điều gì đã xảy ra trong quá khứ để đưa những người này đến Mỹ, họ hay con cái của họ đã được chấp nhận, dù có miễn cưỡng ra sao, bởi những người Mỹ khác. Sự thay đổi từ im lặng tới lên tiếng này là hình thức của văn học dân tộc tại Mỹ, cái hộp chứa tất cả các loại nội dung rắc rối. Sau cùng, điều mang theo cái được gọi là dân tộc này tới Mỹ thường là kinh nghiệm khó khăn – thường xuyên hơn là không có, điều khủng khiếp và đau thương."

Đoạn trích của nhà văn Nguyễn Thanh Việt ở trên có thể được hiểu trong ba ý mà cũng là ba yếu tố trong nền văn học bằng tiếng Anh của người Mỹ gốc Việt. Thứ nhất, "viết về dân tộc" của mình để cho người Mỹ biết chúng ta là ai, tại sao chúng ta đến đây? Thứ hai, viết như là một cách "lên tiếng" để cho người Mỹ thấy và biết chúng ta thật sự có mặt như là một trong những thành phần bất khả phủ nhận của cái nôi văn hóa phong phú và đa dạng của nước Mỹ -- the melting pot. Thứ ba, viết về những ký ức và kinh nghiệm khổ đau và khốn khó, thậm chí "khủng khiếp" trong quá khứ hay hiện tại mà người Mỹ gốc Việt mang theo hay lịch nghiệm.

Muốn diễn bày ba điều này để cho người Mỹ có thể đọc, hiểu và cảm nhận thì phải viết bằng tiếng Anh. Những tác phẩm văn học như vậy còn là những di sản vô giá cho các thế hệ tương lai của cộng đồng người Mỹ gốc Việt đọc, thường thức, tìm

hiểu, nghiên cứu về nguồn cội giống nòi của mình trên đất nước Hoa Kỳ.

Sách tiếng Anh Của Người Việt tại Mỹ trước năm 1975

Theo Michele Janette, trong "Vietnamese American Literature" được đăng trong trang Bách Khoa Toàn Thư Nghiên Cứu của Đại Học Oxford (2), các tác phẩm bằng tiếng Anh được viết bởi người Việt và được xuất bản tại Mỹ đã có trước khi đợt người Mỹ gốc Việt đến tị nạn sau ngày 30 tháng 4 năm 1975.

Hai tác giả người Việt đã xuất bản sách tiếng Anh tại Mỹ cho độc giả người Mỹ đọc đó chính là Nguyễn Thị Tuyết Mai và Trần Văn Đình. Tác phẩm của Tuyết Mai, "Electioneering: Vietnamese Style" [Bầu Cử: Kiểu Việt] được University of California Press xuất bản vào năm 1962. Trong đó bà giải thích việc tranh cử thất bại vào chính quyền tại Miền Nam với mục đích chỉ cho người Mỹ thấy về chế độ mà họ đã ủng hộ lúc đó. Cuốn tiểu thuyết của Đình, "No Passenger on the River" [Không Người Qua Sông] được Vantage xuất bản vào năm 1965. Trong đó nó cho thấy sự tham nhũng, tuyên truyền, tàn ác, và điều hành quân đội sai lầm đã dẫn tới việc đảo chánh Tổng Thống Diệm.

Sở dĩ không gọi hai tác giả này là người Mỹ gốc Việt vì lúc xuất bản sách tiếng Anh ở Mỹ họ chỉ đến Mỹ mà chưa nhập tịch. Sau này họ mới thực sự di cư sang Mỹ và cũng đã có ra sách tiếng Anh.

Những tác phẩm tiếng Anh của người Mỹ gốc Việt sau năm 1975

Làn sóng người Việt bỏ nước ra đi tìm tự do bằng đường biển và đường bộ bắt đầu từ ngày 30 tháng 4 năm 1975 trở đi, cộng với các Chiến Dịch Nhân Đạo (Humanitarian Operation - HO) khởi đầu từ năm 1989, và Chương Trình Ra Đi Trật Tự (The Orderly Departure Program - ODP) từ năm 1979 được chính phủ Hoa Kỳ cho tị nạn và định cư đã hình thành cộng đồng người Việt ở Mỹ. Khi ra đi, những người Việt này mang theo họ ký ức và kinh nghiệm về quê hương, dân tộc và hệ lụy của cuộc chiến tranh Việt Nam.

Chính vì vậy, những tác phẩm văn học của người Mỹ gốc Việt đầu tiên trong giai đoạn này là những cuốn hồi ký. Trong đó chúng ta có thể kể cuốn "Our Endless War: Inside Vietnam" [Cuộc Chiến Không Kết Thúc Của Chúng Tôi: Bên Trong Việt Nam] của Tướng Trần Văn Đôn được xuất bản vào tháng 1 năm 1978; "At Home in America" [Tại Nhà ở Mỹ] của Nguyễn Văn Vụ được xuất bản vào tháng 1 năm 1979; "The Final Collapse" [Sự Sụp Đổ Sau Cùng] của Tướng Cao Văn Viên được xuất bản vào tháng 1 năm 1983; "When Heaven and Earth Changed Places" [Khi Trời Và Đất Đổi Chỗ, hay Khi

Thiên Địa Đảo Lộn] của Le Ly Hayslip (Phùng Thị Lệ Lý) được xuất bản vào năm 1989.

Theo Michele Janette, tất cả những cuốn hồi ký nêu trên đều lấy bối cảnh cuộc chiến tranh Việt Nam mà họ là những người trực tiếp hay gián tiếp tham dự để giới thiệu cho người Mỹ hiểu được thực sự cuộc chiến này. Những cuốn hồi ký này được viết bởi nhu cầu thông tin, giáo dục, sửa sai tài liệu, và xác nhận điểm tâm lý của người Mỹ. Cũng theo Janette, sự có mặt của các hồi ký nói trên là điều cần thiết bởi vì, dù đã tham chiến và tuyên bố ủng hộ Miền Nam, các mô tả của Hoa Kỳ về Việt Nam hướng tới việc bỏ qua chính quyền Miền Nam và những kẻ hỗ trợ họ. Thay vào đó nêu hình ảnh nổi bật của người Việt Nam là Việt Cộng (VC), là "kẻ thù."

Cùng thời gian cuối thế kỷ 20, chúng ta có thể kể thêm những hồi ký và truyện bằng tiếng Anh của người Mỹ gốc Việt như: "Fallen Leaves" [Những Chiếc Lá Rơi] của Nguyễn Thị Thu-Lâm được xuất bản vào năm 1989; "Where the Ashes Are: The Odyssey of a Vietnamese Family" [Nơi Nào Tro Tàn: Cuộc Phiêu Lưu Của Một Gia Đình Việt Nam] của Nguyễn Quý Đức được xuất bản vào năm 1994; "The Rubber Tree" [Cây Cao Su] của Nguyễn Thị Tuyết Mai được xuất bản vào năm 1994; "A Thousand Tears Falling" [Một Ngàn Giọt Lệ Rơi] của Yung Krall (Đặng Mỹ Dung) được xuất bản vào năm 1995; "In the Jaws of History" [Trong Gọng Kềm Lịch Sử] của Bùi Diễm được xuất bản vào năm 1987; "Twenty Years and Twenty Days" [Hai Mươi Năm và Hai Mươi Ngày] của Nguyễn Cao Kỳ được xuất bản vào năm 1976; "Shallow Graves" [Những Mồ Cạn] của Tran Thi Nga và Wendy Larson được xuất bản vào năm 1986; "The Sacred Willow" [Cây Liễu Thiêng] của Dương Văn Mai Elliott được xuất bản vào năm 1999; "South Wind Changing" [Gió Nam Đổi Chiều] của Jade Ngọc Quang Huỳnh được xuất bản vào năm 1994.

Bước vào thiên niên kỷ thứ ba, văn học bằng tiếng Anh của người Mỹ gốc Việt đã có sự thay đổi trong nội dung đi từ cuộc sống trong chiến tranh tới những đau đớn sau khi đất nước Việt Nam nằm dưới sự cai trị của cộng sản. Họ là những tác giả viết về các trại tù lao động, được cộng sản gọi là "các trại cải tạo," và sự phân biệt đối xử của chính quyền đối với các trẻ em con lai, cha Mỹ và mẹ Việt, theo Michele Janette. Chẳng hạn, cuốn "The Tapestries" [Tấm Thảm] (2002), "Le Colonial" [Đại Tá] (2004) của Kien Nguyen; "Perfume Dreams" [Giấc Mơ Sông Hương] của Andrew Lâm được xuất bản vào năm 2005. Trong đó kể bi kịch thời hậu chiến, với việc những người tị nạn bị nhiều nước từ chối cho định cư. Có thể kể thêm, "The Book of Salt" [Cuốn Sách Muối] được xuất bản năm 2003, và "Bitter in the Mouth" [Đắng Miệng] của Monique Trương được xuất bản vào năm 2010.

Nhà văn Monique Trương thuộc thế hệ một rưỡi của người Mỹ gốc Việt, được sinh tại Việt Nam nhưng trưởng thành ở Hoa Kỳ. Các nhà văn người Mỹ gốc Việt thuộc thế hệ một rưỡi và hai trong thế kỷ 21 không chỉ viết vì nhu cầu xã hội đối với những kinh nghiệm của họ để được lắng nghe, mà còn như là những nhà văn học chuyên nghiệp, theo Michele Janette. Các tác phẩm của họ bao trùm lãnh địa rộng lớn các đề tài và thể loại, từ tiểu thuyết truyền thống tới truyện hư cấu thực nghiệm, từ sách có hình vẽ cho trẻ em tới tiểu thuyết đồ họa

cho người lớn, từ những vở kịch có nhạc rock and roll, võ thuật, và các tài liệu tham khảo văn hóa quần chúng đến những kết hợp truyền thông hỗn hợp liên kết thơ, nhạc, và hình ảnh, và từ tiểu thuyết lịch sử tới truyện trinh thám gay gân.

Trong đó chúng ta có thể nói đến các tiểu thuyết: "Monkey Bridge" [Chiếc Cầu Khỉ] của Lan Cao được in vào năm 1997; "Georgia Red Dirt" [Bụi Đỏ Georgia] của nhà văn nửa dòng máu Việt Andrew Spieldenner được xuất bản năm 2000; "Vietnamerica" [Mỹ Việt] của G.B. Tran được in vào năm 2001; "Grass Roof, Tin Roof" [Mái Cỏ, Mái Thiếc] của Dao Strom được in năm 2002; "The Gangster We Are All Looking For" [Kẻ Bất Lương Mà Tất Cả Chúng Ta Đang Tìm] của Lê Thị Diễm Thúy được in vào năm 2003; "We Should Never Meet" [Chúng Ta Không Bao Giờ Nên Gặp] của Aimee Phan được in vào năm 2004; "A Sense of Duty" [Ý Thức Bổn Phân] của Quang X. Pham được in năm 2005; "Big Sister, Little Sister" [Chị Cả, Em Gái] của LeUyen Pham được in vào năm 2005; "Stealing Buddha's Dinner" [Ăn Trộm Cơm Phật] của Bích Minh Nguyen được in vào năm 2007; "Inside Out and Back Again" [Đi Ra Rồi Trở Lại] của Thanhha Lai được in vào năm 2011; "Lotus and Storm" [Hoa Sen và Bão] của Lan Cao được in năm 2014; "Seven Tears at High Tide" [Bảy Giọt Nước Mắt Lúc Thủy Triều Cao] (2015), "A Clash of Steel: A Treasure Island Remix" [Sự Va Chạm Của Thép: Đảo Bảo Vật Remix] (2021) của C. B. Lee; "The Best We Could Do" [Điều Tốt Nhất Chúng Ta Có Thể Làm] của Thi Bui được in vào năm 2017; "Listen, Slowly" [Lắng Nghe, Từ Từ] (2015), "The Eaves of Heaven: A Life in Three Wars" [Mái Hiên Trời: Một Cuộc Đời Trong Ba Cuộc Chiến] (2008) và "Twilight Territory" [Vùng Rạng Đông] (2024) của Andrew X. Pham; "The Fortunes of Jaded Women" [Định Mệnh Của Chị Em Họ Dương] của Carolyn Huynh được in vào năm 2022; "Gloria Buenrostro Is Not My Girlfriend" [Gloria Buenrostro Không Phải Là Bạn Gái Của Tôi] của Brandon Hoàng được in vào năm 2023; "The Veil Between Two Worlds: A Memoir of Silence, Loss, and Finding Home" [Bức Màn Giữa Hai Thế Giới: Hồi Ký Về Sự Im Lặng, Mất Mát, và Tìm Nhà] (2023), "My Vietnam, Your Vietnam" [Việt Nam Của Tôi, Việt Nam Của Anh] (2024) của Christina Vo viết cùng với bố là bác sĩ Nghĩa Võ;...

Trong thể loại truyện điện viên, trinh thám, chúng ta có thể kể tác phẩm nổi tiếng đoạt Giải



Nhà văn Nguyễn Thanh Việt đang ký sách truyện tranh "Simone" vừa xuất bản trong tháng 5 năm 2024 tại Viet Book Fest 2024. Simone là tên con gái của nhà văn Nguyễn Thanh Việt. (Photo: Việt Báo)

Pulitzer năm 2016 “The Sympathizer” [Cảm Tình Viên] của nhà văn Nguyễn Thanh Việt được xuất bản vào năm 2015. Cuốn tiểu thuyết này cũng đã được Hãng Phim HBO đóng thành phim cùng tên và được công chiếu vào tháng 4 năm 2024, với các đạo diễn Park Chan-wook, Fernando Meirelles, Marc Munden. Trong dàn diễn viên của phim The Sympathizer, đa phần là các diễn viên người Việt như Hoa Xuande, Kiều Chinh, Nguyễn Cao Kỳ Duyên, v.v... Chúng ta có thể kể thêm các tác phẩm cùng loại như cuốn “Dragonfish” [Cá Rồng] của Vu Tran được in năm 2015...

Về loại truyện tranh cho trẻ em, chúng ta thấy có “The Little Weaver of Thái-Yên Village” [Cô Bé Thợ Dệt Làng Thái Yên] của Trần Khánh Tuyết được xuất bản vào năm 1977; “The Land I Lost” [Đất Nước Mà Tôi Mất] (1982), “Water Buffalo Days” [Những Ngày Chăn Trâu] (1994) của Huỳnh Quang Như; “Going Home, Coming Home/Về Nhà, Thăm Quê Hương” của Trương Tran được xuất bản vào năm 2003; “A Different Pond” [Cái Ao Khác] của Bao Phi, do Thi Bui vẽ, được xuất bản vào năm 2017; “Lunar New Year Love Story” [Chuyện Tình Ngày Tết Nguyên Đán] của LeUyen Phạm được in vào năm 2023; “Family Style: Memories of an American from Vietnam” [Cơm Gia Đình: Ký ức Của Một Người Mỹ Từ Việt Nam] của Thiện Phạm được in vào năm 2023; “Simone” của Nguyễn Thanh Việt, do Minnie Phan vẽ tranh, được phát hành vào tháng 5 năm 2024;...

Ngoài ra còn có loại truyện huyền bí, kỳ dị như cuốn “She Weeps Each Time You’re Born” [Cô Khóc Mỗi Khi Bạn Sinh Ra] của Quan Barry được xuất bản vào năm 2014. Trong truyện, nhà văn Quan Barry mô tả một cô gái, có thể là hóa thân của Bồ-tát Quan Âm trong Đạo Phật, là người sinh ra có khả năng nghe và giải thoát các con ma. Cùng loại này chúng ta có thể kể thêm “Parabola” [Đường Parabol] của Lily Hoang được in vào năm 2008; “We Were Meant to Be a Gentle People” [Chúng Tôi Được Cho Là Người Từ Tế] của Dao Strom được in vào năm 2015...

Về thơ, chúng ta có thể kể “Placing the Accents” [Nhấn Giọng] (1999), “Dust and Conscience” [Bụi và Lương Tâm] (2002) của Trương Tran; “All Around What Empties Out” [Tất Cả Chung Quanh Điều Trống Rỗng] (2003), “Borderless Bodies” [Vô Biên Thân] (2006) của Đinh Linh; “Why Is the Edge Always Windy?” [Tại Sao Biên Cương Luôn Có Gió?] (2005), “Tango, Tango” [Điệu Nhảy Tănggô, Nhảy Tănggô] (2008) của Mộng-Lan; “The Boat” [Thuyền] của Nam Le được in vào năm 2008; “Water Puppets” [Con Rối Nước] của Quan Barry được in vào năm 2011; “Red Thread” [Sợi Chỉ Đỏ] (2012), “Invisible Light” [Ánh Sáng Vô Hình] (2018), “Incidental Takes” [Bắt Gặp Thành Linh] (2023) của Teresa Mei Chuc; “Breaking the Map” [Xé Bản Đồ] của Kim-An Lieberman được in vào năm 2016; “Thousand Star Hotel” [Khách Sạn Ngàn Sao] của Bảo Phi được in vào năm 2017; “This Way to the Sugar” [Lối Này tới Đường] (2014), “Not Here” [Không Phải Đây] (2018) của Hieu Minh Nguyen; “Night Sky with Exit Wounds” [Bầu Trời Đêm với Những Vết Thương Mờ] (2016), “Time Is a Mother” [Thời Gian Là Mẹ] (2022) của Ocean Vuong...

Về kịch, chúng ta có thể nói đến các kịch bản “She Kills Monsters” [Bà Giết Quái Vật] (2011), “Raya and the Last Dragon” [Raya và Con Rồng Sau



Sách tiếng Anh của các nhà văn, nhà thơ người Mỹ gốc Việt được phát hành tại Hội Chợ Sách “Viet Book Fest” lần thứ 3 do Hội Văn Học và Nghệ Thuật Việt Mỹ (VAALA) tổ chức vào ngày 5 tháng 5 năm 2024 tại thành phố Santa Ana, California, Hoa Kỳ.

Cùng] (2021), “Strange World” [Thế Giới Lạ] (2022) của Qui Nguyen...

Trong phần nhận định về sự thành công của người Mỹ gốc Việt đã đóng góp vào nền văn học Hoa Kỳ, Giáo Sư Michele Janette viết rằng, “Trong nửa thế kỷ, văn học người Mỹ gốc Việt đã phát triển thành một trong những công trình có ý nghĩa văn hóa và thẩm mỹ tinh vi nhất của thời đại hiện nay.”(3)

Thật vậy, nhìn lại ngót nửa thế kỷ có mặt tại Hoa Kỳ, cộng đồng người Mỹ gốc Việt đã sáng tác một số lượng đồ sộ với hàng trăm tác phẩm văn học, cả tiếng Việt và tiếng Anh, để tạo thêm cho nền văn hóa và văn học Mỹ sự phong phú và đa dạng. Đặc biệt, những tác phẩm văn học bằng tiếng Anh của người Mỹ gốc Việt không chỉ có giá trị về mặt văn chương, mà còn là nguồn tài liệu giá trị đặc thù về mặt lịch sử, văn hóa, tôn giáo, và chính trị của đất nước Việt Nam và cộng đồng người Mỹ gốc Việt ở Hoa Kỳ.

Trong khuôn khổ của một bài báo, bài viết này chắc chắn còn nhiều thiếu sót về danh sách các tác giả và tác phẩm văn học bằng tiếng Anh của người Mỹ gốc Việt. Đó là chưa nói đến việc nên có phần giới thiệu sơ qua một chút về các nhà văn, nhà thơ người Mỹ gốc Việt, và các tác phẩm văn học tiêu biểu của họ. Nhưng để lấp đầy những chỗ thiếu vừa nêu đòi hỏi một bài nghiên cứu công phu và nghiêm túc mà chắc chắn là vượt khỏi phạm vi của một bài báo như thế này. Vì vậy, mong rằng người đọc chỉ xem đây như là một bài giới thiệu rất sơ lược về những đóng góp của người Mỹ gốc Việt cho nền văn học Hoa Kỳ.

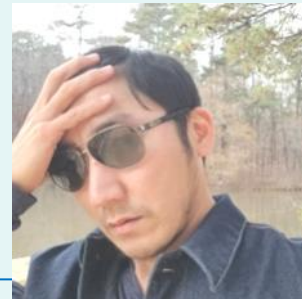
Xin cảm ơn tất cả những đóng góp của người Mỹ gốc Việt cho văn học Hoa Kỳ, mà cũng chính là cho cộng đồng người Việt.

- 1) Looking Back on the Vietnam War, Edited by Brenda M. Boyle and Jeehyun Lim; Contributions by Brenda M. Boyle, Jeehyun Lim, Yen Le Espiritu, Quan Tue Tran, Viet Thanh Nguyen, Lan Duong, Vinh Nguyen, Robert Mason, Leonie Jones, Heonik Kwon, Diane Niblack Fox and Cathy J. Schlund-Vials – Rutgers University Press, 2016, p. 50.
- 2) Vietnamese American Literature, Michele Janette, <https://oxfordre.com>
- 3) Ibid.

Truyện cực ngắn

STEVEN N.

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT



QUẢNG PHÁP BỬU CHÂU

Ngài sinh trưởng trong một gia đình Phật tử thuần thành, tín tâm tam bảo. Thuở nhỏ đã có chí xuất gia nhưng chỉ được ngài Giác Ngộ cho quy y với pháp danh Quảng Bửu; sau về Nguyễn Thiều bái ngài Đồng Thiện làm thầy và ngài dạy giữ nguyên pháp danh ấy. Kể từ đó sư ngày đêm tinh tấn tu học không mệt mỏi, chấp tác không nề hà việc gì, giữ nghiêm giới luật, ít nói mà chỉ dùng thân giáo. Sư đề ra phương châm hành động: “Thờ thầy – phụng Phật – hộ chúng sanh”. Sư không đi tham học các nơi ấy vậy mà tinh thông Phật học, uyên bác kinh – luật – luận; dịch các bộ đại thừa luận, làm đàn đầu các đại giới đàn: Phước Huệ, Chánh Nhơn, Kế Châu...

Trong hoàn cảnh xã hội nhiễu nhương cùng cực, Bắc láng Nam thoái, nội công ngoại kích, trên đe dưới búa... Sư hết sức nhẫn nại chịu đựng để phụng

Phật, dạy đồ chúng. Suốt cuộc đời tu hành sư ở yên tại bốn tự, hai mươi lăm năm dạy chúng chưa một ngày nghỉ hay bê trễ, hai mươi

lăm năm an cư kiết hạ sư chưa từng vắng một buổi nào. Cả đời tinh tấn hướng dẫn tứ chúng tu học, sống khiêm hạ, kham nhẫn mà tinh thần ung dung tự tại. Ngay cả khi lâm trọng bệnh sư vẫn cười cợt xem như cơ hội kiểm nghiệm lại chính mình và cũng là cơ hội lần cuối để tinh tấn. Đề từ tông môn pháp phải xa gần kính ngưỡng, Phật tử tại gia kính mến sư vô cùng.

Ngày sư viên tịch và những ngày sau đó bầu trời luôn xuất hiện những hiện tượng quang học kỳ diệu. Thiện hạ trầm trồ, người thì bảo chỉ là sự trùng hợp ngẫu nhiên, tuy nhiên cũng không thể cấm cản hàng tử chúng tín tâm bảo đó sự cảm ứng của bậc minh sư.

QUẢNG PHÁP THO SƯ BỒ ĐỀ PHẬT HỌC VIỆN TỊNH GIỚI NGHIÊM LUẬT KHIÊM HẠ TỊNH TÂN GIÁO ĐỒ CHÚNG

BỬU CHÂU TRÚ TRÌ NGUYỄN THIỀU TÔNG LÂM MÔN CAO TÀI DUNG TRIẾT TƯ HÒA ĐẠI BI ĐỘ NHÂN SANH.

ROBOT TỤNG KINH

Sau khi đặt máy tụng kinh, niệm Phật một thời gian dài nhưng mỗi chẳng thấy ngộ gì, tâm vẫn đầy tham, sân, si, mạn, nghi... Đã vậy ngũ dục lục trần cũng lầy lúng chẳng giảm. Mỗi chợt bảo:

- Máy móc ghi âm thế nào thì phát ra thế ấy,

máy ngộ chứ ta có ngộ được đâu!

Thế rồi một lần lang thang trên mạng NET, mở thấy xứ Phù Tang người ta dùng robot để giảng Tâm kinh, thực hiện các nghi lễ... Các tu sĩ cũng xi xụp lạy và lễ bái robot như một vị thầy bằng xương thịt. Thiên hạ bàn loạn um cả lên, bênh có, chống có, mỉa mai có, chụp mũ và suy diễn có... chẳng ai chịu ai. Mồ hoang mang lắm, duy có một ý kiến của vị ẩn sĩ khiến mồ phục:

- Phật pháp là để chuyển hóa tâm người từ xấu thành tốt, mê thành giác... Tung niệm là phương pháp chứ không phải mục đích. Robot cũng như chuông mõ thế thôi! Robot bằng sắt thép, cao su được cài sẵn lời giảng của con người chứ chẳng phải bản thân nó tự tư duy. Robot chỉ là phần sắc mà không có phần danh.

Trong số những người tham gia bàn loạn, có một bạn trẻ sau khi đọc được ý kiến của vị ẩn sĩ, có vẻ hiểu nên đăng lời bình:

- Người tu chứ robot không có tâm hồn (thần thức) thì làm sao tu?

ĐẦU TƯ

Vốn đã có tài khoản nhà băng rồi, ấy vậy mà ngày ngày mỗi vẫn bị quảng cáo dụ khị mở thêm tài khoản, bỏ tiền đầu tư này nọ với bao nhiêu hứa hẹn lợi lạc. Thằng bạn quen làm ở nhà băng cứ nói với mõ:

- Checking account để chi trả, saving account để dành, retirement để dưỡng già. Bạn cần phải đầu tư thêm vào kênh XYZ để kiếm thêm lợi, cuộc sống sẽ sang chảnh hơn.

Mồ nghe hoài cũng mệt, vậy mà nó cứ lì mòi mọc nói không ngừng nghỉ. Mồ bèn nói lời thật với nó:

- Mấy tài khoản và mấy kênh đầu tư ấy tuy có lợi nhưng cũng chỉ gói gọn trong một đời, ấy là chưa nói lỡ vô thường xảy ra sớm thì kể như phí công. Duy có kênh đầu tư này là lợi ích vô cùng không sao tính đếm được, vô thường có xảy ra cũng không hề hấn gì.

Thằng bạn ngạc nhiên, tròn mắt há miệng hỏi:

- Kênh đầu tư nào mà lợi hại ghê vậy?

- Kênh thiện pháp thiên hành. Ai cũng có thể đầu tư mà không cần vốn liếng, lợi ích lớn không có nhà băng nào tính được, lợi không chỉ một đời mà còn xài cho nhiều đời sau nữa.

Thằng bạn nghe vậy từ đó không còn dụ khị đầu tư hay mở thêm account nữa.

ĐÓNG CỬA

Cái tin nhà sách duy nhất của tiểu trấn sắp đóng cửa làm lão gàn buồn thúi ruột. Đời lão mơ màng với con chữ, mộng寐 với sách vở, buốc rang với văn thơ, phải nói là lão yêu sách như yêu người đẹp vậy. Nhà sách trong tiểu trấn là kho tàng tri thức,



là chốn thần tiên cổ tích của lão và những người như lão, ấy vậy mà giờ đóng cửa bảo sao lão không sầu. Lão lăm lăm một mình:

- Thời đại hôm nay có ai đọc sách báo nữa đâu! Không chỉ sách báo mà nhiều ngành nghề khác cũng đóng cửa vì mạng NET, IT, công nghệ kỹ thuật cao, 3D...

Bạn lão gần nghe lọt tai bèn bồi thêm:

- Rồi đây trí tuệ nhân tạo AI sẽ "giết" thêm nhiều thứ khác nữa, nhiều ngành nghề sẽ đóng cửa, kể cả bọn viết lách cũng sẽ bị AI cho về vườn luôn. Bây giờ đã có nhạc, họa và sách do AI làm ra, luận văn, bài phát biểu... đều nhờ AI cả. Người ta còn cấy cả chip vào não người để điều khiển, tương lai có thể lập ra những đội quân vô cảm chỉ hành động theo lệnh cài đặt...

Lão gần nghe thế tưởng chừng như bại絮, lão rên ri ca cảm:

- Không lẽ loài người sẽ thành người máy hết sao? Vậy thì phần hồn sẽ ra sao đây?

Lão vốn gần giờ càng gần thêm, khéo lo những chuyện bở trắng răng, bởi vậy bạn của lão cười vào mặt:

Lão gần lo chuyện cung trăng

Rò bột thẳng Cuội chị Hằng ay ai (AI)

Truyền thống đóng cửa chạy dài

Công nghệ kỹ thuật quá tài đi thôi.

CAO TỐC XỨ QUỖN

Xứ quờn quê mình giờ làm gì cũng khác thiên hạ, ngày xưa thì "nhảy vọt"* nay thì luôn "đi tắt đón đầu"*, trở thành "mũi nhọn"*, "đầu tàu"*, "ra biển lớn"*... Bất cứ việc gì cũng hồng giống ai. Bà Tám xem tivi xong nói với ông Tám:

- Ông biết không? Xứ mình giờ có cao tốc rồi đó nhen, nay mai đi từ Sài Gòn dzia quê chỉ còn chừng một giờ thôi!

Bữa nọ hai vợ chồng kéo dzia quê ăn giỗ, quãng đường chừng vài trăm cây số nhưng đi tám giờ hồng tới. Bà Tám thắc mắc:

- Sao kỳ dzậy ta? Cao tốc mà y như hương lộ vậy!

Bây giờ ông Tám mới ngoác miệng ra cười:

- Cao tốc xứ mình mà bà, chỉ chạy được vài chục cây số một giờ thôi! Đường chỉ có một lane hoặc hai lane, hồng có vách ngăn giữa hai chiều, hồng có lane cấp cứu...

Bà Tám ngó người ra:

- Chèn ơi! Dzậy sao kêu là cao tốc? Phải nói là thấp tốc mới đúng!

- Bà hồng biết đâu, đã vậy làm ẩu, rút ruột, sai thiết kế nên tai nạn chết người quá trời luôn, bởi vậy mới dzậy mấy ổng ra lệnh cấm xe tải, xe khách lớn vô cao tốc nữa kìa!

- Dzậy làm cao tốc mần chi?

- Bà coi tivi miết mà hồng nghe sao? Mấy ổng nói: "Không ở đâu làm được, chỉ có mỗi xứ mình thôi!"

Nói xong ông Tám còn ngâm ca dao đời mới:

Cao tốc là cái cốc tao

Mặc bay sống chết ai nào quan tâm

Cán dao ông vũng tay cầm

Lộ phí đóng đủ chớ làm bầm chi.

CỰC LỚN CỰC NHỎ

Cái tin mấy hãng công nghệ cạnh tranh khốc liệt, thi nhau chế ra những con chip cực nhỏ nhưng có dung lượng chứa cực lớn. Việc này thúc đẩy khoa học kỹ thuật phát triển vượt bậc, kinh tế cũng tăng trưởng cực mạnh, cả thế giới hướng về công nghệ

IT, AI. Thăng Lý khoe:

- Mạng G mới thông báo hãng N vừa cho ra mắt con chip chỉ bằng móng út em bé nhưng dung lượng chứa cả một nguồn tư liệu kinh khủng. Các hãng khác đang tranh nhau liên kết với N để được chia sẻ với nó về con chip ấy!

Thăng Sự cười sặc sụa:

- Mầy hồng biết chứ xứ mình đâu có thua gì, tuy nhiên xứ mình thì làm ngược lại, chuyên sản xuất những món to nhất, nào là: Quảng trường lớn nhất, tượng đài "hoành tráng"* nhất, cổng chào "trình"* nhất, lăng mộ "vĩ đại"* nhất, bánh chưng to nhất, bánh xèo bự nhất, tô phở "khủng"* nhất...

- Những món to nhất của mình thì có ích gì?

- Có chứ sao không mày, nhờ vậy mà đám người ra lệnh và thực hiện những cái bự nhất ấy thì giàu vô kể, bọn chúng thi nhau làm để được giàu.

- Thảo nào dân cứ nghèo và nước cứ kiệt.

- Bộ mầy hồng nghe mấy anh hề của đoàn lô tô hội chợ đối đáp hả?

- Đối đáp sao nói nghe thử coi?

CON CHIP TỈ TEO DUNG LƯỢNG CỰC TO HỮU DUNG VÔ CÙNG KINH TẾ KỸ THUẬT TĂNG TRƯỞNG THIÊN HA THẦN PHỤC

MÓN ĐỒ KHỔNG LỖ GIÁ TRỊ NHỎ XÍU CHẴNG ÍCH LỢI CHI VẠN HÓA GIÁO DỤC LẬU HẬU THẾ GIỚI CƯỜI CHỀ.

HẠC CẦM VĂN SĨ

Không biết cơ duyên gì mà hôm nọ chàng văn sĩ Vô Tình Khách tình cờ quen biết người nghệ sĩ hạc cầm Lê Hiếu Văn. Anh ta chỉ gặp và nghe một lần rồi đem lòng tương tư, kỳ diệu hơn là người nghệ sĩ hạc cầm cũng đem lòng yêu anh ta. Đời nghiệt ngã là anh văn sĩ đã có gia đình, tình thế không có cửa, đường tiến thoái lưỡng nan. Dùng dằng một thời gian, chàng văn sĩ lấy hết can đảm nói:

- Tôi yêu em nhưng không thể phá giới và cũng không cam tâm gây khổ cho gia đình, nợ này xin tạ tội.

Người nghệ sĩ hạc cầm đau lòng đành ôm đàn sang ngang. Ngày vu quy tiếng hạc cầm bay cao bay xa nghe tha thiết vô cùng:

Hữu tình chi bấy

Vô duyên phận mình

Khảy đàn lạc phách vì người tình không đến

Sống âm lệnh đên

Vỗ cung bậc không tên

Âm thanh thốt

Con tim vốn vô lối

Đâu để chịu yên theo lẽ thôi

Gặp nhau mà chi

Đề rồi ngày tháng lụy

Em vu quy vui gì

Anh thế nhi trọn phận

Vỗ khúc hạc cầm

Thấm âm

Người biết chẳng người

NGHỆ SĨ KHẢY HẠC CẦM ÂM BA TRẮC TUYỆT LẠY LẮT TÂM EM TÌNH HOA TRONG GIỚI HẠN NÉT SÂU TRÊN MẮT BIẾC

VĂN NHÂN MÙA BÚT MỨC HÌNH ẢNH MANG MANG VƯỢNG VẤN HỒN ANH THỒ LẬU NGOÀI ĐỒNG IN VẾT ĐAU TRONG LÒNG SON.

Georgia, 0524

(*) chữ của quan chức và người trong nước.



BỆNH TIỂU ĐƯỜNG

Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức

Y KHOA PHỔ THÔNG

Nguyên lý

Bệnh tiểu đường đã được các y sĩ Ấn Độ tả từ trên 2000 năm và được biết tới từ thời cổ Ai Cập. Khi đó, các y sĩ thấy kiến bu vào nước tiểu của nhiều người bệnh vì có chất ngọt nên họ gọi là nước tiểu mật ong.

Bình thường, tinh bột (carbohydrates) trong thực phẩm tiêu thụ vào tới ruột sẽ chuyển thành đường glucose rồi đưa sang máu.

Insulin, một kích thích tố do tụy tạng tiết ra, điều hòa giữ glucose ở mức độ trung bình, số còn lại thì được đưa vào tồn trữ ở cơ thịt, gan để dùng dần. Khi vì lý do nào đó mà cơ thể không có đủ insulin hay insulin không hiệu lực, glucose không vào được tế bào, sẽ tràn ngập trong máu và một số không dùng tới sẽ được tiểu ra ngoài.

Cho nên tiểu đường là khó khăn trong việc chuyển hóa của chất carbohydrates thành năng lượng cho các chức năng của cơ thể.

Trung bình đường trong máu thay đổi từ 50 tới 115 mg/100 phần khối, cao khi vượt quá 140mg/100cc.

Đường lên cao sau khi ăn và càng xa bữa ăn thì đường càng thấp xuống, thí dụ như vào buổi sáng trước giờ ăn điểm tâm. Nếu đo nhiều lần mỗi buổi sáng mà đều cao thì là mắc bệnh.

Phân loại

Y học chia bệnh tiểu đường ra làm hai loại: Loại-I còn được gọi là Tiểu-đường-phụ-thuộc-insulin và Loại-II gọi là Tiểu-đường-không-phụ-thuộc-insulin.

Bệnh tiểu đường Loại I có thể xảy ra ở bất cứ tuổi nào nhưng đa số là ở tuổi thanh thiếu niên hoặc trước 30 tuổi. Tỷ lệ bệnh 10%.

Loại I - tế bào sản xuất ra insulin của tụy tạng ngưng hoặc chỉ tiết ra rất ít kích thích tố này. Muốn giữ đường trong máu ở mức trung bình thì phải chích thêm insulin cho nên bệnh được gọi là tiểu đường phụ thuộc vào insulin.

Mặc dù đa số trẻ em bị loại I, nhưng một số em cũng có thể ở loại II và có thể chữa bằng chế độ dinh dưỡng, vận động cơ thể và giảm cân nếu các em mập. Xin nhắc là béo mập không là nguy cơ gây ra tiểu đường loại I.

Loại này được khoa học giải thích là do ảnh hưởng của gene di truyền với sự hủy hoại các tế bào tiết ra insulin của tụy tạng. Ngoài ra, vài loại siêu vi trùng như trong các bệnh ban đào (rubella), quai bị (mump), coxsackie B cũng là nguy cơ gây bệnh.

Loại II - Trường hợp loại tiểu đường không phụ thuộc vào insulin thường phát hiện ở lớp người trưởng thành trên 30 tuổi. 90% tiểu đường thuộc loại 2.

Bệnh thường thấy ở người quá mập và thường

xảy ra khi đột nhiên lên kí. Người bệnh không tạo ra đủ insulin cho nhu cầu hoặc do insulin có nhưng không hữu hiệu. Cũng nên lưu ý là, không phải những ai bị tiểu đường đều mập nhưng mà sự mập có khả năng đưa tới tiểu đường. Di truyền cũng có trách nhiệm gây ra loại II này vì 90% cặp song sanh đều bị bệnh.

Vì không phụ thuộc vào insulin nên loại II có thể kiểm soát được bằng tiết chế ăn uống và vận động cơ thể.

Nói chung thì tiểu đường thường xảy ra cho nhiều người trong gia đình, mà bằng cách nào thì chưa có giải thích. Cho nên nếu cha mẹ anh chị em bị tiểu đường thì mình cũng có nguy cơ bị bệnh.

Ngoài ra, bệnh tiểu đường còn thấy ở người nghiện rượu mà tụy tạng bị viêm kinh niên; trong các bệnh của tuyến nội tiết như Hội chứng Cushing, bệnh to cực (acromegaly), bệnh ngoài da (acanthosis nigricans) với vết màu đậm ở cổ, nách, háng.

Triệu chứng

Triệu chứng chính của bệnh tiểu đường gồm có: uống nước nhiều, đi tiểu tiện nhiều lần nhiều nước và ăn nhiều.

Khi cơ thể không sử dụng được đường, đường sẽ tích tụ trong máu. Trong tình trạng bình thường, thận giữ đường lại chứ không thải ra ngoài; nhưng khi đường lên quá cao thì thận giúp hạ thấp bằng cách đẩy bớt ra ngoài một ít. Đường máu cao sẽ hút nước của tế bào. Nước theo đường ra ngoài, làm ta đi tiểu nhiều; mà tiểu nhiều thì khát nước nên phải uống nhiều nước.

Ở loại I, người bệnh hay xuống cân vì cơ thể phải chuyển hóa mỡ và đạm dự trữ trong tế bào ra năng lượng. Ở loại II thì người bệnh lại lên ký vì ăn nhiều.

Ngoài ra, bệnh nhân hay mệt mỏi, buồn nôn, mắt mờ, dễ nhiễm độc đường tiểu tiện, da, và miệng. Nữ giới hay bị bệnh nấm ở cơ quan sinh dục.

Caô đường trong máu lâu năm sẽ gây ra nhiều tổn thương cho thận, mắt, thần kinh, tim mạch.

Vì đường trong máu cao nên cơ thể lấy nước từ tế bào qua để làm loãng đường, thận phải làm việc nhiều hơn để bài tiết nước và đường thành ra suy yếu.

Khi mạch máu lớn bị ảnh hưởng thì tim não bị tổn thương có thể gây ra nhồi máu cơ tim, tai biến mạch máu não.

Máu kém lưu thông làm vết thương lâu lành, đôi khi đưa tới khô héo ngón chân, phải cắt bỏ.

Đường cao cũng có ảnh hưởng tới gây thần kinh ngoại vi nhất là ở dưới bàn chân khiến bệnh nhân cảm thấy tê hoặc châm nhói như kiến đốt.

Bệnh Tiểu đường gây ra nhiều biến chứng trầm trọng cho cơ thể.

Điều trị Tiểu Đường

Về điều trị thì tùy theo loại bệnh, nhưng căn bản vẫn là làm sao giữ mức đường trong máu càng gần với bình thường càng tốt, bằng thuốc viên hoặc bằng insulin chích.

Dù thuộc loại nào, thuốc cũng cần được dùng lâu dài, nhất là đối với bệnh phụ thuộc insulin. Bệnh nhân cần được bác sĩ điều chỉnh theo dõi phân lượng, tác dụng phụ của thuốc cũng như tiến triển của bệnh.

Vấn đề cần thận ăn uống rất quan trọng đối với bệnh nhân béo mập, vừa để giữ mức đường bình thường, vừa giảm kí.

Vận động cơ thể là điều cần làm vì sự vận động đốt bớt đường và góp phần giảm kí ở bệnh nhân mập.

Bệnh nhân cũng cần hiểu rõ các chi tiết về bệnh tật, về cách dùng thuốc, về sự ăn uống, tập luyện cơ thể.

Ngoài ra, Y học cổ truyền và kinh nghiệm dân gian mình cũng dùng nhiều loại Cây Con để kiểm soát đường huyết và đường như có vài hiệu quả. Chẳng hạn cây Sinh Địa, cải xoong, lá chua me, lộc nhung...

Sống thích nghi với bệnh

Tiểu đường là bệnh kinh niên. Tùy theo tuổi bị bệnh và tùy theo nặng nhẹ, tiểu đường sẽ đưa đến một số thay đổi trong nếp sống mà người bệnh phải thích nghi. Bệnh tiểu đường đã được xếp vào loại tật nguyên trong Americans with Disabilities Act, cần được giúp đỡ. Như vậy không có nghĩa là người bệnh không sống bình thường được. Nhiều sĩ thể thao, nhiều chuyên gia bị tiểu đường mà vẫn có đời sống như mọi người, miễn là họ kiểm soát được đường trong máu, đừng để biến chứng xảy ra.

Sau đây là một số điều cần làm:

1- Giữ mức độ đường trong máu gần trung bình qua cân bằng dinh dưỡng, năng lượng tiêu thụ, vận động cơ thể và dùng thuốc như bác sĩ dặn.

2- Đo đường ở máu mỗi ngày theo lịch trình nhất là trước khi đi ngủ, vì ban đêm đường có thể xuống thấp và gây ra biến chứng trầm trọng như kinh phong, hôn mê. Nếu mức đường đo trước khi ngủ thấp hay gần bình thường thì nên ăn một chút. Có thể đo đường bằng que giấy có thuốc thử hoặc máy đo tự động.

3- Nếu phải dùng insulin thì nên mang sẵn một ống chích với insulin đang dùng, phòng khi cần đến bất thành linh.

4- Cần thận trọng việc ăn uống, bớt chất béo bão hòa, giới hạn muối, nhiều chất xơ. Chia thực phẩm trong ngày ra nhiều bữa ăn nhỏ để tránh đường xuống quá thấp, nhất là khi đang chữa bằng insulin.

4- Vận động cơ thể hàng ngày để điều hòa đường trong máu, làm giảm cholesterol, giảm nguy cơ bệnh tim và làm người bệnh cảm thấy khỏe hơn.

5- Giới hạn dùng rượu vì rượu làm giảm đường thoát ra từ gan, đường trong máu xuống thấp, rất nguy hiểm. Khi ở trong tình trạng này, cần được cho dùng ngay một chút thực phẩm có đường như một ly nước trái cây, một cục kẹo.

6- Luôn luôn mang theo một món ăn có đường như một cục kẹo, một ly nước ngọt, miếng trái cây để đề phòng khi đường xuống quá thấp thì dùng.

7- Thuộc lòng các dấu hiệu của chứng đường xuống thấp như tự nhiên thấy mệt mỏi, nói ngượng

ngạo khó khăn, cử động chân tay lúnh quýnh, mất định hướng, gất gồng, ầu lo, đổ mồ hôi, nhức đầu, đói bụng, muốn xỉu. Chia sẻ hiểu biết này với thân nhân và người làm cùng phòng cùng sở vì có khi mình cần họ cấp cứu.

8- Mang một bản tên có ghi mình bị tiểu đường, loại insulin hay thuốc viên đang dùng để khi cần mà mình bất tỉnh thì được cấp cứu.

9- Tránh những căng thẳng stress vì căng thẳng có thể tăng hoặc giảm quá độ đường trong máu.

10- Chủ động trong nếp sống của mình trong việc duy trì trung bình mức độ đường qua được phẩm, ăn uống, vận động.

11- Sinh hoạt bình thường nhưng cẩn thận một chút để tránh biến chứng làm bệnh trầm trọng hơn.

12- Giữ chân khô, sạch, ấm. Cẩn thận khi cắt móng chân tránh cắt vào da. Đi giày vừa khít, giày cũ tốt hơn giày mới vì cứng dễ cắt vào da.

13- Cẩn thận khi lái xe nhất là đang chích insulin, máu xuống bất thường, gây ra tai nạn.

14- Khi dùng các thuốc không cần toa, lựa thứ không có thêm đường và rượu (như thuốc ho, sinh tố).

15- Hợp tác và nghe theo chỉ dẫn của bác sĩ.

Một số người nam sẽ bị loạn cương dương, giảm khả năng sinh hoạt tình dục nhưng ngày nay đã có nhiều phương thức để cứu vãn vãn nạn này.

Nhiều người thiệt mạng vì biến chứng tim mạch mà thông thường nhất là cơn suy tim (heart attack) hoặc chết vì suy thận.

Tự đo Đường Máu

Chìa khóa thành công trong điều trị tiểu đường là giữ glucose máu bình thường. Do đó ta phải biết cách tự đo đường máu nhất là khi đường máu lên xuống bất thường. Với tự đo này, ta có thể gia giảm insulin, thuốc viên, điều chỉnh ăn uống cũng như vận động cơ thể.

Trong quá khứ, ta thử đường trong nước tiểu. Ngày nay thử đường máu chính xác hơn. Thường thường ta cần đo đường máu trước khi ăn, và khi đi ngủ, là lúc mà đường ở mức bình thường. Xin ghi kết quả trên giấy tờ để theo dõi cũng như để bác sĩ thay đổi thuốc men, dinh dưỡng. Hỏi bác sĩ về loại máy dùng cũng như khi nào thì đo.

Hiểu biết căn bản về Insulin

Insulin là kích thích tố do tụy tạng tiết ra mà nhiệm vụ là để điều hòa, kiểm soát mức độ đường trong máu bằng cách đưa đường vào tế bào, thay vì chạy lông nhông trong huyết quản. Tất cả bệnh nhân loại I và một số bệnh nhân loại II cần dùng insulin để giữ đường trong máu ở mức độ trung bình.

Insulin được hai bác sĩ Frederick G. Banting và Charles H. Best khám phá ra năm 1922. Trước đó nhiều khoa học gia cũng đã nghiên cứu và thấy là trong tụy tạng có một chất cần thiết để duy trì bình thường đường trong máu.

Xin ôn lại về tuyến tụy tạng

Tuyến lớn khoảng bàn tay của ta và nằm ở sau bao tử. Tuyến có hai nhiệm vụ quan trọng chính yếu: 1) giữ vai trò quan trọng trong sự tiêu hoá thực phẩm bằng các diêu tố do tuyến tiết ra; 2) kiểm soát năng lượng mà cơ thể cần dùng bằng cách điều hòa đường glucose trong máu. Tuyến

tiết ra kích thích tố insulin, glucagon và somastatin. Insulin được tiết ra khi glucose máu lên cao, chẳng hạn sau khi ta ăn. Các tế bào được insulin kích thích, hấp thụ glucose để chuyển ra năng lượng cho sinh hoạt cơ thể. Glucose dư sẽ được insulin đưa vào dự trữ ở gan dưới hình thức glycogen. Khi cơ thể cần glucose thì glucagon biến đổi glycogen ra glucose. Còn somatostatin dường như có nhiệm vụ điều hòa sự sản xuất insulin và glucagon.

Insulin giúp cơ thể chuyển hóa đường thành năng lượng và đưa đường không dùng đến vào tích trữ trong gan và bắp thịt. Khi có vấn đề khó khăn với insulin như là thiếu, không có, không công hiệu, thì đường sẽ tràn đầy trong máu, một số sẽ được bài tiết ra ngoài theo nước tiểu.

Insulin nguồn gốc động vật như từ tụy tạng của bò và heo. Còn human insulin thì thực ra không phải từ tụy tạng con người mà được chế hóa từ vi khuẩn qua kỹ thuật biến chế DNA.

Có nhiều loại insulin, tùy theo tác dụng mau hay chậm, kéo dài hay tức thì. Ba loại chính thường dùng là:

1) Tác dụng mau: Insulin này có tác dụng rất mau (immediate), chỉ 15 phút sau khi chích và công hiệu kéo dài khoảng từ 3 đến 4 giờ. Thí dụ Humalog.

2) Loại tác dụng ngắn hạn (short acting): thuốc công hiệu độ nửa giờ sau khi chích, kéo dài từ 6 đến 8 giờ, tối đa là giữa 2 và 4 giờ.

3) Tác dụng trung bình (intermediate-acting) như NPH hay Lent insulin, có công hiệu từ 1 đến 3 giờ sau khi chích và kéo dài tới 24 giờ.

4) Tác dụng dài hạn (Long-acting) như Ultralente. Sau khi chích, phải đợi tới 4- 6 giờ mới bắt đầu có tác dụng nhưng công hiệu kéo dài từ 20 tới 24 giờ. Công hiệu tối đa là lúc 6 tới 8 giờ sau khi chích.

Cách dùng insulin

Vì cơ thể không cung cấp đủ insulin nên người bệnh phải chích thêm insulin. Trước khi dùng, cần đo nhiều lần và ghi mức độ đường trong máu để bác sĩ biết mà ra toa số lượng cần thiết.

Thường thì người bệnh cần chích ít nhất hai lần một ngày, có người cần đến ba bốn lần chích mới đủ để kiểm soát đường trong máu. Khi dùng insulin nhiều quá thì đường sẽ xuống quá thấp, người bệnh bị phản ứng insulin mà triệu chứng là: nhức đầu, tim đập nhanh, mệt mỏi, mất định hướng, đổ mồ hôi, buồn nôn, đói bụng, đôi khi bất tỉnh, làm kinh, hôn mê.

Bệnh nhân sẽ được chuyên viên y tế hướng dẫn về cách thức sử dụng và kỹ thuật chích. Sau đây là ít điều cần nhớ:

1- Insulin có nhiều loại khác nhau với công dụng khác nhau. Không nên thay đổi loại mà không tham khảo ý kiến bác sĩ trước.

2- Insulin giữ trong tủ lạnh sẽ dùng được lâu hơn đồng thời cũng tránh được nhiễm trùng. Khi đã dùng dở thì có thể để ngoài tủ lạnh được một tháng nhưng tránh chỗ nóng và có ánh nắng mặt trời. Không bao giờ cất insulin trong ngăn đá hoặc làm ấm trong microwave.

3- Kiểm soát nhãn hiệu trên lọ insulin cho đúng loại. Vứt bỏ insulin short-acting nếu nom thấy đục hoặc đặc sệt. Các insulin khác bình thường nom đều như sữa, không lợn cợn đóng hạt. Trước khi hút thuốc vào ống chích, lắc chai thuốc trong lòng bàn tay cho dung dịch hòa đều, ngoại trừ với insulin short-acting. Đừng lắc lọ thuốc quá mạnh vì bọt khiến lượng thuốc hút vào không chính xác.

4- Trước khi lấy thuốc, kéo ống chích lên để không khí vào ống chích bằng với phân lượng insulin, cắm kim vào lọ, bơm không khí vào rồi hút thuốc.

5- Mua ống chích tùy theo loại insulin và phân lượng chích. Nên dùng ống chích của một nhà sản xuất để số lượng insulin mỗi lần rút ra được đồng đều. Mặc dù không được khuyến khích, nhưng khi dùng lại kim ống chích cũ thì nên chùi kim cho sạch với rượu cồn hoặc đun trong nước sôi độ dăm phút. Cũng không nên dùng đi dùng lại nhiều lần quá.

6- Nơi chích thuốc thường là trên bụng (hiệu lực mau nhất), mông, mặt trước của đùi (hiệu lực chậm nhất), mặt sau của tay (hiệu lực trung bình). Thay đổi chỗ chích để tránh tổn thương và sẹo dày cho tế bào mỡ ở vùng đó, cản trở hấp thụ thuốc.

7- Trước khi chích, lau sạch da bằng cồn. Với hai ngón tay, kẹp nổi lên một nếp da. Kim chích nghiêng 90 độ, chích vào nếp da. Trước khi bơm thuốc, kéo nhích piston coi có máu không. Nếu không có máu thì bơm thuốc vào, còn khi có máu thì chích lại. Sau khi chích, thoa nhẹ trên da chỗ chích. Tránh chích nơi da bị nhiễm độc hoặc bị dị ứng nổi ban đỏ.

8- Insulin có thể gây dị ứng với nhiều người bệnh hoặc nếu ai dị ứng với thịt bò, thịt heo thì không được dùng insulin từ súc vật này.

9- Vì là dược phẩm, nên insulin có tương tác với một số dược phẩm khác, vì thế cần cho bác sĩ rõ là mình đang dùng thuốc nào, để làm gì.

Kết luận

Bệnh tiểu đường là bệnh có thể kiểm soát được. Điều quan trọng là người bệnh cần sử dụng thuốc theo lời dặn của bác sĩ cũng như duy trì sự ăn uống, cân bằng, đời sống lành mạnh.

Bác Sĩ Nguyễn Ý-ĐỨC

(Trích từ sách Dinh Dưỡng, cùng tác giả)

Symptoms of Diabetes

- Increased thirst.
- Slow-healing cuts and sores.
- Fatigue.
- Blurred vision.
- Frequent urination.
- Unexplained weight loss.

Cleveland Clinic

MỠI KỲ MỘT MÓN CHAY

PHỞ NẤM CHAY

Một bác người Việt bán phở bên Lào cho Mỹ Ai biết bí quyết nấu nước phở cho ngọt là phải nướng củ hành tây và nướng gừng. Ngoài ra, nấu phở chay cần có củ cải trắng vì nước sẽ ngọt và trong hơn. Nước phở theo công thức này hoàn toàn bằng rau củ quả thiên nhiên, gia vị đơn giản, nên thích hợp cho người lớn lẫn trẻ em.

Nguyên liệu:

- 1 trái táo, cắt làm 4
- 1 trái lê, cắt làm 4
- 2 trái bắp, bẻ đôi
- 1 củ sắn, cắt làm 8
- 1 củ cải trắng, cắt làm 4
- 3 củ cà-rốt, cắt làm đôi
- 2 củ hành tây, nướng sơ, bóc vỏ, cắt làm đôi
- 1 khúc gừng (cỡ hai ngón tay), nướng sơ, đập giập
- 10 năm hương (năm đông cô) tươi
- 2 bìa đậu hủ, chiên vàng, thái lát
- Bột nêm
- Nước mắm chay nguyên chất
- Bánh phở tươi
- Gia vị nấu phở (có bán trong gói rất tiện, nhớ xem thành phần vật liệu để tránh loại có bột ngọt); nếu không có sẵn, có thể dùng 2 nhánh quế, 5 đại hồi, 10 tiểu hồi cho vào bao vải nhỏ, cột lại
- Rau quế, rau ngò om, giá sống, chanh, ngò, hành lá, hành tây, ớt (tùy thích)
Tương đỏ, tương đen ăn phở, tiêu



Cách làm:

1. Bắc nồi nước khoảng 3,5 lít (khoảng 1 ga-lông), nấu táo, lê, bắp, củ sắn, củ cải trắng, cà-rốt. Khi sôi, vặn lửa vừa, không đậy nắp.
2. Nướng củ hành tây, bóc vỏ, cắt làm đôi, cho vào nồi nước. Nướng gừng, đập giập, cho tiếp vào nồi.
3. Nấu với lửa liu riu trong vòng 1 tiếng cho nước ngọt, sau đó vớt các loại củ, quả ra, chừa lại củ hành tây và gừng.
4. Cho 2 tép hành lá cắt làm đôi vào nồi. Cho 1 gói gia vị nấu phở vào. Nấu thêm khoảng 30 phút. Nêm chút bột nêm và nước mắm chay nguyên chất cho vừa khẩu vị (không cần đường thì rau quả ngọt tự nhiên).
5. Năm hương thái lát, xào nhanh với đậu hủ chiên thái lát và 1 muỗng cà-phê bột nêm cho năm săn lại, đừng để quá mềm.
6. Bánh phở tươi trụng nước thật sôi trước khi ăn. Vớt ra cho vào tô.
7. Sắp nấm và đậu hủ lên trên mặt bánh phở. Sau đó cho các loại rau, giá lên trên.
8. Cuối cùng chan nước dùng đầy tô phở. Rắc tí tiêu nếu thích. Dùng nóng chung với tương đen và tương đỏ (mức riêng trong đĩa nhỏ để chấm nấm và đậu hủ, chứ không cho vào tô phở).

(Nguồn: MỸ AI – vietnamachay.com)

KÍNH MỪNG ĐẠI LỄ PHẬT ĐÀN

Kiều Mỹ Duyên

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

Chiều thứ sáu, chúng tôi đến chùa Liên Hoa, trụ trì là Hòa Thượng Chơn Thành, gặp Thượng Tọa Thích Thánh Minh, trưởng ban tổ chức lễ Phật Đản của Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hải Ngoại.

Lễ Phật Đản năm nay được tổ chức vào thứ bảy 4/5/2024 và chủ nhật 5/5/2024. Thầy Thánh Minh về từ New Mexico và các thầy từ xa về đang làm việc, Thượng Tọa tiến sĩ Thích Trưng Sỹ, trụ trì chùa Pháp Nhân ở Del Valle, đến từ Texas đang ở chùa Liên Hoa.

Thượng Tọa Thích Thánh Minh cho biết gây quỹ được trên \$70,000, có bao nhiêu thì làm bao nhiêu, vì thời gian tổ chức không lâu, nên Phật tử cúng dường có giới hạn. Tổ chức đại lễ mà người về từ khắp nơi thì chắc chắn phải chi phí nhiều, nhất là bây giờ sinh hoạt đắt đỏ ở khắp nơi trên thế giới. Thầy Thánh Minh cho chúng tôi một thẻ để có chỗ đậu xe bên trong công viên nơi hành lễ.

Gần 12 giờ, Triều Lam và tôi đến công viên nơi tổ chức lễ Phật Đản. Lễ Phật Đản là lễ lớn nhất của Phật giáo. Trên con đường từ Westminster qua khỏi Brookhurst, cờ vàng ba sọc đỏ, cờ Phật giáo phất phới trong gió rất đẹp, như cờ bay cờ bay trên cổ thành Quảng Trị sau khi chiếm cổ thành bằng máu.

Bước vào công viên Vườn Lâm Tỳ Ni giữa những hàng cây cổ thụ hút mọi người. Cửa vào vườn kết bằng hoa rực rỡ. Các Phật tử đang trang trí cho Vườn Lâm Tỳ Ni, các tượng Phật rất đẹp. Thượng Tọa Pháp Tánh, viện chủ của chùa Khánh Hỷ ở thành phố Garden Grove, và tu viện Từ Ân ở Riverside đang cùng các Phật tử trang trí Vườn Lâm Tỳ Ni. Thượng Tọa Thích Pháp Tánh đã từng là trưởng ban tổ chức lễ Phật Đản năm xưa. Thượng Tọa ân cần tiếp đãi tất cả mọi người đến thăm Vườn Lâm Tỳ Ni. Thượng Tọa Pháp Tánh cho biết



Photos: Triều Lam



rất vui mừng lễ Phật Đản chư tôn đức ni và đồng hương ở khắp nơi về đây tham dự.

Trên sân khấu, Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu đến từ San Diego, Hòa Thượng Thích Thông Hải, viện chủ chùa Bảo Quang ở Santa Ana, đang điều hành anh em Phật tử trang hoàng sân khấu.

Buổi lễ có sự hiện diện của Đại Lão Hòa Thượng Thích Chơn Thành, Thượng Thủ Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Trên Thế Giới, viện chủ chùa Liên Hoa; Đại Lão Hòa Thượng Thích Tín Nghĩa, Chủ tịch Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ; Hòa Thượng Thích Nguyên Siêu, Tổng thư ký Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHHK; Hòa Thượng Thích Minh Hải, Tổng vụ trưởng Kiến Thiết GHPGVNTNHHK; Hòa Thượng Thích Thiên Long, Tổng vụ trưởng Tổng vụ Tài chánh GHPGVNTNKH; Hòa Thượng Thích Giác Pháp, Giáo Hội Phật Giáo Tăng Già Khất Sĩ; Hòa Thượng Thích Minh Mẫn, thành viên Hội Đồng Giáo Phẩm GHPGVNTNHHK; Hòa Thượng Thích Thống Hải, Phó chủ tịch ngoại vụ GHPGVNTNHHK; Thượng Tọa Thích Thánh Minh, Trưởng ban tổ chức Đại Lễ Phật Đản GHPGVNTNHHK năm 2024 và các tăng ni.

Thi sĩ Triều Lam phỏng vấn các anh Phật tử và cho biết các anh đến đây từ 4 giờ sáng treo cờ vàng ba sọc đỏ, cờ Phật giáo, cờ Mỹ, treo cờ khắp các nẻo đường từ đường Westminster vào trong công viên. Thượng Tọa Thích Nhật Thành, viện chủ chùa Hải Tạng, từ West Covina, cho biết ngày xưa ở chùa Điều Ngự bây giờ về thành phố West Covina, gặp cư sĩ Huỳnh Tấn Lê, chủ tịch tổng hội cư sĩ, cư sĩ Trần Đạt và nhiều cư sĩ tích cực hoạt động trong cộng đồng Việt Nam ở California. Cư sĩ Huỳnh Tấn Lê lúc nào cũng vui vẻ, tươi cười và lạc quan, ông hiền lành và được nhiều người quý mến. Ông Lê Hoan, chủ đài truyền hình VNATV có mặt sớm nhất. Ông Lê Hoan rất tích cực trong các sinh hoạt cộng đồng nhất là tôn giáo, chính ông là người thu hình. Ông cũng thường đi xa để làm phóng sự như đến Thiền Viện Chân Nguyên, ở San Bernardino. Nhạc sĩ Trần

Chí Phúc song ca với ca sĩ Phong Dinh bài "Phật giáo Việt Nam lên đường" do chính nhạc sĩ sáng tác.

Thầy Thánh Minh cho biết hàng trăm Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức, ni sư, sư cô đến từ Arizona, Nevada, New Mexico, Portland, Seattle, Texas, Washington D.C, Michigan, Florida, v.v... về đây tham dự.

Phật tử về từ khắp nơi, có người đi xe hơi, lái xe suốt ngày đêm, có người về bằng máy bay. Lòng mộ đạo một cách chân thành không quản ngại đường xá xa xôi quyết tâm lên đường thì cũng tới nơi.

LỄ PHẬT ĐẢN NGÀY 5/5/2024

12 giờ, chủ nhật 5/5/2024, đại lễ Phật Đản tiếp tục ở công viên Garden Grove, thành phố Garden Grove. Trên sân khấu hoa rực rỡ, hàng trăm tăng ni, Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức, ni sư về từ khắp nơi. Chùa Phổ Linh tặng 5000 phần ăn chay cho khách tham dự lễ Phật Đản, hàng ngàn chai nước lọc, tất cả đều miễn phí.

Lễ Phật Đản vô cùng quan trọng với Phật tử. Suốt hai ngày thứ bảy 4/5/2024 và chủ nhật 5/5/2024, Phật tử về từ khắp nơi. Trời Phật thương nên không bị mưa, nếu mưa mà tổ chức ở công viên thì những căn lều không đủ để Phật tử trú mưa. Vườn Lâm Tỳ Ni ngày chủ nhật hoàn tất đẹp hơn, nhiều hoa hơn. Sư cô trụ trì chùa Phổ Linh và các Phật tử đã đến từ sáng sớm với 5000 phần cơm và hàng ngàn chai nước lọc để tặng cho Phật tử. Sư cô và ban tiếp tân ân cần mời Phật tử dùng cơm.

Người làm việc từ thiện với tấm lòng bác ái, với nụ cười thật tươi. Thầy Thánh Minh mời đệ tử dùng cơm một cách ân cần. Thầy là trưởng ban tổ chức lễ Phật Đản năm nay. Thầy đến từ ngôi chùa ở New Mexico. Mỗi lần thầy về Orange County, thầy thường ở chùa Liên Hoa, thành phố Garden Grove, trụ trì chùa này là Hòa Thượng Chơn Thành.

Đại lễ Phật Đản vô cùng long trọng với tiếng tụng kinh vang vang của các chư tăng và Phật tử, giữa rừng cây xanh mát với những bài thuyết pháp đầy ý nghĩa của đạo Phật.

Orange County, 6/5/2024
KIỀU MỸ DUYÊN
(kiemyduyen1@yahoo.com)



Photos: Triều Lam

KHÔNG ĐẦY ĐỦ NHƯNG ĐỦ ĐỂ KHỞI DỤNG

Tiểu Lục Thần Phong

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Ngày từng ngày với đi như cát biển khô chảy qua kẽ ngón tay.

Đời từng đời nối tiếp như nước sông chảy ra biển.

Người từng người tắt bật với cuộc sống của mình, lẫn lộn buồn vui sướng khổ và những con bọ nối đuôi nhau đi vào lò mổ, bị lôi vào lò mổ. Đàn bọ vẫn tranh nhau nằm cỏ khô, tranh nhau xó chuồng, tranh nhau con cái. Tiếng con bọ giao phối, tiếng con bọ bị cắt cổ trong lò mổ cùng ậm ò chẳng khác gì nhau.

Con trẻ vào đời như tờ giấy trắng, nếu gia đình tốt, giáo dục tốt, môi trường xã hội tốt... thì tờ giấy ấy sẽ có những hình ảnh đẹp, những dòng chữ đẹp, những mảng màu tươi sáng; bằng như ngược lại thì trang giấy ấy sẽ có những hình ảnh xấu xí, những nét vằn vện, những mảng màu hắc ám.

Giáo dục quan trọng lắm, văn hóa quan trọng lắm, Phật pháp cao quý lắm. Người không có văn hóa, không có giáo dục, không biết Phật pháp thì uổng lắm!

Cuộc trăm năm tưởng dài nhưng thật ra ngắn ngủi vô cùng, chỉ là sát na ở hơi thở vào ra. Một ngày ngắn ư? Không đâu! Dài lắm! Dài vô cùng với vô số niệm sanh diệt trong tâm, với vô số lần sanh tử bởi những nỗi khổ của cả thân và tâm.

Đời người không có giáo dục, không có văn hóa, không biết Phật Pháp thì uổng vô cùng! Các căn đầy đủ chỉ dùng cho mỗi việc ăn, ở, mưu sinh và hành dục thì có khác gì đàn bọ kia tranh cỏ khô, tranh xó chuồng, tranh con cái mà không biết rằng lò mổ vẫn hoạt động không ngừng nghỉ.

Phật pháp đâu chỉ ở những bộ kinh đồ sộ, những bộ luận trường thiên. Phật pháp không phải ở những ngôi chùa lộng lẫy vàng son, những pho tượng to lớn kỳ vĩ. Phật pháp càng không là những lễ nghi rườm rà, hình thức mộng lung... Phật pháp trong đời sống hàng ngày, rất gần gũi, rất bình thường nhưng cũng hết sức phi thường nếu làm đúng điều bình thường ấy.

Phật pháp trong đời có thể là một câu chuyện, truyện ngắn, bài thơ, một lời nói... làm cho người ta an lạc, hoan hỷ.

Phật pháp là một lời khiến người ta buông bỏ, xả ly, giảm hận thù, bớt tham lam, hạ hỏa sân hận...

Phật pháp trong đời thường là xìa bàn tay nâng cánh hoa, đỡ con người cần đỡ.

Phật pháp trong đời là không lấy thứ gì mà chưa được cho phép, không giết hại sanh linh, không sử dụng chất gây say gây nghiện, không nói lời nguy hại...

Phật pháp trong đời là giữ giới tùy theo bốn phận của mình, tụng ca cái chân - thiện - mỹ -

tuệ, làm lành lánh dữ.

Phật pháp trong đời là làm tất cả những điều thiện, không làm điều ác. Điều gì có lợi cho người, vật, môi trường là thiện, còn như ngược lại thì là ác. Tất cả những việc khiến người tỉnh ra là thiện còn giả như làm người mê tức là ác. Phật pháp trong đời thường là tất cả những lời nói, việc làm nào mà khiến cho người hướng thiện thì là thiện, còn như ngược lại thì là ác. Thiện dù nhỏ cũng cố làm, ác dù nhỏ cũng cố tránh. Thiện chưa sanh thì làm cho nó sanh, sanh rồi thì làm cho tăng trưởng. Ác chưa sanh thì đừng cho nó sanh, đã sanh rồi thì làm cho nó tiêu trừ. Thiện - ác với người thế gian đôi khi lại rất hồ đồ, không nhìn nhận rõ. Với người thế gian thì ác là giết người, cướp của nhưng với Phật pháp chỉ khởi ý niệm hại người, hại vật thì đã là ác. Bởi vậy không nghĩ ác, không làm ác, không hòa theo kẻ ác ấy là Phật pháp.

Văn hóa, giáo dục nào khiến cho người hướng về Phật pháp là thiện, vì bản chất Phật pháp là chân lý, là sự thật, là con đường đưa đến giải thoát. Phật pháp giúp con người sống an lạc trong hiện tiền, giải thoát trong tương lai.

Phật pháp ngàn kinh muôn luận nhưng Phật pháp cũng có thể là một bài văn, bài thơ, đoản khúc thi ca, một bức tranh, khúc nhạc... Cầm trên tay một tờ báo và đọc những dòng chữ trong ấy mà lòng vui, tinh thần an lạc, thẩm thấu được cái chân - thiện - mỹ - tuệ thì đời cũng là lúc có được phút giây an lạc hiện tiền, là lúc sống với pháp của Như Lai.

Thân con người là duyên hợp, không có tự ngã; tâm con người vô hình vô tướng ấy vậy mà cái "bản ngã" con người kiên cố vô cùng. Những thành kiến, định kiến của con người vô cùng kiên cố, khó có thể lung lay hay thay đổi. Sắt thép, kim cương, núi sông... có thể thay đổi chứ những thành kiến, định kiến của con người thì vô phương! Ấy vậy mà Phật pháp có thể làm chuyển đổi được con người. Phật pháp có thể làm cho tâm mê trở thành tâm giác, tâm hung dữ trở thành hiền thiện, từ tâm độc sang tâm lành... Phật pháp bình thường là vậy mà phi thường cũng là vậy. Công năng Phật pháp là chuyển đổi tâm người.

Trước khi (hoặc là chưa thể kham nổi) những pho kinh đồ sộ, bộ luận lớn... thì tờ báo mỏng manh có nội dung truyền tải Phật pháp cũng chính là Phật pháp, cũng chính là hình ảnh phản chiếu tuy không trọn vẹn đầy đủ nhưng cũng đủ để khởi dụng trong cuộc đời.

Ất Lăng thành, 0524

The Story of Thera Vakkali

Dhammapada, Verse 381

While residing at the Veluvana monastery, the Buddha uttered Verse (381) of this book, with reference to Thera Vakkali.

Vakkali was a brahmin who lived in Savatthi. One day when he saw the Buddha going on an alms-round in the city, he was very much impressed by the noble appearance of the Buddha. At the same time, he felt much affection and great reverence for the Buddha and asked permission to join the Order just to be near him. As a bhikkhu, Vakkali always kept close to the Buddha; he did not care much about other duties of a bhikkhu and did not at all practise concentration meditation. So, the Buddha said to him, "Vakkali, it will be of no use to you by always keeping close to me, looking at my face. You should practise concentration meditation; for, indeed, only the one who sees the Dhamma sees me. One who does not see the Dhamma does not see me. So, you must leave my presence." When he heard those words Vakkali felt very depressed. He left the Buddha as ordered, and climbed the Gijjhakuta hill with the intention of committing suicide by jumping down from the peak.

The Buddha, knowing full well the extent of Vakkali's grief and despondency, reflected that because of his great sorrow and despondency Vakkali might miss the chance of attaining the Maggas. Accordingly, he sent forth his radiance to Vakkali, made him feel his presence and appeared as if in person to Vakkali. With the Buddha near him, Vakkali soon forgot all his sorrow; he became cheerful and very much heartened.

To him the Buddha spoke in verse as follows:

Verse 381: The bhikkhu who frequently feels joy and is devoted to the Teaching of the Buddha will realize Nibbana — the Tranquil, the Unconditioned, the Blissful.

At the end of the discourse Vakkali attained arahatship.

Translated by

Daw Mya Tin, M.A.,

Burma Pitaka Association,
Rangoon, Burma.



A joyous bhikkhu who delights in the Buddha's way soon reaches the Samsāra's blissful end.

381. *Pāmojjabāhulō bhikkhu
pasanvō Buddhasāsanē
adhigacchē paḍaṇṇ santarā
saṅkhārū pasamaṇṇ sukharā. (25:22)*

The bhikkhu full of joy and faith,
bright in the Buddha's Teaching
can come to the Place of Peace,
the bliss of conditionedness ceased.

QUÁN VỀ TỨ NIỆM XỨ

Tứ Niệm Xứ giúp người tu giác ngộ,
Đưa chúng sanh đến an lạc niết bàn
Ưu sầu khổ não dần tiêu tan
Giải thoát khỏi luân hồi sanh tử.

TỨ NIỆM XỨ có bốn điều quán niệm :

Quán THÂN, THỌ, TÂM, PHÁP vô thường
Vì vô minh nên chấp ngã, đua tranh
Nhờ giác ngộ, tu chỉnh thân tâm
Giải thoát mầm khổ đau trong đời sống.

1. QUÁN THÂN

QUÁN VỀ THÂN, người tu nhận biết
THÂN NGƯỜI là bất tịnh, vô thường!
Sinh ra vốn bởi nghiệp duyên
Đường đời huân tập nhiễm duyên thế trần!
THÂN là nơi nhiễm ô phức tạp!
Do sáu căn dính mắc sáu trần
Tham sân si nhiễm bởi thế gian
Vì vô minh, tạo nhiều nghiệp chướng!
Sanh làm người, thân vô cùng quý giá,
Là chiếc thuyền, thân chuyên chở Chân Tâm
Là chiếc bè, làm phương tiện tu hành,
Nhờ trí tuệ, giác ngộ tìm chân lý

QUÁN VỀ THÂN, ý thức từng hơi thở
Để biết rằng sự sống có nơi mình,
Ghi nhận rõ, đi đứng, ngồi nằm
Tâm quan sát, luôn trong chánh định.
Khi thở vào, thân nhận đầy năng lực
Một sự sống tràn ngập khắp thân mình
Từng tế bào hấp thụ lực dưỡng sinh
Một nguồn sống, vẹn toàn từng giây phút.
Khi thở ra, xả thân khí không tịnh
Thở vào... ra có sự sống an bình
Không khí sạch, là sức mạnh tồn sinh
Là nguồn sống thiêng liêng trên quả đất.
Hơi thở đó, tạo năng lực thanh tịnh
Tâm thân kết hợp bởi bốn nguồn:
Đất-Nước-Gió-Lửa, đến từ thiên nhiên
Thiếu một trong bốn, là thân tan rã
Vì biết rằng thân người quý giá
Nên ít nhiều việc tốt giúp cho đời
Đừng tạo ác, hãy ban rải niềm vui
Để mai sau không có gì tiếc nuối !

2. QUÁN THỌ

THỌ là điều xúc /cảm /nhận/ lãnh
Do sáu căn tiếp xúc với sáu trần
Thọ nơi THÂN như nóng, lạnh, nhức, đau
Thọ tại TÂM như buồn, vui, hạnh phúc.
THỌ nóng, lạnh, ẩm, no, đau, nhức... thuộc vật chất
THỌ khổ, vui, hạnh phúc, thuộc tinh thần
Tất cả đều cảm nhận bởi thân, tâm
Cả hai có vui, buồn, phiền não!
Quán về THỌ có Thọ vui, Thọ khổ
Hoặc Trung Tính, không khổ, không vui,
Khổ hay vui THỌ chỉ đến tạm thời
Tất cả đều vô thường biến đổi.

THỌ vì sắc, tiền tài, danh lợi
Vì tham sân si, tranh đấu với đời
THỌ càng nhiều, càng thêm khổ, ít vui !
Càng đắm tham, càng lạc đường, quên lối !

3. QUÁN TÂM

TÂM là nguồn ái, tham, nhiễm, dục
Tâm đôi thay vui, khổ, vô thường
Tâm là nguồn ác, tội vương!
Niết Bàn, sanh tử khởi nguồn từ Tâm
Nguồn TÂM này sanh ra tất cả
Phật dạy rằng: Vạn Pháp Duy Tâm
Nghiệp khổ, vui từ đó nảy mầm
Tất cả đều: Nhất thiết do Tâm tạo
Tâm tạo thiên đường, tạo địa ngục
Cũng là TÂM, nhưng hai loại ngược dòng:
Bên Phàm Tâm đầy phiền não đua tranh!
Bên Chân Tâm đầy từ bi, trí, dũng.
Cũng vì thế, người tu thường tự nhắc,
Giữ Chân Tâm, định, tĩnh, sạch, trong, lành,
Chân Tâm luôn sáng suốt, nhẹ, yên bình,
TÂM ĐỊNH TĨNH sẽ phát sanh TRÍ TUỆ.

4. QUÁN CÁC PHÁP

QUÁN CÁC PHÁP đều không có thật,
Pháp thế gian tất cả vô thường!
Không gì tồn tại mãi luôn!
Vật chất danh lợi chỉ là phù vân!
Vạn vật có đều do duyên hợp
Không có gì bản ngã tự thành
Thế Giới: Thành, Trụ, Hoại, Không!
Như ngàn lớp sóng tan vào đại dương
Thế gian pháp: Sanh, Trụ, Hoại, Diệt!
Như mây trôi, lá rụng trên ngàn!
Như Trăng tỏa sáng rồi tan!
Như tia điện chớp tan vào hư vô!
Cũng vì thế Quán Tự Tại Bồ Tát
Hành thâm Bát Nhã Ba La Mật Đa
Ngài soi thấy Năm Uẩn là Không
Nên độ thoát tất cả khổ ách...
Khi duyên hợp, vạn vật có mặt
Khi duyên tan, vạn vật vô thường
HỢP... rồi TAN, vạn vật có... rồi không !
Lời Phật dạy hữu hình đều hữu hoại
Khi hiểu rõ thế giới luôn biến động
Nhìn cuộc đời bằng Tâm Ý bình thường
Không buồn không khổ, không vương
Bao nhiêu phiền não tan vào hư không !



thơ HOÀNG THỰC UYÊN



VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Cởi trời

(tức **Phương Trời Cao Rộng 4**)

Truyện dài của **VĨNH HẢO**

CHƯƠNG MƯỜI

Tôi giúp nàng kéo cánh cửa sắt xếp qua một phía. Vào nhà. Nàng lại khóa cửa sắt từ phía trong. Đến ngang chỗ cầu thang dẫn lên lầu, nàng đứng lại, do dự. Đường như sau khi từ quán cà phê ở góc đường xôn xao tiếng người và xe cộ, về đến nhà, chúng tôi đều cảm thấy an ổn và thân thiết với nhau hơn trong khung cảnh riêng tư một nam một nữ như vậy. Một cảm giác vừa ấm cúng, thích thú, mà cũng vừa bồi hồi, lo sợ... Giống như có một bức tường ngăn mong manh mỏng mảnh giữa hai chúng tôi mà chỉ cần động nhẹ thì nó sụp đổ ngay. Cho nên, thay vì lên lầu trở vào căn phòng có chiếc giường nàng đã dọn sẵn chần mần cho tôi đêm qua mà tôi chưa kịp ngả lưng, tôi ngồi lại ở xalông phòng khách. Thấy vậy, nàng cũng không bước lên lầu mà đi thẳng xuống nhà bếp, nấu nước sôi hay làm thứ gì đó. Chỉ một vài phút trống ngồi một mình, trong tôi đã lảng vảng

nhập nhòa hai thứ cảm giác sâu đậm của tự do và mất mát. Tôi thấp thòm, đứng dậy. Nàng từ dưới bếp bước lên.

"Anh định đi đâu à?"

"Không, không đi đâu... Anh muốn tìm miếng nước."

"Em đang nấu nước sôi chế trà, hay anh muốn uống nước lạnh?"

"Ừ, cho anh nước lạnh."

Nàng quay xuống bếp rồi trở lại thật nhanh với ly nước lạnh cầm tay. Tôi đón ly nước. Tay chúng tôi chạm nhau.

"Anh có mệt không? Hôm nay anh dự trừ đi đâu, để em chờ anh đi há? Hay anh muốn nằm nghỉ rồi chiều hãy đi?"

"Chưa biết nữa... nhưng chắc không ngủ được đâu, phải đi. Chưa gặp mặt các bạn bè thì chưa yên lòng."

"Anh không có người thân nào ở Sài Gòn thì đi công chuyện gì xong cứ về đây, em đưa anh một chia khóa, nghe?"

"Có mấy người chị ruột, nhưng họ đều đi Nha Trang cả rồi."

"A, các chị về quê ăn Tết à, sớm quá vậy?"

Tôi biết không phải các chị tôi về Nha Trang ăn Tết, nhưng không cãi chính, im lặng ngồi xuống xa-lông. Nước sôi đang reo dưới bếp. Nàng quay đi. Cảm giác mất mát đè ngợp tim tôi làm cho cảm giác tự do vượt mất. Tôi nhắm mắt định tâm một lúc. Nàng quay trở lại với cái khay nhỏ đặt bình trà và hai cái tách.

"Bây giờ hãy còn sớm, các bạn anh chắc còn ngủ chưa dậy đâu, thôi thì ngồi đây kể em nghe tiếp, rồi khi nào anh muốn đi, em đưa anh đi."

"Em nghe chuyện cả đêm rồi chưa thấy mệt thấy chán sao?"

"Ồ, thêm vài đêm thức trắng cũng được nữa kìa! Anh kể nữa đi. Đúng ra chuyện chưa hết thì em chưa cho anh rời khỏi nơi đây đâu!"

"Đến chỗ nào rồi?"

"Chia tay anh chàng cán bộ Hà Nội."

Thấm thoát đã trải qua mấy kỳ

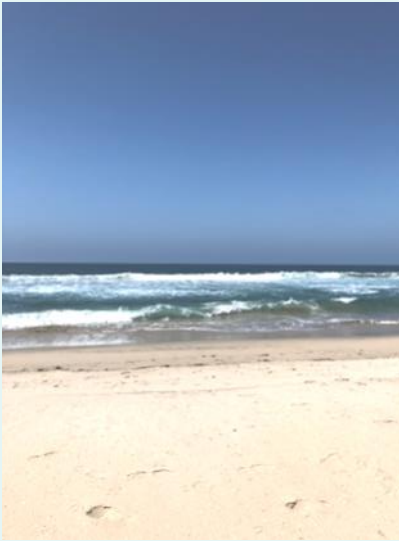
thăm nuôi. Tôi được nhận quà hàng tháng của gia đình, nhưng chưa bao giờ được gặp mặt ai. Thịnh thoảng trên hộp bánh có ký tên Như Tâm hoặc mẫu giấy nhỏ với ba nét chữ khác nhau dúi trong gói bột ngũ cốc cho biết rằng có sự quan hệ mật thiết giữa Như Tâm và gia đình tôi. Có lẽ mỗi tháng đến kỳ thăm nuôi thì Như Tâm mang quà đến nhà chị tôi (ở Sài Gòn) để gửi vào cho tôi. Có điều là chưa có dấu hiệu gì của những người bạn đồng học ở tu viện Già Lam, cũng như những người cùng sinh hoạt trong Đoàn Phật Tử Phụng Đạo hay Hội Lạc Long... Điều này làm tôi đâm lo lắng, bồn khoăn, không biết bạn bè của mình có ai bị tù hay không.

Những bồn khoăn thắc mắc của tôi được trả lời phần nào trong đợt thăm nuôi giữa tháng 11 của năm 1985. Ngày ấy đối với tôi thật bất ngờ, vì đó là lần đầu tiên tôi được phép gặp mặt một người thân của tôi sau hơn sáu tháng bị bắt vào tù.

Cũng với vài người khác được gọi tên, tôi xếp hàng, theo sự hướng dẫn của một viên cán bộ, bước ra một dãy nhà tôn nhỏ nằm cách khu trại giam chừng năm trăm thước. Cán bộ chỉ gọi tên xong rồi nói gọn một câu: "Ra gặp mặt!" Nói gọn như thế nên đám tù khó lòng biết được là mình sẽ gặp mặt ai, ngoại trừ những người đã được phép gặp mặt người thăm nuôi mình từ những đợt thăm nuôi trước.

Sau gần mười phút đứng đợi ở ngoài, bên cạnh một hàng rào thưa, tôi được gọi tên, bước vào một trong vài phòng của cái nhà tôn đó. Có hai cửa ra vào từ hai phía vách đối nghịch nhau: một từ phía trong trại giam bước ra, một từ phía đường cái bước vào. Một cái bàn dài và lớn đặt giữa hai phòng, hai đầu bàn giáp mí hai vách tường còn lại, chia phòng thành hai khu vực riêng biệt: khu vực của người thăm nuôi và khu vực của tù nhân. Mỗi khu vực có một viên cán bộ mặc đồng phục, đeo súng, đứng kiểm soát. Đám tù được gọi tên và bị thúc hối bước nhanh vào phòng, ngó ngác nhìn trong đám người đến thăm ở phía đối diện để tìm một khuôn mặt quen thuộc; tìm thấy rồi mới vội vàng chọn chỗ ngồi mặt đối mặt với người ấy, bắt đầu nói chuyện.

Người đi thăm nuôi và gặp mặt tôi là chị Thuần, người chị ruột lớn



hơn tôi hai tuổi. Chị ấy không biết gì về các hoạt động của tôi liên quan đến lực lượng Phục quốc, nhưng có một dạo, chị tình nguyện lên sống trên vùng kinh tế mới vài tháng, đảm trách hai lớp học bổ túc văn hóa miễn phí do chùa tôi tổ chức để giúp cho các trẻ em thất học trong vùng. Chị khá thân với tôi trong thời gian ấy. Nay vừa thấy tôi, chị đã mếu máo và chực bật khóc. Xa gia đình từ thuở nhỏ, tôi đã quen với sự tự chế về cách biểu lộ tình cảm và sự xúc động tâm lý nên tôi thật ngỡ ngàng khi thấy chị ấy khóc. Tôi ngồi im nhìn chị một lúc. Chị cố gắng làm mới kèm được nước mắt, rồi mở lời:

"Khang khỏe không?"

"Khỏe," tôi vừa gật đầu vừa đáp, nhưng thấy tiếng mình nhỏ quá, chìm hút giữa bao tiếng la hét của những người chung quanh, tôi cố gắng nói lớn lên một chút: "Khỏe!"

Chị gật đầu, suy nghĩ một lúc rồi cũng la lớn tiếng:

"Có nhận quà thăm nuôi mấy lần trước rồi hả? Đầy đủ không?"

Tôi chỉ cười nhẹ, rồi tự hỏi lại mình theo các thắc mắc mà các bạn tù chưa được gặp mặt người thăm nuôi thường nói với nhau trong phòng giam: Mấy lần trước là mấy lần? Đầy đủ là sao? Tháng nào nhận được quà thì biết là gia đình có đến thăm nuôi, tháng nào không nhận thì nghĩ là gia đình không đến. Đến hay không đến cũng chẳng đoán trước được. Có thư từ hay dấu hiệu gì để đoán trước hoặc kiểm chứng được rằng mình có nhận đủ quà

thăm nuôi hay không! Mỗi tháng trại cho phép thăm nuôi hai lần, làm sao biết được gia đình đi thăm một lần hay là hai lần! Ngồi nhờ gia đình thăm hai lần mà mình chỉ nhận được có một lần thì làm sao gia đình và làm sao chính mình biết là mình nhận đủ hay thiếu? Chưa hết, làm sao biết được là giỏ quà có đầy đủ tất cả những món đồ mà gia đình gửi vào? Mỗi tháng đến ngày thăm nuôi, tù nhân thấy anh nuôi xách vào một giỏ thức ăn, đặt xuống đất trước cửa phòng giam rồi rút mẫu giấy nhỏ gắn ở miệng giỏ lên, gọi tên. Tên ai thì người đó đến nhận giỏ quà. Chỉ có thế. Không có giấy kê khai bao nhiêu món quà và bao nhiêu thức ăn thức uống trong giỏ. Vậy thì làm thế nào biết được giỏ quà có nhận đủ hay không?

Dù vậy, chuyện đó cũng chẳng quan trọng gì, nên tôi nói đại:

"Đầy đủ."

"Anh Hiền cũng ở cùng một trại này với Khang, có biết không?"

"Biết."

"Nhưng anh ấy mới chuyển từ Nha Trang đến trại này nên chưa được phép gặp mặt, chỉ được thăm nuôi thôi."

Nhằm chừng anh cán bộ đứng cách chị tôi một khoảng khá xa không làm sao nghe rõ được lời tôi giữa bao tiếng nói cười lao xao chung quanh, tôi hỏi chị ngay:

"Cả nhà bình an hả?" - chị gật đầu, tôi tiếp, "vậy bạn bè của Khang thì sao? Chị có biết gì không?"

Chị tôi kín đáo đảo nhanh mắt một vòng rồi nói:

"Có cái thư gia đình gửi vào cho Khang, trong đó có vài hàng của bạn bè Khang viết nữa..."

"Bạn bè nào vậy?"

"Thầy Nguyễn Lạc bạn của Khang đó mà. À, có Túu và sư cô Như Tâm... tháng nào cũng mang quà đến. Đây là hai người chính lo chuyện thăm nuôi Khang đó," chị nhỏ giọng xuống, "ở đây họ đâu cho phép đưa thư tay, phải không? Hình như phải qua khâu kiểm duyệt của ban quản giáo gì đó của trại... Mấy người đi thăm nuôi ở ngoài kia nói với chị như vậy, không biết có đúng không."

"Chắc là phải vậy. Chị ra hỏi thử các cán bộ trực thăm nuôi xem sao."

"Chị chưa nói hết: lá thư gửi Khang chị đã đưa cho cán bộ y tế rồi."

"Sao vậy? Cán bộ y tế đâu có trách nhiệm nhận thư đâu mà đưa làm gì, coi chừng đó! Thư có viết

gi... vi phạm nội qui không?”

“Chị cố đọc qua rồi, không sao đâu. Nói ra bây giờ thì không được, nhưng đọc thư thì chắc Khang hiểu hết đó. Để chị kể lại Khang nghe: khi nãy chị gửi thuốc trị bệnh cho Khang nơi cán bộ coi về y tế thì cô ấy nói là có biết Khang. Cô ấy hỏi chị muốn nhắn hoặc có thư từ gì gửi cho Khang thì để cô đem vào đưa tận tay cho Khang. Chị mừng quá nên đưa luôn lá thư. Đưa xong ra ngoài sân đứng đợi tới phiên vào gặp mặt mới nghe mấy người kia nói lá thư thì phải đưa cán bộ quản giáo.”

“Cô ấy tên gì?”

“Tên là... à, đúng rồi, tên Phương, cô ấy mang kiếng cận, Khang quen không?”

Tôi phì cười:

“Có quen gì đâu! Biết thôi. Tại mỗi lần đi khai cung là gặp cô ấy nên phải biết.”

“VẬY... lá thư đó có sao không?”

“Không sao đâu.”

“Nhận thư và thuốc rồi, cô ấy cứ giữ chị ngồi đó, hỏi tùm lum chuyện làm chị cũng hơi sợ.”

“Chị đã nói gì với cô ấy?”

“Không có gì đâu. Cô ấy đâu có hỏi về ai khác, chỉ hỏi toàn là chuyện Khang, tính tình làm sao, là em thứ mấy trong gia đình, thích cái gì, làm gì, học hành ra sao... đại khái là hỏi về cá nhân Khang đó mà.”

“VẬY thì không sao. À, không phải thầy Nguyễn Lạc đã đi xa rồi?”

“Không, thầy ấy không đi.”

“Thầy ấy có cho biết là có người bạn nào của Khang bị...?”

“Hình như có... Thôi, để đọc thư rồi biết. Hy vọng cô Phương sẽ đưa thuốc và kèm theo cả thư cho Khang, còn như không đưa thì cũng đừng gây phiền phức gì. Khang còn dặn dò gì nữa không?”

Tôi ngáp ngừng một lúc, ngó trước ngó sau, rồi nói:

“DẶN các bạn bè của Khang... đừng đi lại nhiều mất thì giờ; ở đâu thì ở yên đó đi, vậy khỏe hơn.”

“Ừ, chị hiểu rồi.”

Rồi chị tôi rời chỗ ngồi, đến bên anh cán bộ đứng kiểm soát phòng nuôi, đưa một xấp tiền giấy lên, hỏi gì đó, anh cán bộ gật đầu. Chị quay trở lại, đưa tiền cho tôi, nói lớn:

“CÁN BỘ cho phép gửi tiền riêng cho Khang xài, Khang cất đi.”

Xong, chị xoay qua hỏi chuyện về quà thăm nuôi, cái chuyện thực tế rất cần thiết cho người ở tù. Chị muốn biết tôi cần món gì, thức ăn

gì để mang đến vào đợt sau. Tôi vừa dặn dò chị xong thì hết giờ. Buổi gặp mặt ngắn ngủi hình như chưa đến mười phút.

Tối hôm ấy, phòng giam tổ chức văn nghệ như thường lệ. Tiếng chách-chùm vỗ nhịp của mấy anh Tàu Nùng nơi đây thau nhựa và gà-mên nhôm dường như đã bồi thêm trong tôi một nỗi xôn xao, bất an, lo lắng. Khi sáng, tôi hỏi có người bạn nào của tôi bị tù không, chị tôi nói “hình như có.” Ba tiếng vừa mơ hồ vừa xác định ấy làm tôi hoang mang khôn tả. Tôi mong Phương sớm trao thư cho tôi để biết được tin tức chính xác hơn.

Tôi trần trọc mãi với cái nghi vấn rằng ai trong số bạn bè tôi đã bị vào tù. Tôi không muốn bất cứ bạn nào của tôi phải chịu chung số phận với tôi cả. Một mình tôi gánh chịu, đủ rồi. Xin cho mọi người đều bình an...

Sáng hôm sau, đang ngồi trò chuyện với vài người bạn tù ở góc phòng, tôi nghe tiếng vỗ tay báo hiệu và vài tiếng to nhỏ xì xầm cho biết rằng Phương, cô nữ cán bộ đặc trách về y tế, đang bước đến phòng giam chúng tôi. Áo sơ mi lụa mỏng màu xanh lá cây với chiếc quần tây màu đen, ống hơi bó, Phương dùng đa dùng đỉnh tiến vào chỗ lồng khung trong sự im lặng chờ đợi và bao cặp mắt thêm khát của đám nam tù nhân dán vào cô. Phương thung thình ngồi xuống, soạn cái giỏ thuốc, lấy ra một cuốn sổ, vừa lật vừa nói mà chẳng nhìn ai:

“Hôm qua có một số thân nhân của các anh gửi thuốc vào. Tôi đọc tên người nào người đó đến lãnh thuốc nhé.”

Theo nội quy, có cán bộ vào đến phòng giam thì tù nhân phải im lặng, không được đi qua đi lại, nhưng đặc biệt đối với Phương, cô nữ cán bộ y tế, hình như tù nhân không bị bắt buộc phải im rằm rập và ngồi chết cứng một chỗ như đối với các cán bộ quản giáo. Tôi vẫn nghe được những tiếng xì xầm hoặc cười rúc rích to nhỏ. Tôi còn thấy vài anh tù dờ dờ, lom khom chạy đến gần lồng khung để được ngắm Phương rõ ràng hơn. Có lẽ vì Phương đến phòng giam trong tư cách y tá hơn là tư cách cán bộ thụ lý hồ sơ hoặc quản giáo nên nội quy không nghiêm khắc lắm.

Cô lật tới lật lui cuốn sổ một lúc rồi gọi tên. Khoảng bốn, năm người đến nhận thuốc rồi mà chẳng có tên tôi. Tôi nóng ruột lắm, nghĩ rằng lá thư gia đình gửi tôi đã bị cô này đưa ban quản giáo kiểm duyệt rồi dim luôn.

“Hết rồi. Sinh hoạt bình thường đi. Nè, anh trưởng phòng, có ai bệnh nặng mà không thuốc chữa thì nhớ báo cáo gấp nghe,” Phương vừa đứng dậy vừa nói.

Rõ ràng là cô đã xếp sổ để cất vào giỏ và chuẩn bị rời phòng mà chẳng đá động gì đến lá thư tôi chờ đợi. Rõ ràng là đám tù đã đứng dậy, nói chuyện và theo sự cho phép của Phương: sinh hoạt bình thường. Bất chợt, như vừa sức nhớ ra, cô bước đến cửa thì quay trở lại, lôi cuốn sổ ra lại, nói:

“À, hình như còn một tên nữa. Để coi... đây rồi, Vĩnh Khang, có không?”

Tôi bước đến chỗ lồng khung. Vì Phương đã cho phép sinh hoạt bình thường, nên việc cô quay lại chút xíu để đưa thuốc cho tôi không bắt buộc cả phòng giam phải im lặng ngồi xuống như thường lệ. Chỉ một vài người tù đứng quanh lồng khung, bao nhiêu người khác cứ qua lại, nói cười. Té ra, Phương đã cố tình trao thuốc cho tôi bằng cách này: tránh được sự chú ý của cả phòng.

“Anh có gặp mặt người nhà hồi hôm qua rồi phải không? Sướng quá rồi há. Được thăm nuôi, được gặp mặt, rồi lại được nhận thuốc phòng bệnh, chữa bệnh nữa. Đây, có gói thuốc của người nhà anh gửi vào cho anh. Thuốc nhiều lắm, ở đây có ai nhận thuốc men nhiều như anh đâu. Đúng ra anh không được nhận thuốc nhiều như vậy mà chỉ được một vài thứ thông dụng thôi, bao nhiêu thứ khác phải gửi cán bộ y tế, khi nào cần thì đăng ký xin lấy. Nhưng đặc biệt cho anh, đưa hết một lần để tùy nghi sử dụng. Anh kiểm tra lại rồi ký tên vào sổ này,” nói rồi cô luôn gói thuốc vào cho tôi, sau đó đưa cuốn sổ và cây bút, cô đón nhận thế nào đó mà mấy ngón tay cô lại đụng vào mấy ngón tay tôi. Xong, cô thọc tay vào giỏ xách, nhắm vào một chỗ cố định nào đó, lôi ra một phong thư, bước thêm nửa bước gần hơn về phía tôi, đôi mắt chớp chớp nhìn tôi như muốn nói một điều gì nhiều

hơn trong vài lời ngắn gọn của cô:
“Lá thư này của chị Thuần gửi cho anh. Ưu tiên lắm mới nhận thư này đó nghe.”

Tôi đón lá thư, nói nhỏ:
“Cám ơn.”

Phương cười duyên, tần ngần đứng lại một lúc rồi quay đi.

Tôi mang lá thư về chỗ nằm của mình và ý thức thật rõ ràng Phương đã cố ý tạo một hoàn cảnh đặc biệt ít người chú ý để trao thuốc và thư cho tôi. Dù sao, một lá thư đưa tận tay như vậy cũng dễ gây ngộ nhận đối với vài bạn tù vây quanh tôi lúc ấy. Làm sao biết được thư này là của gia đình gửi tôi hay là thư của chính cô nữ cán bộ y tế lẳng mạn trao cho một nam tù nhân? Hoặc là một thư mật báo hay thứ mật lệnh gì đó của cán bộ trại gửi vào cho một tay tình báo đang chịu khổ nhục kể trong tù? Thật là phiền nếu bị ngộ nhận như vậy. Tôi đảo mắt nhìn quanh một vòng xem thử có ai để ý đến mình không. Không ai cả. Mọi người đang sinh hoạt bình thường như mọi ngày. Không ai nhìn nó gì đến tôi. Họ đang bận chơi cờ tướng, đánh domino, cười nói xì xầm hoặc ôm sòm với nhau từng cặp, từng tốp. Vài người ngồi hay nằm dài, im lặng trầm tư. Không khí không có vẻ gì là có một sự ngờ vực với tôi.

Tôi yên tâm ngồi tựa lưng vào tường, mở lá thư ra. Một lá thư nhưng mà có ba tuồng chữ. Mỗi tuồng chữ chỉ viết dăm hàng. Tuồng chữ của Thuần, người chị kể đi thăm nuôi và gặp mặt tôi hôm qua, là chính, vì được viết ngay theo trang giấy. Hai tuồng chữ còn lại thì có vẻ như là viết kẻ ở lẽ trái. Tôi chỉ nhìn thoáng qua, rồi lo đọc thư của chị Thuần trước.

Lá thư được viết với sự e dè:

“Khang thương,

Ba mẹ và cả nhà đều bình an mạnh khỏe, không ai bệnh hoạn gì. Cả nhà chỉ mong Khang và anh Hiền ráng giữ sức khỏe, học tập và lao động tốt để sớm được về với gia đình. Có cần thứ gì thì xin cán bộ cho viết thư nói rõ để gia đình biết mà lo liệu.

Hải, Túu và Tâm cũng thường ghé thăm nhà để gửi quà cho Khang. Thôi vài lời cho Khang biết đại khái chuyện nhà. Nhớ giữ sức khỏe, nghiêm chỉnh học tập đúng chính sách cải tạo để được trở về với gia đình.

Thương mến, Thuần.”

Thư chị ấy là chính nhưng chuyện nói ra thì chẳng có gì quan trọng lắm. Những lời chị viết có

thể nói thẳng khi gặp mặt.

Tôi đọc tiếp qua hai dòng chữ viết bên lề trái của lá thư. Xem ra thì hai dòng chữ này viết ké nhưng có vẻ lại nói được nhiều chuyện tôi muốn biết. Như vậy, thư của chị Thuần chỉ là cái cớ để người khác nhắn lời vào mà thôi. Tuồng chữ thứ nhất rõ ràng là chữ của Nguyên Lạc, một người bạn thân đã từng âm thầm đứng sau lưng tôi trong các sinh hoạt có tính cách dẫn thân tích cực. Vào những ngày cuối cùng tôi sắp bị bắt vào tù, Võ Quốc Linh—một người bạn thân khác của tôi—đến rủ tôi đi vượt biên, tôi đã nói Linh để Nguyên Lạc đi thế vào chỗ tôi. Chẳng hiểu sao nay Nguyên Lạc hãy còn đây để viết dòng chữ này cho tôi:

“Anh em ở ngoài đều khỏe và mong Khang được về sớm. Linh, Huy, Tuấn và Như đều về bên ngoài đi làm công nhân. Cháu Hân con chị Sở phá quá, chẳng ai răn dạy gì được. Bác Nhân và chú Thế, đã chuyển hộ khẩu đến sống ở kinh tế mới với các anh Sỹ, Siêu để lao động sản xuất rau tươi. Chúc Khang lúc nào cũng an lạc.”

Đọc xong, tôi thấy ngộp thở, bàng hoàng trong lòng. Câu chuyện Hân và bác Nhân khiến tôi đau lòng hết sức. Hân con chị Sở, thực ra là Hân làm việc cho công an Sở thành phố Sài Gòn, người đã giao nộp tôi cho công an mấy tháng trước. Bác Nhân chính là Thượng tọa Đức Nhân. Dọn đến ở với anh Sỹ (Tuệ Sỹ), anh Siêu (Trí Siêu – Lê Mạnh Thái) tức là cũng vào tù, vì hai người này đang ở tù, ai cũng biết. Thư nói rõ là Hân quấy phá, có nghĩa là bên ngoài, Hân đã công khai ra mặt như là một đặc tình của công an chứ không còn giấu giếm như trước nữa. Tôi biết Hân đang tận tụy làm điếm chỉ viên để báo cáo công an đi bắt quý thầy và các bạn bè có liên hệ với tôi.

Thượng Tọa Đức Nhân đã cao tuổi, bệnh hoạn, sức khỏe rất kém, vậy mà ngài vẫn sẵn sàng dẫn thân để mưu tìm cho dân tộc một ngõ thoát ra khỏi cái vòng mê muội của các thứ chủ nghĩa phi nhân ngoại lai từng làm điều đứng đất nước trong nhiều năm qua. Tôi nghĩ là Thượng Tọa chỉ ôm ấp cái hoài bão đó chứ chưa có cơ hội để thực hiện. Vậy mà hôm nay,

vì lý do nào đó, ngài đã bị bắt. Phải chăng do Hân báo cáo lão như thế nào đó? Rõ ràng là Thượng Tọa không liên can gì đến các hoạt động của tôi cũng như vụ án của các thầy Tuệ Sỹ, Lê Mạnh Thái (vì nếu có liên can, hẳn Thượng Tọa đã bị bắt cùng lúc với các thầy kia từ tháng 3 năm 1984).

Còn chú Thế mà Nguyên Lạc viết trong thư tức là Nguyên Thế, khi xưa là một chú tiểu ở chung chùa Núi (Linh Phong) với tôi ở Nha Trang. Khi tôi vào học Cao đẳng Phật học ở Già Lam và Vạn Hạnh vào năm 1980, Nguyên Thế cũng rời Nha Trang sau đó, vào sống ở Long Khánh, vừa làm rầy vừa tự học. Tháng 10 năm 1984, khi tôi mời một vài bạn bè tại Sài Gòn tụ họp tại chùa của tôi trên kinh tế mới Bàu Cạn để bàn thảo phương thức thành lập một tổ chức cứu nguy dân tộc—như là một cách xử thế hành đạo của người con Phật trước hiện trạng khổ đau của đất nước—thì Nguyên Thế cũng tình cờ đến thăm và dự tính ở lại chơi với tôi vài ngày. Bởi vì đã quen nhìn Nguyên Thế như một chú tiểu ngày nào còn để chòm ở chung một chùa với tôi, và vì nghĩ rằng Nguyên Thế chỉ có mỗi mỗi đam mê là đọc sách, học hành, nên tôi không ngờ một lời nào với Nguyên Thế về nguyên do các bạn bè khác của tôi tụ tập. Tôi sắp đặt cho Nguyên Thế nghỉ đêm ở một căn tịnh thất của chùa, cách biệt với thảo am của tôi, nơi chúng tôi sẽ hội họp. Hân thấy tôi không mời Nguyên Thế họp thì gợi ý:

“Sao Khang không mời Nguyên Thế tham dự?”

“Thôi,” tôi đáp.

“Thôi, là sao? Bộ Khang nghĩ Nguyên Thế không có khả năng à?” Hân hỏi dồn.

“Không phải vậy. Tôi chỉ cảm thấy là... nên để Nguyên Thế yên. Tôi không muốn chú ấy dây dưa vào chuyện này. Để chú ấy ăn học, tu niệm thuần túy thì hay hơn.”

“Hình như Khang vẫn coi Nguyên Thế như một đứa em trai nhỏ, lo sợ quá đáng cho nó. Vậy chứ Thiện Lạc, tuổi trẻ hơn Nguyên Thế nữa, sao Khang lại đồng ý cho vào họp?”

“Thiện Lạc hay Nguyên Thế, đối với tôi, đều là những đứa em còn ngây thơ lắm. Thực ra tôi cũng không có ý mời Thiện Lạc tham dự, tôi chỉ mời Tâm Huy, và Tâm Huy kéo Thiện Lạc theo. Và

lại, theo Tâm Huy nói, Thiên Lạc tuy trẻ nhưng có nhiệt huyết và có chí hướng dẫn thân rõ rệt; còn Nguyên Thế thì... tôi thực sự chưa hiểu được tâm tình chú ấy ra làm sao cả. Tuy rằng tôi và chú ấy có sống chung chùa một thời gian ở Nha Trang, nhưng lúc đó chú ấy còn nhỏ xiu, và lại chúng tôi chia tay nhau đã nhiều năm, đâu hiểu nhau nhiều...”

“Tôi có tìm hiểu rồi,” Hân nói với vẻ tự tin. Thấy tôi không nói gì, Hân tiếp, “khi này Khang bận tụng kinh, tôi có ngồi nói chuyện riêng với Nguyên Thế hơn một giờ đồng hồ. Nguyên Thế cũng có tinh thần dẫn thân đầy chức. Chú ấy có vẻ phật lòng vì Khang đã không ngỏ một lời nào với chú về chuyện hội họp hôm nay. Khi tôi trình bày ý định của Khang về việc vận động thành lập tổ chức đấu tranh, Nguyên Thế phần khởi muốn tham gia ngay, nhưng còn ngại rằng Khang coi thường chú ấy, sẽ không đồng ý cho chú góp mặt. Theo tôi thì rất nên cho Nguyên Thế tham gia. Dù sao, trong thời buổi này, tìm được một người cùng chí hướng, có khả năng, đâu phải chuyện dễ; huống chi, Nguyên Thế cũng đã từng chung sống một thời gian với Khang dưới một mái chùa... Đồng ý đi há, để tôi nói với Nguyên Thế.”

“Ý kiến của mấy anh em khác thế nào?” tôi hỏi lại.

“Ai cũng tán đồng, chỉ chờ quyết định của Khang thôi.”

“Vậy bây giờ tôi đồng ý thì Nguyên Thế có tự ái gì không? Có nghĩ là tại sao tôi là người duy nhất chú ấy thân và quen biết trong số những người có mặt ở đây lại không mời chú tham gia lại để những người như anh...”

“Ồi, khỏi lo. Đã có thiện chí thì đâu có chấp gì ba cái chuyện nhỏ đó. Thôi, Khang đồng ý rồi há. Tôi nói với Nguyên Thế đó nghe,” Hân thúc giục.

Tôi ái ngại đồng ý trong im lặng. Thế là Nguyên Thế tham gia, và cuối cùng, chú ấy đã vào tù, cùng chung số phận với tôi hôm nay. Như vậy, trước mắt có thể biết rõ là trong số bảy người sáng lập Hội Lạc Long lúc ấy, nay đã vào tù 3 người là tôi, anh Hiền (anh tôi) và Nguyên Thế. Hân thì khỏi phải bàn nữa. Còn Thiên Lạc và Đỗ Trí Dũng, chẳng rõ trôi dạt nơi đâu. Chỉ có duy nhất Tâm Huy là thực sự bình an. Tôi vừa buồn về chuyện Thượng Tọa Đức Nhân và Nguyên Thế vào tù, nhưng đồng thời cũng rất vui khi biết

HUÂN TẬP CA

*về nghe hoa lá thâm thì
vang sâu tiết điệu xuân đi hạ về
về nghe rừng núi man di
xanh nguồn sơn dã tình quê gọi người
về nghe phố đổi đường đời
thâm sâu nhẫn nhục là lời báo ân
về nghe suối lở sông tràn
cô sơn khóc quạnh hai hàng tà huân
về nghe nắng phố mưa rừng
người đi sơ ngộ chín tầng nhân duyên
về nghe kinh sử trao truyền
bồ đề xanh lá trúc huyền cơ bay
về nghe đêm trắng chờ ngày
công phu thúc liêm bút dây không thời
về nghe hồn réo gọi đời
mang mang tiếng sáo trên đồi vọng âm
về nghe óc nhà thơ tầm
cảo thơm mấy độ ân cần trao tin
về nghe huyền sử cổ kim
ngàn năm nán lại trần duyên tạ đời
về nghe giọt rượu tề môi
phố khuya chiếc bóng cuộc chơi dang trình
về nghe tiếng gọi mộng mênh
bên triền thanh sử lệnh đênh thả về.*

thơ PHÙ DU VĨNH HIỀN

(Bào huynh của Vĩnh Hảo,
một nhân vật có thật trong truyện dài Cờ Trói)

được tin tức về Tâm Huy qua vài dòng của Nguyên Lạc.

Mấy chữ của Nguyên Lạc báo tôi biết rằng Võ Quốc Linh, Tâm Huy, Hạnh Tuấn và Giác Như đã ra được nước ngoài. Hạnh Tuấn và Giác Như thì chẳng nói làm gì vì hai người này không liên can gì đến các hoạt động đấu tranh của thầy Tuệ Sỹ và Lê Mạnh Thát mà cũng chẳng dính líu gì đến các hoạt động của tôi cả. Họ đều học chung một khóa với tôi tại tu viện Già Lam và Vạn Hạnh.

Cả hai đều nổi tiếng là một sách, siêng năng, cặm cụi học hành chẳng biết mỏi mệt. Họ có từ ngoài Trung chạy vào Sài Gòn rồi từ Sài Gòn đi ra nước ngoài thì cũng để lo mọ mọ chuyện học mà thôi. Chỉ có Võ Quốc Linh, và nhất là Tâm Huy, lọt được ra nước ngoài mới là điều làm tôi sung sướng, thấy nhẹ nhõm trong lòng. Tôi thở phào một hơi thật dài, sung sướng mỉm cười.

(còn tiếp)



Trì giới thanh tịnh

Soạn giả: THÍCH MINH CHIẾU

(Truyện Cổ Phật Giáo)

TRUYỆN TÍCH PHẬT GIÁO

Xưa tại núi Trung Nhạc có thầy Tỳ kheo Nguyên Khuê, hằng ngày ngồi dưới gốc cây trong chốn rừng sâu u tịch để nhập định. Thầy đã giữ giới rất thanh tịnh trong tâm tư đã không, ngoài cảnh được tịnh nên mới chứng được Pháp Hoa Tam Muội. Công phu tu luyện của Thầy đã khiến Thầy nhận thấy tâm Thầy với Phật đã đối hiệp, thân với Đạo đã cảm thông.

Thần linh các cõi đều cảm phục công đức Thầy và rải hoa Mạn Đà La xuống để dâng cúng.

Một buổi nọ, trăng thanh gió mát, Tỳ kheo Nguyên Khuê tụng niệm vừa xong, bỗng thấy có một người tướng mạo oai vệ đứng bên mình, Thầy vui vẻ cất tiếng hỏi:

- Nhân giả là ai vậy? Người đến với tôi đàm đạo chơi hay có điều chi cần thiết?

Khách đáp rằng:

- Tôi là Thần Nhạc Đế ở núi này, thấy Thầy trì giới thanh tịnh nên hết lòng cảm phục. Nay tôi đến cầu xin Thầy mở lòng từ bi truyền giới cho tôi được tu tập, vì giới Pháp của Đức Phật sẽ hóa độ tất cả chúng sanh vượt ra ngoài sông mê bể khổ.

Tu sĩ đáp:

- Nhân giả đã thành tâm cầu giới thì ắt được, hà tất còn xin ta truyền giới làm chi vì giới tự trong tâm mà ra chứ đâu phải tự ngoài tâm mà tới.

Nhạc Đế khẩn khoản thêm:

- Lời Thầy dạy đó hẳn là tâm lý giới. Tôi còn mê muội chưa thấu suốt được xin Thầy truyền giới cho tôi, tôi tập hành theo sự tướng để ngộ nhập lý tánh.

Tỳ kheo bèn lên điện thắp đèn đốt hương kính cẩn lễ Phật và ngồi lại nghiêm trang thuyết cho thần Nhạc Đế:

- Năm giới rất khó giữ gìn cho được thanh tịnh viên mãn. Khi kể các giới, nhân giả phải suy nghĩ cho kỹ, liệu giữ được giới nào thì thọ giới ấy, bằng không giữ được thì thôi chớ đừng nên nói giữ được mà sau lại hủy phạm. Như thế thọ giới đã chẳng được công quả gì mà còn thêm mắc tội "pháp giới".

Vị thần kính cẩn thưa lại:

- Tôi xin vâng theo lời dạy của Thầy.

Thầy Nguyên Khuê lại nói:

- Giới thứ nhất: Phật cấm sát sanh, không cho giết hại thân mạng các giống hữu tình dù nhỏ mọn như loài sâu kiến, liệu người có giữ được chăng?

Nhạc Đế đáp:

- Tôi lãnh nhận nhiệm vụ sát hại kẻ hung ác để răn đời. Nếu bỏ việc ấy tôi sẽ không làm tròn bổn phận.

Giới sư nói:

- Không phải thế, ta muốn người lưu ý đến những kẻ vô tình không cố tâm phạm tội mà trót lỡ lầm phạm phải thì hãy nên châm chước và những án nào mà người còn nghi ngờ thì hãy xét lại tận tường rồi mới ra tay thì hành để tránh giết oan người vô tội.

Nhạc Đế nghe xong nhận xin thọ giới thứ nhất.

Giới sư lại tiếp:

- Giới thứ hai Phật cấm trộm cắp, không cho phép giữ lấy vật gì không thuộc quyền sở hữu của mình, dù là vật mọn không đáng là bao như ngọn cỏ cành rau nếu người không cho, ta không được phép lấy. Nhân giả nghĩ thế nào?

Nhạc Đế nói:

- Tôi làm Thần linh, ngay thẳng lắm không hề trộm cắp của ai.

- Ý ta muốn bảo nhân giả đừng hưởng lễ của kẻ ác mà tha thứ nó, cũng chớ nên trách người lương thiện không hay cúng dường mà chẳng độ trì.

Nhạc Đế nhận giữ một lòng vô tư, làm tròn phận sự đúng như lời Giới sư chỉ bảo.

Giới sư lại tiếp:

- Giới thứ ba, Phật cấm phạm dâm, liệu người có giữ được chăng?

Nhạc Đế ngẫm nghĩ rồi thưa:

- Tôi lẽ đã có vợ rồi, biết làm sao giải được.

- Được, điều đó không sao, nhân giả có vợ nhưng phải gìn giữ cho có tiết độ, ngoài ra không được gian dâm với vợ người hoặc con em người.

Nhạc Đế nhận mình chuyên trừng trị nghiêm khắc những kẻ tà dâm, sẽ không phạm giới ấy.

Đến đây, Giới sư lại tiếp:

- Thứ tư là Phật cấm nói vọng: Không nói dối trá, không nói hai lời, không nói bóng bẩy xa xôi, không nói lời gian ác, nhân giả giữ được hay không? - Tôi chánh trực công minh không bao giờ nói vọng.

Giới sư nói:

- Như thế chưa đủ, ta muốn nhân giả trước khi nói điều gì phải suy nghĩ chín chắn, coi lời nói có đúng với chân lý hay không. Lời nói là vô cùng quan hệ nhất là đối với người quyền thế, có thể làm cho kẻ khác nên cửa nên nhà hoặc tán thân mất nghiệp.

- Tôi xin tuân lời Thầy.

Giới sư tiếp:

- Giới thứ năm Phật cấm uống rượu, nghĩa là các chất làm say người.

- Rượu là vật đứng đầu trong các lễ vật cúng tế của người thế gian, thiếu nó thì không ra lễ.

Giới sư ngắt lời:

- Như thế có thể châm chước cho nhân giả được dùng chút ít trong dịp đại lễ. Ngoài ra không nên nhận những buổi tiểu lễ và lai rai uống mãi vì uống nhiều mê say đến mất trí khôn, làm hỏng các công việc. Còn khi nào người ta cùng mà lỡ thiếu rượu thì đừng vịn câu "Vô tẩu bất thành lễ" mà trách phạt hay không chứng cho người.

Nhạc Đế nguyện xin tuân theo giới tẩu trong điều kiện ấy. Giới sư giảng giải thêm:

- Năm giới tôi vừa kể là năm giới gốc làm căn bản cho mọi giới, phạm hề thì giới thì phải biết kinh quyền, biến thông chớ không thể câu nệ chấp nhất.

Nhạc Để từ khi thọ giới hết sức vui mừng ra công gìn giữ. Có lần Nhạc Để quá hào hứng thốt với Giới Sư rằng:

- Thừa Thầy, từ khi tri giới đến nay, Thần thông của tôi rất là diệu dụng, chỉ kém có Đức Phật mà thôi.

Tỳ kheo vội bảo:

- Nhân giả thọ giới thứ tư "Không vọng ngữ" mà đã vội quên. Trước khi nói lời gì phải suy nghĩ chín chắn xem có đúng hay không rồi sẽ nói, thế mà người cao hứng quá nói ra như thế nên phạm tội nói dối. Vì người tuy làm thần, có phép biến hóa nhưng còn năm việc chưa làm nổi.

Thứ nhất là người không thể trái lệnh bề trên cai trị người.

Thứ hai người không thể đi bảy bước từ phương Đông sang phương Tây, hay từ phương Bắc xuống phương Nam.

Thứ ba là người chưa đủ sức cai quản tất cả chư vị bách linh và thống lãnh hết quyền chánh trong Tòa Ngũ Nhạc.

Thứ tư người không thể chuyển di được bốn biển.

Thứ năm người không thể trốn khỏi luật vô thường.

Chính Đức Phật là bậc vô thượng Chí Tôn của Tam giới còn nhận rằng Ngài có ba điều chưa làm được thay.

- Thứ nhất Ngài không thể diệt ngay được định nghiệp.

- Thứ hai tuy Ngài biết rõ được tất cả nghiệp tánh của chúng sanh với nhân quả muôn kiếp ngàn đời của họ, nhưng Ngài không thể cứu độ được những chúng sanh vô duyên với Phật.

- Thứ ba là tuy Ngài hóa độ được vô lượng, vô biên, vô số chúng sanh nhưng Ngài cũng không độ được hết thế giới chúng sanh.

Vậy khuyên người nên ngẫm điều đó mà từ đây cố gìn giữ lời ăn tiếng nói kéo mãi lấy khẩu nghiệp.

Thần Nhạc Để cúi lễ Giới Sư nguyện sám hối và thưa rằng:

- Tôi nhờ Thầy chỉ dạy lý huyền của Đạo vô thường như kẻ đi đêm được nhờ ánh sáng soi đường. Thật là một điều duyên phúc lớn vậy. Từ nay tôi xin tình nguyện hiến dâng này để Thầy sai khiến gọi là đền đáp ân nghĩa.

Thầy Nguyên Khuê vội chối từ:

- Bảy lâu nay trọng tâm ta đã rộng không mà ngoài cảnh ta vẫn tịch, ta còn mong mỗi gì hơn mà nói đến ân nghĩa.

Nhạc Để thưa:

- Đức Phật còn hoan hỷ cho Chư Thiên Bát Bộ hộ pháp Ngài, nay mặc dù Thầy không lưu tâm đến chuyện đền ân trả nghĩa nên lòng tôi phát nguyện muốn để lại chút kỉ niệm với Thầy trong cảnh Già lam.

Giới Sư mỉm cười và sau đó Thần Nhạc Để dùng phép thần thông biến nơi am cỏ của Tỳ kheo thành một nơi đầy hoa lá tốt tươi, hương thơm bóng mát, phong cảnh thật là thanh khiết u tịnh để đền ơn vị giới sư đã giác ngộ cho mình.

(Trích NIÊN LỊCH P.G)



ĐƯỜNG TÙNG YÊN TỬ

*Ôi Yên Tử! Một màu xanh bát ngát
Tùng lên mây thâm ngự đỉnh chiều hoang
Từ hư thẳm của một miền an lạc
Dưới trời thiêng dường thấy bóng Phật hoàng
Chiều phủ xuống non thiêng màu Bát nhã
Có đôi chim bay về núi vội vàng
Ta dường đứng bước chân người thuở trước
Chỉ đi qua xích tùng đứng thẳng hàng
Dưới chân tháp Tổ tùng trầm ngâm vương
Mùi bao thế kỷ trà Thiên đưa hương
Xa rời tam độc người hành hương về
Rừng non lộng gió đường tùng phá mê
Dưới trời xanh thăm rừng tùng thâm u
Đưa chân Phật về từ cuộc viễn du
Từ trong thân tùng sư nào hiện ra
Non Yên huyền bí ngân lời đạo ca
Như ngàn con rắn dưới chân ngoằn ngoèo
Đường xích tùng đỏ em đòi lên theo
Ta vui ta ca giữa trời Yên Tử
Cho những cụ tùng bảy trăm năm tuổi
Chánh nhân từng sống bao đời thi gan
Cũng cười kỳ bí môi già da nhăn
Thâm trầm cổ kính tùng cũng trao lời
Mong đời sau mãi còn nhớ ơn người.*

thơ LƯU LÃNG KHÁCH