



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 nhiệm: **HT. Thích Nguyên Siêu**

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: **Mặc Không Tử**

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, đứng 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
- HOA SÚNG TÒA HƯƠNG (thơ ĐNT Tin Nghĩa), trang 6
- BÁT DIỆT TRONG SINH DIỆT (HT Thích Thiện Siêu), trang 7
- CHIẾN TRANH (HT Thích Trí Chơn) trang 8
- HẠNH ĐỘC CƯ LÝ TƯỜNG (NS Thích Nữ Trí Hải), trang 9
- TỬ CÚ LỤC BÁT "SƯƠNG" (thơ Vĩnh Hữu Tâm Không), trang 12
- NGÔI CHÙA CỔ TRÊN ĐỒI TRẠI THỦY (Nguyên Siêu), trang 13
- TẬN TÂM CÁN (thơ Đồng Thiện), trang 14
- QUY Y TAM BẢO (Đạo Sinh), tr. 15
- GIỮ MÃI THƯƠNG YẾU... (thơ Tôn Nữ Mỹ Hạnh), tr. 18
- NGÔI NHÀ CỦA BẠN (HT. Thích Thái Hòa), trang 19
- NGÔN NGỮ, LỢI VÀ HẠI (Nguyễn Thế Đăng), trang 20
- NHƯ LAI SỬ GIẢ (thơ Thích Chúc Hiền), trang 21
- QUYẾT NGHỊ ĐẠI HỘI KHOÁNG ĐẠI KỶ IV, NHIỆM KỶ V (GHPGVNTNHNK), trang 22
- SƠ QUÁT VỀ BA PHÁP MÔN CHỈ-QUÁN-THIỆN... (Khánh Hoàng), trang 24
- HỎI THĂM ĐƯỜNG MÂY CŨ (thơ Phổ Đồng), trang 27
- NGUYỆN GIẢI THOÁT NGAY HIỆN TIỀN (Nguyễn Giác), trang 28
- SẮC – KHÔNG (thơ Tâm Phương), trang 29
- CHÁNH TRÍ – GIẢI THOÁT (Nhóm Áo Lam), trang 30
- HOÀNG PHÁP LÀ VIỆC NHÀ (Thích Hạnh Tuệ), trang 31
- CÁI KHÔNG CÓ (thơ TM Ngô Tăng Giao), trang 34
- THÔNG BÁO SỐ 3 – KHÓA TU HỌC PP BẮC MỸ 2024, trang 37
- TỈNH LẶNG LÀ TINH HOA CỦA ĐẠO PHÁP (T. Thiện Long), tr. 39
- THƠ TUỆ SỸ - BÀI CA CÔ GÁI TRƯỜNG SƠN (Ngân Hà – Tịnh Thủy), tr. 40
- NẤU CHAY: SOUP CHUA THUẦN CHAY (Hồng Hương), trang 42
- LÀM CHA (Huỳnh Kim Quang), trang 43
- ĐỌC BÀI THƠ "ĐĂNG U CHÂU ĐÀI CA"... (Lam Nguyên), trang 46
- MẶT TRÁI CỦA CÔNG NGHỆ CAO (Tiểu Lục Thần Phong), trang 47
- TRỞ VỀ CHÙA XƯA (thơ Thy An), trang 48
- TRUYỆN CỰC NGẮN (Steven N), trang 49
- GAN NHIỄM MỠ (Bs. Nguyễn Ý Đức), trang 51
- ĐẠO HIỆN BÀY... (thơ Diệu Viên), trang 52
- LƯỢC THUẬT ĐẠI HỘI KHOÁNG ĐẠI LẦN THỨ IV, NHIỆM KỶ 5 (Thích Thiện Long), trang 53
- ĐẠO TRÀNG AN CƯ TẠI TU VIỆN ĐÀI BI (Photos: Quảng Pháp), tr. 54
- BÓN PHÁP CĂN BÓN (Quảng Tánh), trang 57
- MÙA BÒ ĐÈ THAY LÁ... (thơ Nguyễn An Bình), trang 58
- THE STORY OF SAMANERA SUMANA (Daw Tin), trang 59
- HÀNH HƯƠNG THÀNH TÍCH SÔNG HÀNG (thơ Hoàng Thục Uyên), trang 60
- CỜ TRỜI tập 1 – chương 10, t.t. (truyện dài Vĩnh Hào), trang 61
- TÌNH QUÊ (thơ Minh Đạo), trang 63
- TAM CHƯƠNG LÀ BA THỨ CHƯƠNG NGẠI GÌ? (TL Đào Mạnh Xuân), trang 64
- SỚM MAI TỈNH GIÁC (thơ Tịnh Bình), trang 65
- PHẬN ĐẸP DUYÊN MAY (Truyện cổ Phật Giáo), trang 68

Báo Chánh Pháp số 152, tháng 07 năm 2024, do Chùa Quang Minh (Chicago, IL) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro ủng hộ ấn phi. Kính nguyện quý tự và chư phật-tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.



Thư Tòa Soạn

KHÔNG BUÔNG LUNG

Danh vọng nương nơi cái tôi mà tồn tại. Không có cái tôi, danh vọng không hiện hữu.

Danh vọng cũng cần được biểu hiện qua âm thanh, ngôn ngữ, văn tự. Không có sự diễn đạt bằng âm thanh ngôn ngữ, danh vọng cũng không hiện hữu.

Một mình tịch lặng, quán niệm sâu xa về tự ngã, và bản chất của âm thanh ngôn ngữ thì chẳng thấy gì gọi là danh vọng, danh vị. Danh vọng như mộng huyễn, như quang năng, như thủy triều. Tâm đã định tĩnh thì không có mưa nắng hay thủy triều nào làm chao đảo, lo sợ (1). Khổ nỗi, một khi danh vọng được theo đuổi như là mục tiêu của cuộc sống thường tục, nó đeo bám và gắn chặt vào tận tâm can, vào tận những góc ngách kín đáo nhất của tầng đáy ý thức, tầng đáy vô thức, khiến cho khi tỉnh khi mê, khi thức khi ngủ, đều nhắm về một hướng: làm thế nào để danh càng lúc càng lớn hơn, cao hơn, cho đến tột đỉnh.

Nhưng lòng tham hay khát vọng của con người không bao giờ có đáy, và không bao giờ có giới hạn của đỉnh cao. Cảm giác vui sướng (hay khổ đau) là vô thường, bất định; do vậy, một khi được thỏa mãn, nó luôn có khuynh hướng tìm đến sự hưởng thụ cao hơn, mạnh hơn. Từ đây, ngay nơi chỗ được cho là tột đỉnh của danh vọng chức vị, nhà đạo nhất thiết cần phải quay về, tự hỏi, đâu là mục tiêu tối hậu của con đường giải thoát giác ngộ.

Không thể để cho đời mình trôi qua một cách vô bổ, vô ích với những hưởng thụ tầm thường dung tục của tài sản, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống và ngủ nghỉ (2).

Soi chiếu lại tự thân với lời cảnh giác từng được dạy dỗ và tụng đọc hàng ngày, may ra có thể quay về trước khi quá trễ: "*Cập kỳ đến lúc tuổi đời đã cao, tuổi hạ cũng lớn, nhưng bụng thì rỗng, lòng lại cao, bởi vốn không chịu thân cận thiện hữu nên chỉ biết xác lảo ngạo ngược, chưa hiểu thành thuộc giáo pháp và giới luật nên sự tự chế ngự hoàn toàn không có...*" (3)

Soi chiếu lại tự thân để thấy rằng bụng không rỗng (vì đã từng tu học Phật Pháp nhiều năm), lòng không cao (vì đã từng tự hạ làm khất sĩ, từng xem danh lợi như đôi dép bỏ), không xác lảo ngạo ngược (vì từng được phước duyên thọ pháp với những bậc cao đức và gần gũi các bạn lành); vậy thì chỉ cần dừng lại, tĩnh tấn, không buông lung (4), để tập trung toàn bộ sinh mệnh, thân và tâm của mình, tiếp tục hướng về mục tiêu sau cùng của bậc xuất trần thượng sĩ.

Bao năm giải đãi thả trôi tâm ý cuốn theo những danh-sắc huyễn vọng, chí nguyện ban đầu đã vượt xa, mục tiêu tối hậu cũng mờ khuất. Giờ này, khi quý vô thường lăm le xuất hiện, mạng sống không thể kéo dài, mà thời

gian cũng không chờ đợi (5), tất phải cấp thời dừng hẳn đưa ra quyết định tử-sinh cho sự nghiệp hành đạo của mình: buông xả tất cả để qui hướng mục tiêu giải thoát.

Buông xả chứ không phải buông thả. Buông xả chứ không phải buông lung.

Không buông lung, không phóng túng, không buông thả tâm ý chạy rong bất định. Tĩnh tấn, không buông lung, là nền tảng vững chắc cho mọi mục tiêu, mọi thành tựu. Hành giả không thể không có mục tiêu, và không thể không nỗ lực để đạt đến mục tiêu ấy.

Sự nghiệp của người con Phật không phải tài sản, đất đai, tự viện; không phải giới phẩm, danh vị, chức vụ; mà chính là sự nghiệp trí tuệ, sự nghiệp Phật Pháp.

Gia tài của Đức Phật để lại sở dĩ được giữ gìn và tiếp tục phát triển đến ngày hôm nay và nhiều thế kỷ sau, là nhờ sự tinh tấn thực hành và truyền bá giáo pháp của nhiều thế hệ tăng lữ suốt gần ba thiên kỷ qua. Thừa kế di sản của Đức Phật, hành giả chỉ thừa kế Chánh Pháp, không có sự thừa kế tài vật hay danh vị nào khác (6).

- 1) "*Bằng sự cố gắng, hăng hái, không buông lung, tự khắc chế lấy mình, kẻ trí tự tạo cho mình hòn đảo chẳng còn ngọn thủy triều nào nhận chìm được.*" (Kinh Pháp Cú, câu 25; HT Thích Thiện Siêu dịch). Thủy triều ở đây được Hòa thượng chú thích là "*Các phiền não tham, sân, si buộc ràng và sai sử chúng sanh trong vòng ba cõi.*"
- 2) Tài, sắc, danh, thực, thụ, thuật ngữ Phật giáo gọi chung là ngũ dục – năm thứ dục lạc ở đời mà con người tham đắm, hưởng thụ.
- 3) Văn Cảnh Sách của Thiền sư Linh Hựu (771 – 853) ở Qui Sơn, thời Văn Đường Trung Hoa, trích đoạn: "*Cập chí niên cao lập trường, không phúc cao tâm, bất kháng thân phụ lương bạng, duy tri cú ngạo, vị am pháp luật, tập liễm toán vô...*" (HT Thích Trí Quang dịch)
- 4) Kinh Pháp Cú (Dhammapada) dành nguyên một phẩm tên gọi là Tinh Cần hoặc Không Buông Lung (Appamāda-Vagga) từ câu 21-32 để nói về hạnh tinh tấn. Ở đây dùng nguyên tựa "Không Buông Lung" từ bản dịch của HT. Thích Thiện Siêu.
- 5) Mượn ý và lời từ đoạn Văn Cảnh Sách dẫn thượng: "*Vô thường sát quý niệm niệm bất định, mạng bất khả diên, thời bất khả đãi.*"
- 6) "*Này các Tỷ-kheo, hãy là người thừa tự Pháp của Ta, đừng là những người thừa tự tài vật.*" (Trung Bộ Kinh, Kinh Thừa Tự Pháp, HT. Thích Minh Châu dịch)

TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

DIỆU ÂM lược dịch

ẤN ĐỘ: Dự án Chư ni Tây Tạng thành công trong việc kêu gọi tài trợ sách giáo khoa mới cho các nữ tu Phật giáo

Dự án Chư ni Tây Tạng (TNP), một tổ chức từ thiện được đăng ký tại Hoa Kỳ - có trụ sở tại Seattle, và tại Quận Kangra của Himachal Pradesh, Ấn Độ - đã báo cáo về thành công của việc kêu gọi gây quỹ gần đây nhằm đáp ứng nhu cầu cấp thiết về sách giáo khoa toán, khoa học và tiếng Anh mới cho các ni viện Phật giáo do tổ chức này phụ trách.

TNP hỗ trợ 7 ni viện ở miền bắc Ấn Độ từ tất cả các truyền thống Phật giáo Tây Tạng, và hơn 800 ni cô - bao gồm cả các ni cô sống một mình và sống ẩn dật.

Ni viện Dolma Ling, nơi có 270 ni cô, đã nhận được 274 cuốn sách giáo khoa mới - TNP đưa tin, đồng thời chú thích rằng các giáo viên tại Dolma Ling đã tìm kiếm những cuốn sách cấp cao hơn mà trước đây không có, cũng như sách dạy văn phạm và luận văn tiếng Anh.

TNP lưu ý rằng họ sẽ tiếp tục làm việc với tất cả 7 ni viện để thiết lập các hoạt động thư viện tốt và để bảo đảm thời gian thư viện cho các ni cô thường trú được đọc sách giả tưởng và phi-giả tưởng.

(Buddhistdoor Global - June 7, 2024)



ẤN ĐỘ: Đức Đạt Lai Lạt Ma sẽ đến thăm Hoa Kỳ để điều trị đau gối trong tháng 6 này

Nhà lãnh đạo tinh thần của người Tây Tạng, Đức Đạt lai Lạt ma, sẽ đến Hoa Kỳ trong tháng này để điều trị y tế cho đau gối của ngài và sẽ không tổ chức các hoạt động công khai như thường lệ từ ngày 20 tháng 6, văn phòng của ngài cho biết hôm thứ Hai 3-6-2024.



Vào tháng 10 năm ngoái, nhà sư 88 tuổi này được khuyên không nên du hành sau một cơn cúm, nhưng sau khi hồi phục, ngài đã đến thăm Bồ Đề Đạo Tràng, một trong những địa điểm Phật giáo linh thiêng nhất ở miền đông Ấn Độ vào tháng 1.

Văn phòng của ngài công bố, "Đức Đạt lai Lạt ma dự kiến sẽ đến Hoa Kỳ để điều trị bệnh đau đầu gối. Khi ngài trở về, các hoạt động giao lưu thường xuyên sẽ tiếp tục".

Văn phòng không đề cập đến khi nào ngài sẽ trở lại thị trấn Dharamsala ở phía bắc dãy Hi Mã Lạp Sơn của Ấn Độ, nơi ngài sống trong một khu nhà bên cạnh một ngôi chùa được bao quanh bởi những ngọn đồi xanh và những ngọn núi phủ tuyết trắng.

(REUTERS - June 3, 2024)

THÁI LAN: 73 quốc gia tham dự Đại lễ Vesak Quốc tế LHQ 2024

Trong khuôn khổ lễ kỷ niệm Ngày Vesak Quốc tế của Liên Hiệp Quốc, Tuyên bố Bangkok 2024 đã được công bố vào ngày 20-5-2024 tại Trung tâm Hội nghị Liên Hiệp Quốc ở Bangkok.



Tổ chức từ thiện Dự án Chư ni Tây Tạng cung cấp sách giáo khoa mới cho các nữ tu Phật giáo — Photos: TNP

Chính phủ Thái Lan và Hội đồng Tăng già Thái Lan đã phối hợp tổ chức Đại lễ Vesak Liên hợp quốc lần thứ 19 năm 2024 vào ngày 19 và 20 tháng 5, với chủ đề "Con đường Xây dựng Niềm tin và Đoàn kết của Phật giáo".

Nhận lời mời của các nhà lãnh đạo Phật giáo Thái Lan, các học giả và tu sĩ từ 73 quốc gia đã đến tham dự Đại lễ Vesak Liên Hợp Quốc 2024.

Trước đó, chương trình vào ngày 19-5 diễn ra tại Đại học Mahachulalongkornrajavidyalaya, một trường đại học Phật giáo công lập, ở quận Wang Noi của tỉnh Ayutthaya và bao gồm các thông điệp thiện chí từ các Tăng đoàn, chư tôn Phật giáo Nguyên thủy và các nhà lãnh đạo Phật giáo từ các quốc gia khác nhau, cùng 3 cuộc thảo luận nhóm về các chủ đề "Áp dụng Chánh niệm Phật giáo vì Sức khỏe và Hạnh phúc", "Con đường dẫn đến Niềm tin và Quan hệ đối tác Toàn cầu của Phật giáo" và "Sự phù hợp của Giáo dục Phật giáo đối với một Xã hội Hòa hợp".

(tipitaka.net – June 4, 2024)



Lễ kỷ niệm Ngày Vesak Quốc tế Liên Hiệp Quốc diễn ra tại Trung tâm Hội nghị Liên Hiệp Quốc ở Bangkok

Photo: tipitaka.net

Bangladesh: Các tác phẩm nghệ thuật khám phá cuộc đời Đức Phật Cồ Đàm

Các nghệ sĩ Bangladesh và Ấn Độ đã cố gắng truyền tải cuộc đời của Đức Phật Cồ Đàm, triết lý và tình yêu thiên nhiên của Ngài trong một cuộc triển lãm nghệ thuật nhóm - diễn ra vào hạ tuần tháng 5 tại trường Dự bị tiếng Pháp tại Dhaka (Alliance Francaise de Dhaka) ở khu Dhanmondi của thủ đô Dhaka.

Được tổ chức bởi Nhóm Nghiên cứu Hội họa Phương Đông, cuộc triển lãm có tựa đề 'Tìm Niết Bàn trong cuộc đời: Đức Phật của

Bengal' trưng bày 71 tác phẩm nghệ thuật thuộc nhiều thể loại khác nhau, bao gồm hội họa, điêu khắc, sơn mài, keo, lá cọ, bình trà lá và tranh thư pháp của 42 nghệ sĩ và một buổi trình diễn sân khấu mang tên 'Niết Bàn'.

Sự kiện nghệ thuật này được tổ chức để kỷ niệm Lễ Phật Đản, tôn vinh cuộc đời và giáo lý của Đức Phật Cồ Đàm thông qua các tác phẩm nghệ thuật do 33 nghệ sĩ địa phương và 9 nghệ sĩ đến từ Tây Bengal, Ấn Độ sáng tác.

(tipitaka.net – June 1, 2024)



Quang cảnh cuộc triển lãm nghệ thuật nhóm có tựa đề 'Tìm Niết Bàn trong cuộc đời: Đức Phật của Bengal' tại thủ đô Dhaka, Bangladesh

Photo: New Age

HÀN QUỐC: Những bức tranh Phật giáo tại chùa Songgwangsa được chỉ định là báu vật quốc gia

Những bức tranh Phật giáo thời Joseon mô tả cuộc đời và lời dạy của Đức Phật đã trở thành bảo vật quốc gia Hàn Quốc.

Theo Cơ quan Di sản Hàn Quốc vào ngày 27- 5, cơ quan này đã chỉ định các bức tranh 'Yeongsanhoesangdo' và 'Palsangdo' tại chùa Songgwangsa (ở Suncheon, tỉnh Nam Jeolla) là bảo vật quốc gia, 21 năm sau khi chúng được xếp vào loại "bảo vật" thấp hơn vào năm 2003.

Yeongsanhoesangdo là bức tranh vẽ Đức Phật giảng pháp cho một đệ tử, trong khi Palsangdo là tranh kể về những sự kiện lịch sử trong cuộc đời của Đức Phật bao gồm 8 chủ đề chính.

Những bức tranh nói trên ở chùa Songgwangsa được đánh giá cao về giá trị trong lịch sử nghệ thuật Phật giáo.

Ghi chép trên các bức tranh xác nhận rằng các bức tranh Yeongsanhoesangdo và Palsangdo đã được vẽ bởi Hòa thượng Euikyeom và những

người khác vào năm 1725 dưới thời vua Yeongjo.

(NewsNow – June 2, 2024)



6 trong 8 tranh của bộ tranh Palsangdo (8 sự kiện lớn trong cuộc đời của Đức Phật)

Photo: YNHAP News



Tranh Yeongsanhoesangdo (Đức Phật Thích Ca thuyết pháp)

Photo: donga.com

TÂY TẠNG: Di sản Phật giáo: UNESCO đưa các bản in của Nhà in Kinh Dege vào Chương trình Ký ức Thế giới

Các bản in tại Nhà in Kinh Dege (tiếng Tây Tạng: Dege Parkhang), nằm ở tỉnh Tứ Xuyên ngày nay, phía tây nam Trung Quốc, đã được công nhận là di sản tư liệu để đưa vào sổ đăng ký khu vực Châu Á Thái Bình Dương của Chương trình Ký ức Thế giới của UNESCO.

Được xây dựng lần đầu

tiên vào năm 1729, Nhà in Kinh Dege - ở Quận Dege của Quận tự trị Tây Tạng Garze, thuộc vùng Kham truyền thống của người Tây Tạng - là nơi có hơn 270,000 mộc bản để in văn bản, chủ yếu bằng tiếng Tây Tạng và tiếng Phạn.

Trong khi phần lớn các bản in khắc gỗ vẫn được bảo tồn này được chạm khắc từ thế kỷ 18 đến giữa thế kỷ 20 và bao gồm nhiều chủ đề từ Phật giáo, tâm linh đến lịch sử, nghệ thuật, y học và thiên văn học, bộ sưu tập cũng bao gồm các ví dụ quan trọng về văn học Tây Tạng có niên đại từ thế kỷ 11.

Nhà in Dege là một phần của khu phức hợp Tu viện Gonchen, được thành lập bởi Thang Tong Gyalpo (1385-1464). Tu viện này đã bị phá hủy hoàn toàn trong cuộc xâm lược Tây Tạng của Trung Quốc và sau đó được xây dựng lại vào những năm 1980.

(Buddhistdoor Global - June 12, 2024)



Tu viện Gonchen, nơi có Nhà in Kinh Dege



In thủ công mộc bản tại Nhà in Dege



Bản in khắc gỗ của Nhà In Dege



Bên trong Nhà In Kinh Dege



Các bản in khắc gỗ này (được chạm khắc từ thế kỷ 18 đến giữa thế kỷ 20) bao gồm nhiều chủ đề từ Phật giáo, tâm linh đến lịch sử, nghệ thuật, y học và thiên văn học, cũng như về văn học Tây Tạng (có niên đại từ thế kỷ 11)

Photos: degeparkhang.org

THÁI LAN: Khám phá chùa chiền tại Thon Buri cùng Hiệp hội Xiêm La

Hiệp hội Xiêm La sẽ tổ chức chuyến đi một ngày đến những ngôi chùa ít được

biết đến hơn và những bức bích họa Phật giáo tại khu vực Thon Buri của Bangkok vào ngày 7-7-2024.

Được dẫn dắt bởi Euayporn Kerdchouay, chuyến đi đầu tiên sẽ dừng lại ở Wat Dusidaram Worawihan, ngôi chùa có các bức tranh tường được Cục Mỹ thuật bảo tồn vào năm 1983.

Sau đó, những người tham gia sẽ được đưa đến phòng truyền giới và tịnh xá của Wat Bhumarin Rachapaksi, nằm trong khuôn viên của Wat Dusidaram, trước khi đến Wat Bang Yi Khan để xem những bức tranh tường và bộ sưu tập các tượng Phật thời Xiêm La (Rattanakosin).

Buổi chiều, du khách sẽ được đưa đến Wat Chaiya Thit, một ngôi chùa nhỏ nổi tiếng với những bức tranh tường đặc sắc; và Wat Thong Thammachat, ngôi chùa hoàng gia xếp hạng ba với những bức tranh tường được vẽ dưới thời vua Rama III.

Điểm dừng chân cuối cùng sẽ là Wat Hong Rattanam, nơi đáng chú ý với lối trang trí bằng vữa tinh tế của phòng truyền giới, các hình chạm khắc thiên nga trên cửa gỗ, và các tượng Phật.

(Bangkok Post - June 11, 2024)



Những bức bích họa Phật giáo tại các chùa ở khu vực Thon Buri của Bangkok
Photo: Bangkok Post

TÍCH LAN: Phái đoàn Tích Lan tham gia hội nghị và triển lãm về di sản Phật giáo ở Pakistan

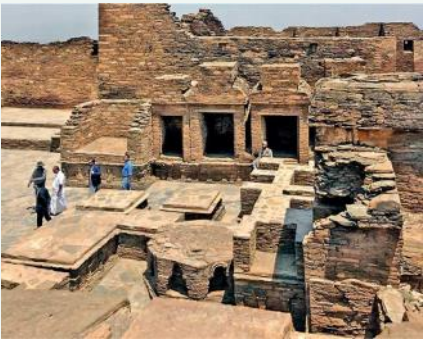
Phái đoàn Sri Lanka gồm các tu sĩ Phật giáo và Bộ trưởng Bộ Phật giáo, Tôn giáo và Văn hóa,

ông Vidura Wickramanayake, đã đến gặp Thống đốc tỉnh Khyber Pakhtunkhwa (KP) là Faisal Karim Kundi tại Tòa nhà Thống đốc ở Peshawar, Pakistan vào ngày 1-6-2024.

Cuộc gặp này là một phần trong chuyến thăm Pakistan của họ để tham gia hội nghị chuyên đề và triển lãm mang tên "Gandhara với thế giới" do Bộ Ngoại giao Pakistan tổ chức.

Thống đốc Karimkundi đã giới thiệu tóm tắt cho phái đoàn Tích Lan về lịch sử lâu đời và ý nghĩa văn hóa của KP, đặc biệt nhấn mạnh di sản Phật giáo cổ xưa của nơi đây.

Nhấn mạnh cam kết của tỉnh trong việc bảo tồn di sản này, Thống đốc Karimkundi đã thảo luận về những nỗ lực thúc đẩy du lịch giữa Pakistan và Tích Lan, trích dẫn sức hấp dẫn của khu vực đối với các nhà lãnh đạo tôn giáo Phật giáo từ khắp nơi trên thế giới. "Di sản lịch sử và văn hóa Phật giáo ở Khyber Pakhtunkhwa đã được bảo vệ rất cẩn thận", Thống đốc Karimkundi khẳng định. "Hàng năm, các nhà lãnh đạo tôn giáo Phật giáo từ nhiều quốc gia khác nhau đến thăm các khu vực phía bắc Khyber Pakhtunkhwa, bị thu hút bởi sức hấp dẫn của nghệ thuật và văn hóa Gandhara được bảo tồn của chúng tôi."
(NewsNow – June 8, 2024)



*Di tích khu chùa Phật giáo Takhti-Bahi tại tỉnh tỉnh Khyber Pakhtunkhwa (KP), Pakistan
Photo: Google*

HOA KỲ: Nữ tu Phật giáo nổi tiếng Pema Chodron có buổi Pháp thoại trực tuyến đặc biệt vào tháng 7

Nữ tu sĩ Phật giáo nổi tiếng, tác giả và là Đạo sư đáng kính Ani Pema Chodron sẽ có một buổi nói chuyện đặc biệt vào ngày 18-7-2024.

Buổi giảng pháp này sẽ

HOA SÚNG TỎA HƯƠNG



*Bước chân vào chốn thiền đường,
Từ Đàm Hải Ngoại ngát hương tỏa đầy,
Xanh, vàng, đỏ, trắng hây hây,
Toàn là hoa súng đọng đầy mùi hương.*

*Sớm hôm chuông mõ cát tường,
Nhất tâm hương dẫn thập phương tu hành,
Tăng ni Phật tử một lòng,
Chung lo Phật pháp, phước phần tinh sau.
Mùi hương hoa súng đượm màu,
Tỏa cùng pháp giới, vui bao ưu phiền.*

*Trước chùa hoa súng nở ngát hương,
Dâng đức Bồn sư, nguyện cúng dường,
Tinh khiết mùi hoa theo làn gió,
Tâm thành nhất niệm, biến thập phương.*

ĐIỀU NGŨ TỬ TÍN NGHĨA

được thực hiện với sự hỗ trợ của Mangala Shri Bhuti, tăng đoàn của Tulku Dzigar Kongtrul Rinpoche đáng kính, là sư phụ của bà - như một phần của Hội thảo Mùa hè Nyingma của tăng đoàn này tại trung tâm khóa tu và sự kiện Phuntsok Choling ở Ward, tiểu bang Colorado.

Mặc dù vé tham dự trực tiếp buổi nói chuyện trước công chúng của Ani Pema Chodron đã được bán hết và hiện đang được đưa vào danh sách chờ, nhưng việc ghi danh để tham gia buổi phát trực tiếp của sự kiện vẫn được mở.

Mangala Shri Bhuti là một tổ chức phi lợi nhuận do Dzigar Kongtrul Rinpoche lãnh đạo và liên kết với truyền thống Longchen Nyingtik của dòng Nyingma của Phật giáo Kim Cương thừa. Có trụ sở chính tại

Boulder, Colorado và các trung tâm ở Á châu, Âu châu, Bắc Mỹ và Nam Mỹ, tổ chức Mangala Shri Bhuti cung cấp các chương trình giảng dạy và các khóa học trực tuyến để nghiên cứu và thực hành con đường Phật giáo.

(Buddhistdoor Global – June 14, 2024)



*Nữ tu Tây Tạng người Mỹ Ani Pema Chodron
Photo: Mangala Shri Bhuti*

BẤT DIỆT TRONG SINH DIỆT

HT Thích Thiện Siêu

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

Trong Kinh Lăng Nghiêm, vua Ba-tư-nặc bạch Phật:

- Bạch đức Thế tôn: Ngày trước, khi chưa gặp Ngài, trăm thường nghe các ngoại đạo nói thân này chết rồi mất hẳn. Và như thế gọi là Niết-bàn. Đến nay tuy gặp Phật, đối với vấn đề ấy trăm vẫn chưa thể giải quyết cách nào cho khỏi trái với Tâm tánh bất sinh diệt?

Phật dạy:

- Đại vương: Cái thân thể của Đại vương đó có thường còn không tiêu diệt không?

- Bạch đức Thế Tôn! Phải tiêu diệt.

- Đại vương chưa chết sao biết sẽ tiêu diệt?

- Vị thân trăm tuy chưa chết như trăm xét thấy nó thay đổi mãi mãi như lửa đốt củi thành than, than tiêu ra tro, cho đến tan mất.

- Chính vậy, Đại vương! Nhưng Đại vương già yếu như thế đáng mạo hiện giờ có giống lúc còn nhỏ không?

- Bạch đức Thế Tôn: Giống thế nào được! Khi còn nhỏ trăm tươi trẻ mà nay già cả thì tóc bạc mặt nhăn...

- Nhưng đột nhiên thay đổi như thế chẳng?

- Bạch đức Thế Tôn: Nó ngấm ngấm thay đổi, trăm không hề biết. Khi 20 khác lúc 10 tuổi, khi 30 lại suy hơn 20; đến bây giờ 62 tuổi, nó lại lúc 50 thì lúc ấy cường tráng nhiều. Nhưng đó là kể trong từng chục năm, chứ thật suy xét kỹ càng thì nó thay đổi trong từng phút từng giây và rồi đây sẽ điếu tàn...

- Đại vương: Đại vương xét thân thể Đại vương biến hóa không ngừng và sẽ tiêu diệt như thế, nhưng Đại vương cố biết trong cái thân sinh diệt ấy có cái gì bất sinh diệt không?

- Bạch đức Thế Tôn! Thật trăm không biết.

- Đại vương! Đại vương bắt đầu thấy nước sông Hằng lúc mấy tuổi?

- Bạch đức Thế Tôn! Khi 3 tuổi, mẫu thân trăm dắt đi bái yết đền thờ trời Kỳ-bà, bấy giờ đi ngang qua sông Hằng trăm đã trông thấy nước sông ấy.

- Đại vương vừa nói thân thể Đại vương thay đổi rõ ràng nhất là trong hàng chục năm. Vậy khi 2 tuổi Đại vương thấy nước sông Hằng với 13 tuổi thấy nước sông ấy, hai cái thấy đó có khác gì nhau không?

- Bạch không! Cho đến nay 62 tuổi rồi mà sự thấy vẫn cũng như thế.

- Đại vương! Đại vương lấy làm lo lắng khi thấy thân thể Đại vương tóc bạc da nhăn, khi già khác lúc trẻ. Nhưng cái thấy nước sông Hằng đó có trẻ già thay đổi như thân thể ông không?

- Bạch không! Cái thấy ấy lúc nhỏ cho đến bây giờ đây không sai biệt gì cả.

Phật dạy:

- Đại vương! Mặt Đại vương tuy nhăn mà tánh thấy (kiến tính) chưa khi nào nhăn. Hễ cái gì nhăn thì quyết phải biến đổi, còn cái gì không nhăn thì cái ấy quyết định bất biến. Cái gì biến đổi thì phải tiêu diệt, còn cái gì không biến đổi thì vốn bất sinh diệt. Cái đã trong sinh diệt thì đâu có bị sinh tử lưu chuyển. Sao Đại vương không tự giác bản tánh bất sinh diệt ấy mà dẫn câu chết rồi mất hẳn của bọn đoạn kiến ngoại đạo để tự nghi hoặc.

Vua Ba-tư-nặc nghe Phật khai thị như thế, liền giác ngộ bỏ thân thì thọ thân, chứ không khi nào mất hẳn.

*

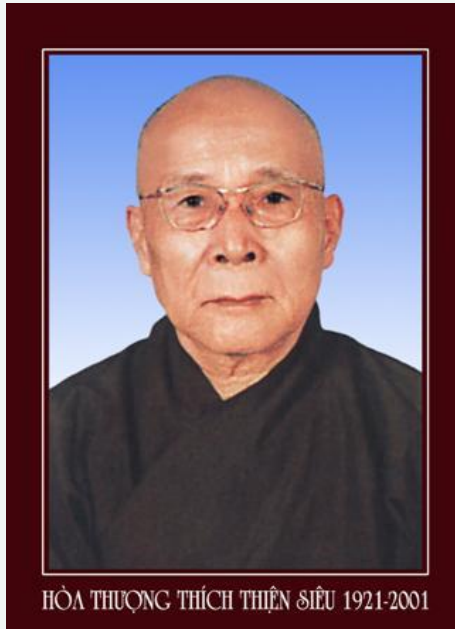
Như một người ngồi trên chiếc đò, đò đi mà thấy và chèo đò chạy. Cũng như thế, người ta chỉ nhìn mình hoàn toàn với con mắt sinh diệt. Người ta đã tự phủ nhận giá trị của mình vậy.

Đạo Phật, trái lại, lại phát huy cho ta thấy trong cái thân thể sinh diệt vô thường có cái bản tánh vô thượng bất sinh diệt. Đạo Phật đã phát huy bản tánh ấy bằng cách căn cứ ngay với giác quan thô cận chứ không xa xôi đâu khác. Và khi nói đến bản tánh bất sinh diệt ấy, thì đạo Phật đã dùng vô số danh từ rất cao đẹp.

Thật ra, chúng ta bất lực, tư tưởng hành động bị "vô minh" chi phối, là vì chúng ta không tự ngộ bản tánh ấy. Nếu giác ngộ tánh bất diệt trong sinh diệt thì toàn thể sinh diệt là bất diệt vậy.

Và cuộc đời chúng ta sẽ hiện thân của Từ bi, sẽ rạng ngời ánh Trí tuệ, nếu chúng ta luôn luôn sống với bản tánh bất diệt trong cuộc đời sinh diệt.

(1959)



CHIẾN TRANH

HT Thích Trí Chơn

Theo tạp chí Pháp ngữ “La Pensée Bouddhique” (Tư Tưởng Phật Giáo)

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Nói đến chiến tranh thì mọi người đều nghĩ tới nó. Nhưng chiến tranh gì? Ở đây không phải là cuộc tranh chấp vì một tư tưởng chính trị nào. Cũng chẳng phải những trận đánh xảy ra ở nước này hay nước khác, nhưng là một cuộc chiến tranh chớp nhoáng với những nạn nhân luôn luôn thua trận là con người. Cuộc chiến tranh đó tương tự như một hỏa diệm sơn mà thỉnh thoảng lửa bên trong bùng nhiên bùng lên, êm dịu một thời gian, để rồi sẽ phun lửa trở lại và tàn phá mọi vật sống xung quanh. Không bao giờ con người chịu tìm cách dập tắt những ngọn núi lửa đó, mà họ cứ thản nhiên để tiếp tục sống trong sự đe dọa của chúng.

Mọi sự đều có nguyên do hoặc một khởi điểm, và khởi điểm này cũng chỉ là kết quả của một nguyên nhân trước nữa. Hỏa diệm sơn chẳng khác gì cái nắp hơi bị dồn ép dưới một áp lực rất mạnh phát xuất từ trung tâm quả đất; và chiến tranh cũng có một căn do vô hình, một nguyên nhân liên tục, một mầm mống khó nhận rõ phát sanh từ lòng tham sân của con người. Con người nuôi dưỡng những độc tính ấy để tự mình phá hủy, diệt vong vì chúng. Cho nên mọi sự tàn bạo bất nhân đều bắt nguồn từ tâm con người. Và thật là bi đát khi nhận thấy rằng nhân loại không bao giờ tìm phương pháp để khắc phục những ác tính đó. Một cách thụ động và an phận, như tên nô lệ yếu hèn, nhân loại cứ mặc để cho những tánh tham sân, sinh ra từ vô minh của con người, hoành hành tấn công và chinh phục. Tại sao có tình trạng như thế? Bởi vì con người xưa nay tự cho đó là điều “không thể tránh được”.

Không thể tránh được, thế thường vậy rồi. Nhưng có điều ai cũng thấy rõ là những tính tàn bạo, sân hận nói trên phần nhiều được dưỡng dưỡng và ngầm ngầm phát triển trong những lúc xã hội tạm an bình, sau cơn binh lửa. Chính nền hòa bình mỏng manh đó đã tạo nên sức mạnh của chiến tranh, vì những giai đoạn hòa bình như thế chỉ là những cuộc đình chiến nhất thời; và mặc dầu tay chúng ta đã giải giới, nhưng tâm chúng ta thì chưa. Tánh tham sân nơi lòng người đâu đã thật diệt hết, như lưỡi gươm của kẻ chiến bại vừa mới được tước bỏ xuống mà thôi.

Muốn kết quả thì mọi ác tính tàn bạo sát hại nơi thân tâm và ý nghĩ của chúng ta phải cùng một lúc đoạn trừ tất cả. Có người chăm biếm sẽ hỏi: Thật con người có thể khắc phục được những tánh tham sân đó sao? Hỏi như vậy tức là họ đã phủ nhận hoàn toàn ý chí của con người. Trên phương diện ác và thiện, dĩ nhiên tánh nào phát triển mạnh sẽ thắng tánh kia. Và một nền hòa bình thật sự, vĩnh viễn chắc chắn chỉ có thể thực hiện ngoài những hành động ác độc xấu xa của con người. Nhưng muốn thắng chiến tranh hay có ý nghĩ xem

nó như là điều phản lại “văn minh” thì ít nhất chúng ta cần phải có một ý chí cương quyết bền bỉ, với một niềm tin mãnh liệt rằng đánh bại chiến tranh không phải là một việc khó. Chỉ có ý tưởng đó, mới giúp chúng ta đủ can đảm và sức mạnh để tìm phương pháp tiêu diệt nó. Và cũng đã có biết bao nhiêu người từng say sưa với lý tưởng mong thực hiện những điều cao đẹp trên mà Thánh Gandhi (Ấn Độ) ở thời đại chúng ta là một bằng chứng. Muốn chấm dứt hận thù, tưởng nhân loại cần thấm nhuần sâu xa tư tưởng bất bạo động của Thánh Gandhi.

Ngày nay, qua những phát minh khoa học, chúng tỏ loài người tuy đã tiến bộ nhiều, song những tính tàn bạo nơi con người vẫn chưa diệt hết. Để thử xem những con vật với bản tính thù ghét nhau lâu đời có thể sống chung yên ổn được không, một học giả Trung Hoa ở Gia-nã-đại đã đem con mèo đặc biệt hung tợn nhốt cùng chuồng với con chuột rất dữ. Ông ta thấy rằng chúng cấu xé nhau luôn, và lúc nào con mèo cũng thắng cuộc. Về sau, ông ngăn hai chuồng ra, chỉ để chừa phía dưới một cái lỗ vừa đủ cho mỗi con có thể vớ đến đĩa đồ ăn mà thôi. Vì vậy, hai con buộc phải ăn chung trong một đĩa. Dần dần chúng quen biết nhau và sự cấu xé cũng dịu bớt dần. Cuối cùng, ông để hai con sống chung như cũ và lần này thì chúng không cắn nhau nữa. Vậy thì tánh tàn bạo nơi con người có khó diệt trừ lắm không? Có nên bảo rằng con người cũng cần tập hòa giải thân yêu với kẻ thù của nó cũng như trường hợp bắt bác mèo làm thân với chú chuột trên đây không? Dù sao thì cũng chỉ có một cách là phải giáo dục cho con người nhận rõ được hạnh phúc của hòa bình và giúp họ tin tưởng chắc chắn rằng hòa bình là điều có thể thực hiện, họa may lúc ấy các cuộc chiến tranh mới có thể chấm dứt dần dần được.

Trước mặt những kẻ thích bạo tàn sát hại nhau, nghĩ không có lợi ích gì mấy khi bảo họ rằng: “Các bạn đều là nhân loại”. Muốn kết quả, tưởng chúng ta nên nói với họ thế này: “Sớm chầy thế nào các bạn cũng phải gạt lấy trở lại những điều ác mà các bạn đã gieo rắc cho thiên hạ, vì mọi người đều tương quan mật thiết, nên toàn thể không khỏi chịu ảnh hưởng chung của đau khổ”.

Và không gì làm lạc hơn khi chúng ta tưởng rằng con người có tâm niệm thích đánh nhau hơn là chung sống hòa bình. Ai thích chiến tranh, tốt hơn hãy cố gắng chiến thắng những tánh tham sân si nơi mình, để mong đạt đến con người thuần túy đạo đức và toàn thiện. Đến đây, thiết tưởng mọi gia đình, trường học, quốc gia, tôn giáo nên bắt đầu giáo dục cho con người hiểu rõ sự tương quan giữa các chủng tộc và toàn thể giới nhân loại. Như thế tức chúng ta đã thể hiện được tinh thần Từ Bi, cứu giúp chúng sanh của Phật giáo rồi vậy.



HẠNH ĐỘC CƯ LÝ TƯỚNG

NS. Thích Nữ Trí Hải

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Kinh Theranàmo (Trường Lão Danh) trong Tương Ứng Bộ (Samyutta Nikàya, II, 2827) kể chuyện một vị tỷ kheo luôn luôn sống một mình và khuyên người khác nên sống như vậy. Như nhan đề kinh, vị ấy được các tỷ kheo gọi là trưởng lão, chúng ta không rõ vì họ tôn trọng ý muốn đầu tên của ngài hay nó có tính cách biếm xích khi những bạn đồng tu của ngài có xã hội tính hơn. Chúng ta gần như có được một bức hoạt họa về vị tỷ kheo ấy trong những câu sau đây trích từ kinh văn:

"Bấy giờ có một vị tỷ kheo được gọi là trưởng lão, vị ấy là một người độc cư, và tán thán hạnh độc cư. Một mình vị ấy đi vào làng khất thực; một mình, vị ấy trở về; một mình, vị ấy ngồi thiền; một mình, vị ấy kinh hành.

"Một số tỷ kheo đồng học có lẽ thấy lối sống của ông ta hơi quái dị, nên đến bạch Phật. Phật cho gọi trưởng lão ấy đến. Ông ta cũng xác nhận lời đồn đại về sự ưa thích độc cư của ông. Khi Phật hỏi ông hiểu thế nào về độc cư và thực hành nó như thế nào là đúng, ông giải thích cho Ngài nghe thói quen thường nhật của ông như trên:

"- Bạch Thế Tôn, một mình con vào làng khất thực, một mình con trở về, một mình con thiền định và, một mình con kinh hành. Bạch Thế Tôn, như vậy con là một kẻ độc cư và tán thán hạnh độc cư."

Lời dạy của Phật về thái độ ấy không hẳn là một lời lên án cũng không ca ngợi vô điều kiện. Ngài dạy: "Này trưởng lão, quả có hình thức độc cư như vậy, Ta không phủ nhận. Nhưng trưởng lão, Ta sẽ nói cho ông nghe cách thức độc cư hoàn hảo nhất trong mọi chi tiết của nó. Hãy chú ý lắng nghe." Rồi Ngài tiếp tục giải thích như sau:

"- Trong sự độc cư này, trưởng lão, cái gì đã qua được bỏ qua; cái gì chưa đến được gạt bỏ. Tham dục đối với những tâm sở hiện tại được chế ngự. Này trưởng lão, thế gọi là lý tưởng độc cư được hoàn thành trong mọi chi tiết."

Để nêu rõ rằng người độc cư lý tưởng kiện toàn những điều kiện trên đây chính là bậc A la hán, Phật tóm tắt lời dạy bằng bài kệ:

*Vượt trên tất cả, biết tất cả
Bậc thánh không nhiễm ô đối với tất cả
Được giải thoát vì từ bỏ mọi sự
Khi dục vọng không còn
Người như thế Ta sẵn sàng tuyên bố
Là một người độc cư thật sự.*

Lý tưởng độc cư nêu trong Trường Lão Danh Kinh dường như được lập lại trong những bài kệ tóm tắt kinh Bhaddekaratta. Ta có thể so sánh định nghĩa của Phật về người độc cư toàn hảo trong kinh Trường Lão với những dòng sau đây ở kinh Bhaddekaratta:

*"Đừng theo dấu quá khứ
Hay khát vọng tương lai
Cái gì đã qua được bỏ lại đằng sau
Và với cái hiện tại
Dùng tuệ giác soi chiếu."*

Trên đây ta thấy kinh Trường Lão trình bày lý tưởng đích thực của độc cư trái hẳn với quan niệm thông thường về độc cư: lý tưởng đích thực được mô tả là một sự "độc cư" của tâm thức bằng cách bỏ hết mọi sự thuộc quá khứ và tương lai, và chế ngự dục vọng đối với những tâm sở hiện tại. Những câu kệ kết luận cho thấy rõ người độc cư lý tưởng không bị ô nhiễm đối với mọi hiện tượng và được "giải thoát, vì từ bỏ tất cả". Điều này nhắc ta nghĩ đến danh từ upadhiviveka (sự giải thoát mọi sở hữu) ám chỉ Niết bàn, sự độc cư tâm linh cao nhất (citta viveka), và mọi nỗ lực độc cư của thân xác phải được gắn liền vào nó một cách thích hợp. Về sự độc cư thân xác, quan niệm thông thường là ở một mình. Nó đem lại cho tâm thức nhà khổ hạnh cái viễn tượng bình an vì xa lánh được đám đông điên cuồng. Dĩ nhiên sự độc cư thân xác này thường được đức Phật đề cao xem như một điều kiện tiên quyết để giải thoát. Bởi thế ở cuối một đoạn văn hùng hồn ca ngợi hình thức độc cư này, Ngài thú thật với thị giả Nàgita một cách hồn nhiên rằng Ngài rất thoải mái ngay cả khi đại tiểu tiện mà không thấy ai ở đằng trước hay sau mình, hoàn toàn một mình: "Khi không thấy ai đằng trước hay đằng sau, Ta hoàn toàn thoải mái khi ở một mình trong rừng núi."

Cũng như sự độc cư thể xác có nghĩa là sự thỏa thích vì không thấy người nào ở trước hay sau mình, sự độc cư tâm linh cũng thế, được định nghĩa là sự vắng bóng ngoài nhìn quá khứ hay trông ngóng tương lai trong tâm trạng lo âu. Vì đã từ bỏ những gì thuộc vị lai, ta không còn lo nghĩ về tương lai. Quan niệm thời gian về quá khứ và tương lai trong sự độc cư tâm linh tương ứng với không gian trước và sau trong sự độc cư thể xác. Tuy nhiên sự giải thoát khỏi hai yếu tố ấy tự nó không đem lại sự "thoải mái" vốn là lý tưởng của sự độc cư, còn có một yếu tố thứ ba cần phải loại bỏ: ấy là ta phải "vô ưu lự" dù trong sự độc cư thể chất hay tâm linh. Do đó bất cứ sự bám víu nào đối với sở hữu của mình- thuộc vật chất hay tinh thần- chính là yếu tố thứ ba làm hỏng sự độc cư. Khi đã điều phục hoàn toàn dục vọng đối với những tâm sở hiện tại, với tuệ giác người ta biện biệt rõ ràng những pháp hiện tại và thấy nó vô thường, khổ, vô ngã.

Hai kinh Trường Lão Danh và Bhaddekaratta như vậy phối hợp để diễn tả một quan điểm về một sự độc cư siêu việt xa hẳn ý nghĩa thông thường. Ngoài ra những chỗ khác của tạng Pàli cũng nói ý ấy, ví dụ:

*Không nhay quá xa, cũng không lùi lại
Đã siêu việt được tâm thức tán loạn
Vị tỷ kheo xả bỏ những pháp bên này bên kia
Như con rắn bỏ cái vỏ đã khô cứng
(Sn. V, 8)
Không có gì ở trước mặt hay sau lưng
Cũng không có gì ở trung gian gọi là của mình
Kẻ nào không sở hữu gì, không bám víu gì*

Kẻ ấy ta gọi là một người thanh tịnh
(PC 421)

“Buông bỏ cái gì đã qua- buông bỏ cái gì chưa tới - buông bỏ luôn tất cả cái trung gian- siêu việt mọi hiện hữu, với một tâm thức giải thoát mọi sự như thể, người sẽ không bao giờ trở lại trong sanh tử.”

Một nghiên cứu tỉ mỉ về hai kinh nêu trên sẽ cho thấy rõ rằng cả hai kinh đề cập cùng một vấn đề. Nhưng làm sao để giải thích đúng từ ngữ bí hiểm Bhaddekaratta? Trong mạch lạc của sự thỏa luận về đề tài độc cư của chúng ta, yếu tố nổi bật nhất của ẩn ngữ dường như là tiếng ở giữa “eka” (một, đơn độc). Vì tính cách khá thông dụng của danh từ này mà ý nghĩa của nó thường bị xem thường. Do đó có khuynh hướng xem từ Bhaddekaratta như một khiếm từ (chưa đủ nghĩa). Từ đơn “eka” hầu như bị vài học giả xem như một phiếu trắng, cần phải thêm vào những danh từ khác như “đêm” hay “sự gắn bó với cô độc” để làm cho nó đủ nghĩa. Nhưng ta có thể chứng minh rằng danh từ eka có một vị trí ưu thắng trong thuật ngữ kinh tạng Pali, nó là một biểu tượng có ý nghĩa lớn đối với những người có khuynh hướng khổ hạnh. Đối với họ, nó không có gì là khó hiểu vì nó mang tất cả những hàm ẩn gắn liền với ý tưởng độc cư của nhà khổ hạnh. Đối với họ, rõ ràng không có gì lạ không có gì khó hiểu trong từ “eka”, và bởi thế chúng ta tìm thấy từ này lặp lại trong suốt kinh Khaggavisāna (Sn.vv.35-75) trong điệp ngữ “eko care khaggavivānakappo” (lang thang một mình- như một con tê giác?) Kinh Mâu Ni (Muni sutta) cũng sử dụng từ eka trong ý nghĩa “đi một mình” ấy: “ekani carantami munimappamattam” (bậc Thánh tinh tấn đi một mình- Sn v.213). Từ eka cũng được tìm thấy đến 6 lần trong bài kệ của Trưởng lão Ekavīhāriya (Trưởng Lão Kệ câu 537-546). Được “ở một mình không có người thứ hai” (ekākiyo adutiyo- câu 541) trong rừng sâu, đây là niềm khát vọng của ngài, và do đó ngài đã được đức Thế Tôn ca ngợi trong bài kệ sau:

Ekāsanam ekaseyyam
Eko caram atandito
Eko danayam attānam
Vanamte ramito siyā – (Dhp. 305)

*Một chỗ ngồi đơn độc- một giường nằm đơn độc
Và đi một mình không một mối*

*Một mình tự hàng phục, ông ấy có thể tìm thấy
khoái lạc trong sự độc cư ở núi rừng.* (PC. 305)

Những khó khăn về từ nghĩa của tiếng “eka” như vậy đã được vượt qua, bây giờ ta có thể bàn đến tương quan của nó với từ “ratta” tiếp sau đó. Từ “ekaratta” đã được giải thích theo truyền thống là “một đêm” và ta đã thấy Nānamoli và I.B. Horner chứng minh ở trên rằng lối giải thích ấy không ổn. Đại đức Nānamoli đã gợi ý một cách chính xác rằng ratta có thể là một từ phát xuất từ ngữ căn vranji (mong muốn, bám víu). Nhưng ông đã ngần ngại không theo dõi hết những hàm ẩn của giả thuyết ông, có lẽ vì gặp phải khó khăn ở danh từ “eka”. Trên đây chúng ta đã lột được ý nghĩa của từ này, nên có thể tiếp tục khai thác sự gợi ý của đại đức đến chỗ toàn vẹn. Sự “yêu thích độc cư” (xem bài kệ trên) được xem như một loại “khát vọng lợi lạc” - nếu ta có thể dùng từ ngữ này một cách dè dặt. Chẳng hạn, trong kinh Nālaka (Sn.) chúng ta tìm thấy một sự phê chuẩn rõ rệt đối với một “bám víu” hay “thích thú” như vậy:

Esānassasikkhetha- samanopāsanaṣṣa ca

ekattam monamakkhātam eko ce abhira-missasi
atha bhāssisi dasa disā.

Sutta Nipāta (Sn. 718-719)

“Hãy tập luyện ngồi một mình ở nơi thích hợp cho một ẩn sĩ. Sự độc cư được gọi là thánh hạnh, và nếu người nào vui thích trong hạnh độc cư, người ấy sẽ chiếu sáng cả mười phương.”

Hoặc chỗ khắc trong kinh Xá Lợi Phất, ta thấy từ ratta (thích thú, bám víu, khát khao) được sử dụng trong nghĩa nêu trên, nói đến sự yêu thích độc cư của Phật và sự từ bỏ của Ngài:

Sabbam – tamam-vinodetvā-elo’va rati majjhaṅga
(Sn. v 956)

“Đã xua tan mọi bóng tối- Ngài tìm thấy khoái thích trong hạnh độc cư.”

Tất cả dẫn chứng trên đi đến kết luận rằng ekaratta trong từ Bhaddhekaratto

có nghĩa là “con người bám lấy hạnh độc cư” hay “con người yêu thích độc cư”. Bây giờ chúng ta coi lại hình dung từ “Bhadda” (lành, tốt, cao cả). Như đã nói trong phần luận về kinh Trưởng Lão Danh ở trên, sự ở một mình về phương diện thể xác mà thôi cũng không phải là tất cả của hạnh độc cư mà Phật tán thán. Ta cũng nên nhớ rằng Ngài rất dễ dặt khi phẩm bình về lời của vị trưởng lão nói về thói quen thường nhật của ông, và sau đó Ngài tiếp tục giảng dạy ông cách thức độc cư toàn hảo trong mọi chi tiết là như thế nào. Về điểm này ta có thể so sánh với kinh Migajāla (Tương Ứng bộ IV 357) trong đó Ngài định nghĩa hai từ ekavīhāri và sadutiya-vīhāri.

“Này Migajāla, có những hình sắc do mắt nhận biết, thích thú, dễ chịu, đáng ưa, khoái lạc, liên hệ đến khoái lạc giác quan và đầy cảm dỗ. Nếu một tỷ kheo thích thú đối với chúng, xác nhận và bám lấy chúng, thì khi ấy, vì ông thích thú, xác nhận và bám víu chúng, sự thích thú phát sinh (nandi). Khi có sự thích thú, vị ấy khát khao, và khi khát khao thì có sự trói buộc. Một người bị trói buộc xiềng xích của sự thích thú, hỡi Migajāla, thì ta gọi là “một người ở với (kẻ) thứ hai” (sadutiya-vīhāri) (nghĩa là không còn độc cư).

Sau khi giảng giải tương tự về các đối tượng của các giác quan khác, Phật tóm tắt bằng những lời sau đây:

“Hỡi Migajāla, một tỷ kheo sống như vậy, thì dù vị ấy có đi đến những nơi xa xôi nhất trong núi rừng nơi không có tiếng động, không ồn ào, nơi vắng bặt bóng người, nơi không bị người phiền nhiễu- những nơi thích hợp cho sự độc tọa tư duy- mặc dù vậy, vị ấy vẫn được gọi là “người ở với một (pháp) thứ hai”. Vì sao? Bởi vì dục vọng là “kẻ thứ hai” (bạn) của vị ấy và vị ấy không bỏ được dục vọng. Do đó, vị ấy được gọi là “Người ở với một kẻ thứ hai”

Người độc cư (ekavīhāri) khi ấy được định nghĩa là vị tỷ kheo không thích thú, không xác nhận hay bám víu vào những đối tượng của sáu giác quan và như vậy giải thoát khỏi trói buộc xiềng xích của sự thích thú. Sự tóm tắt của Phật trong trường hợp này không kém phần hùng biện hơn nhận xét kết thúc của Ngài trong kinh Nāgita- sự mâu thuẫn giữa chúng chỉ là bề mặt, nếu ta xét kỹ mạch văn.

“Này Migajāla, một vị tỷ kheo sống như vậy thì dù vị ấy có ở trong làng mạc, ở giữa các tầng ni, thiên nam, tín nữ, vua chúa, đình thần, ở giữa những bậc thầy và đồ đệ các tôn giáo khác, vị ấy vẫn được gọi là kẻ độc cư. Vì sao? Vì dục vọng là kẻ “thứ hai” của vị ấy đã bị loại bỏ. Do đó, vị ấy được

gọi là một người độc cư.”

Loại độc cư lý tưởng được tán dương trong hai kinh Trưởng Lão Danh và Migajàla cũng là đề tài của các kinh Bhaddekaratta. Ở đây phần tóm tắt và lược giải liên hệ đến vị Bhaddekaratta mà bây giờ ta có thể dịch là “Người yêu sự độc cư lý tưởng” sự phân biệt của Đức Phật giữa tình trạng độc cư thể xác và độc cư tâm linh là bằng chứng dồi dào biện minh sự sử dụng tính từ bhadda, và câu kệ kết thúc, quả vậy, đã cho thấy lời tán dương ấy là của chính đức Phật.

Evamvihàrim àtàpim- ahorattam atan ditam
Tam ve bhaddekarattoti-santo àcikhate muni
*“Một người an trú như vậy một cách tinh tấn
Ngày đêm không mệt mỏi
Người ấy bậc tịnh thánh đã gọi là
“Kẻ yêu thích sự độc cư lý tưởng”*

Ý tưởng của nhan đề tuy không phải là điểm duy nhất đáng chú ý trong kinh Bhaddekaratta; cả hai phần tóm tắt và luận giải mặc dù ngắn ngủi, có thể đại biểu cho cốt tủy của chánh pháp trong tất cả chiều sâu và ý nghĩa của nó. Chẳng hạn trong phần tóm tắt có hai từ ngữ khó “asamhira-masamkuppam” có ý nghĩa riêng của nó. Những điểm này sẽ được đề cập trong phần chú giải, vì tốt nhất nó phải được thẩm định trong ánh sáng của chính bản kinh.

KINH ĐỘC CƯ LÝ TƯỞNG

Như thế này tôi đã nghe. Một thời, đức Thế tôn ở nước Xá vệ trong vườn Kỳ thọ Cấp cô độc. Ở đây, Ngài bảo các vị tỳ kheo: “Này các tỳ kheo”

“Dạ, bạch đức Thế Tôn,” các vị tỳ kheo trả lời Phật.

Đức Thế Tôn dạy:

“Các tỳ kheo, ta sẽ giảng cho các ông tóm lược và luận giải về người yêu thích sự độc cư lý tưởng. Hãy lắng nghe, ta sẽ nói.”

“Bạch Thế Tôn, chúng con xin nghe.”

Các vị tỳ kheo trả lời đức Thế Tôn. Đức Thế Tôn nói bài kệ này:

*“Đừng theo dõi dấu vết quá khứ
Hay khát vọng tương lai chưa đến
Cái gì đã qua được bỏ lại đằng sau
Cái chưa đến thì chưa đạt được
Nhưng cái gì thuộc hiện tại, người hãy quán sát
Bằng tuệ giác khi nó xảy đến
Bất động- không sân
Trong trạng thái ấy người trí nên tăng trưởng
Ngày hôm nay hãy nỗ lực
Vì ngày mai cái chết có thể đến- ai biết?
Chúng ta không thể nào điều đình
Với cái chết đã thu hút vô số người
Nhưng kẻ nào an trú như trên một cách tinh tấn
Ngày đêm không mệt mỏi
Thì kẻ ấy bậc Thánh gọi là
“Người Yêu Thích Hạnh Độc Cư Lý Tưởng.”*

Lại nữa, này các tỳ kheo, người theo dõi dấu vết quá khứ là như thế nào? Vị ấy nghĩ: “Tôi có sắc như vậy trong quá khứ” và thích thú nghĩ về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi có thọ (cảm giác) như vậy trong quá khứ” vị ấy thích thú nghĩ về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi có tưởng (tri giác) như vậy trong quá khứ” và thích thú



nghĩ về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi có hành như vậy trong quá khứ” và thích thú nghĩ về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi có thức như vậy trong quá khứ” và thích thú nghĩ về nó. Như vậy, này các tỳ kheo, là người ấy theo dõi dấu vết quá khứ.

Và này các tỳ kheo, thế nào là người không theo dõi dấu vết quá khứ? Vị ấy nghĩ: “Tôi có sắc như vậy trong quá khứ” nhưng không thích thú về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi

có thọ như vậy... có tưởng như vậy... có hành như vậy... Vị ấy nghĩ, “Tôi có thức như vậy trong quá khứ” nhưng không thích thú về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi không theo dõi dấu vết quá khứ.”

Và này các tỳ kheo, thế nào vị ấy khát vọng tương lai? Vị ấy nghĩ: “Tôi có thể có sắc như vậy trong tương lai” và thích thú về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi có thể có thọ... có tưởng... có hành... vị ấy nghĩ, “Tôi có thể có thức như vậy trong tương lai” và thích thú về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi có thể có thọ như vậy... tưởng như vậy... hành như vậy... Vị ấy nghĩ, “Tôi có thể có thức như vậy trong tương lai” nhưng không thích thú về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi không khát vọng tương lai.”

Và này các tỳ kheo, thế nào là vị ấy không khát vọng tương lai? Vị ấy nghĩ: “Tôi có thể có sắc như vậy trong tương lai” nhưng không thích thú nghĩ về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi có thể có thọ như vậy... tưởng như vậy... hành như vậy... Vị ấy nghĩ, “Tôi có thể có thức như vậy trong tương lai” nhưng không thích thú về nó. Vị ấy nghĩ: “Tôi không khát vọng tương lai.”

Và thế nào gọi là bị lôi kéo vào những pháp hiện tại? Ở đây, này các tỳ kheo, một người phạm phu không được học hỏi, không gần gũi những bậc Thánh, không khéo giải pháp của bậc Thánh, không luyện tập pháp của bậc Thánh, không gần gũi thiện nhân, không khéo giải pháp của thiện nhân, không được tu tập pháp của thiện nhân, chấp “sắc là ngã, ngã có sắc”, chấp “sắc ở trong ngã hay ngã ở trong sắc”. Người ấy chấp thọ là ngã, thọ có ngã, chấp thọ ở trong ngã hay ngã ở trong thọ. Người ấy chấp tưởng là ngã, tưởng có ngã, chấp tưởng ở trong ngã, chấp ngã trong tưởng. Người ấy chấp hành là ngã, ngã có hành, chấp hành ở trong ngã hay ngã ở trong hành. Người ấy chấp thức là ngã, chấp ngã có thức, chấp thức ở trong ngã hay ngã ở trong thức. Vị ấy gọi là bị lôi kéo vào những pháp hiện tại.

Và hỡi các tỳ kheo, thế nào một người không bị lôi kéo vào những pháp hiện tại? Ở đây, hỡi các tỳ kheo, một người môn đệ có học, theo lời dạy của bậc Thánh, khéo giải pháp của bậc Thánh, luyện tập pháp của bậc Thánh, theo lời dạy của những thiện nhân, khéo giải pháp thiện nhân, luyện tập pháp thiện nhân, nên không chấp sắc là ngã hay ngã có sắc, không chấp thọ là ngã hay ngã ở trong sắc. Vị ấy không chấp thọ là ngã... không chấp tưởng là ngã... không chấp hành là ngã... không chấp thức là ngã, ngã có thức, thức trong ngã hay ngã trong thức. Vị ấy gọi là không bị lôi kéo vào những pháp hiện tại.

Hãy đừng theo dõi dấu vết quá khứ

....

Người ấy bậc Tịnh thánh đã gọi là
Kẻ yêu thích hạnh độc cư lý tưởng

Chính để ám chỉ điều này mà ta nói: “Này các tỳ kheo, Ta sẽ giảng cho các ông tóm lược và luận giải về kẻ yêu mến hạnh độc cư lý tưởng.”

Đức Thế Tôn nói như vậy, và các vị tỳ kheo hoan hỉ tin thọ lời Ngài đã dạy.

Từ cú lục bát “SƯƠNG”



SƯƠNG SẮC MÀU

Long lanh lấp lánh sắc màu
Nét phiêu mang lặng sương cầu vồng tan
Kỳ hoa tươi mát bên đàng
Cỏ thơm sương thấm bật tràng cười duyên.

QUÊN

Trăm năm ngăn ngùi đời người
Sương rơi đọng lá, lá rơi đọng thêm
Chớp nguồn, mưa tạnh, nắng lên
Nhâm nhi hữu hạn mà quên vô cùng.

CHỚP

Lung linh sương đọng cỏ vàng
Sớm mai nắng rực huy hoàng chớp mi
Ứng vô sở trụ phút giây
Tam thiên vỡ nát bụi bay uế trần.

SÁCH

Hắt hui trang sách trang đời
Gió sương thổi động ngoài trời thấm sâu
Tung bồng vui quán niềm đau
Vãi vung con chữ đậm màu thương yêu.

VƯỞNG

Giang hồ ân oán tứ phương
Rửa tay gác kiếm, mờ sương cạo đầu
Kiếm treo còn bén ưu sầu
Tay thơm còn nhuộm sắc màu si mê!

TRÀM TU

Hiên khuya sương dẫm nổi niềm
Lập lòe đom đóm treu đèn tim khô
Kiếp người gẫm nhẹ tóc tơ
Buông câu thơ chửi bâng quơ sự đời!

THÔN THỨC

Thềm khuya thôn thức vui buồn
Thị thâm với lá đọng sương mỉm cười
Nổi lòng tuơng rướm theo hơi
Thơ bay lên ánh trăng trời hòa âm.

SÉT

Tôi đi đêm tối sương mờ
Tìm em lấp lánh bao giờ sương tan?
Bần thần tìm kẻ hỏi han
Ái tình sét đánh cho tàn sương mai.

ĐẮM

Đánh đường say đắm tìm hoa
Bâng khuâng thế thái, xuýt xoa nhân tình
Sương long lanh đọng lá cành
Giữa đêm ngắm nghĩa rớt thành giọt châu.

NGUYỆN

Hắt hui sương gió biên thù
Nhật gom khô khóc, duyên tuyền duyên qua
Nguyện thế đã bóc bông da
Trăm năm chuyển kiếp Ta Bà rong chơi.

ĐÁNH THỨC

Còn kia những đóm lửa hồng
Tro tàn sưởi ấm cõi lòng tha hương
Ấm từ sớm vắng mờ sương
Vô tình đánh thức một vườn thơ say.

BỤI ĐỜI

Gió sương mưa nắng bụi đời
Từ trong sỏi đá nở ngời sắc hoa
Hương bay gửi chốn không nhà
Hỏi mẹ không bóng, gọi cha không hình.

TRẢI RỘNG

Mắt cay cay những cảnh đời
Ngày trưa say nắng, tối trời dẫm sương
Cửa lòng toang mở xót thương
Tình yêu trải khắp nẻo đường nhân sinh.

CHỈ LÀ

An vui đóng đếm từng ngày
Chờ nghe lá rụng thông tay về nguồn
Chỉ là hạt nước giọt sương
Hòa cùng nhịp sống vô thường, vậy thôi!

thơ **VĨNH HỮU TÂM KHÔNG**

Ngôi Chùa Cổ Trên Đồi Trại Thủy

NGUYỄN SIÊU

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Cổng chùa khép lại. Khách thập phương đã về. Trong tịnh thất, ngọn đèn dầu leo lét, bất động trên bàn Phật, cháy suốt ngày lẫn đêm, tạo thành một không gian tĩnh mịch, u huyền. Nơi đó, sáng chiều hai buổi đều đặn lời kinh Kim Cang được trì tụng từ vị sư già nghe mà thắm thìa, siêu thoát làm sao: "Hy hữu Thế Tôn! Như Lai thiện hộ niệm chư Bồ Tát, thiên phó chúc chư Bồ Tát. Thế Tôn! Thiện nam tử, thiện nữ nơn phát A nậu đa la tam niệu tam Bồ đề tâm, vân hà ứng trụ, vân hà hàng phục kỳ tâm?" Thật là hy hữu thay, bạch Đức Thế Tôn! Đức Như Lai hay khéo hộ niệm cho các vị Bồ Tát. Khéo phú chúc cho các vị Bồ Tát. Bạch Đức Thế Tôn! Người thiện nam, kẻ thiện nữ phát khởi tâm Bồ đề cầu chứng quả vị vô thượng chánh đẳng, chánh giác, thì làm sao tâm được an trụ, tâm được hàng phục?

Cứ thế, lời kinh khi trầm, khi bổng, lúc nhạt, lúc khoan, hòa cùng tiếng chuông gia trì thắm sâu vào lòng người sống trong ngôi chùa cổ thăm lặng bao thời gian. Dù đêm mưa ngày nắng; dù mùa hạ, mùa đông cuộc sống tương chua, chao mặn vẫn thanh thản như mây trời giăng giăng trên đồi Trại Thủy.

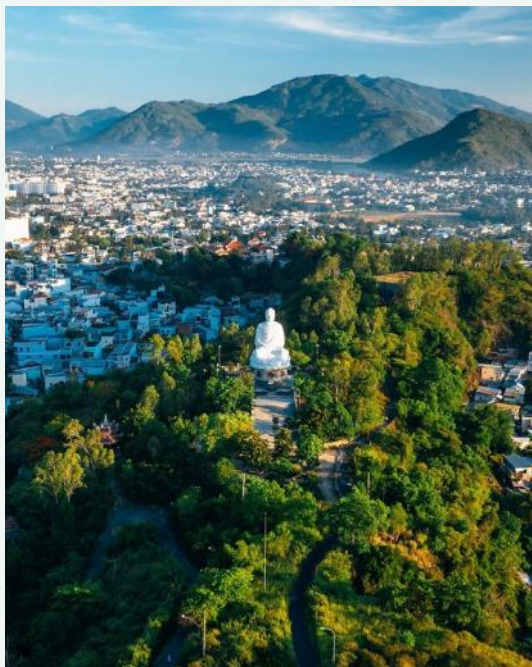
Có ai, khách thập phương một lần viếng thăm ngôi chùa cổ sẽ cảm nhận được từng lối mòn rêu phong, từng vách đá xạm xỉ theo năm tháng, từng vách tường vôi loang lổ đã được xông ướp bao lời kinh, tiếng kệ, bao hình ảnh thắm trầm, tử tánh đức từ bi của những vị sư già chân tu, thật đức.

Khuya nay, chú tiểu đóng chuông, đã đọc lời kệ rằng:

"*Nguyện thử chung thỉnh siêu pháp giới
Thiết vi u ám tất giai văn
Văn trần thanh tịnh chứng viên thông
Nhất thiết chúng sanh thành chánh giác...*"

Dịch:
Nguyện tiếng chuông này siêu pháp giới
Thiết vi u ám thảy đều nghe
Nghe rồi thanh tịnh chứng viên thông
Tất cả chúng sanh thành chánh giác.

Tiếng chuông đã đi vào lòng người dân Phương Sài, Phước Hải, Xóm Xường... một cách êm đềm, an



tịnh. Người dân họ sống theo giờ giấc của tiếng chuông chùa cổ để thức dậy gõ gõ gánh, bán buôn. Đúng là Phật pháp tại thế gian, chẳng lìa thế gian để có Phật pháp. Hình ảnh mái chùa, câu kinh lời kệ, tiếng chuông nhịp mõ đã bao đời nuôi lớn những tâm hồn Phật sống chung quanh dưới chân núi. Gầy dựng, bồi đắp niềm tin yêu nơi Phật pháp, người dân làng đem sức sống của mình để cúng dường từng thúng khoai, thúng nếp cho chùa, ủng hộ chúng Tăng. Ấy là tấm lòng, là niềm tin nơi Phật pháp. Thời gian có xóa nhòa qua bao cuộc vô thường thiên biến nhưng tấm lòng hộ pháp của dân làng quanh ngôi chùa cổ thì bất di.

Dưới những tàng cây bồ đề, những rặng cảnh phượng vĩ, những giàn thanh long đỏ ối đã điểm xuyết cảnh vật nên

thơ, dắt dẫn những tâm hồn của bao thi nhân, mặc khách đến viếng cảnh chùa mà nên câu thi phú:

"...*Mỡ ấm chuông ngân nhạc nhiệm mầu
Lời kinh chưa thuộc được trăm câu
Nhưng tư tưởng niệm Nam Mô Phật
Huyền diệu thoa êm những vết sâu.*"
(Ngát trầm hương - Tâm Tấn)

Cũng trong tâm hồn văn chương, thi phú ấy, tác giả "Hoa khế lưng đồi" (Võ Hồng) đã viết trong truyện "Màu áo nâu sồng": "*Bên cạnh Hòa thượng Trí Thủ, Trí Nghiêm, tôi còn được quen với Hòa Thượng Chí Tín trụ trì chùa Long Sơn nằm sát cạnh trường Bồ Đề. Đứng bên gốc cây sứ hoa vàng nhìn xuống sân trường, nhìn đám học sinh ngây thơ nhậy giỡn hay nhìn đoàn nữ sinh cầm tay nhau chăm chậm bước trên lối đi, nhìn các thầy cô giáo nghiêm trang nề nếp... tôi nghĩ rằng thầy trò chúng tôi đã ghi những nét dễ thương nơi tâm hồn Hòa Thượng. Rồi còn thầy Thích Phước Sơn, Thích Minh Tuệ... Hiệu trưởng của trường; rồi Thích... Thích... nhiều lắm kể sao cho đủ, kể sao cho hết. Và vậy là bao nhiêu khổ đau của cuộc đời tôi như được xoa dịu, tâm hồn tôi như được an ủi...*" Ấy chính là Phật pháp tại thế gian, Phật pháp tại ngôi chùa cổ trên đồi Trại Thủy đã giảng dạy cho bao tâm hồn, với đi nhiều nỗi niềm đau thương của nhân thế.

Rải rác trên những lối mòn, dưới các bóng cây rậm của những đêm trăng còn in đậm dáng dấp của

vị sư già tay lần tràng hạt ung dung thả bộ, một tâm hồn thư thái, an nhiên. Tâm hồn này là sức sống, của ngôi chùa cổ mà trải qua bao thời gian vẫn ẩn tu như chưa hề xao lãng, dầu cuộc sống của thế nhân bao cuộc phế hưng.

Đêm nay trời mưa lớn, gió từ biển khơi thổi mạnh, đập vào sườn núi làm tan tác lá hoa trên đồi, làm gãy đổ những giàn thanh long đã hết trái. Cảnh đời chuyển động. Biển đời chuyển động, dậy sóng muôn trùng lá bay, cành gãy. Điều linh của đêm mưa bão. Động! Từng sát na động! Từng phút giây động! Bàn chắt của thế gian, như tử vô lượng kiếp.

Tĩnh! Trong thiên thất của vị sư già, tĩnh! Tĩnh như ngọn đèn dầu yên tĩnh. Sáng mà không lay. Cháy mà không chao động, để nghe lời kinh Kim Cang của khuya nay trầm hùng, thanh thoát của vị sư già đang kiết già trên bồ đoàn:

*"Nhất thiết hữu vị pháp
Như mộng, huyễn, bào, ảnh
Như lộ điểu như điện
Ứng tác như thị quán."*

Dịch: Tất cả các pháp hữu vị như giấc mộng, như huyễn hóa, như rỗng năng, như ảnh tượng, như sương mai, như điện xẹt. Cần phải thấy biết như vậy.

Mưa tạnh dần, thưa hạt. Gió thổi nhẹ, mây tan. Nắng lên dần, sương ẩm lá hoa triền đồi qua đêm rơi rụng. Mặt trời lên cao, vạn vật sương mình trong nắng, tiếp tục vươn lên đầy sức sống. Ngôi chùa cổ muôn đời vẫn còn đó, còn như là chứng tích của thời gian, của bao cuộc vô thường, phế hưng. Của bao lớp người đến đi không định, nhưng luôn lắng nghe lời kinh mầu nhiệm. Lời kinh lòng, Phật dạy khi xưa:

Gate! Gate! Paragate!
Parasamgate! Bodhi svaha!



TẬN TÂM CAN

*Dáng lỏng lẻo trong tâm sâu đậm quá
Trí huệ thầy như biển cả bao la
Uy đức cao sừng sững tựa sơn hà
Lòng đại bi biết là vô cùng tận*

*Giữ giếng mới nước non thời lỡ vận
Đời thịnh suy thế sự cứ xoay vần
Buổi pháp nạn vẫn tinh tấn, chuyên cần
Thầy trụ vững dựng tâm thân hành hoạt*

*Tâm tưởng tôi vang vọng lời độc thoại
Văn huýt thư kêu gọi hậu tăng sinh
Giữ lấy mình tu học vượt vô minh
Nhiếp hộ chúng cùng kệ kinh miên mật*

*Đấng đại sĩ trọn cuộc đời phụng Phật
Thân giáo thầy là sự thật hiển nhiên
Bút mực nào tả được hạnh vô biên
Tận tâm can bậc thiện hiền Nguyên Chứng*

*Từ Vạn Tượng thầy lại về nước Việt
Diệu duyên cơ đâu dễ biết cho thông
Đế sau này tứ chúng ngưỡng mộ trông
Chống gậy trúc phục hưng dòng Phật sử*

*Nhân cách thầy làm lay lòng lũ thú
Đời kính tôn bậc quân tử thanh cao
Người muôn nhà quy hướng một vì sao
Mặc cổ quận đã thoái trào hư hoại*

*Sống phạm hạnh chí trùng hưng đồng lược
Giới đức hương bay ngược gió mười phương
Tuệ quang minh lấy giáo pháp soi đường
Sĩ vô úy ung dung thường tự tại*

*Thầy độc hành không nề hà quản ngại
Hình án treo đồng bão những đêm dài
Tâm thân gầy dựng lập lấy ngày mai
Dòng Phật Việt với tương lai non nước.*

thơ ĐỒNG THIỆN

Át Lăng thành, 0624



QUY Y TAM BẢO

Đạo Sinh

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Cuộc sống đích thực của người Phật tử bắt đầu với việc quy y Tam Bảo. Vào thời đức Phật, ý nghĩa quy y được trình bày qua ba phát biểu sau:

Buddham saraṇam gacchāmi.

Dharmam saraṇam gacchāmi.

Samgham saraṇam gacchāmi.

Gacchāmi là động từ chia ở ngôi thứ nhất số ít thì hiện tại, có nghĩa tôi đang đi; Buddham là danh từ dùng ở đối cách, bổ túc cho động từ gacchāmi, có nghĩa là đến Phật; saraṇam là từ đồng cách với Buddham, có nghĩa đến nơi trú ngụ. Hai câu còn lại có cùng cấu trúc trên vì thế cả ba câu có thể dịch sát là “Phật, nơi trú ngụ, tôi đang đi đến”; “Pháp, nơi trú ngụ, tôi đang đi đến”; “Tăng, nơi trú ngụ, tôi đang đi đến.”

Sau thời đức Phật, mặc dù Ngài không còn tại thế, giáo pháp không còn được chính Ngài tuyên thuyết bằng thanh ngữ và Tăng-già không còn được Ngài trực tiếp dẫn dắt, nhưng nghi thức quy y dành cho Phật tử vẫn được duy trì cho đến ngày nay; tất nhiên là duy trì với nội hàm được triển khai theo chiều hướng phát triển chung của tất cả các hoạt động khác của Phật giáo. Nói rõ hơn, ý nghĩa quy y đã được mở ra trên một bình diện phổ quát hơn, mang nhiều tính biểu tượng và siêu hình. Trong đó, Phật không còn chỉ cho một đức Phật Thích-ca bằng xương bằng thịt để chúng ta có thể tận mắt nhìn thấy mà đã trở thành biểu tượng cho sự giác ngộ viên mãn; Pháp không còn chỉ cho những lời lẽ trực tiếp từ chính đức Phật để chúng ta có thể tận tai nghe thấy mà trở thành biểu tượng cho những phương tiện giải thoát thủ bằng cấu thành toàn bộ lộ trình tu chứng; và Tăng không còn chỉ cho các bậc Thanh văn như Kiều-trần-như, Xá-lợi-phất mà đã trở thành biểu tượng cho một nhân cách thanh tịnh trong quá trình áp dụng các phương tiện thủ bằng để thành tựu giác ngộ giải thoát. Rõ ràng là chúng ta ngày nay, trong khi phát nguyện quy y, sẽ không còn nhận được nhiều sự hỗ trợ trực tiếp từ tha lực như các Phật tử Nguyên thủy; tuy nhiên, nếu biết áp dụng khéo léo các chỉ dẫn của Tăng-già thì hành động quy y vẫn có những tác dụng nhất định đối với thân tâm chúng ta trong

suốt tiến trình tu học.

Các phẩm tính giác ngộ, giải thoát, thanh tịnh được biểu thị qua Phật-Pháp-Tăng không phải là những gì chúng ta mất công tìm kiếm ở bên ngoài.

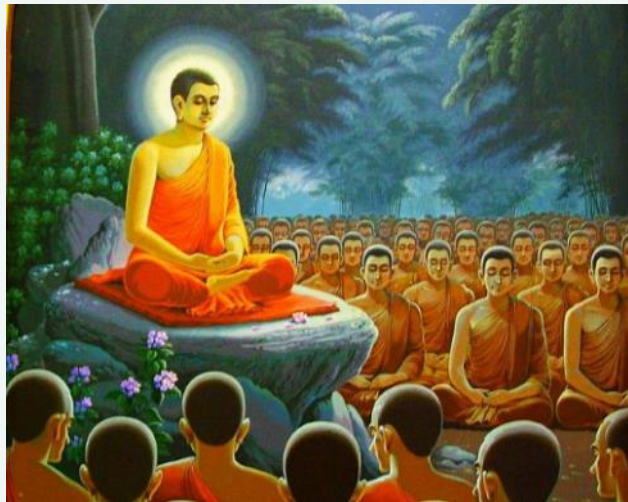
Đạo Phật không chủ trương có sẵn một quả vị hay một năng lực bí nhiệm nào đó đang chờ đợi chúng ta trong một không gian và thời gian nào đó. Trái lại, tất cả đều tùy thuộc vào tâm thức chúng ta.

Đây là nền tảng cho sự khẳng định của đức Phật về khả năng thành Phật của mỗi người chúng ta, và cũng là kinh nghiệm thực chứng của tất cả A-la-hán và Bồ Tát trong suốt hành trình dẫn đến giải thoát.

Tuy nhiên, nếu tất cả các phẩm tính nói trên đều có đủ trong mỗi người chúng ta, tại sao chúng ta không được giải thoát mà vẫn phải trôi dạt trong dòng luân hồi sinh tử? Đây là câu hỏi then chốt và có ý nghĩa vô cùng đối với Phật tử chúng ta. Quả thật tất cả ba phẩm tính nói trên đều có công năng đoạn

tận vô minh, chặt đứt các chướng ngại gây ra bởi phiền não và tri kiến nhị nguyên, và giúp chúng ta siêu việt thân phận phàm phu để nhập vào hàng thánh giả; nhưng chừng nào chúng ta chưa khởi dậy được tiềm lực của chúng thì chúng vẫn chỉ là những khả tính. Điều này cho thấy ý nghĩa hệ trọng của việc quy y Tam Bảo đối với đời sống của bất kỳ Phật tử nào. Giống như gã “cùng tử” có viên ngọc quý trong người nhưng vì ngu muội nên phải chịu đời khổ ngày này qua ngày khác; chúng ta cũng có đủ các năng lực tiềm tàng có thể giúp chúng ta thoát khỏi khổ đau của luân hồi sinh tử nhưng chúng ta không hề biết để tận dụng chúng. Trong ý nghĩa này, quy y Tam Bảo là cơ hội khơi dậy ý thức vốn mê muội của chúng ta về ba kho báu mà chúng ta đang gìn giữ; đồng thời vạch ra cho chúng ta một hướng đi mới trong cuộc sống, hướng đi có thể dẫn đến một đời sống thật sự an lạc và hạnh phúc.

Gacchāmi không phải là quay về mà là đi đến, là lên đường, là tiến về phía trước. Hành động này nói lên tính cách kiên quyết, tự tin, dũng mãnh, sẵn sàng vượt qua mọi chướng ngại để nỗ lực không ngừng cho đến khi tới đích. Và saraṇam không phải là nương tựa mà là nơi ở, nơi trú ngụ. Trong lúc nương tựa gợi lên trong chúng ta hình ảnh của sự bực nhọc, yếu đuối, của sự ỷ lại, mong chờ, thì trú



ngu lại chứa đựng ý nghĩa của sự thể nhập, sự đồng nhất bất khả phân. Đức Phật dạy chúng ta hãy tự thấp đuốc lên mà đi chứ không dạy chúng ta quay lui và cũng không ban cho chúng ta ngọn đuốc nào cả. Tất cả chúng ta đều có sẵn.

Một khi đã khơi dậy được ý thức rõ ràng và niềm tin xác quyết về ba phẩm tính cao quý đang hiện hữu trong chính mình từ vô thủy thì đó cũng là lúc chúng ta xóa tan ảo tưởng về sự phân ly cố hữu giữa chúng ta và Phật-Pháp-Tăng. Có thể nói rằng vào giây phút chúng ta phát thệ quy y Tam Bảo thì đó cũng là lúc tâm thức chúng ta đã xuất gia cho dù chúng ta vẫn mang trên mình thân tướng phàm phu. Phát nguyện đi đến an trú trong ánh sáng của giác ngộ, của giải thoát, của thanh tịnh đồng nghĩa với quyết định từ bỏ ngôi nhà của vô minh, của trói buộc, của nhiễm ô đã giam hãm tâm thức chúng ta trong nhiều đời nhiều kiếp.

Đến đây chúng ta có thể hiểu được tại sao hành động quy y lại cần thiết như thế đối với Phật tử. Những người không hiểu được ý nghĩa và giá trị của việc làm này có thể cho rằng đó chỉ là một hành động thuần tính chất tôn giáo và tín ngưỡng, vì thế họ có thể nghĩ rằng quy y cũng giống như việc xin "rửa tội" hay "tuyên thệ" để chính thức trở thành thành viên của một tổ chức tôn giáo hay chính trị nào đó. Chính vì hiểu lầm như thế, không ít người trong chúng ta đã mắc phải hai loại mắc cảm lớn liên quan đến sự kiện quan trọng này.

Có người dù có thiện duyên sinh ra trong một gia đình có truyền thống Phật giáo nhưng không bao giờ dám nghĩ đến việc quy y. Những lý do thường được đưa ra để biện minh cho thái độ ngần ngại này là họ cảm thấy còn nhiều tội lỗi hoặc chưa đủ điều kiện để giữ giới sau khi quy y. Có người rất mạnh dạn trong việc quy y; nhưng sau khi quy y lại có ảo tưởng rằng mình sẽ gặp rất nhiều may mắn, lợi lạc trong đời sống vì đang được Phật-Pháp-Tăng phù hộ độ trì, đang được chia sẻ ân đức của Phật-Pháp-Tăng, đang trở nên thanh tịnh giải thoát hơn vì đã đứng được trong hàng ngũ của những bậc thanh tịnh, giải thoát. Những ảo tưởng như thế dễ khiến họ sinh tâm ngã mạn, khinh thị những người không phải Phật tử, hoặc ngay cả những Phật tử chưa có điều kiện quy y hoặc đã quy y nhưng việc quy y không được tổ chức theo một nghi lễ hoành tráng, nơi một đạo trưởng trang nghiêm lồng lẩy, với sự chứng minh của những vị Tăng nổi tiếng.

Hai loại mắc cảm như thế đều có những tác hại lớn lao đối với Phật tử chúng ta. Mắc cảm tự ti khiến chúng ta bỏ lỡ cơ hội cải thiện đời sống và chính mình; và mắc cảm tự tôn khiến chúng ta dừng lại trên con đường phát triển mới mà lẽ ra chúng ta phải nỗ lực không ngừng để tiếp tục đi đến đích. Nếu gạt qua một bên tất cả các hình thức mang

tính tôn giáo tín ngưỡng được hình thành trong quá trình phát triển thì tự thân đạo Phật là một lối sống đã và đang đem lại sự an lạc và hiểu biết cao nhất cho những người đi theo nó. Như trên đã nói, quy y là điểm khởi đầu của một lối sống như thế. Và để đạt được an lạc và hạnh phúc thật sự thì chúng ta phải nỗ lực vượt qua hai chướng ngại chính là những phiền não và những hiểu biết lệch lạc của chính chúng ta. Để đạt được điều này, chúng ta

không thể làm một mình mà phải có sự hỗ trợ của Tăng-già. Có thể nói rằng nếu không có sự hướng dẫn trực tiếp của Tăng-già, Phật tử chúng ta sẽ không bao giờ có thể bước đi trên con đường này. Đây là điều không ít chúng ta vẫn đang còn nhiều ngộ nhận tai hại. Khi nói đạo Phật là một lối sống, có nghĩa rằng nó được lập thành không phải bằng kiến thức, bằng lý thuyết suông mà bằng kinh nghiệm thực chứng của những người đang thể hiện lối sống đó. Những kiến thức Phật học, cho dù có quảng bác đến đâu, cũng chỉ là những mô tả về kinh nghiệm chứ không phải tự thân kinh nghiệm. Tác dụng lớn nhất của chúng chỉ có thể giúp hình thành trong chúng ta những ý tưởng, những khái niệm về con đường chúng ta đang đi, chứ không phải là những kinh nghiệm của tự thân chúng ta trên con đường đó. Vì thế việc tìm ra một hay những người thầy có kinh nghiệm để hướng dẫn chúng ta đi trên con đường này là

vấn đề sinh tử của chúng ta. Nói một cách dễ hiểu hơn, chúng ta chỉ có thể hy vọng đạt đến quả vị A-la-hán khi người thầy của chúng ta có những kinh nghiệm tâm linh ngang với kinh nghiệm của ngài Xá-lợi-phất. Và chúng ta sẽ phải mãi mãi ở vào vị trí của phàm phu hoặc thấp hơn nếu thầy của chúng ta là một Danh-tự-bí-sô.

Đến đây có lẽ chúng ta đã thấy được một nghịch lý bi đát cho những người mang mắc cảm tự ti đối với việc quy y Tam Bảo. Trường hợp này giống hệt như có người nào đó phát biểu rằng "tôi chỉ dám uống nước khi nào tôi cảm thấy mình đã hết khát." Thật ra, nếu chúng ta thành tâm mong muốn cải thiện đời sống của mình theo chiều hướng đi lên trong Phật pháp, thì ngay cả khi chưa quy y chúng ta vẫn có rất nhiều cơ hội tiếp cận và kinh nghiệm được một số điểm Phật pháp căn bản để điều chỉnh những cái nhìn lệch lạc của chúng ta; và từ đó có thể tự mình tránh được những mắc cảm nói trên. Dưới cái nhìn của Phật giáo, tất cả các trạng thái, các hoạt động tâm lý của một con người luôn luôn sinh khởi có điều kiện và luôn luôn biến đổi. Nói sinh khởi có điều kiện là vì không phải một "cái tôi" nào đó trong con người chúng ta muốn sinh ra chúng, mà vì chúng sinh khởi từ những điều kiện cận và đủ cho sự sinh khởi của chúng. Nói một cách dễ hiểu hơn, không phải "chúng ta cảm thấy thoải



mái”, mà sự thật là một cảm giác thoải mái đang hình thành trong chúng ta từ một số điều kiện nào đó. Chẳng hạn như trời không quá nóng hoặc quá lạnh, bầu không khí nơi chúng ta ngồi rất yên tĩnh, tư thế ngồi của chúng ta không bị vật gì chèn ép, ý tưởng về những công việc chúng ta cần phải làm không xuất hiện trong đầu chúng ta, sự nhìn thấy một món đồ ăn hoặc đồ uống chúng ta thích đang nằm sẵn trên bàn, v.v... Tuy nhiên cảm giác thoải mái đó chỉ xuất hiện trong thoáng chốc rồi biến mất để nhường chỗ cho một cảm giác khác bởi vì các điều kiện hình thành cảm giác đó cũng luôn luôn biến đổi. Nhưng nếu cảm giác sau đó có những tính chất tương tự như cảm giác trước đó, chúng lại giúp phát sinh trong đầu chúng ta một ảo tưởng rằng đó là một cảm giác duy nhất không thay đổi và chúng ta đang tận hưởng sự thoải mái trong một thời gian dài. Sự sinh khởi và biến mất của các cảm xúc khác, cũng như của các ý tưởng, ước muốn, sự nhận biết trong chúng ta đều xảy ra theo cách như thế, đúng như định luật vô ngã và vô thường. Tất cả các trạng thái, các hoạt động tâm lý một khi đã vận hành đều để lại một cái gì đó trong tâm thức chúng ta. Duy Thức tông gọi cái đó là hạt giống (bija), tức những lực tiềm ẩn vừa là quả được hình thành từ sự hiện hành của các trạng thái tâm đã qua, vừa là nhân chính sinh khởi các trạng thái tâm sau đó. Điều này tương đối dễ hiểu đối với chúng ta; bởi vì nếu không có những hạt giống như thế, chúng ta sẽ không thể nào nhớ lại chuyện quá khứ, hoặc mọi thứ sẽ chấm dứt theo cái chết của chúng ta, sẽ chẳng có nghiệp lực, quả báo, luân hồi, tái sinh các thứ. Tuy nhiên điều đáng nói ở đây là trong tâm chúng ta luôn tiềm ẩn đủ loại mầm mống cho sự sinh khởi các trạng thái tâm khác nhau, cho dù là thiện hay bất thiện, tích cực hay tiêu cực. Giá trị đích thực của bất kỳ hiện tượng nào, dù là Phật pháp hay thế pháp, cũng phải được tìm thấy, không phải trên danh tướng, mà trên chính ý nghĩa và nội dung của nó. Một lời nói hay một hành động, cho dù có phù hợp với các giá trị quy ước của thế tục đến thế nào đi nữa nhưng nếu xuất phát từ một ý định bất thiện, vẫn là một nghiệp ác cần phải từ bỏ. Tất cả các quả vị, các thành tựu được nói đến trong Phật giáo không được xem như các học hàm, học vị, địa vị, chức tước, danh phận, có thể đạt đến bằng kiến thức hay công trạng được công nhận bởi đám đông, mà chỉ là những tên gọi nhằm chỉ cho các mức độ khác nhau trong quá trình triệt tiêu các năng lực tiêu cực đang duy trì vòng quay của sinh tử và phát triển các năng lực tích cực dẫn đến giác ngộ giải thoát trong tâm thức của một Phật tử. Trong Phật giáo, những cái nhìn xuyên suốt sự vận hành nội tại của bất kỳ hiện tượng nào đang diễn ra trong thân tâm chúng ta cũng như thế giới chung quanh được gọi là những cái nhìn đúng vì tự thân chúng chính là sự hiển hiện như thực lý duyên khởi của tất cả các pháp. Trong khi Sankhara, một triết gia lỗi lạc của Ấn giáo vào thế kỷ thứ 9, cho rằng sợi dây phải được nhìn thấy như sợi dây, thay vì là một con rắn, mới được gọi là cái thấy biết đúng như thật, thì Phật giáo không dừng lại ở đó. Cái được gọi là sợi dây là một tồn tại được cấu thành bởi các điều kiện. Nếu chúng ta có thể nhìn xuyên suốt được sợi dây thì chúng ta có thể nhận ra rằng không có điều kiện cấu thành nào của nó có đủ các yếu tố để có thể gọi đó là sợi dây như chúng ta tưởng. Một tập hợp mà tất cả các yếu tố tạo thành

nó đã không thể gọi là sợi dây thì dựa vào đâu để có thể gọi tập hợp đó là sợi dây, nếu không phải đó chỉ là một ảo tưởng của chúng ta.

Với một vài kiến thức sơ đẳng trên, chúng ta hãy thử một lần sử dụng chúng như một lưới gươm để chặt đứt một vài nhận thức méo mó mà chúng ta đã tập nhiễm từ trước đến nay để từ đó có thể hình thành những cái nhìn mới về chính bản thân mình cũng như thế giới chung quanh. Chỉ khi nào làm được như thế, chúng ta mới thấy được giá trị cao quý của hành động quy y Tam Bảo mà chư Tổ đã bỏ bao tâm huyết để gìn giữ từ thời kỳ Nguyên thủy cho đến nay.

Chính vì đồng nhất sự hiện hành của chỉ một trạng thái tâm thiện hoặc bất thiện của một người vào một phút giây nào đó với toàn bộ nhân cách của người đó mà chúng ta đã vội vàng hình thành những phán đoán hời hợt để từ đó thốt ra những lời ca tụng hay miệt thị một cách ngu xuẩn.

Chính vì tưởng rằng các trạng thái tâm bất thiện như tham, sân, si là những trạng thái thường hằng bất biến nên chúng ta mới bỏ lỡ cơ hội thanh tẩy thân tâm để có thể trở thành một hiện hữu có ích cho chính mình và cộng đồng. Có thể nói rằng trong tất cả các hệ thống giáo lý, các ý thức hệ, các chủ thuyết đã và đang hiện hành trên thế giới thì Phật pháp là phương tiện tối ưu có thể giúp chúng ta loại bỏ tận gốc các độc tố tham sân si đang tàn phá cơ thể con người và thế giới. Không tiếp cận được Phật pháp mà mơ ước trừ bỏ tham sân si mãi mãi là một điều không tưởng.

Trên đây chỉ là một vài điều sơ đẳng được nêu làm ví dụ về khả năng chuyển đổi của Phật pháp đối với những nhận thức và hành động sai lạc của chúng ta trong cuộc sống. Với sự dẫn dắt của một vị thầy có kinh nghiệm và luôn quan hoài đến từng bước đi của chúng ta trên con đường khó khăn này, mỗi ngày chúng ta sẽ có nhiều cơ hội làm sống dậy những phẩm tính cao quý đang bị chôn vùi bởi vô minh và phiền não trong thân tâm chúng ta qua nhiều đời nhiều kiếp. Chúng ta đừng quên rằng, mục đích duy nhất của Phật pháp là giúp chúng ta có được một cái nhìn đúng về con người và thế giới. Chừng nào chưa có được cái nhìn như thế thì tất cả những gì chúng ta nhận được từ Phật pháp cũng đều như huyền như mộng.



GIỮ MÃI THƯƠNG YÊU

Giữ gìn tôi nhé nụ cười
Sớm mai chim hót đón mời bình minh
Một ngày phép lạ hiện sinh
Bước chân chánh đạo hữu tình biết bao.

Chân tâm thiền định nhiệm màu
Tình thương biến cải vết đau chữa lành
Bệnh bỗng mây trắng trời xanh
Con đường hạnh phúc cũng gần đó thôi.

Giữ gìn tôi chút niềm vui
Nuôi bao khát vọng mong đời đẹp hơn
Yên bình nguyện trước thiên môn
Hoa vô ưu nở tâm hồn sáng trong.

Đức tin tuệ giác trong xuôi dòng
Qua bao đông bão huyền không mặc lòng
Thiền căn theo những nhánh sông
Mang phù sa tưới cánh đồng ngát hương.

Giữ gìn tôi mãi yêu thương
Trong bao ánh mắt miên trường nở hoa
Chánh niệm nào phải đâu xa
Những điều kỳ diệu giao hòa trong thân.

Đếm từng khoảnh khắc trăm năm
Bước qua sinh tử một lần mà thôi
Tâm an ở lại bên người
Đường ta đi tới hoa đời sinh sôi.

GIỌT SƯƠNG TỊNH ĐỘ

Nhũ lòng thả một cành dâu
Con thuyền bát nhã biết đâu bến bờ
Tâm lành đẹp tựa áng thơ
Bề lau nhân ảnh hững hờ trôi qua.

Dòng đời một áng mây xa
Đâu là rừng trúc đâu là hiên mây
Nắng tàn rồi lại mưa bay
Ngàn hoa chợt nở phôi bày nhân duyên.

Hóa thân vào cõi diệu huyền
Đi qua dâu bể lời nguyện trăm năm
Dưới trăng nghe tiếng hạc cầm
Giọt sương tịnh độ âm thầm ngủ say.

Cội nguồn đồng vọng chân mây
Non cao biển rộng vui đây hợp tan
Trang kinh đôi bóng thời gian
Biết đâu ngõ trúc áo lam tìm về.

thơ

TÔN NỮ MỸ HẠNH



NGÔI NHÀ CỦA BẠN

HT. Thích Thái Hòa

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Tâm là ngôi nhà vĩnh cửu của bạn. Lời chỉ bảo ấy không có gì mới mẻ và cũng chẳng có gì vẫn hoa khó hiểu cả. Lời chỉ bảo ấy đã trải dài trong dòng chảy tâm linh của thế giới con người, suốt mấy ngàn năm bởi các bậc đạo sư chứng ngộ.

Ngôi nhà ấy của bạn đang bị bạn chôn chứa đầy bụi bặm phiền não và cỏ rác kiến thức. Những cục than hầm kiến thức, đang bung khói phiền não mịt mù trong ngôi nhà của bạn. Bạn sẽ bị chết ngột bởi những độc tố khói bụi trong ngôi nhà chứa đầy kiến thức ấy của bạn.

Bạn bỏ ngôi nhà ấy làm lữ khách ra đi rong ruổi kiếm tìm những cái để chịu bên ngoài, nhưng không có cái bên ngoài nào để chịu cho bạn cả. Vì sao? Vì những cái bên ngoài bạn đang tìm kiếm ấy, cũng đang được tạo nên từ những cái bên trong của tâm bạn là những cục than hầm kiến thức ấy.

Trong cuộc kiếm tìm này, nếu bạn được ai thương mời bạn vào nhà họ, đối đãi tử tế, thì chẳng bao lâu, khói trong ngôi nhà ấy cũng bị bốc lên. Tại sao? Vì chính cục lửa than hầm kiến thức ấy từ nơi tâm bạn đang bốc lên, đốt cháy cái để chịu mà người khác đã dành cho bạn.

Bạn hãy trở về và đối diện với ngôi nhà nơi tâm của bạn đi. Vứt bỏ những cục lửa than hầm kiến thức nơi tâm của bạn là tức khắc ngôi nhà của bạn trở nên thanh trong, mọi oi bức trong ngôi nhà của bạn tự nó lắng xuống và tiêu tan.

Bây giờ, bạn hãy sống với ngôi nhà không còn bất cứ cục lửa than hầm nào của kiến thức nữa.

Bạn nên nhớ rằng, trên trời dưới đất không có bất cứ một ai có khả năng làm dơ hay đốt cháy ngôi nhà tâm linh của bạn, ngoại trừ những rác rưởi và những cục lửa than hầm kiến thức nơi tâm bạn.

Những ý niệm tự ngã đã tạo nên những cục lửa than hầm đốt cháy ngôi nhà của bạn, khiến cho bạn trở thành những kẻ sống vất vưởng vô gia cư và chết vô địa táng.

Những ngôi nhà mà bạn đang xây dựng bằng ngói gạch, gỗ đá hay những tòa cao ốc bằng bê tông không phải là ngôi nhà vĩnh cửu của bạn đâu nhé. Những ngôi nhà ấy rồi cũng bị sụp đổ bởi thời gian, chúng sẽ bỏ bạn mà đi hay buồn cười và thể thâm hơn là bạn phải từ bỏ chúng.

Trong lúc đó đất tâm của bạn thì lớn vô cùng, và châu báu ngọc ngà nơi ngôi nhà tâm linh của bạn quả thật là vô tận.

Bạn hãy buông bỏ những cục lửa than hầm kiến thức ấy đi, ngay cả những kiến thức Phật pháp, thì bạn mới có thể bước vào được cửa ngõ của ngôi nhà tâm linh, và bạn sống ở trong ngôi nhà ấy một cách thoải mái và an toàn.

Bạn sống trong ngôi nhà của tâm, mà mọi ngọn lửa của ý niệm, nhận thức và kiến thức đã được dập tắt, mây khói phiền não không còn bất cứ lý do gì để hiện hữu, bạn sẽ có khả năng thấy rõ bạn là gì và thấy rõ những người chung quanh là gì của bạn.

Sống trong ngôi nhà ấy, bạn vĩnh viễn không bị những ngọn lửa của thời gian thiêu đốt; nước dù dâng cao đến mấy cũng không thể cuốn trôi và nhận chìm nhà bạn, bão táp dù mạnh đến mấy cũng không thể làm lay đổ được ngôi nhà của bạn. Tại sao? Vì bây giờ bạn với tâm bạn là một và bạn là một với ngôi nhà. Ấy là ngôi nhà rỗng lặng mọi ý niệm, không còn nguyên nhân sinh khởi lửa và khói.

Ngôi nhà tâm linh ấy hoàn toàn sáng trong bất động, không còn bị bất cứ cái sở tri hay nhận thức nào của thế gian làm chướng ngại và không còn bất cứ một hạt bụi nào của khói mây phiền não khởi lên làm lay động và che mất mặt trời tâm linh nơi ngôi nhà của bạn.

Và từ nơi ngôi nhà tâm linh sáng chói, rỗng không, vĩnh cửu và bất động ấy, bạn có thể tùy duyên ra và vào, biến thể dưới bất cứ hình thức nào, để làm lợi ích cho mọi người và làm người chỉ đường cho mọi người đi về với ngôi nhà tâm linh đích thực của họ.



NGÔN NGỮ, LỢI VÀ HẠI

Nguyễn Thế Đăng

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

1/ Ngôn ngữ là một yếu tố chính yếu tạo nên xã hội loài người

Con người hơn loài thú nhờ ngôn ngữ. Ngôn ngữ giúp con người thông tin, chia sẻ kinh nghiệm, thậm chí giúp cho ý nghĩ sáng tạo - vì tư duy là tư duy trên và bằng ngôn ngữ.

Cho đến thời đại IT và trí thông minh nhân tạo hiện nay, chúng ta vẫn có 'ngôn ngữ lập trình', 'ngôn ngữ tự nhiên lớn', 'ngôn ngữ lớn'...

Vậy ngôn ngữ có từ đâu? Bằng sự quan sát bình thường, chúng ta thấy ngôn ngữ ban đầu có sau sự vật. Sự vật có trước rồi sau mới có ngôn ngữ. Có cây chuối rồi mỗi tộc người mới nói ra, đặt tên thành tiếng 'chuối', và mỗi dân tộc biểu thị cây chuối bằng những ngôn ngữ và danh từ khác nhau.

Nói theo đạo Phật, sự vật (tướng) có trước rồi ngôn ngữ, danh từ (danh) có sau. Danh - tướng đi liền với nhau để chỉ sự vật và tên của nó.

Nhưng cùng với sự phát triển của ý thức, ngoài những từ ngữ chỉ những sự vật, những hành động cụ thể, con người còn có những từ ngữ trừu tượng như hữu hạn và vô hạn, cái đầu tiên và cái cuối cùng, cái toàn thể so với các phần tử, bản thể và hiện tượng...

Ngôn ngữ và ý thức có mối quan hệ biện chứng, dựa vào nhau để phát triển. Ý thức dựa vào ngôn ngữ để tư duy, sáng tạo và ngôn ngữ sống và phát triển được là nhờ ý thức.

Mới đây, theo sự nghiên cứu của một số giáo sư đại học Harvard, cho thấy rằng trí thông minh cảm xúc mạnh của một người là do số vốn ngôn ngữ phong phú của người ấy.

2/ Những giới hạn và nguy hại của ngôn ngữ

Ở đây chỉ nêu ra một vài điểm.

- Ngôn ngữ làm người ta làm tưởng ngôn ngữ chính là sự vật và sự việc. Ngôn ngữ chỉ là những dấu hiệu đại diện cho sự vật và sự việc. Cho rằng ngôn ngữ là tất cả sự vật và sự việc là một lỗi lầm lớn, điều này làm giới hạn ý thức của con người.

- Ngôn ngữ làm cường điệu hóa những phiền não vui buồn, thương ghét, lấy bỏ... Chẳng hạn, một kỷ niệm buồn trong quá khứ đôi khi hiện lên như những hình ảnh, thế nhưng thêm thắt cho những hình ảnh ấy bằng danh từ, tính từ... sự buồn phiền trở nên nặng nề và có thể sanh ra thêm những phiền não khác.

- Trong Mười Điều Thiện, ba dành cho thân, ba dành cho tâm, riêng về miệng có đến bốn điều. Miệng là hoạt động dễ gây nghiệp nhất: nói dối, nói thêu dệt, nói lời ác, vu khống, phi báng... Trong một cuộc chiến tranh, người ta không chỉ hành động ngoài chiến trường, mà trường ngôn ngữ, chẳng hạn như báo chí, phát thanh, cũng trở thành chiến trường để nói dối, nói xấu, dựng chuyện, tin giả, hãm dọa nhau...

- Ngôn ngữ, khi đã ăn sâu vào tâm thức, vào trí nhớ thì nó có môi trường hoạt động riêng của nó. Nó tự nói, tự nghe. Như thế làm loạn tâm rối trí. Người xưa nói "tâm vương, ý ngựa" (tâm viên ý mã). Và người ta cứ rong ruổi trên con đường ngôn ngữ không hề dứt, không dừng lại, đứng yên để xem sự thật là cái gì, như thế nào.

3/ Quan điểm Phật giáo về ngôn ngữ

Người bình thường vẫn lầm lẫn về sự vật và ngôn ngữ, danh tự, từ đó đưa đến những khổ đau không đáng có.

Sự vật là gì? Sự vật không phải là vật thể cứng chắc, không thay đổi, vĩnh viễn tồn tại. Nó chỉ là một hợp tạo, do nhiều nhân duyên mà tạm thời có mặt; khi một nhân duyên đổi thay hay mất đi, sự vật sẽ thành một cái khác hay mất đi. Sự vật không có bản chất thường còn, điều này hệ thống Bát Nhã nói rằng sự vật là do nhiều nhân duyên hợp thành, nó không có bản chất thường còn, không có tự tánh, vô tự tánh. Nếu nó có tự tánh nó sẽ mãi mãi như vậy.

Sự lầm lẫn về bản chất sự vật đưa người ta đến chỗ thất vọng, buồn phiền, khổ đau vì tin vào một điều không thật có.

Kinh Kim Cương nói: "Phàm hễ có tướng đều là hư vọng. Thấy các tướng chẳng phải tướng tức là thấy Như Lai". Như Lai ở đây là thực tại tối hậu.

Khi cho rằng sự vật là có thật một cách tuyệt đối, người ta đã giới hạn và phân mảnh chính tâm thức mình. Tâm thức trở thành trở nên cứng đặc, 'bê tông hóa' như sự vật đã bị đông đặc, 'bê tông hóa'.

Khi lầm lẫn sự vật, thay vì chỉ là chân lý tương đối và quy ước (thế đế), người ta lại cho sự vật là chân lý tuyệt đối và tối hậu. (chân đế, đệ nhất nghĩa đế).

Thêm nữa, trên sự vật tương đối và quy ước, người ta đặt tên cho sự vật tương đối và quy ước ấy bằng ngôn ngữ, văn tự. Rồi người ta lại bám chấp ngôn ngữ, văn tự - vốn là tương đối và quy ước - để xem nó là chân lý tuyệt đối và tối hậu. Thế nên đạo Phật gọi ngôn ngữ văn tự là "giả danh".

Bì kích tự thân của con người là như vậy. Như Kinh nói, "mỗi người như con nhộng tự nhả tơ để trói buộc mình".

Cho nên một trong những nhiệm vụ của đạo Phật là 'giải trừ danh tướng'. Thoát khỏi sự bám chấp vào danh tướng tức là một phần của giải thoát mà đạo Phật thường nói đến.

Nhưng con người bình thường khi lìa bỏ cực đoan này thì thường đi qua cực đoan khác. Bỏ thường kiến thì lại chạy qua đoạn kiến.

Thấy sự nguy hiểm của ngôn ngữ bèn phớt bỏ ngôn ngữ, không dùng, thậm chí chế bai ngôn ngữ, văn tự.

Trong khi các bậc chứng ngộ vẫn dùng ngôn

ngữ để dẫn dắt người khác. Không có ngôn ngữ, chúng ta sẽ không có những dấu hiệu để đi trên con đường Phật đạo, không biết thiền định, thiền quán là gì, hạnh là gì và chúng sẽ dẫn chúng ta đến đâu.

Chấp vào ngôn ngữ, văn tự là một sai lầm và chấp vào sự không cần ngôn ngữ là một sai lầm khác. Cho nên, Bồ tát Long Thọ nói trong Trung Luận:

*Chư Phật dựa hai Đế
Vì chúng sanh thuyết pháp*

Một là Thế tục đế

Hại, Đế nhất nghĩa đế.

Nếu người chẳng thể biết

Phân biệt được hai đế

Tức nơi Phật pháp sâu

Chẳng biết chân thật nghĩa.

Nếu chẳng nương Tục đế

Chẳng đắc Đế nhất nghĩa

Chẳng đắc Đế nhất nghĩa

Thì chẳng đắc Niết bàn

(Quán Tứ Đế, câu 8, 9, 10)

Khi sử dụng ngôn ngữ, văn tự, mà biết bản chất của ngôn ngữ, văn tự là vô tự tánh, là tánh lìa, là tánh Không, người ta giải thoát.

"Ngài Duy Ma Cật nói: Tất cả các pháp như tướng huyền hóa. Ngay đây ngài không có gì để phải sợ cả. Tại sao thế? Tất cả lời lẽ nói năng chẳng lìa tướng huyền hóa ấy. Như người trí, không bám chấp văn tự, nên không có gì sợ. Vì sao thế? Tánh văn tự là lìa (tánh Không). Văn tự là Không, đó là giải thoát. Tướng giải thoát ấy, tức là các pháp vậy".

(Kinh Duy Ma Cật, phẩm Đề Tử).

Với đạo Phật, miệng hay lời nói là một trong ba yếu tố cấu tạo nên con người. Ba yếu tố đó là thân, khẩu, ý hay thân, ngữ, tâm. Nhờ đầy đủ ba yếu tố ấy mà người ta sống ở đời như một con người và cũng nhờ ba yếu tố ấy mà người ta có thể thực hành Pháp và truyền bá Pháp. Thậm chí, một bậc Giác Ngộ cũng hiện diện bằng thân, ngữ, tâm. Có điều thân, ngữ, tâm của vị ấy là thân, ngữ, tâm giác ngộ.

Thế nên vấn đề là biết sử dụng khẩu, hay ngữ, hay lời nói, để tiến bộ trên con đường tự hoàn thiện và hoàn thiện cho người khác.



NHƯ LAI SỨ GIẢ

(Liên Hoàn)

(Kính dâng chư Tôn Thiên Đức Tăng Ni nhân mùa An Cư Kiết Hạ tại Tu Viện Đại Bi-California)

*Y vàng thanh thoát chốn chùa chiền,
Tỏa sáng niềm tin tỏa ánh thiêng
Pháp lý huân tu nền định tuệ
Tăng thân trường dưỡng giới hương thiền
An Cư thúc liễm ngôi hoa giác
Kiết Hạ tu trì rạng sắc liên
Khắp cõi trời người đều hoan hỷ
Như Lai Sứ Giả đạo châu viên.*

*Như Lai Sứ Giả đạo châu viên,
Đức tuệ trang nghiêm rạng khắp miền
Thập ánh đèn thiền soi cõi thế
Môi hương giáo pháp khuyến nhân duyên
Dịu người lỡ bước nương thuyền đạo
Dắt kẻ lầm đường hướng bến nguyên
Rõ sắc giai không, tri thật tướng
Nẻo về trăng sáng mãn tâm nguyên.*

*Nẻo về trăng sáng mãn tâm nguyên,
Rực ánh quang huy biển mãn thiên
Gió lộng từ bi khơi diệu hạnh
Mây giảng trí tuệ lộ chơn truyền
Trâm luân sáu cõi triêm ân phúc
Giải thoát ba môn nhuận nghĩa huyền
Sứ Giả Như Lai thâm ước nguyện
Pháp mầu vi diệu mãi hằng tuyên...!*

Mùa An Cư PL.2568

**TRÚC NGUYỄN
THÍCH CHÚC HIỀN**

Kính đề



GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ
VIETNAMESE AMERICAN UNITED BUDDHIST CONGREGATION
HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH
COUNCIL OF MANAGEMENT
CENTRAL OFFICE

4333 30th St., San Diego, CA 92104. Tel: (619) 283-7655

QUYẾT NGHỊ

Đại Hội Khoáng Đại Kỳ IV, Nhiệm Kỳ V (2024-2028) của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ

Chiếu Quy chế của GHPGVNTNKH và Quyết định, điều 8 của Đại hội thường niên lần thứ 3 (Tổ chức tại chùa Cổ Lâm, Seattle, ngày 19 tháng 6 năm 2023), Hội đồng điều hành đã long trọng tổ chức Đại hội khoáng đại IV, nhiệm kỳ V tại Tu Viện Đại Bi, Garden Grove, tiểu bang California, Hoa Kỳ.

Đại hội khoáng đại kỳ V đã quy tụ 133 thành viên đại biểu chính thức và 198 thành viên đại biểu không chính thức, gồm các thành viên của ba Hội đồng thuộc GHPGVNTNKH, cùng với nhiều quan sát viên bao gồm chư Tôn đức Tăng Ni, Cư sĩ và Huynh trưởng GDPT từ các Tự viện, Tịnh xá, Phật học Viện, Trung tâm Văn hóa Phật giáo, Tịnh thất, Niệm Phật đường, với các tổ chức Hội đoàn Phật giáo và Gia Đình Phật Tử Việt Nam tại nhiều tiểu bang.

Với 5 phiên khoáng đại tuần tự diễn ra trong hai ngày 14 và 15 tháng 6 năm 2024, toàn thể đại biểu đã lắng nghe phúc trình của Văn phòng Thường trực, báo cáo sinh hoạt của các Tổng vụ thuộc Hội đồng Điều hành nhiệm kỳ V, và các tham luận cốt lõi về hướng đi của Giáo hội, mà đặc biệt là tham luận của Tổng vụ Tăng sự, Tổng vụ Giáo dục và Tổng vụ Hoàng pháp; cùng quyết tâm thực hiện trong nhiệm kỳ mới. Sau đó Đại hội đã cùng thảo luận, chia sẻ nhiều vấn đề thiết yếu của Giáo hội, Đạo pháp và Dân tộc, đồng thuận về các quan điểm phổ quát của nền Phật giáo Việt Nam, dẫn đến các nhận định chung như sau:

- **Nội cần khắc niệm chi công, ngoại hoàng bất tranh chi đức:** Người con Phật, xuất gia và tại gia, bên trong thì luôn nỗ lực hành trì giới luật của Đức Phật, bên ngoài thì sống với cái đức không tranh, y cứ theo tinh thần lục hòa.

- **Tiếp dẫn hậu lai, báo Phật ân đức:** Giáo hội có trách nhiệm phát huy và tài bồi hàng hậu học, kể cả Tăng Ni và Phật tử, để tiếp nối sứ mệnh hoàng dương Phật pháp mà chư Lịch đại Tổ sư đã đi qua.

- **Phục vụ nhân loại và dân tộc:** Không chỉ việc phát huy và làm cho Phật pháp ngày càng phát triển, mà với tha nhân, Giáo hội còn phải nỗ lực giúp đời, giúp người, không thờ ơ trước những nỗi khổ niềm đau của nhân loại.

Với các nhận định chung như trên, toàn thể đại biểu tham dự Đại hội khoáng đại IV, nhiệm kỳ V (2024 – 2028) của GHPGVNTNKH đồng tâm:

QUYẾT NGHỊ

- 1) Tu chỉnh Quy chế của GHPGVNTNKH để tăng cường chức năng và hiệu quả của Hội đồng Điều hành nhằm đáp ứng nhu cầu Phật sự ngày càng phong phú.
- 2) Tuyển thỉnh 19 vị Trưởng lão, Hòa thượng vào Hội đồng Giáo phẩm làm nghi biểu đạo đức vô hành và chỉ đạo tối cao cho các Phật sự của Giáo hội.
- 3) Chính thức ra mắt tân Hội đồng Điều hành nhiệm kỳ V (2024 -2028). Tất cả thành viên mới được Đại hội tuyển cử vào các Hội đồng Điều hành và Hội đồng Chánh Đại diện của nhiệm kỳ V.

- 4) Tổng vụ Tăng sự phối hợp với các chùa thành viên Giáo hội tổ chức thêm Khóa An cư mùa đông để tạo cơ duyên tu học và trau dồi đạo nghiệp cho chư Tăng Ni. Khuyến thỉnh Tổng vụ Tăng Sự tiến hành việc thống kê danh sách các tự viện là thành viên của Giáo hội nói riêng, cũng như các tự viện của Phật giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ nói chung.
- 5) Khuyến thỉnh chư Tăng Ni, đặc biệt chư Tăng Ni trẻ, nỗ lực học hỏi và trau dồi vốn liếng Anh ngữ để góp phần hữu hiệu vào việc giáo dục và truyền bá Phật Pháp cho tuổi trẻ người Mỹ gốc Việt và người Mỹ bản xứ.
- 6) Khuyến thỉnh Tổng vụ Thanh niên kêu gọi sự tham gia sinh hoạt với Giáo hội tích cực hơn nữa từ phía Gia Đình Phật Tử của các miền trên đất nước Hoa Kỳ.
- 7) Phát triển Tổng vụ Ni bộ với đầy đủ các phân ban.
- 8) Hội đồng Điều hành thực hiện chương trình mở rộng địa bàn hoạt động và phát triển cơ sở Giáo hội bằng cách, cử các Chánh đại diện của các tiểu bang để tiếp xúc tạo mối thâm tình Linh sơn cốt nhục, hỗ trợ nhau trong vấn đề hoằng pháp lợi lạc hữu tình. Đồng thời, cung thỉnh chư Tôn đức Tăng Ni của các tự viện các tiểu bang tham gia Giáo hội.
- 9) Để thể hiện tinh thần tri ân và báo ân Thầy-Tổ, cũng như tạo nhân duyên tương ngộ giữa hàng Tăng sĩ và Cư sĩ khắp nơi, Giáo hội khuyến thỉnh chư Tôn đức hoan hỷ quang lâm tham dự Ngày Về Nguồn lần thứ 15 tại chùa Bảo Quang, Nam California, do GHPGVNTNKH đăng cai tổ chức; Hòa thượng Thích Thông Hải, thành viên Hội đồng Giáo phẩm, làm Trưởng ban.
- 10) Thỉnh cử Hòa thượng Thích Nguyên Siêu, Chủ tịch GHPGVNTNKH, bảo trợ và làm Trưởng ban Khóa tu học Bắc Mỹ lần thứ 12, năm 2025 tại Bồ đề Đạo tràng, Ấn Độ.
- 11) Ủy quyền Thượng tọa Thích Chúc Đại, Tổng vụ trưởng Tổng vụ Giáo dục, Tổ chức Phật Đản Chung của GHPGVNTNKH năm 2025 tại Washington DC., Hoa Kỳ.
- 12) Ủy quyền Ni sư Thích Nữ Chơn Viên tổ chức Khóa An cư Kiết hạ của GHPGVNTNKH năm 2025 tại Tu viện Đại Bi, thành phố Garden Grove, California, Hoa Kỳ.
- 13) GHPGVNTNKH luôn song hành với dân tộc, vì thế, Giáo hội tiếp tục lên tiếng kêu gọi nhà cầm quyền nước CHXHCN Việt Nam tôn trọng các công ước Quốc tế về Nhân quyền, Tự Do tín ngưỡng Tôn giáo mà Việt Nam đã ký kết.
- 14) Kêu gọi nhà cầm quyền nước CHXHCN Việt Nam phản đối mạnh mẽ việc Trung Quốc xâm lấn biển, đảo thuộc chủ quyền Việt Nam; bày tỏ sự cương quyết cùng với toàn dân bảo vệ giang sơn tổ quốc.

Quyết Nghị này gồm 14 điểm đã được toàn thể Đại hội, gồm 133 đại biểu Tăng Ni, Cư sĩ và Huynh trưởng GDPT đồng biểu quyết thông qua lúc 05 giờ chiều ngày 15 tháng 6 năm 2024 tại Tu Viện Đại Bi, thành phố Garden Grove, tiểu bang California, Hoa Kỳ.



SƠ QUÁT VỀ BA PHÁP MÔN CHỈ-QUÁN-THIỀN TRONG KINH THỦ LĂNG NGHIÊM QUA DUY THỨC HỌC

Khánh Hoàng

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

Kinh Thủ Lăng Nghiêm (Dịch giả Phan-Hán: ngài Bát Lạt Mật Để (?-?), dịch giả Hán Việt: Hòa thượng Thích Duy Lực [1923-2000]) là kinh thuộc hệ thượng thừa, viên đốn, liễu nghĩa, có tên gọi đầy đủ là "Kinh Đại Phật Đảnh Như Lai Mật Nhân Tu Chứng Liễu Nghĩa Chư Bồ Tát Vạn Hạnh Thủ Lăng Nghiêm."

Tương truyền, Tổ Huyền Sa Sư Bị (835-908) đã nhận xem kinh này mà được phát minh tâm địa. Nhưng mãi đến năm 705 (đời vua Đường Trung Tông), Kinh mới được sa môn Bát Lạt Mật Để xả thân, tự xé cánh tay để giấu Kinh rồi đem kinh đến Quảng Châu (Trung Quốc). Kinh sau đó đã được dịch từ Phạn văn sang Hán văn với ngài Bát Lạt Mật Để là vị "dịch chủ" (chủ tọa đạo tràng dịch Kinh): Ngài tụng nguyên bản Phạn văn 10 quyển của Kinh, Sa-môn Di Già Thước Khư dịch nghĩa, Sa-môn Hoài Địch dịch văn, Cư sĩ Phòng Dung nhận sắc, hiệu chính.

Nơi phần đầu quyển 1, Kinh nêu ra cơ duyên bị nạn nữ nhân Ma Đăng Già của ngài A Nan. Ngài buồn khóc và cúi xin, thỉnh cầu đức Phật chỉ dạy về 3 pháp CHỈ-QUÁN-THIỀN để tu hành thành tựu đạo quả Bồ Đề. Ba pháp môn này nhìn chung là 3 pháp tu trực tiếp ngay nơi tâm thức của con người, tâm thức của Bát Thức Tâm Vương và của Như Lai Tàng bản thể. Bát Thức Tâm Vương và Như Lai Tàng bản thể theo thứ tự chính là Vọng Tâm sinh diệt và Chơn Tâm thường trú được khai thị trong Kinh. Bát Thức Tâm Vương gồm có Tiền Lục Thức (Sáu Thức Trước) ở nơi 6 thân căn là Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỷ thức, Thiệt thức, Thân thức, Ý thức; thức thứ bảy là Mạt Na thức, thức thứ tám là A Lại Da thức. Bát thức Tâm Vương được khởi sinh từ bản thể Như Lai Tàng tâm thanh tịnh. Tuy nhiên, con người phạm phu thường khó cảm nhận được tới các tâm thức sâu xa bên trong, mà chỉ sống gần gũi, say mê với Tiền Lục Thức, bám víu theo cảnh trần bên ngoài khiến phát sinh vô lượng phiền não (tham, sân, si...), khổ đau. Đây chính là nguyên nhân khiến phạm phu gây tạo và hứng chịu vô lượng nhân quả không ngưng nghỉ trong bao kiếp luân hồi. Như thế, nhìn chung, 3 pháp môn Chỉ-Quán-Thiền có thể được xem là con đường tu tập, mở ra hành trình giúp đưa hành giả trở về cội nguồn thanh tịnh của sự sống và giải

thoát trọn vẹn. Theo trình tự chủ ý, đức Phật đã hiển bày đại thiện xảo, khéo léo, tuyệt vời khai thị về 3 pháp môn này cho ngài A Nan, giúp Ngài đắc Sơ Thiền, rồi đắc quả vị Tu Đà Hoàn cùng quả vị Tư Đà Hàm ngay dưới lời dạy.



Chỉ (Samatha, tiếng Pali) là khiến tâm được tĩnh lặng từ nơi sự chận đứng lại, giới hạn lại sự tán loạn, vọng động, vọng tưởng, vọng niệm của tác dụng "Liễu Cảnh" lăng xăng, vướng chấp, khởi niệm theo cảnh trần của Tiền Lục Thức, trong đó Ý thức có vai trò chủ chốt, quyết định, quan trọng nhất. Lý do là Tiền Lục Thức, còn gọi là Thức Đệ Tam Năng Biến (để phân biệt với A Lại Da thức và Mạt Na thức là Đệ Nhất và Đệ Nhị Năng Biến), là thức Năng Biến tiếp xúc trực tiếp với trần cảnh nên nó có tầm mức hoạt động rất đa dạng, phong phú, mạnh mẽ nhất. Điều này cũng khiến Ý thức là nguyên nhân trực tiếp gây tạo ra vô lượng nghiệp chướng, chủng tử nghiệp thức cho biết bao kiếp đời trầm luân, đau khổ. Bát Thức Qui Củ Tụng (Tác giả: Tam Tạng Pháp Sư Huyền Trang [602-664]) minh họa sự phong phú đa dạng này qua 4 câu đầu của bài kệ (12 câu) về Đệ Lục Ý thức:

"Tam tánh, tam lượng, thông tam cảnh

*Tam giới luân thời dị khả tri
Tương ứng tâm sở ngũ thập nhất
Thiện ác lâm thời biệt phối chi"*

Tạm dịch:

Ba tánh, ba lượng, thông ba cảnh

Ba cõi xoay vẫn có thể dễ biết

Tương ứng với năm mươi một tâm sở

Đến lúc thiện ác riêng biệt chi phối.

Về pháp môn tu Chỉ, theo Pháp Yếu Tu Tập Thiền Chỉ Quán (Tác giả: Tổ Trí Khải [538-597], Dịch giả: Hòa thượng Thích Thanh Từ [1924-]):

"Pháp môn tu Chỉ có 3 thứ:

1.- Hệ duyên thủ cảnh chỉ: Là buộc tâm tại chót mũi và giữa rún v.v... khiến tâm không tán loạn. Kinh chép: "Buộc tâm không buông lung, cũng như xích con vượn".

2.- Chết tâm chỉ: Là tùy tâm vừa khởi liền kiếm hãm lại, không cho nó dong ruổi tán loạn. Kinh chép: "Năm căn, tâm là chủ, thế nên các ông phải khéo dứt tâm".

Hai phần trên thuộc về sự tướng không cần phân biệt rộng.

3.- **Thể chân chỉ:** Là tùy tâm khởi niệm tất cả pháp đều biết do nhân duyên sanh, nó không có tự tánh thì tâm không chấp. Nếu tâm không chấp thì vọng niệm dứt, cho nên gọi là Chỉ. Như bài kệ trong kinh:

*"Trong hết thảy các pháp,
Nhân duyên sanh không chủ.
Dứt tâm suốt nguồn gốc,
Gọi là vị Sa-môn."*

Qua đây, có thể nhận thấy phần tu Chỉ của Pháp Yếu Tu Tập Thiền Chỉ Quán, nơi 2 pháp đầu ("Hệ Duyên Thủ Cảnh Chỉ" và Chế Tâm Chỉ) đã chú trọng, tập trung nhiều nơi công phu tu tập khiến ngừng lại, giới hạn lại các tác dụng "Liễu Cảnh," lắng lắng, vững chắc, khởi niệm theo cảnh trần bên ngoài của Tiền Lục Thức, và kèm giữ Tiền Lục Thức, không cho Tiền Lục Thức vướng mắc, chấp thủ vào nơi cảnh trần. Riêng pháp "Thể Chơn Chỉ" đã có thêm phần vận dụng tâm thức vừa được phần nào lắng trong từ 2 pháp vừa nói mà quán sát, thấu rõ về lý Nhơn Duyên, thấy rõ thêm tất cả sự vật đều không có thực thể, không có tự tánh nên chỉ là các pháp hữu vi, vô thường, sanh diệt theo nhân duyên tụ tán.

Đối chiếu với Duy Thức Học, có thể cảm nhận chỗ của "Hệ Duyên Thủ Cảnh Chỉ" chính là chỗ của 6 thức (Tiền Lục Thức); chỗ của "Chế Tâm Chỉ" chính là chỗ của độc nhất Ý thức (không có Tiền Ngũ Thức); và chỗ của "Thể Chơn Chỉ" chính là chỗ của phần Ý thức đã được tịnh hóa, được tịnh luyện, chặt lọc để trở nên thanh tịnh khiến vắng bóng, không còn có các vướng chấp thô trọng vào phần biệt cảnh trần (nên chỗ này cũng thường nôm na được gọi là chỗ của bắt đầu có được tâm Đạo).

So sánh với 3 thứ pháp môn tu Chỉ của Pháp Yếu Tu Tập Thiền Chỉ Quán, kinh Thủ Lăng Nghiêm, trong Quyển I, đã khai mở pháp môn tu Chỉ thậm thâm, cao diệu. Nhưng lại rất tương ứng, thích hợp với tâm thức hiện có lúc đó của ngài A Nan, rất gần gũi, đặc sắc, mà lại rất hiệu quả. Thông qua sự dắt dẫn của đức Phật, đấng Đại Từ Bi, đấng Đại Trí Tuệ..., đấng đã tỏ tường tất cả căn cơ, ước muốn của muôn loài chúng sinh; Ngài A Nan đã nương nhờ theo thần lực của đức Phật mà thành tâm, chuyên tâm theo từng lời Phật dạy, từng câu Phật hỏi để từ nơi Tịnh thức, cùng Trực Tâm, Thân Tâm... của chính Ngài, ngay đó đưa ra các câu trả lời thích đáng. Đây là Ngài đã tự động chóng vánh thông suốt qua, kinh qua các giai đoạn "Hệ Duyên Thủ Cảnh Chỉ" cùng "Chế Tâm Chỉ" mà ngay đó thể nhập vào ngay nơi nội tâm tự thể "Thể Chơn Chỉ". Trong phần chỉ dạy về tu Chỉ này, đức Phật đã khéo léo dẫn dắt, hướng dẫn, khơi mào, khai thị vô cùng ý nhị và đúng lúc cho ngài A Nan. Đức Phật nêu ra các câu hỏi lúc đầu có ý nghĩa đơn giản, cụ thể như chỉ hỏi về lý do Ngài phát tâm xuất gia theo đức Phật đến các câu hỏi về "Tâm ở chỗ nào?"; các câu hỏi càng lúc càng có ý nghĩa thâm sâu, tinh tế, vô hình, vô tướng... Phần dẫn dắt khéo léo tuyệt vời này đã khiến giúp ngài A Nan tự đưa ra câu trả lời rồi ngay sau đó, Ngài tự nhận biết ra là câu trả lời vừa rồi của mình chưa đúng, nên Ngài lại tự nêu ra câu trả lời khác bổ chính lại cho câu trả lời vừa rồi trước mà dần dần được hướng dẫn đi sâu vào tâm thức. Bây giờ trả lời về bảy chỗ của Tâm đã khiến giúp Ngài lắng đọng tâm thức, trở nên càng lúc



càng được định tĩnh, định tâm nên Ý Thức Ngài cũng dần dần được tinh lọc, tinh luyện (tạm gọi là Tịnh Thức của Chánh Niệm, Tịnh Giác) mà trực nhập, đi sâu vào trong cõi tâm thức thanh tịnh của chính mình. Điều này cũng khiến giúp trí tuệ Ngài càng lúc càng được lắng, nhẹ nhàng, thanh thang, rộng khắp.

Bây giờ trả lời về bảy chỗ của Tâm của Ngài nguyên văn trong Kinh là:

1. *"Nay con nhận được mắt con ở trên mặt con và tâm thức ở trong thân",*

2. *"Con nghe lời dạy của Như Lai, ngộ được tâm con thật ở ngoài thân",*

3. *"Tâm giác tri này đã chẳng biết trong mà thấy bên ngoài, theo con nghĩ là nó ẩn núp sau con mắt",*

4. *"Con lại thiết nghĩ rằng, thân thể của chúng sanh, tạng phủ ở trong, khiếu huyết (ngũ căn) ở ngoài, nơi tạng thì tối, nơi khiếu thì sáng. Nay con ở trước mặt Phật, mở mắt thấy sáng gọi là thấy bên ngoài, nhắm mắt thấy tối gọi là thấy trong thân",*

5. *"Con đã từng nghe Phật khai thị chúng rằng: Tâm sanh nên các pháp sanh, pháp sanh nên các tâm sanh. Nay con suy nghĩ, chính cái suy nghĩ ấy là tâm của con; tùy sự suy nghĩ tâm liền có, cũng chẳng ở trong, ngoài và chính giữa",*

6. *"Khi Phật với Văn Thù và các Pháp Vương Tử luận về thật tướng, con cũng nghe Phật nói tâm chẳng ở trong cũng chẳng ở ngoài. Theo như con*

ngôi, vì chẳng biết trong nên chẳng phải ở trong, thân tâm cùng biết một lượt nên chẳng phải ở ngoài, nay cùng biết một lượt mà chẳng thấy bên trong, tất phải ở giữa",

7. "Khi xưa con thấy Phật với bốn đại đệ tử (Mục Kiền Liên, Tu Bồ Đề, Phú Lô Na và Xá Lợi Phất) cùng chuyển pháp luân, thường nói "cái tâm giác tri chẳng ở trong, chẳng ở ngoài, cũng chẳng ở giữa, chẳng ở chỗ nào cả, tất cả vô trước gọi là tâm. Vậy con vô trước, được gọi là tâm chăng?"

Như thế, 7 câu trả lời của Ngài về câu hỏi "Tâm ở chỗ nào?" đã đi từ nơi Tiền Ngũ Thức (Con mắt ở đâu?), đến nơi Ý thức (Tâm ở đâu?), rồi đến nơi Ý thức cùng Mạt Na thức và A Lại Da thức (Cái thể hay suy nghĩ, phân biệt, nhận biết ở đâu?). 7 chỗ này đi từ Tâm ở nơi thân căn ("Tâm ở trong thân", "Tâm ở nơi con mắt", "Tâm ở nơi não bộ suy nghĩ"), đến nơi cảnh trần và pháp trần ("Tâm ở bên ngoài thân", "Tâm ở nơi thấy tối", "Tâm ở nơi thấy sáng"), và đến ở khoảng giữa (Tâm ở giữa Thân Căn và Cảnh Trần); rồi sau cùng Ngài đã trả lời là Tâm hiểu biết, phân biệt của Ngài "không ở trong, không ở ngoài, không ở khoảng giữa", tâm Ngài "không có bám víu vào chỗ nào cả". Đức Phật đã không khai thị 7 câu trả lời này của Ngài là đúng hay không đúng, mà đức Phật chỉ vô cùng khéo léo đặt ra những câu hỏi có chiều hướng ngược lại khiến giúp Ngài tự nhận ra các điểm còn chưa đầy đủ, chưa bao quát, còn thiếu sót trong câu trả lời của mình rồi ngay đó, liền có câu trả lời khác thay thế. Đó là do vì 7 chỗ trong 7 câu trả lời của Ngài đều chỉ là chỗ của vọng thức, tạp niệm, vọng tưởng: 5 chỗ đầu là còn thuộc về Tiền Lục Thức do tự nơi Ý Thức Ngài phân biệt, nhận biết ngay khi được đức Phật hỏi; chỗ thứ sáu thuộc về Mạt Na thức, là do Ngài nhớ lại lời đức Phật cùng Bồ Tát Văn Thù và các Pháp Vương Tử luận về nghĩa Thật Tướng rồi Ngài mừng tượng ra; chỗ thứ bảy thuộc về A Lại Da thức, là do Ngài nhớ lại lời đức Phật cùng với bốn vị đại đệ tử (Mục Kiền Liên, Tu Bồ Đề, Phú Lô Na và Xá Lợi Phất) cùng chuyển pháp luân, thường nói "cái tâm giác tri chẳng ở trong, chẳng ở ngoài, cũng chẳng ở giữa, chẳng ở chỗ nào cả, tất cả vô trước gọi là tâm" rồi Ngài chỉ nói lặp lại lời tương ứng với A Lại Da thức này. Cả 7 chỗ này không phải là chỗ của Chơn Tâm mà đức Phật muốn ngài minh liễu. Bởi vì Chơn Tâm, Như Lai Tạng bản thể, vốn là thể tánh thanh tịnh, khoáng đạt, mầu nhiệm, không có Tự Tánh, vô thể, vô tướng, rỗng rang, vô tại - vô bất tại, mênh mang trùm khắp, thường hằng, bất động, vô sanh, phi hòa, phi hợp, vô sở trụ, bình đẳng, vô phân biệt... Nên nếu nói "Tâm có chỗ nào" tức là thừa nhận Tâm đó không có trùm khắp, không có thường hằng, tâm còn có phân biệt, tâm còn có chỗ trụ, tâm chưa thực sự bình đẳng... Cũng là thừa nhận Tâm đó chỉ còn là ở mức Tiền Ngũ Thức (Nhãn thức trụ nơi trần cảnh, Nhĩ thức trụ nơi âm thanh, Tỷ thức trụ nơi hương, Thiệt thức trụ nơi vị, Thân thức trụ nơi chạm xúc) hoặc còn ở mức Ý thức (Ý thức trụ nơi pháp trần) mà thôi.

Như thế, có thể nhận định là hành trình tâm thức của Ngài trong suy tưởng, tư duy về "Thất Xứ Truy Tâm" chính là các kết tinh tốt đẹp của hình thái pháp môn tu Chỉ đặc sắc, độc đáo nơi kinh Thủ Lăng Nghiêm.

Quán (Vipassana, tiếng Pali) được tạm định

nghĩa trong bài viết này là dùng Tịnh Thức của Chánh Niệm, Tỉnh Giác (của phần tu Chỉ nêu trên) mà quán sát, quán chiếu, soi rọi để rõ biết, phân biệt tận tường sự vật được quán đến. Tịnh thức của Chánh Niệm, Tỉnh Giác này có thể được xem tương ứng với "Tuệ Minh Sát" (trí tuệ để quán sát được minh bạch rõ ràng). Các pháp quán thường được nhắc đến là quán về các thể tánh Khổ - Vô Thường - Vô Ngã (Tam Pháp Ấn) nơi các sự vật hữu vi và về Niết Bàn tịch tịnh (Pháp Ấn thứ tư) nơi giải thoát Vô Vi pháp.

Cũng theo Pháp Yếu Tu Tập Thiền Chỉ Quán, pháp môn tu Quán có 2 thứ:

"Đổi trị quán: Như quán bất tịnh đối trị tham dục, quán từ bi đối trị giận hờn, quán giới phân biệt đối trị chấp ngã, quán số tức đối trị loạn động v.v..."

Chánh quán: Quán các pháp không tướng đều do nhân duyên sanh; nhân duyên không tánh tức là thật tướng. Trước rõ cảnh bị quán tất cả đều không khởi tâm năng quán tự nhiên không khởi. Những đoạn văn trước và sau đã bàn nhiều về lý này, xin để tự hiểu. Như bài kệ trong kinh nói:

*Các pháp không bền chắc,
Thường ở trong tâm niệm,
Người thấu đạt lý không,
Tất cả không khởi niệm."*

Có thể xem pháp môn Đổi Trị Quán nơi Pháp Yếu Tu Tập Thiền Chỉ Quán chính là pháp môn Ngũ Đình Tâm Quán. Theo bộ sách Phật Học Phổ Thông (Tác giả: Hòa thượng Thích Thiện Hoa [1918-1973]), Ngũ Đình Tâm Quán gồm có 5 pháp Quán chính yếu như sau:

"Quán Số Tức, để đối trị bệnh tán loạn của tâm trí,

*Quán Bất Tịnh, để đối trị lòng tham sắc dục,
Quán Từ Bi, để đối trị lòng sân hận,
Quán Nhân Duyên, để đối trị lòng si mê,
Quán Giới Phân Biệt, để đối trị chấp ngã"*

Qua Duy Thức Học, Ngũ Đình Tâm Quán được xem là 5 pháp môn để khiến dừng lại và làm tiêu tan đi các phiền não cùng các chấp trước Ngã tướng nơi Ý Thức. Như thế, 3 Phiền Não Căn Bản (Tham, Sân, Si) được đối trị theo thứ tự lần lượt bởi Quán Bất Tịnh, Quán Từ Bi, và Quán Nhân Duyên. Pháp quán Số Tức đặc biệt được dùng để đối trị 8 Đại Tùy Phiền Não (bệnh tán loạn tâm trí) bao gồm: Trạo Cử, Hôn Trầm, Bất Tín, Giải Đãi, Phóng Dật, Thất Niệm, Tán Loạn, và Bất Chánh Tri. Cả 4 pháp Quán này được xem là có ở trong phạm vi hoạt động của Ý thức. Chỉ riêng pháp Quán Giới Phân Biệt để đối trị chấp Ngã là bắt đầu có quan hệ đến Mạt Na thức. Vì chấp Ngã có nguồn gốc từ Mạt Na thức (thức tư lương chấp Ngã): Mạt Na thức nhận Kiến phần của thức A Lại Da làm bản thể rồi đóng vai trò đôn đưa chúng tử từ nơi kho tàng nghiệp thức của A Lại Da mà tư lương, lăng xăng đủ mọi vụ việc. Do vậy, pháp Quán Giới Phân Biệt có phạm vi, đối tượng tương đối rất đa dạng, phong phú mà lại tiềm ẩn, thâm sâu hơn so với các pháp Quán Đổi Trị khác. Vì đó là Quán về các đối tượng: về 5 Uẩn (Sắc Uẩn, Thọ Uẩn, Tưởng Uẩn, Hành Uẩn, và Thức Uẩn), về 6 Nhập hay gọi là 6 Căn (Nhãn Căn, Nhĩ Căn, Tỷ Căn, Thiệt Căn, Thân Căn, và Ý Căn), về 12 Xứ (gồm có 6 Ngoại Xứ, Xứ thuộc về bên ngoài Thân, Xứ của cảnh trần: Sắc Xứ, Thanh Xứ, Hương Xứ, Vị Xứ, Xúc Xứ, Pháp Xứ và 6 Nội Xứ, Xứ thuộc về nơi Thân, Xứ của 6 Căn: Nhãn Xứ, Nhĩ Xứ, Tỷ Xứ, Thiệt Xứ, Thân Xứ, và Ý Xứ), và về 18 Giới

(gồm có 6 Ngoại Giới, Giới thuộc về bên ngoài Thân, Giới của cảnh trần: Sắc Giới, Thanh Giới, Hương Giới, Vị Giới, Xúc Giới, Pháp Giới; và 6 Nội Giới, Giới thuộc về nơi thân căn và nơi tâm thức: Nhân Giới, Nhĩ Giới, Tỳ Giới, Thiệt Giới, Thân Giới, và Ý Giới; và 6 Thức Giới, Giới chỉ thuần là tâm thức: Nhân Thức Giới, Nhĩ Thức Giới, Tỳ Thức Giới, Thiệt Thức Giới, Thân Thức Giới, và Ý Thức Giới). Như thế, nhìn chung Đối Trị Quán có thể được xem là sự vận dụng phần Tịnh Thức của Ý thức để soi chiếu lại các lăng xăng, vướng chấp của chính nó (Ý thức) và thông qua sự soi chiếu này, các phiền não, vướng chấp hư vọng nơi Ý thức sẽ tự dần dà được tiêu tan, không còn hiện diện nữa.

Ngoài pháp Quán Đối Trị, Pháp Yếu Tu Tập Thiền Chỉ Quán đã phân biệt thêm về pháp Chánh Quán là pháp quán tất cả sự vật, đối tượng mà thông rõ về Lý Nhân Duyên. Cũng có thể cảm nhận pháp Chánh Quán này chính là pháp Tứ Niệm Xứ Quán thường được nhắc đến. Pháp Tứ Niệm Xứ Quán minh thị ra 4 chỗ quán chiếu (Thân, Thọ, Tâm, Pháp) để cho tâm niệm được an trú. Bốn pháp quán ấy là:

1. Thân Niệm Xứ Quán:

Là quán chiếu thân, rõ được thân là bất tịnh, là căn nguồn gốc của mọi tội lỗi, là do nhân duyên giả hợp mà có ra, không phải là thật thể trường tồn.

2. Thọ Niệm Xứ Quán:

Là quán sát các cảm thọ (Ưu, Khổ, Hỷ, Lạc, Xả) đều do nhân duyên giả hợp mà có ra, đều là khổ.

3. Tâm Niệm Xứ Quán:

Là quán sát các tâm (từ Tiền Lục Thức cho đến Mạt Na thức, A Lại Da thức) đều do nhân duyên giả hợp mà có ra, đều là Vô thường, chuyển biến, sát na sanh diệt không ngừng.

4. Pháp Niệm Xứ Quán:

Là quán sát tất cả vạn pháp (bao gồm cả Thân Xứ, Thọ Xứ, Tâm Xứ vừa nêu trên) đều do nhân duyên giả hợp mà có ra, đều là duyên khởi, nên là vô ngã.

Pháp Tứ Niệm Xứ Quán giúp tâm niệm được an trú mà liễu tường được các nhân duyên sinh khởi, rõ được 4 chỗ Thân-Thọ-Tâm-Pháp đều không có thực thể, không có tứ tánh. Quán liễu được như vậy khiến giúp chủ thể Năng Quán không còn khởi sinh. Điều này có ý nghĩa là nay Đề Lục Ý thức của hành giả đã thông tỏ được Lý Nhân Duyên, đã nhận biết, phân biệt tỏ tường được về tính cách như huyễn, như mộng... của vạn sự, vạn vật, của 3 hòa hiệp Căn-Trần-Thức nên phần Tịnh thức (nơi Ý thức) không còn có bất kỳ chấp luyến nào nơi trần cảnh và cả nơi khởi sinh tâm Ý thức. Hai bên Sở thức và Năng thức đều được buông xả, tâm thức chấp Ngã không còn hiện diện, nên có thể gọi là tâm thức hành giả nay đã vượt qua Đề Thất Mạt Na thức mà vào đến Đề Bát A Lại Da thức. Chỗ này được xem là đã Kiến Đạo, tương đương với giai vị Sơ Địa (Hoan Hỷ Địa) của Thập Địa Bồ Tát bên Bồ Tát thừa, hoặc được xem tương đương với giai vị Tu Đà Hoàn (Nhập Lưu) bên Thanh Văn thừa.

(còn tiếp một kỳ)



HỎI THĂM ĐƯỜNG MÂY CŨ

*sư nhìn xem mai nở
từng cánh vàng mở bung
đông phong về lay động
nguyên xuân oà sau lưng.*

*trước ngõ tre là ngọn
bóng hồng trúc che nghiêng
nửa cài khung cửa vắng
nửa chìm tận chân mây.*

*ráng mai ngời chồi biếc
én liêng cuối từng xa
không gian như rộng mở
cánh chim dài đường qua.*

*gậy trúc sư lên núi
tìm về núi rừng xưa
hỏi thăm đường mây cũ
đá im lìm lặng qua.*

*dưới bóng cây tình toạ
ý niệm trước không sinh
mà thành mọi hiện tượng!
đang niệm biết tâm mình.*

*xưa nay ai biết được
tâm dừng đá nở hoa!*

thơ **PHỔ ĐỒNG**

NGUYỆN GIẢI THOÁT NGAY HIỆN TIỀN

Nguyên Giác

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Trong nhà Phật, lời nguyện là một phần có thể gặp ở bất kỳ kinh sách nào. Hầu hết các lời nguyện đều lớn vô cùng, và trải dài vô cùng tận. Trong các chùa Thiền Tông, chúng ta thường nghe tới Tứ hoằng thệ nguyện, nơi câu đầu "Chúng sanh vô biên thệ nguyện độ" (Nguyên giải thoát vô số chúng sinh) đã mang tâm lượng vô biên, vô cùng tận. Trong các chùa Tịnh Độ, các bộ *Kinh A Di Đà*, *Kinh Dược Sư* đều ghi những lời nguyện lớn của các vị Phật tương ứng. Tới đây, chúng ta có thể gặp một câu hỏi, rằng có lời nguyện nào sẽ thích hợp cho kiếp này thôi. Bởi vì, có những vị tuổi thọ chỉ còn chừng vài năm nữa là sẽ qua kiếp khác. Và Đức Phật đã dạy những gì cho lời nguyện trong một kiếp ngắn hạn này?

Trước tiên, chúng ta cần phân biệt giữa "tham" (ambition) và "nguyện" (aspiration). Cả hai đều là "muốn" nhưng "muốn cho tôi" hiển nhiên khác với "muốn cho người khác" và cũng khác với "muốn gỡ bỏ cái chấp là tôi" trong thân tâm này. Tham là muốn thêm gánh nặng. Nguyên là muốn gỡ bỏ gánh nặng. Lúc đó, nguyện phải đi với hạnh. Chữ "hạnh nguyện" có ý nghĩa là, khi nhận ra nguyện là ước muốn xa lìa khổ, thì sẽ thấy cần phải tu học lời Phật dạy mới thành tựu lời nguyện được, và suy nghĩ như thế là chính tư duy. Trong khi đó, lòng "tham" sẽ đi ngược với lời Phật dạy, tức là tà tư duy.

Tới đây, bạn thử hình dung rằng, khi bước vào một ngôi làng của những người Bà La Môn (và các tôn giáo khác), chúng ta nên nói gì để hoằng pháp? Chúng ta đang sống trong thời kỳ thánh chiến, bom đạn khắp trời ở Trung Đông, hiển nhiên bản thân không đủ oai lực để vào giữa ngôi làng dị giáo để thuyết pháp. Vậy thì, thời rất xa xưa, Đức Phật đã nói gì? Xin bạn hãy nhớ rằng, thời Đức Phật hoằng pháp, chưa hề có mô hình Đạo Phật như chúng ta thấy bây giờ. Lúc đó, chỉ có các tu sĩ và cư sĩ tu theo Bát Chánh Đạo do Đức Phật tuyên thuyết và ngoài ra là những người ngoại.

Lúc đó, bước vào giữa ngôi làng của những người gia chủ Bà La Môn, Đức Phật chỉ nói đơn giản là hãy phát nguyện, hãy giữ hạnh nguyện xa lìa lậu hoặc và hãy "chứng ngộ, chứng đạt và an trú ngay trong hiện tại tâm giải thoát, tuệ giải thoát vô lậu!" Đức Phật đã dạy như thế với các gia chủ Bà La Môn, những người chưa từng quy y và chưa biết gì về Chánh pháp.

Đó là Kinh Trung Bộ MN 41, ghi theo bản dịch của Thầy Minh Châu, "Một thời Thế Tôn đang du

hành trong nước Kosala (Kiều tất la) cùng với Đại chúng Tỷ-kheo đi đến một làng Bà-la-môn của dân chúng Kosala tên là Sāla... các gia chủ Bà-la-môn ở Sa-la đi đến chỗ Thế Tôn ở, sau khi đến, một số đánh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên; một số nói lên những lời chào đón, thân hữu xã giao với Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên; một số chấp tay vái Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên; một số nói lên tên họ của mình trước mặt Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên; một số giữ im lặng rồi ngồi xuống một bên..." Sau khi hỏi Đức Phật về nhân nào và duyên nào dẫn người chết sanh về các cõi lành, cõi dữ... các gia chủ Bà La Môn mới thỉnh Phật thuyết pháp, "Lành thay, nếu Tôn giả Gotama thuyết pháp cho chúng con để chúng con có thể hiểu đầy đủ những gì Tôn giả Gotama thuyết một cách văn tắt!"

Lúc đó, Đức Phật thuyết về thân hành, khẩu hành và ý hành, và dạy họ hãy hành đúng pháp (tức là Bát Chánh Đạo) và **phải mong ước, phải mong rằng (phải phát nguyện)** hãy chứng ngộ, chứng đạt và giải thoát **ngay trong hiện tại**, chứ đừng chờ tới tuần sau, tháng sau, hay năm sau. Đức Phật dạy trong Kinh MN 41, trích:

"...Này các Gia chủ, nếu một vị hành đúng pháp, đúng chánh đạo, **mong ước: "Ồi, mong rằng, với sự đoạn trừ các lậu hoặc, với thắng trí, ta chứng ngộ, chứng đạt và an trú ngay trong hiện tại tâm giải thoát, tuệ giải thoát vô lậu!"** Sự kiện này xảy ra, vị ấy với sự đoạn trừ các lậu hoặc, với thắng trí, chứng ngộ, chứng đạt và an trú ngay trong hiện tại tâm giải thoát, tuệ giải thoát vô lậu. Vì sao vậy? Vì vị ấy là vị hành đúng pháp, đúng chánh đạo." (1)

Như thế, Đức Phật dạy là phải nguyện chứng ngộ ngay trong hiện tiền, nói rõ là phải tinh tấn, là hành trì cộng với nguyện kiên cố. Trong bản dịch, chính Thầy Minh Châu mở ngoặc để ghi rõ là bên cạnh hành trì là phải có nguyện, sức nguyện mạnh tới nỗi dù là cạn máu, khô gân thì vẫn tinh tấn. Kinh SN 12.22 trích:

"Như vậy, này các Tỷ-kheo, với Pháp được Ta khéo thuyết, hiển thị, khai thị, hiển lộ, các buộc ràng được cắt đoạn, thật là đủ cho Thiện nam tử do lòng tin xuất gia có thể bắt đầu tinh tấn (hành trì và nguyện). Như vậy, này các Tỷ-kheo, với Pháp được Ta khéo thuyết, hiển thị, hiển lộ các buộc ràng được cắt đoạn. Chắc chắn **đầu chi còn lại da, gân và xương trên thân, đầu thịt, máu trở thành khô cạn, mong rằng tinh tấn lực, sẽ được kiên trì để chứng đắc những gì chưa chứng đắc, nhờ trượng phu lực, nhờ trượng phu tinh tấn, nhờ**



trượng phu cần đồng.” (2)

Đức Phật bảo đảm rằng các đệ tử (hiểu là tu sĩ và cư sĩ) khi có lòng tin và sống thể nhập giáo pháp, với nguyên kiên cố (bất kể da thịt máu xương khô héo, vẫn giữ tinh tấn lực) thì hoặc là chứng quả A La Hán, hoặc là chứng quả Bất hoàn. Kinh MN 70, bản dịch của Thầy Minh Châu, trích:

“Này các Tỷ-kheo, đối với đệ tử có lòng tin giáo pháp bậc Đạo Sư và sống thể nhập giáo pháp ấy, thời tùy pháp này được khởi lên: “Dầu chỉ còn da, gân và xương, dầu thịt và máu trên thân bị khô héo, mong rằng sẽ có tinh tấn lực để chứng đắc những gì chưa chứng đắc, nhờ trượng phu nhẫn nại, nhờ trượng phu tinh tấn, nhờ trượng phu cần đồng”. Này các Tỷ-kheo, đối với một đệ tử có lòng tin giáo pháp bậc Đạo sư và sống thể nhập giáo pháp ấy, vị ấy sẽ chứng được một trong hai quả như sau: Chánh trí ngay trong hiện tại, và nếu có dư y, chứng quả Bất hoàn.” (3)

Hãy tin rằng, nếu tu đúng lời Phật dạy, sẽ thấy kết quả hiện ra tức thời, không chờ lâu. Đức Phật bảo đảm như thế. Và tâm của người tu có thể làm chói sáng cả khu rừng. Kinh MN 32, Đức Phật dạy: “Và này các Ông hãy nghe Ta nói hạng Tỷ-kheo nào có thể làm sáng chói khu rừng Gosinga? Ở đây, này Sāriputta, Tỷ-kheo, sau buổi ăn, sau khi đi khất thực về, ngồi kiết-già, lưng thẳng, đặt niệm trước mặt, và nghĩ rằng: “Ta sẽ không bỏ ngồi kiết-già này cho đến khi tâm của ta được khéo giải thoát các lậu hoặc, không có chấp thủ”. Này Sāriputta, hạng Tỷ-kheo như vậy có thể làm sáng chói khu rừng Gosinga.” (4)

Pháp nào mà có oai lực nhanh như thế? Tất nhiên là giới, định và tuệ. Tức là khung của Bát Chánh Đạo.

Trong Kinh Pháp Cú, có ba bài kệ, trong ba trường hợp, cho thấy, sau khi mỗi lần Đức Phật nói kệ xong, có 500 vị sư đắc quả A La Hán. Nghĩa là, chứng ngộ, chứng quả và an trú tâm giải thoát ngay hiện tại. Trong đó, bài Kệ 170 dạy quán các pháp như bọt nước, như cảnh huyền. Bài Kệ 277 dạy quán tất cả hiện tượng hữu vi đều vô thường. Và bài Kệ 279 dạy quán tất cả các pháp đều vô ngã. Đó là 3 pháp giải thoát ngắn nhất.

Tới đây, chúng ta đề nghị một thiền pháp tổng hợp từ nhiều kinh, nhưng được đơn giản hóa, để quán sát, và cảm nhận cả ba bài kệ trên: quán như huyền, quán vô thường, và quán vô ngã. Nếu vị nào giữ giới nghiêm túc, sẽ vào định dễ dàng. Có thể tập trong mọi tư thế đi, đứng, nằm, ngồi. Dù vậy, vẫn nên ngồi mỗi ngày, thời lượng tùy, có thể ngồi trên ghế và hai bàn chân áp sát mặt đất, giữ lưng thẳng, mắt lim dim cúi nhìn thấp, hai tay để lên nhau dưới rún, thả lỏng toàn thân.

Bất kể những niệm nào, hay cảm thọ nào khởi lên trong tâm, hãy nhận biết và để mặc, cho trôi qua đi. Bạn hãy tập trung vào cảm giác của hơi thở vào và hơi thở ra. Nếu tâm trôi lang thang, chỉ cần nhẹ nhàng đưa sự chú tâm trở lại hơi thở để cảm nhận hơi thở.

Hơi thở ngắn hay dài thì tự nhiên, tùy cơ thể bạn. Bạn chỉ cần tinh thức, nhận biết, khi thở vô hơi dài thì biết “Tôi thở vô dài.” Khi thở ra hơi dài thì biết “Tôi thở ra dài.”

Khi thở vô hơi ngắn thì biết “Tôi thở vô ngắn.” Khi thở ra hơi ngắn thì biết “Tôi thở ra ngắn.”

Rồi bạn hướng tâm, “Cảm giác cả toàn thân, tôi thở vô. Cảm giác cả toàn thân, tôi thở ra.”

SẮC – KHÔNG

*Ta đi tìm nắng vàng rơi
Nắng tàn trên áo Ai ngồi nhật Hoa
Trăng về trải lụa cà sa
Trang kinh vô tự ba ngàn cõi thom
Rừng Thiền lấp lánh tâm hương
Tiếng chuông thiền định gõ bờ u minh
Hoa đơm Diệu Pháp Chân Kinh
Giữa hư vô quyện khói trầm hương bay
Hạt sương ôm gió ngàn bay
Thanh âm tiếng mõ rót đầy hư vô
Khách trần “rung gót liễu tơ”
Mặc tình sóng gợn “nghe hồn nước reo”
Ngàn hoa rải phấn mây chiều
Mênh mông một bóng con thuyền đầy trăng
Ta về thấp nền cỏ trầm
Lung linh hư ảo, một màu Sắc – Không.*

thơ TÂM PHƯƠNG

San Diego, California

Rồi bạn hướng tâm, “An tịnh toàn thân, tôi sẽ thở vô. An tịnh toàn thân, tôi sẽ thở ra.”

Qua hơi thở, bạn đang biết và đang cảm thọ vô thường trôi chảy trên toàn thân tâm, bạn nhận biết rằng không có chỗ nào gọi là “cái tự ngã” nơi toàn thân, nơi mắt tai mũi lưỡi thân ý. Bạn biết như thế, và cái biết này không vuông hay tròn, không xanh hay đỏ, không hôm qua hay ngày mai, không vướng vào bất cứ gì. Tất cả chỉ là dòng chảy của cái biết trên cái đang là, và cái đang là đang trôi chảy cũng chính là vô thường, vô ngã, như huyền. Hãy để tâm tinh thức và an nghỉ trên cái biết, cái đang là.

Khi bạn muốn rời thiền thì hãy dịu dàng cử động trở lại, xoa bóp chân cho máu huyết lưu thông bình thường. Rời thiền, hãy giữ tâm trong cái biết, trong pháp quán như huyền, quán vô thường, quán vô ngã, mà 1.500 vị sư đã chứng quả A La Hán ngay khi nghe xong ba bài kệ.

GHI CHÚ:

(1) Kinh MN 41, bản dịch Thầy Minh Châu: https://suttacentral.net/mn41/vi/minh_chau

(2) Kinh SN 12.22: https://suttacentral.net/sn12.22/vi/minh_chau

(3) Kinh MN 70: https://suttacentral.net/mn70/vi/minh_chau

(4) Kinh MN 32: https://suttacentral.net/mn32/vi/minh_chau



CHÁNH TRÍ – GIẢI THOÁT

(*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,
Hôm nay Nhóm Áo Lam xin kể các bạn nghe về tích truyện của ngài Godhika, người đã chứng được quả vị A la hán trước khi nhập diệt. Truyện này do đức Thế tôn kể lại trong một thời Pháp tại tịnh xá Trúc Lâm.

Thuở ấy, ở nước Ma Kiệt Đà, có vị trưởng lão tên Godhika tu hành rất tinh tấn, thường ngồi thiền trên một phiến đá. Nhưng rũi thay, mỗi khi vào đại định, ngài lại bị bệnh hoạn hoành hành, khiến cho việc tu tập bị trở ngại. Cứ như vậy, đã 6 lần, tuy trưởng lão cương quyết nỗ lực hành trì nhưng mỗi lần đều bị gián đoạn vì cơn đau kéo đến, sự tiến bộ bị ngưng trệ... Đến lần thứ bảy, ngài quyết tâm thà chết chứ không chịu ngã lòng. Khi Trưởng lão sắp dùng dao cạo cắt yếm hầu để tự sát thì chứng được quả vị A la hán. Sau đó ngài nhập diệt.

Lúc bấy giờ Ma vương biết được Trưởng lão Godhika đã tử trần, mới tìm cách xem Trưởng lão chết sinh về đâu nhưng tìm hoài không thấy. Ma vương bèn hóa hình ra một chàng thanh niên đến yết kiến đức Phật để thưa hỏi.

Ma vương đến gặp đức Phật và thưa bạch đức Thế tôn, chẳng hay trưởng lão Godhika đã thác, sẽ đi về đâu? Đức Phật bảo: "Này Ma Vương, ông đừng cố tìm biết nơi thác sinh của Godhika làm gì cho vô ích vì trưởng lão Godhika đã chứng được quả vị A la hán sau khi gột sạch tất cả lậu hoặc và nhập niết bàn. Với tất cả quyền lực của một Ma vương, ông chẳng thể nào tìm được nơi thác sinh của những bậc đã chứng quả vô sanh như Godhika.

Rồi đức Phật nói lên bài kệ, đại ý:

Người nào thành tựu các giới hạnh, hằng ngày chẳng buông lung, an trụ trong chánh trí và giải thoát, thì ác ma không thể dòm ngó được.

*"Người hằng sống trong lòng tinh thức
Giới hạnh cao, đạo đức vẹn toàn
Bằng chánh trí, giải thoát xong lậu hoặc
Ác ma muốn bắt, biết đâu mà tìm."
(Kinh Pháp Cú, kệ # 57)*

Thưa Anh Chị Em,

Quả vị A la hán là quả vị cao nhất trong hàng Thanh Văn. Người chứng được quả vị này chẳng còn phải tái sanh trong cõi luân hồi nữa nên còn gọi là quả VÔ SANH, hằng sống trong cảnh tịch diệt của Niết bàn.

Ác ma là biểu tượng sự lôi cuốn của Tham, Sân, Si, Mạn, Nghi... dưới hình thức ma quỷ lộng hành lôi cuốn người tu hành đi vào con đường XẤU AC.

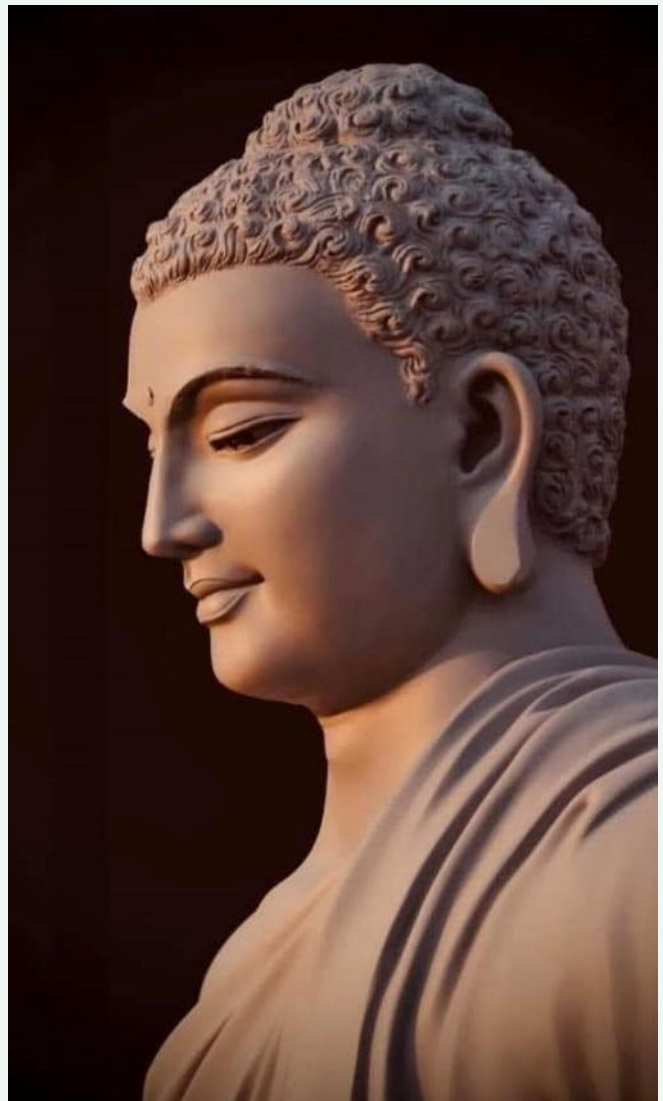
Anh Chị Em chúng ta cũng đang sống trong vòng xoáy của tam độc Tham, Sân, Si... Chúng ta cũng đang tu học đạo TỈNH THỨC, chúng ta luôn cố gắng tinh tấn để dừng tiến trên đường ĐẠO, bằng

cách luôn giữ tâm SÁNG SUỐT, ĐỊNH TĨNH VÀ TRONG LÀNH (1) để khỏi bị Ma vương quấy phá.

Thương kính chúc Anh Chị Em sức khỏe và an lạc.

Trân trọng,
Nhóm Áo Lam

(1) GIỚI (Trong lành), ĐỊNH (Định tĩnh), TUỆ (Sáng suốt).



HOẰNG PHÁP LÀ VIỆC NHÀ

Thích Hạnh Tuệ

*(Tham luận của Tổng vụ Hoằng Pháp trong Đại Hội Khoáng Đại IV, Nhiệm Kỳ V [2024 – 2028]
Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ)*

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Hoằng pháp thị gia vụ, lợi sanh vi sự nghiệp. Hoằng pháp là việc nhà, lợi sanh làm sự nghiệp. Từ ngày Đức Thế Tôn thành đạo dưới cội cây bồ đề nơi Bồ Đề Đạo Tràng đến lúc nhập Niết bàn nơi Câu Thi Na, Ngài chưa khi nào dừng lại con đường hoằng pháp.

"Một người, này các Tỳ kheo, khi xuất hiện ở đời, đem lại hạnh phúc và an lạc cho số đông, vì lợi ích, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chư thiên và loài người. Một người ấy là ai? Chính là Thế Tôn, bậc A la hán, Chánh đẳng giác." (ĐTKVN, Tăng Chi Bộ I, chương 1, phẩm 1 người, VNCPHVN ấn hành, 1996, tr. 46)

Và rồi, một lần nọ, Đức Phật vào thành Vesali khất thực rồi cùng tôn giả Ananda đến Cápàla. Khi ấy, Ác ma đến yêu cầu Đức Phật diệt độ. Ngài dạy rằng, Ngài chỉ diệt độ khi nào chánh pháp được truyền bá rộng rãi, vững vàng; thế rồi, Ngài hỏi tôn giả Ananda có yêu cầu gì không, ba lần Bậc Đạo sư hỏi thế nhưng tôn giả Ananda vẫn không hiểu ý. Cuối cùng Ác ma lại thỉnh cầu Phật diệt độ, Ngài chấp thuận và bảo tôn giả Ananda rằng ba tháng nữa Ngài sẽ nhập Đại niết bàn. Bấy giờ, tôn giả Ananda lại van xin Ngài đừng diệt độ, nhưng Ngài không chấp thuận khẩn cầu ấy. Đức Phật cùng chư vị Tỳ kheo đệ tử đến Kutagara, tại đây, Ngài nhấn mạnh đến trách nhiệm của hàng đệ tử xuất gia tu học và truyền bá giáo pháp của Ngài đến với chúng sanh, lấy chúng sanh làm đối tượng để phụng sự: "Này các Tỳ kheo, nay những pháp do ta chứng ngộ và giảng dạy cho các ông, các ông phải khéo học hỏi, thực chứng, tu tập và truyền rộng để phạm hạnh được trường tồn vì hạnh phúc cho chúng sanh, vì lòng thương tưởng cho đời, vì lợi ích, vì hạnh phúc, vì an lạc cho trời và người."

Kính bạch Chư Tôn Đức,

Kính thưa Đại hội,

Với mục đích hoằng pháp cao cả đó, chúng con xin được nêu lên vài cảm nhận của chúng con để Chư Tôn đức và đại hội chúng tri, liễu cảm.

1. Hoàn thiện tự thân (tự giác)

Như là một định luật tất nhiên của vạn loài chúng sanh, tự thân phải vươn lên để tồn tại trước



những chướng duyên, nghịch cảnh của dòng đời. Người xuất gia được nuôi dưỡng chí nguyện và ý thức rõ như trong Quy sơn cảnh sách đã sách tấn: "Phụ mẫu bất cung cam chi, lục thân cố dĩ khí lý, bất năng an quốc trị bang, gia nghiệp đồn quyên kể tự, miễn ly hương đảng, thế phát bảm sư. Nội cần khắc niệm chi công, ngoại hoằng bất tránh chi đức, huyñh thoát trần thế, ký kỳ xuất ly." (Đối với cha mẹ không dâng cho miếng ăn ngon ngọt, quyến thuộc cũng quyết rời bỏ xa lìa, không thể trị an việc nước, lại chăm dứt nỗi đời nghiệp nhà, xa làng bỏ xóm, cắt tóc vâng thầy học Đạo. Vậy nên bên trong cần giữ được cái niệm công phu tu tập, bên ngoài thì mở rộng cái đức hạnh không tranh chấp, xa rời trần thế, cầu mong giải thoát.)

Trước nhất, người Tăng sĩ cần có cái chất tu thật thụ, ít hay nhiều thì phụ thuộc vào khả năng liễu Đạo của mỗi người nhưng không thể không có chất liệu của sự tu tập, chuyển hoá những căn bản của kiết sử phiền não. Cần có kiến thức Phật pháp để tự mình có khả năng trách pháp mà tu và không vướng vào những chiêu trò giữa thế giới đa phương, đa chiều, đa tư tưởng, những thứ này mỗi ngày càng đến gần hơn với con người chúng ta, như lửa trong lòng tay, lửa trong túi áo.

Thứ nữa, hoàn thiện tự thân để phù hợp với xã hội, với môi trường sống. Tiếp biến văn hoá là một khái niệm vừa để tự tôn, bảo lưu và truyền bá. Phương tiện tối thiểu là ngôn ngữ để thu nhận và truyền đạt tri thức. Bên cạnh đó, sự văn minh tiến bộ của xã hội như một phương tiện cho con người dễ dàng tiếp nhận và xử lý thông tin. Tàng kinh các bây giờ không chỉ còn nằm trong các tủ kính đồ sộ, lời Phật dạy bây giờ không phải chỉ còn ghi trên các trang giấy, mà Kinh điển, lời dạy của Đức Phật được lưu giữ vô hình, được tìm kiếm mau chóng, rõ ràng, chính xác trong tầm tay của mình chỉ với vài thao tác của đầu ngón tay, hay thông qua giọng nói (AI). Vì vậy, người Tăng sĩ thời nay, không thể ngó lơ, lơ đi các phương tiện hiện bày ở xung quanh vì những phương tiện này giúp ích hữu hiệu cho chúng ta ở thời đại này trên con đường hoằng truyền Phật pháp. Đồng thời với cái tiện lợi (tốt) là cái bất tiện

(xấu) tồn tại song hành. Công nghệ tiện lợi ngày nay, ai cũng có thể dùng được, ai cũng có thể trở thành người đưa tin. Vì vậy, những gì chúng ta chuyển tải qua ý nghĩ, lời nói, việc làm đều có thể là tấm gương phản chiếu trở lại cho chúng ta. Cũng không ngoại trừ những ảnh hưởng tiêu cực bởi vô tình hay cố ý, chủ quan hay khách quan mà gây buồn khổ cho người khác, tổn hại đến niềm tin của người Phật tử. Y thức được điều này, chúng ta sẽ chững chạc hơn, tử tế hơn trong mọi cung bậc của sự tiếp xúc, chánh niệm và tinh giác hơn trong thân hành, khẩu hành và ý hành.

Trong hai điều trên, nội lực tu chúng là điều vô cùng cần thiết, là lối cây, là phao bảo hộ, là áo giáp để giữ gìn cái cốt cách của người tu hành.

2. Giúp ích cho người (giác tha)

Điều thứ 4, chương thứ hai, của Hiến chương, GHPGVNTN đã nêu lên mục đích của tổ chức là "để phục vụ nhân loại và dân tộc bằng cách hoằng dương chánh pháp".

Điều này minh định rằng việc của Giáo Hội làm không gì khác hơn là "hoằng dương chánh pháp", đem chánh pháp của Đức Phật lưu bố rộng rãi từ phố thị đến nông thôn; từ những bậc đế vương thống nhiếp thiên hạ khiến cho quần chúng nhân dân kính cần cúi đầu cho đến những người thấp cơ lỡ vận, liêu minh buồn nguyệt bán hoa bị xã hội khinh khi, chê bỏ; đem chánh pháp lưu truyền cho dân tộc này, cho dân tộc khác, cho quốc độ này, cho quốc độ khác... vì chúng nhân sống trong nền văn hoá khác nhau, phong tục tập quán khác nhau, nghiệp thức cộng đồng khác nhau... nên giáo pháp cũng tùy duyên mà hiện khác nhau. Bậc Đại y vương tùy bệnh chúng sanh mà cho thuốc. Thuốc hay là thuốc làm cho khỏi bệnh. Cho uống thuốc nhiều hay cho uống thuốc ít, pha loãng ra hay làm cho đậm đặc lại là tùy thuộc vào đối tượng tiếp nhận để y sĩ thi triển Phương tiện thiện xảo của Bậc Điều ngự - Trượng phu là Thiện thế chúng sanh trong vòng luân hồi sanh tử.

Vì vậy, để hoằng dương chánh pháp thì cần thiết phải có giáo pháp bằng văn bản khả tín nhất để nương tựa. Vì tinh cần thiết này, GHPGVNTN đã thành lập Hội đồng phiên dịch Tam tạng kinh điển năm 1973 gồm có 18 vị Kỳ túc Tông lâm để chúng ta có chánh pháp bằng ngôn ngữ mẹ đẻ của mình mà y cứ, nương theo lời Phật dạy. Ngày 19/3/2023, Lễ ra mắt Thanh Văn Tạng giai đoạn I, phần I của Đại Tạng Kinh Việt Nam với 24 bộ Kinh, Luật, Luật và 5 tập Tổng lục do Cố Trưởng lão HT Thích Tuệ Sỹ làm Chủ tịch Hội đồng Phiên dịch Tam tạng Lâm thời thực hiện là pháp bảo quý báu, cần thiết để y cứ mà tìm về biển pháp sơ khai, chứa đựng giáo điển cơ bản trong công cuộc hoằng pháp của Đức Phật.

Nương tựa nơi Giáo pháp để tu học cho tự thân, nương nơi Giáo pháp để biết đâu là thích hợp, đúng đắn với lời Đức Phật dạy và từ đó sẽ tự mình giới hạn được những phát biểu cảm tính trong việc thuyết giảng, cho rằng đây là lời Đức Phật dạy hoặc không phải lời Đức Phật dạy.

Còn Hoằng dương là khía cạnh của chủ thể con

người. Khi Tăng đoàn đã có 60 vị A la hán, Đức Thế Tôn quyết định cho Chư Tôn Đức đi khắp nơi để truyền bá Chánh pháp. Trước khi lên đường, Ngài đã động viên và kêu gọi:

"Này các Tỳ kheo, hãy đi vì lợi lạc của nhiều người, vì hạnh phúc của số đông, vì lòng bị mẫn đối với thế gian, vì lợi lạc, vì hạnh phúc của trời và người. Các ông hãy đi, nhưng đừng đi hai người cùng một hướng, hãy đi mỗi người một ngã, hãy truyền bá chánh pháp. Này các Tỳ kheo, chánh pháp toàn thiện ở phần đầu, phần giữa cũng như phần cuối, cả trong ý tứ và lời văn. Hãy tuyên bố về cuộc sống toàn thiện và thanh tịnh... Hãy phát lên ngọn cờ của bậc thiện trí, hãy truyền dạy giáo pháp cao siêu, hãy mang lại sự tốt đẹp cho người khác; được vậy, là các ông đã hoàn tất nhiệm vụ" (Mahavagga - Đại phẩm 19, 20).



Ngày 10/5/2021, HT Thích Tuệ Sỹ, Chánh Thư ký xử lý Viện Tăng Thống GHPGVNTN ra Thông Bạch công bố Quyết định thiết lập Hội Đồng Hoằng Pháp cho GHPGVNTN qua các châu lục y cứ trên hai nguyên tắc kế lý và kế cơ.

Về kế lý là thành lập Ban phiên dịch và Trước tác để tiếp nối sự nghiệp phiên dịch Thánh điển của Hội Đồng Phiên Dịch Tam Tạng dưới sự chỉ đạo của Viện Tăng Thống GHPGVNTN được tổ chức qua hội thảo của Chư Tôn Trưởng Lão tại Viện Đại Học Vạn Hạnh ngày 20-22/10/1973. Hiện nay, chư tôn đức trong Ban phiên dịch cũng đã và đang tổ chức các lớp đào tạo Phạm ngữ (Sanskrit), Hán ngữ, Tạng ngữ nhằm xây dựng một thể hệ kế thừa tiếp tục công trình phiên dịch.

Về kế cơ: Thành lập 1. Ban Truyền bá giáo lý (Giảng sư và Giáo thọ) 2. Ban báo chí & xuất bản, 3. Ban bảo trợ. Trong đoạn cuối của bản Thông Bạch đó, Hoà Thượng đã: "Ước mong tất cả bằng Bồ đề nguyện và Bồ đề hành, bằng đức lực, trí lực và tài lực, với hăng tâm và hăng sức, đồng tâm nhất trí góp phần công đức vào sự nghiệp hoằng pháp lợi sanh mà chư Thánh đệ tử, Lịch đại Tổ sư, bằng hùng lực và trí tuệ, bằng tử bi và nhẫn nhục, khoan dung, trải qua vô vàn gian nan chướng duyên trở ngại, đã mang ngọn đèn chánh pháp đến những nơi tăm tối, cho những ai có mắt để thấy, dựng lại những gì đã sụp đổ, dựng đứng những gì đang nghiêng ngã."

Với sự đồng thuận, nhất trí này mà thành phần nhân sự của Ban truyền bá giáo lý các châu lục, các quốc gia được thành lập, thỉnh cử, bổ sung làm sống động tinh thần giảng dạy Phật pháp cho Phật tử hằng tuần, hằng tháng, hằng mùa, v.v... Riêng tại Hoa Kỳ, Ban Truyền Bá giáo lý Hoa Kỳ do Hội Đồng Hoằng Pháp cũng đã và đang tổ chức các khoá tu học Mùa Xuân, Mùa Hè, Mùa Thu và Mùa Đông cho người lớn và giới trẻ bằng cả hai ngôn ngữ. Bên cạnh sự chủ trương của Giáo Hội cho việc hoằng pháp, chúng con nhận thấy có các đoàn hoằng pháp được thành lập bởi chư tôn đức thành viên Giáo Hội, hoặc không là thành viên của Giáo Hội, hoặc mang tính tự phát cá nhân, hoặc mang tính Sơn môn Pháp phái, hoặc mang tính đoàn thể quốc gia - châu lục... tất cả đều tự do hành hoạt ở

Hoa Kỳ và các đất nước tự do thông qua các cá nhân Phật tử hoặc các tự viện thịnh mới... Tất cả đều có sắc thái riêng, hương vị riêng, đều có thính chúng tham dự. Tất cả đó, cũng góp phần vào sứ mệnh hoằng truyền Phật pháp tùy vào nhân duyên và căn cơ, thể tánh của chúng nhân.

Ở đây, chúng con thấy rằng vai trò vị trụ trì của chư tôn đức Tăng Ni là vô cùng quan trọng. Sứ mệnh trụ Pháp Vương gia, trì Như Lai tạng đã nói lên điều này. Những ngôi chùa được thành lập dù lớn hay nhỏ, đơn sơ như việc thuê nhà làm chùa hay cho đến ngôi chùa đã được xây dựng nguy nga, đều mang trong mình tinh thần hoằng pháp nhất định của một vùng, một số lượng Phật tử. Vị Trụ trì, người lãnh đạo tinh thần như một biểu tượng không thể thiếu để giữ gìn Phật pháp và lưu truyền Phật pháp, là chất keo để kết dính các sinh hoạt Phật sự tại địa phương, giữ gìn niềm tin của người Phật tử, hướng dẫn tu học, ứng phú đạo tràng, các pháp sự của vòng đời trong sắc màu niềm tin của nền văn hoá ứng xử Phật giáo, v.v...

Từ tổ chức Gia Đình Phật Tử, một tổ chức giáo dục thanh thiếu đồng niên trở thành người Phật tử biết dẫn thân cho Phật pháp được sinh hoạt dưới mái chùa, cho đến các lớp Việt ngữ, lớp Phật pháp cho giới trẻ cũng được bảo bọc dưới mái chùa, các khoá tu học cho gia đình, cho tuổi trẻ với cả ngôn ngữ tiếng Việt và Tiếng Anh được tổ chức thường xuyên qua các tiểu bang của Hoa Kỳ... tất cả đều là tinh thần hoằng pháp thiết thực và sống động cần lưu giữ và phát triển.

GHPGVNTNHHK-Canada đã tổ chức Khoá tu học Phật pháp Bắc Mỹ mỗi năm một lần cho chư tôn đức Tăng Ni và Phật tử tại gia đến năm nay là lần thứ 11. Dù khó khăn và không ít chướng ngại nhưng Giáo Hội đã lưu giữ được tiếng nói Hoằng pháp của tổ chức Giáo Hội. Tạo cơ hội cho chư tôn đức Tăng Ni trẻ dẫn thân tiếp nối chư tôn Trưởng lão Hoà thượng vì sự tu học Giáo pháp Giác ngộ mà hi hiển sức mình cho sự nghiệp hoằng pháp, lợi sanh, giúp cho quý Phật tử giữ lòng thuần hậu mà sùng phụng ngôi Tam Bảo, làm cho Phật pháp tồn tại lâu dài nơi thế gian này.

Nguyệt san Chánh Pháp từ số ra mắt - số 1, tháng 5/2009 - đến hôm nay là số 151, tháng 6/2024, trải qua 16 năm miệt mài, rông rãi đã góp phần vào việc hoằng pháp của GHPGVNTN Hoa Kỳ. Bên cạnh đó, còn có sự đóng góp tích cực, lớn lao của các websites Phật giáo chứa đựng đủ thể loại và ngôn ngữ cho nền Văn hoá Phật Giáo.

3. Phần kết

Hoằng pháp là phương diện rộng, khá bao trùm, thuyết giảng chỉ là một phần trong đó. Hoằng pháp là việc làm chung, là trách nhiệm của mỗi người Tăng sĩ, lẫn cư sĩ, Phật tử. Dù muốn hay không, bóng dáng đầu tròn áo vuông của người Tăng sĩ đã mang trong mình tinh thần thượng cầu Phật đạo, hạ hoá chúng sanh, đã mang trong mình tinh thần Hoằng pháp. Giáo Hội cho dù đã có chủ trương và thành lập ban bê, xây dựng đường lối cho việc Hoằng pháp v.v... Nhưng tất cả không thể bao quát hết được sự sinh hoạt hoằng pháp này. Nhất là đất nước Hoa Kỳ rộng lớn, luật lệ mỗi địa phương có phần khác nhau, tất cả tự viện đều sinh hoạt độc lập, vì vậy đôi khi, lấy cái riêng để làm cho việc chung để góp phần báo đền ơn Phật, ơn Thầy Tổ, ơn đàn na tín thí, góp phần vận chuyển bánh xe

Chánh pháp là điều rất trân quý, khuyến khích.

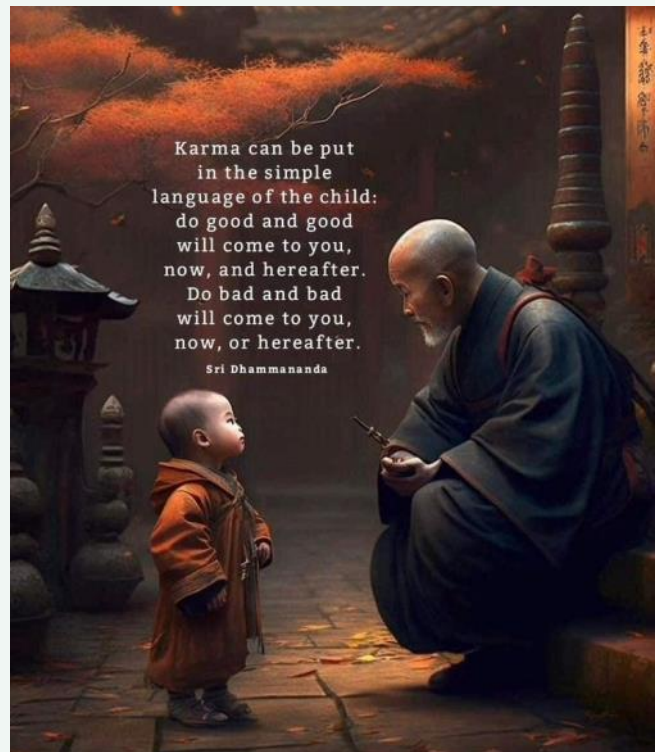
Giữ gìn tất cả những gì đang có từ cơ sở vật chất tự viện cho đến chương trình tu học cho Tăng Ni và quý Phật tử đã là một việc khó. Giữ gìn sinh hoạt: tụng kinh, thuyết giảng hàng tuần, tổ chức các Lễ Vu Lan, Phật Đản, Giao thừa, Tết, Rằm Tháng Giêng, Tết Trung thu, Lễ Tri Ân, kỷ niệm chu niên, Giỗ Thầy Tổ, các khoá tu học, đám tang, tuần thất cho bốn đạo Phật tử, cho đến xây dựng chùa chiền, v.v... Tất cả ấy đã là những việc làm thiết thực, xây dựng niềm tin yêu trong lòng Phật tử.

"Bởi vì mắt ngó trời xanh, cho nên mắt cũng long lanh màu trời. Bởi vì mắt ngó biển khơi, cho nên mắt cũng xa vời đại dương." (Đôi mắt, Trụ Vũ) hay thi sĩ Bùi Giáng trong bài thơ Mắt buồn, "Bây giờ riêng đôi diện tôi, còn hai con mắt khóc người một con."

Từ đôi mắt biết mở ra và nhắm lại, để nhìn mình, nhìn đời, nhìn gần, nhìn xa, thiết thực và mơ mộng. Đôi mắt ấy chứa đựng từ tâm để biết rung động trước những trầm thống, khổ đau miên man, bất tận của loài người, chứa đựng dũng lực nhẫn nhục để nuôi dưỡng Thánh thai Bồ tát, làm lợi lạc hữu tình.

Thành tâm kính dâng lễ chư tôn đức đã bước chân về phương trời cao rộng, vì lợi ích, vì hạnh phúc cho mình và cho người mà nắm giữ, lưu truyền Phật pháp. Kính chúc Quý Ngài một mùa An cư, phước trí nhị nghiêm, đạo quả viên thành, chúng sanh dị độ; đồng kính chúc quý Đạo hữu, Cư sĩ Phật tử, Đại biểu Đại hội thân tâm thường lạc, cát tường như ý.

Tu Viện Đại Bi, Mùa An Cư Kiết Hạ ngày 11/6/2024
Tổng Vụ Hoằng Pháp
Tỳ kheo Thích Hạnh Tuệ



CÁI KHÔNG CÓ

Hai người bạn đang đi đường
Chợt đâu thấy có một chàng đẩy xe
Trên xe toàn những vừng mè
Xe sa xuống hố khó bề kéo lên
Chủ xe nhờ hai người liền:
“Giúp tôi kéo chiếc xe trên hố bùn.”
Hai người lên tiếng hỏi luôn:
“Chúng tôi giúp hộ chẳng còn khó chi
Nhưng mà bạn sẽ đền gì
Trả công lao kéo xe kia lên đường?”
Chủ xe bèn trả lời suông:
“Đền ơn các bạn tôi ‘không có’ gì”.
Hai người xúm xít tức thì
Kéo giùm xe khỏi hố kia dễ dàng
Giúp xong đòi chủ xe hàng
Trả công cho họ đàng hoàng trước sau:
“Cái ‘không có’ của ông đâu
Mang đền ơn chúng tôi mau lên nào.”
Chủ xe lúng túng biết bao
Đáp: “Vì ‘không có’ làm sao đáp đền.”
Một người bướng bỉnh nói liền:
“Chính ông đã hứa chớ nên nuốt lời
Hãy mang ‘không có’ cho tôi.”
Nói xong đứng đợi, tay thời chìa ra.
Chủ xe bối rối ngẩn ngơ
Tính sao giải quyết bây giờ cho xuôi.
Bạn kẻ bên chột bật cười
Hiểu ra sự thật thốt lời nói ngay:
“Chúng mình hãy rời khỏi đây
Đừng đòi hỏi chủ xe này làm chi,
Chủ xe nói ‘không có’ gì
Chính là đã tặng tức thì cho ta
Tặng cái ‘không có’ đó mà
Hai chữ hợp lại chính là ‘giả’ danh.”

*

*Phàm phu tục tử thường tình
Chấp vào khái niệm “không” thành vấn vương
Sa vào cảnh giới bất thường
Chỗ “vô sở hữu”, con đường mê si
Bạn kia nói “không có” chi
Tức là “vô tướng” còn gì nữa đâu*

*Lại thêm “vô nguyện” trước sau
Và thêm “vô tác” ta mau hiểu liền.*

*

TÂM MINH NGÔ TẶNG GIAO

(Thi hóa phỏng theo Kinh Bách Dụ)



TO ASK NOTHING

Once upon a time, two men walking together saw another fellow trying in vain to pull a chariot loaded with sesame out of a hole on the road. To the two men, the fellow said, "Please give me a hand."

The two men replied, "What are our rewards?"
The fellow said, "Nothing."

In spite of the answer, the two men helped to get the chariot out of the hole. They demanded, "Now give us something."

The fellow replied, "I'll give you nothing!"
Again the men said, "Give us "Nothing" then!"
Half smiling, one of them said, "He doesn't want to give us anything. No use getting upset."

The other one replied, "He said he'd give us 'nothing'. We'll settle for that 'nothing'."

When one of them says 'nothing', that 'nothing' is composed of two words, which constitute an unreal name. If the vulgar and common people cling to 'nothing', they will be born in Space World of Formlessness.

Whereas the other says 'nothing' to signify no form, no vows and no Karma.

Trích dẫn trong “SAKYAMUNI’S ONE
HUNDRED FABLES” do Tetcheng Liao dịch

GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ - CANADA

KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ 11

TẠI ATLANTA - GEORGIA

THÔNG BÁO 3



Kính Bạch Chư Tôn Đức trong hội đồng điều hành GHPGVNTN Hoa Kỳ và Canada, Kính bạch Chư Tôn Đức Tăng Ni, kính thưa quý đồng hương học viên, Phật tử.

*****Sau hơn 3 tháng cung thỉnh chư Tôn Đức chứng minh, hội đồng Giáo Thọ Sư, nhân sự trong các phân ban tổ chức, và nhất là cung thỉnh chư Tăng Ni khắp nơi ghi danh tham dự. Đến nay Ban Tổ Chức (BTC) chúng con đã được sự hứa khả, ghi danh chứng dự với số lượng rất đáng khích lệ cho BTC.

Theo lịch trình đã ấn định (từ bản thông báo số 2), tạm thời BTC đóng lại đường link ghi danh của bên phía Tăng Ni. Quý huynh đệ ghi danh trên chúng con xin đặt trong group chờ "waiting list". Chư tôn Đức Tăng Ni đã ghi danh, xin hoan hỷ liên hệ và hồi báo chuyến bay (hoặc phương tiện xe) cho BTC chúng con trước ngày 25/06 năm 2024 qua địa chỉ email thapbat@gmail.com hoặc "chụp hình" lại số hiệu chuyến bay gửi qua số phone của chúng con: 8085469585 để BTC chúng con đón rước và sắp xếp phòng xá được chu đáo hơn. Nếu BTC chúng con không nhận được hồi âm, hoặc một số vị đã ghi danh mà "phút cuối" bận duyên không tham dự được thì BTC chúng con sẽ tiếp nhận thêm chư huynh đệ trong group "waiting list" để ổn định túc số. Kính mong Chư Tôn Đức Tăng Ni hoan hỷ yểm trợ cho BTC chúng con trong việc sắp đặt này.

Về phía quý học viên Phật Tử, BTC chúng con đã tiếp nhận đồng đảo ghi danh tu học từ nhiều tiểu bang Hoa Kỳ, một số Phật tử từ các nước cũng đã ghi danh, các đoàn Phật tử từ các Tự Viện, quý học viên các nhóm, cá nhân đã ghi danh với BTC và liên lạc với chúng con để chuyển lệ phí đầy đủ cho 4 ngày tu học sắp tới- Nhận được chúng con đều "nhắn tin và xác nhận lại. Quý Phật tử đã ghi danh (hoặc chưa ghi danh) nhưng chưa đóng lệ phí xin liên hệ số phone 8085469585 - Thầy Quảng Văn để được hỗ trợ kịp thời ghi danh tu học trong khoá học này. Nếu chưa nhận được lệ phí, BTC chưa thể "booked" giữ phòng cho quý học viên được.

Xin quý Phật tử gửi check về: Tu Viện Vô Biên Hạnh. Địa chỉ: 3997 Anvil Block, Ellenwood, GA 30294 . Phần Memo xin ghi: KTHPPBM 11. Hoặc zelle qua số 8085469585 - Vincent Phan. (Xin gọi phone trước khi Zelle). Hạn chót deadline đợt 3 ghi danh là ngày 26/06/2024. Sau ngày này, lệ phí từ khách sạn sẽ tăng thêm lên nếu Phật Tử ghi danh trễ. Mong quý Phật Tử lưu tâm ghi danh sớm. Quý Học Viên Phật tử đã ghi danh, xin gửi chuyển bay cho BTC sớm nhất qua email: thapbat@gmail.com hoặc chụp hình lại thông tin chuyến bay gửi qua số phone: 8085469585 để BTC sắp xếp đưa rước kịp thời.

***** Để cho Ngày Khai mạc và Ba Đại Pháp Hội (Quán Thế Âm, Diệu Pháp Liên Hoa, A Di Đà) được diễn ra thêm phần long trọng trang nghiêm, BTC chúng con cầu thỉnh Quý Hoà Thượng Chứng Minh xin hoan hỷ mang theo "Y Hậu (gấm) Hiệp Chương" (nếu được), quý huynh đệ tăng ni xin hoan hỷ mang theo y hậu màu vàng chanh hoặc vàng gạch truyền thống (nếu có).

***** Quý học viên Phật Tử ngoài việc chuẩn bị những bộ áo lam, áo tràng ra, BTC xin yêu cầu (không bắt buộc) mang thêm quần tây áo sơ mi trắng (nam giới) - Áo dài Việt Nam truyền thống màu tự chọn (nữ giới). Hy vọng với sự chuẩn bị này và sự trợ duyên của quý đại chúng Khóa Tu Học sắp tới sẽ có thêm nhiều hình ảnh trang nghiêm đồng bộ.

***** Kính chúc Chư Tôn Đức và quý đại chúng: Thân Tâm An Lạc- Vạn sự hanh thông tốt đẹp !

TRƯỞNG BTC KHÓA TU HỌC PPBM 11
TRÚ TRÌ TU VIỆN VÔ BIÊN HẠNH

TỶ KHEO THÍCH QUẢNG VĂN



PHÓ BTC: TRÚ TRÌ CHÙA HẢI AN

TỶ KHEO NI THÍCH NỮ HUỆ NGHIÊM

TĨNH LẶNG LÀ TINH HOA CỦA ĐẠO PHÁP

Thích Thiện Long – Hàn Long Ẩn

(Bài thuyết trình tại Khóa An Cư Kiết Hạ 2024 của GHPGVNTNHK
tại Tu Viện Đại Bi, Garden Grove, CA)

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Có thể nói, tĩnh lặng là cảnh giới tối thượng của Phật giáo, bởi lẽ, tĩnh lặng cũng có nghĩa là Samatha (Tam Ma Địa), là Thiền Chỉ, tức là sự chấm dứt các đuối bắt của tâm thức đến các đối tượng trần cảnh. Chấm dứt sự đuối bắt của tâm thức không có nghĩa là một trạng thái trống rỗng của tâm, mà chỉ dừng lại trên một đối tượng và để tâm yên lặng. Ngay cả chính danh hiệu của Đức Phật cũng nói lên ý nghĩa của sự tĩnh lặng tối thượng đó. Thích Ca là dòng họ Thích Ca, Mâu Ni là sự tĩnh lặng. Thích Ca Mâu Ni là bậc tĩnh lặng lớn của dòng họ Thích; hay Ma Ha Mâu Ni (tên gọi khác của Đức Phật), Ma Ha là lớn, Mâu Ni là tĩnh lặng, bậc tĩnh lặng vĩ đại. Cái yên lặng tịch tĩnh của Đức Phật vượt ra ngoài cả khái niệm không gian và thời gian. Ngay cả ngôn từ ước lệ này của trần gian cũng không chuyên chở được cái tĩnh lặng của Đức Phật. Cái yên lặng tịch tĩnh ấy thực sự là cái sinh động của giáo lý Như Lai.

Khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần thông qua não bộ (ý căn), nếu không có sự nhận biết tĩnh lặng sẽ dẫn đến sự suy diễn xúc cảm và tạo ra hành vi tiêu cực. Sự tĩnh lặng của tâm thức có thể loại bỏ được sự nhiễu ô của trần cảnh đối với sáu căn.

*Tâm chấp thủ bởi vì tâm thành kiến
Bầu trời xanh ta phủ áng mây đen
Sinh và diệt vốn xưa nay vắng lặng
Xây lâu đài thêm sanh tử triển miên...*

Sinh và diệt là một thể giới hình tướng, và bản chất của sinh diệt thực sự là vắng lặng. Kinh Pháp Hoa, phẩm Phương Tiện có nói: "Chư pháp tùng bản lai, thường tự tịch diệt tướng". Nghĩa là, bản chất của các pháp từ xưa tới nay tướng của nó là vắng lặng. Các pháp ồn ào là do chính nội tâm của chúng ta ồn ào. Sự yên lặng hay tịch tĩnh không có nghĩa là cách ly hoàn toàn với thế giới âm thanh, mà sự yên lặng ở đây có nghĩa là nhận rõ và thấy thực tướng của chúng. Điều quan trọng là, âm thanh hay mọi sự vật hiện tượng thông qua nhĩ căn nói riêng và các căn nói chung không bị xúc cảm chi phối để thành hành vi.

Sẽ rất tốt, nếu chúng ta có một không gian yên lặng. Nhưng để tìm ra sự tịch tĩnh của tâm hồn thì không nhất thiết cần phải là không gian im lặng. Đôi khi ta có thể nhận ra sự tịch lặng nó nằm bất cứ ở đâu, kể cả dưới những tiếng ồn ào, náo nhiệt. Đó chính là cái tâm được chuyển hóa bằng chánh niệm, và nó có thể bất động trong bất cứ hoàn cảnh nào của thực tại. Chánh niệm, hay còn gọi là sự nhận biết đó chính là sự tĩnh lặng của nội tâm.

Cốt lõi để thành tựu và an lạc trong sự tịch tĩnh là chánh niệm, nghĩa là chúng ta có thể nhận biết mọi thứ xảy ra xung quanh chúng ta và cả trong tâm thức của chúng ta. Có nghĩa là, thời gian của

chúng ta sống trong mỗi ngày, hành động và suy nghĩ cần phải tỉnh giác về nó. Khi tâm của một ai đó có khả năng yên lặng tịch tịnh trước sự xáo động của mọi âm thanh, hành vi của cuộc đời thì người đó có một khả năng chữa lành vết thương tâm hồn cho kẻ khác. Sự yên lặng đó có thể gọi là sự yên lặng hùng tráng. Sự yên lặng đó như một thanh kiếm báu có thể chặt đứt mọi tham ái, dục vọng của trần lao nhập vào tâm thức.

Cuộc đời này, nhất là chúng ta đang sống trong thời đại của công nghệ AI, mọi thứ bùng phát và hiện đại hơn rất nhiều. Thế nhưng, trào lưu của công nghệ càng phát triển thì sự mệt mỏi, cô đơn, phiền não lại càng nhiều. Nếu chúng ta không có một không gian tĩnh lặng của tâm hồn thì chúng ta sẽ bị trượt dài trong những cảm xúc khổ đau vô tận.

Một trong những điều chúng ta sống thiếu hạnh phúc là vì chúng ta sống không có mặt với hiện tại, không có những giây phút tĩnh lặng để nhận biết thực tại nhiệm màu của thế giới quanh ta. "Căn bệnh" thường ngày là quá lo nghĩ về tương lai và ray rút về quá khứ đã làm tê liệt tính năng cảm thụ hạnh phúc đang có mặt trong giờ phút hiện tại. Trong khi đó, cuộc sống quanh ta là một thực tại màu nhiệm, thiêng liêng. Chỉ cần tĩnh lặng, không chấp trước và nhận biết mọi sự có mặt của nội tâm, ngoại giới là ta sẽ thấy được niềm vui và hạnh phúc ngọt ngào. Khi bạn có mặt sâu sắc với giây phút hiện tại chừng nào, bất kể phút giây đó biểu hiện ra sao, thì bạn sẽ cảm nhận được sự an nhiên, định tĩnh tâm hồn chừng đó.

Thường thì chúng ta hay chạy theo cách sống thành công của ai đó, nhưng bạn là bạn, bạn có công thức sống của bạn. Chúng ta khổ có được hạnh phúc khi đánh mất giá trị đích thực của chính mình.

*Ta có căn gác nhỏ
Suốt đời làm tri âm
Sẽ không còn ai nữa
Trong khoảng lặng muôn trùng...*

Cái khổ đau của cõi Ta bà không phải là sự vật hiện tượng hay các loài hữu tình, mà cái khổ đau đó đến từ cái tâm vọng động của chúng ta. Để tâm khỏi vọng động cần có một cái tâm chánh niệm, nhận diện được thực tại đang là. Cái tâm đó thực sự phải là một cái tâm linh lặng, như như bất động.

Tóm lại, bạn hãy luôn tỉnh thức, chánh niệm và để mọi thứ trôi chảy như một dòng sông tự nhiên. Đến lúc nào đó, tâm thức của bạn sẽ trở nên tĩnh lặng một cách vi diệu trong mọi góc ngách cuộc sống này. Đây là tinh hoa của Phật giáo về sự tĩnh lặng, và cũng chính là cái tịch tịnh ngàn đời của Đức Phật.

Thơ Tuệ Sỹ - Bài ca Cô Gái Trường Sơn

NGÂN HÀ – TỊNH THỦY

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Không hiểu sao mỗi lần nhắc đến thơ Tuệ Sỹ, trong tôi trỗi dậy những âm điệu buồn và đẹp:

*"Năm tháng vẫn như nụ cười trong mộng
Người mãi đi như nước chảy xa nguồn
Bờ bến lạ chút tự tình với bóng
Mây lạc loài ôi tóc cũ ngàn năm"*
(Mưa cao nguyên)

Chúng ta được định hình bằng giọng điệu hay cá tính riêng của mình, vậy mới đúng là không ai giống ai ngay cả khi loài người sẽ tiếp tục sinh ra. Thi sĩ, nhà văn, họa sĩ, nhạc sĩ... lại càng làm rõ điều này từ cả một hệ thống sáng tạo của họ (chứ không phải là những tác phẩm đơn lẻ). Thi điệu trong thi ca của Tuệ Sỹ lại càng rõ nét. Ông đã tạo ra một thế giới thi ca rất riêng của mình, khiến ai lạc bước vào, sẽ có thể ở lại rất lâu mà không muốn rời đi. Nhưng khi đã đi ra rồi thì nhất định giữ lại cho mình những nhịp thơ êm đềm mà dữ dội, như tất cả nỗi thống khổ trên nhân gian chỉ là một hơi thở nhẹ hóa hư không.

Không có ai trong chúng ta sinh ra mà có thể thoát khỏi khổ đau. Nhưng cũng vì vậy, tự bên trong chúng ta cũng đã có sẵn một năng lực khai mở tìm thấy hạnh phúc khi đã trải qua đoạn trường.

*"Tiếng xe đò qua ngõ
Cành nguyệt quế rung mình
Hương tan trên dấu lặng
Giai điệu tròn lung linh"*

(Những điệp khúc cho dương cầm- #18)

Thi ca, người ta gán cho nó thêm nhiều tính từ: "sự thấu hiểu", "tiên tri", "định mệnh"... mà quên mất rằng bản chất của thi ca chỉ là sự vén mớ hay "cạy ra" cho ta thấy viên ngọc lấp lánh dưới đại dương sâu thẳm của tâm hồn.

Bất kỳ một tâm hồn nào cũng đã giữ viên ngọc trai ấy. Chúng ta được sinh ra và tồn tại với một cách thể mang thân phận con người. Chúng ta trưởng thành và ngày càng trở nên độc đoán với cái tự ngã. Điều này khiến chúng ta quên mất hoặc lờ đi đau khổ chỉ biết chăm chăm vào cái bên ngoài của tài sản-danh tiếng- quyền lực mà không biết rằng nếu chúng ta chỉ hiện hữu cùng với những "vật ngoại thân" như thế thì thật đáng tiếc. Bởi dù làm điều gì hay nhân danh thêm những tính từ tốt đẹp nào, cũng chính là chỉ để vuốt ve, chiều chuộng và vun vén cho cái bản ngã của chúng ta, để đến một ngày, chúng ta chỉ còn lại nỗi đau không bao giờ cứu chuộc được nữa: nỗi đau vì đã đánh mất đời mình, để nó bị đắm chìm trong cuồng vọng u mê rồi.

Nếu chúng ta sống cùng với hơi thở của mình thì đúng như lời của William Faulkner đã nói: "The

past is never dead, it's not even past" – Quá khứ không bao giờ chết, thậm chí nó còn chưa qua – thì có lẽ chúng ta không bao giờ phải nói lời hối tiếc. Và như thế, mỗi hơi thở của chúng ta lại mang đến cho chúng ta một giai điệu của trái tim thật mãnh mẽ đến nỗi chúng ta sẽ nghe rõ tiếng đập của nó với đầy xúc cảm dâng trào. Khi trái tim rung lên, thì mọi giai điệu ngân vang mà không cần bất kỳ một lời nào nữa cả. Và như vậy, chúng ta đã đích thực tồn tại cùng với thời gian, không ở ngoài nó, cũng không trong nó, chúng ta là thời gian.

*"Bóng cỏ rơi, giạt mình sừng sốt
Mặt đất rung, Ma Quỷ rộn phượng trời.
Chút hơi thở mong manh trên dấu lặng.*

Đêm huyền vi, giai điệu không lời"

(Những điệp khúc cho dương cầm- #19)

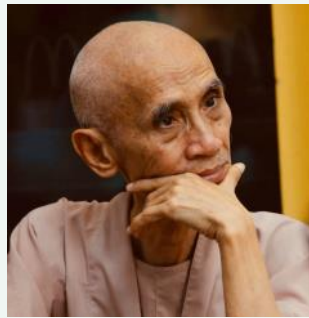
Và dù ở bất kỳ trong thân phận nào, ngay cả trong tù ngục, thi sĩ vẫn ung dung từng bước đến chân trời cao vọng của mình- nơi tâm trí tự do như cánh bướm đậu trên giọt sương xuân:

*Lòng tự tại trong tù
Thong dong tôi tản bộ
Cười nói rất thanh thản
Ngày tù nhẹ như không*

(Ngục trung mị ngữ- bài số 1- Lòng hẹp)

Nhưng cũng chính vì "chức phận" của một Phật tử- con Phật khi ông đã mang áo cà sa, Tuệ Sỹ luôn khoác trên vai cái quày trần gian để hàng ngày thấy rõ gánh nặng cơ khổ của một con người với mục đích sống trước nhất là tìm đến tự do để tự tại. Sinh ra trong cõi hồng trần, chốn ta bà bi ai này, làm bồ tát nhập thế đâu có dễ. Thế nên ông luôn tự ý thức về "thân phận chính trị" (cách mà triết gia Hannah Arendt đã đặt cho trách phận của con người) trong cách mà ông thực hành các pháp bằng hành động con người- với tư cách một con người- chủ thể của hành động chính trị (Hannah Arendt). Ông hiểu rằng làm con người, trước tiên là phải ý thức và có trách nhiệm với nỗi đau khổ của mình (bằng cách nào đó mà mình chọn để đấu tranh tiến tới con đường thoát khổ), thì mới thấu hiểu những bi thống của con người trong thế gian đầy đau thương trước cái ác xấu xảy đến vì chiến tranh, thiên tai, bệnh tật. Bị giam cầm thể xác vẫn không đau đớn bằng sự công phần trước cái ác diễn bày ra ngồn ngộn khắp nơi mà thân phận nhỏ bé này vẫn chưa làm gì được:

*Tay dâng bát cơm tù
Cung đường dâng thể tôn
Thế gian đầy máu hận
Nâng bát, khóc nghẹn lời*



(Ngục trung mị ngữ, bài số 3- Cúng dường)

Trong những bài giảng của các bậc chân tu, có một bài giảng đơn sơ dễ hiểu về “cúng dường là gì?”, đại thể rằng không có cúng dường nào đúng đắn cho bằng Phật tử thuần thành cúng dường đấng thể tôn bằng “hành pháp”- tức là thực hành các pháp mà đấng Thế tôn đã truyền giảng. Còn đối với tất cả chúng sinh, dù có quy y hay không mà vẫn muốn hưởng về đấng Thế tôn, thì không gì bằng sống yêu thương, tử tâm, hòa ái, đơn giản chỉ là một nụ cười giữa người với người, một lời nói chân tình với nhau, cũng đã là cúng dường tam bảo, cúng dường bồ tát hiện thể chung quanh chúng ta khắp mọi nơi.

Thế nên một bát cơm từ cúng dường đấng Thế tôn của Phật tử Tuệ Sỹ, với tất cả tâm thể hướng về nổi thống khổ thế gian- là tận nguyện với lý tưởng của mình. Ở đây, thi ca trở thành tuyên ngôn tự tình.

Đại đức Hòa Thượng Tuệ Sỹ chưa từng được tán tụng như “một lãnh tụ tinh thần” khi còn tại thế, nhưng đâu đó trong hơn 8 tỉ người trên thế giới này, cái tên của ông đã nằm sâu thẳm trong tâm trí của những Phật tử, và hơn nữa, trong những tâm hồn đồng điệu với thi ca.

Tôi gởi đến những ai yêu thích thi ca bài thơ “Bài ca cô gái Trường Sơn” mà có thể ông viết đầu thập niên “1970” do NXB An Tiêm in chung trong một tập có tên “Bài ca Trường Sơn” (1968- 1974). Bài thơ này tôi tự chép chứ không copy và paste. Chính vì chép lại từng lời thơ mà đã cho tôi nguồn cảm hứng vô tận trong một buổi sáng tháng 3 ngay sau vài ngày lễ bạch nhật của Thầy Tuệ Sỹ vừa diễn ra tại chùa Phật Ân- Đồng Nai, Việt Nam. Mỗi lời tôi chép lại như nhận được một hạt cơm bồ thí rơi ra từ chén cơm dâng lên cho tam bảo và cho chúng sanh các cõi. Tôi xin phép mạo muội xin hạt cơm này vì nó thật sự đã trường dưỡng cho lòng từ của tôi thật mạnh mẽ, để tiếp tục bước đi trong tự do dù chỉ trong tâm tưởng, đặt những dấu chân trên mảnh đất vô cùng mới mẻ của thi ca và trần gian mênh mông, huyền nhiệm.

Bài Ca Cô Gái Trường Sơn

*Nàng lớn lên giữa quê hương đổ nát
Tay mẹ gầy mà đất sống hoang khô
Đàn em nhỏ áo chần không sưởi ấm
Tuổi trắng tròn quanh má đọng sương thu*

*Những đêm lạnh tóc nàng hương khói nhạt
Bóng cha già thắm tận u linh
Tuổi hai mươi mà đêm dài sương phủ
Ngọn đèn tàn tang trắng phủ mệnh mông.*

*Suốt mùa đông nàng ngời may áo cưới
Đẹp duyên người mình vẫn phận rong rêu
Màu hoa đỏ tay ai nâng cánh bướm
Mà chân mình nghe cát bụi điu hiu.*

*Vào buổi sớm sao mai mờ khói hận.
Nghe quanh mình lang sói gọi bình minh
Đàn trẻ nhỏ dắt nhau tìm tổ chớ
Tìm tương lai tìm rác rưởi mưu sinh*

Từ những ngày Thái Bình Dương dậy sóng.

*Quê hương mình khô quạnh máu thù chung
Nàng không mơ buổi chiều phơi áo lụa
Mơ Trường Sơn với vợ bóng anh hùng*

*Từ tuổi ấy nghe tim mình rộn rã
Nàng yêu người dâng trọn khối tình chung
Không áo cưới mà âm thầm chinh phụ
Không chờ mong mà ước nguyện muôn trùng.*

*Rồi từ đó tóc thề cao ước nguyện
Nên bàn chân mòn đá sỏi Trường Sơn
Thân bé bỏng dập diu theo nước lũ
Suối rừng sâu ánh mắt vọng hoa nguồn.*

*Trường Sơn ơi bóng tùng quân ngạo nghễ
Phận sẵn bìm lầy lắt với hoàng hôn
Quê hương ơi mây nghìn năm máu lệ
Đôi vai gầy dâng trọn cả mùa xuân.
(Tuệ Sỹ)*

“Khi tình yêu chưa hiện diện, nó lẫn mò trong bóng tối của những dầy xéo tàn bạo, không có sự rung động của bản năng, mà nó chỉ có sự cần nhắc của trí thông minh. Nó chọn cách mạng để làm thể giới cô đơn của mình. Làm cách mạng thì không thể yêu nước một cách ngây thơ như đứa trẻ yêu cánh đồng rộng trước mặt. Làm cách mạng để biết cách lấy thù hận và bạo động mà nuôi dưỡng tình yêu, để biết lấy sự chết làm sự sống. Nhưng tình yêu vẫn mang cái chất phi lý; nó tựa mình vào cột trụ trợ vớ của sự phản lý ngược ngạo. Cơn gió thoảng qua, một cơn lá khô phiêu hốt bông bám vào cột trụ, một cách vô tư, đứng đưng, rồi lặng lẽ rơi xuống.... Cảm giác lạnh lạnh. Mất tất cả rồi. Tuyệt vọng rồi... anh hãy ôm vai... Và cái nhìn bờ ngỡ, vòng tay ngại ngùng, nhưng nụ hôn vẫn thắm thiết và kéo dài vô tư. Và vô tư vẫn kéo dài mãi mãi. Chàng khờ khạo như mọi người đàn ông. (Hoa Bướm Bướm – trích rải rác). Bởi vì tất cả đều phi lý. Phi lý búa rộng thành bóng tối. Cũng là bóng tối của sự vô tư và đứng đưng đó. Con tàu chạy với toa tàu lắc lư trong đêm tối như một con vật lao đầu xuống vực sâu tự tử. Bóng tối, quá khứ hãi hùng, cô đơn trước cái chết đe dọa, cảm nín như sự cảm nín của tình yêu. Trụ hành quyết, cái bằng bịt mắt... Con tàu sẽ phiêu lưu về đâu nữa? Nhưng những phiêu lưu thường đưa đến những ngẫu nhiên. Và ngẫu nhiên, một bàn tay. Ngón thon và mềm. Một bàn tay. Bám vịn vào cuộc đời, đấu tranh với cuộc đời... Sự ngẫu nhiên và tình yêu, cả hai cùng lặn mò trong bóng tối, như cánh chim đêm đi tìm chỗ đậu lại. Đêm tối như bưng, và chàng nói như trong giấc mơ..., và một dòng nước mắt len chậm chậm như cũng biết e lệ ngập ngừng. (HBB, trích rải rác). Quả thực, tình yêu thì cô đơn như sao mai, nhưng sự phi lý khổng lồ là một. Có những phi lý của tình yêu, và chỉ có một phi lý của chiến tranh. Cũng như một dân tộc nhược tiểu phải trưởng thành trong khổ nhục, phải chọn cái phi lý của chiến tranh, phải tồn tại trong sự tàn phá điều linh thống khô; cũng vậy, tình yêu luôn luôn chọn vùng nào nhứt nhối nhất trong thân thể mà tồn tại và trưởng thành. Rồi khi dân tộc nhược tiểu đã bước vào vùng có ánh sáng của độc lập và tự do, những anh dũng và hy sinh được gởi lại hết cho bóng tối của núi rừng. Cũng vậy, tình yêu vĩnh viễn là một sợi tơ trời trong trí nhớ”.

(Trích trong bài viết “Chiến tranh, Tình yêu, Hoài niệm và Truyện ngắn Võ Hồng”- Tuệ Sỹ)

MỖI KỲ MỘT MÓN CHAY

SÚP CHUA TRUNG HOA THUẦN CHAY

Món này thật ra vừa chua vừa cay, nhưng có lẽ chua nhiều hơn cay, nên xin gọi là Súp Chua (thay vì... chua cay, vì như vậy nghe không được may mắn lắm).

Nguyên liệu:

- 5 tai nấm đông cô, rửa sạch, ngâm mềm, thái sợi (giữ nước ngâm lại)
- 1/2 chén măng, thái sợi
- 1/2 chén đậu hủ (chiên hoặc không chiên), thái sợi
- 1/4 chén cà-rốt, thái sợi
- 2 muỗng canh bột bắp (hoặc bột năng)
- 1/2 chén giấm
- Dầu mè, tiêu, muối, nước tương

Thực hiện:

- Nấu khoảng 6 chén nước (bao gồm nước ngâm nấm ban nãy).

- Khi sôi, cho cà-rốt nấu trước, khoảng 1 phút.
- Sau đó thêm nấm đông cô, măng, nấu khoảng 2 phút.
- Pha bột bắp với 1/2 chén nước. Khuấy đều.
- Cho từ từ vào nồi. Khuấy đều để súp đặc lại. Nấu khoảng 1 phút nữa.
- Cho đậu hủ vào.
- Cuối cùng thêm giấm.
- Nêm muối, nước tương, tiêu (trắng hoặc đen) theo khẩu vị.
- Tắt lửa. Dọn ăn nóng.
- Trước khi ăn cho thêm vài giọt dầu mè và rắc chút tiêu.

Súp chua Trung Hoa thuần chay
Hồng Hương / Việt Nam Ăn Chay



Làm Cha

HUỖNH KIM QUANG

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Hồi nhỏ, tôi thường nghe cha tôi đọc hai câu ca dao này: “Còn cha gót đỏ như son, đến khi cha chết gót con đen sì.” Lúc ấy tôi chừng năm bảy tuổi, nên nghe rồi thuộc lòng mà không hiểu hết ý nghĩa, chỉ biết hơi hợt là nếu cha chết thì mình sẽ khổ lắm! Nhưng ngay cả khổ ra sao thì cũng chẳng hình dung được.

Câu ca dao nói trên cho thấy truyền thống ngày xưa, người cha đóng vai trò then chốt trong gia đình. Ông vừa là trụ cột kinh tế để nuôi gia đình, vừa là tấm gương đức hạnh để cho con cái noi theo. Đặc biệt là với truyền thống phụ hệ con cái mang họ cha, nên việc “nối dõi tông đường” đặt lên vai người con trai, hay người đàn ông. Đó có thể là yếu tố cấu thành quan niệm “trọng nam khinh nữ” ngày xưa tại các nước theo phụ hệ như Việt Nam, Trung Hoa, v.v... Bởi vậy, trong dân gian có câu “Nhất nam viết hữu, thập nữ viết vô” (Một đứa con trai thì được tính là có, mười đứa con gái thì cũng bằng không). Nhưng, ngày nay quan niệm này không những lỗi thời mà còn là sự kỳ thị giới tính rất đáng bị lên án.

Tuy nhiên, thế giới mỗi ngày mỗi đổi khác. Vai trò và chức năng làm cha làm mẹ cũng thay đổi theo đó. Khi người phụ nữ có thể tự kiếm tiền để xây dựng cho mình cuộc sống độc lập về tài chánh thì cũng là lúc người đàn ông không còn giữ được vai trò trụ cột về mặt đời sống kinh tế trong gia đình. Song song với sự thoái vị vai trò trụ cột kinh tế này là sự suy yếu quyền lực của người đàn ông trong gia đình. Thêm vào đó là công cuộc vận động nữ quyền, bình đẳng giới tính kéo dài nhiều thập niên qua cũng mang lại cho người phụ nữ những quyền hạn quan trọng không chỉ trong gia đình mà còn ngoài xã hội. Ngay cả đến khái niệm về cấu trúc gia đình cũng đã và đang dần dần có sự thay đổi ở những nơi công nhận hôn nhân hợp pháp giữa những người cùng giới tính.



Cha mẹ cùng nuôi dưỡng con cái. (Photo: www.pixabay.com)

Tại Việt Nam, dường như không có ngày lễ đặc biệt nào dành để tôn vinh người cha, ngoài ngày Lễ Vu Lan Báo Hiếu để ghi nhớ và báo ơn cha mẹ. Nhưng thực tế thì ngày lễ này thường nhắc đến công ơn mang nặng đẻ đau của người mẹ nhiều hơn. Điều đó cũng dễ hiểu, bởi vì người mẹ ngoài công mang nặng đẻ đau còn có công nuôi con bằng sữa, còn ấm bằng và dỗ dành từng miếng ăn, giấc ngủ cho con. Vì vậy, tình mẹ luôn sâu đậm và thiêng liêng đối với con cái. Trừ trường hợp “gà trống nuôi con,” mà trong đó người mẹ vì lý do nào đó, có thể qua đời sớm hay đi lấy chồng khác, không còn chung sống trong gia đình nên người cha vừa làm cha vừa làm mẹ. Trong trường hợp này, những người con sẽ dâng hết tình cảm thiêng liêng của mình cho người cha.

Ở Hoa Kỳ có cả hai ngày lễ riêng biệt dành cho cha và mẹ: Ngày Lễ Mẹ vào tháng 5 và Ngày Lễ Cha vào tháng 6 hằng năm để tôn vinh cha và mẹ. Nhân tháng 6 có ngày Father’s Day, chúng ta thử tìm hiểu về việc làm cha như thế nào.

Làm cha kiểu nào

Làm cha cũng có nhiều kiểu, theo www.en.wikipedia.org. Trước hết là loại cha ruột, tức là người cha có quan hệ huyết thống di truyền với người con. Loại cha này cũng có nhiều kiểu:

Cha ruột có trách nhiệm chu cấp tài chánh đối với con, nhưng không liên lạc với người mẹ.

Cha ruột nhưng vì lý do gì đó, chẳng hạn ly dị, nên không thể trực tiếp nuôi dạy hay chăm sóc đứa con.

Cha ruột là người cha mà đứa con nhận huyết thống di truyền từ người đàn ông đó.

Cha sau khi chết, là cha ruột chết trước khi đứa con được sinh ra.

Cha giả định, là người đàn ông được cho là cha ruột của đứa bé trong một vụ kiện quan hệ cha con, nhưng không có mối quan hệ pháp lý nào được thiết lập giữa họ. Điều này có thể là bởi vì người đàn ông chưa kết hôn với mẹ của đứa bé lúc nó sinh ra đời, hay bởi vì ông ấy tự nhận mình là cha. Người cha giả định không có quyền của cha mẹ, không giống như người cha hợp pháp là người có quyền nuôi dưỡng và thăm viếng con như những cha mẹ khác.

Người cho tinh trùng, là người cha ruột vô danh hay được biết là người đã cho tinh trùng để dùng trong thụ tinh nhân tạo hay thụ tinh trong ống nghiệm để làm cha đứa bé cho một phụ nữ làm mẹ nào đó.

Cha bất ngờ, là người đàn ông không biết rằng mình có con cho đến một thời gian về sau. Đây có thể là những người đàn ông phong lưu đa tình đi gieo giống đâu đó mà không biết đã có con với ai. Trường hợp này gợi nhớ đến nhân vật Đoàn Chính Thuần trong tiểu thuyết kiếm hiệp Thiên Long Bát

Bộ của nhà văn Kim Dung. Đây cũng có thể là trường hợp những người đàn ông ra đi khỏi gia đình vì một lý do nào đó, như đi lính, đi làm ăn phương xa, không biết vợ mình có thai cho đến về sau mới biết là mình đã làm cha.

Cha thiếu niên/cha trẻ là người cha vẫn còn ở tuổi vị thành niên. Đây là nói đến trường hợp mấy anh thiếu niên còn bông bột về tình cảm và ham vui sớm!

Thứ đến nói về kiểu làm cha không phải ruột thịt mà chỉ có quan hệ xã hội và pháp lý. Loại cha này cũng có nhiều kiểu:

Cha nuôi, là người đàn ông nhận đứa bé làm con nuôi.

Cha bị cấm sùng, là người đàn ông có đứa con nhưng không phải là con ruột mà là con do người mẹ ngoại tình sinh ra.

Cha vợ hay cha chồng là người cha của vợ hay chồng khi hai người lấy nhau.

Cha ghê hay bố dượng là chồng của mẹ, nhưng không phải cha ruột của đứa con riêng của bà.

Hình tượng người cha

Làm cha không phải chỉ có việc sinh con, nuôi con và cho con ăn học là đủ. Để cho con cái trưởng thành đầy đủ và có cuộc sống gia đình hạnh phúc, người cha còn phải làm cái gương trong sáng và nguyên vẹn để con cái soi mình. Hay nói cách khác, làm cha là làm hình tượng để cho con cái noi theo.

Tự Điển Quốc Tế Về Tâm Lý (The International Dictionary of Psychology) định nghĩa "hình tượng người cha" là "một người đàn ông để cho người khác kính trọng và đối xử như là một người cha."

Theo Giáo Sư Michael E. Lamb, trong tác phẩm "The Role of the Father in Child Development" [Vai Trò của Người Cha Trong Sự Phát Triển Của Con Cái], thì hình tượng của người cha thường là người đàn ông lớn tuổi, với quyền lực, uy quyền, hay sức mạnh, mà người ta có thể xác định dựa vào mức độ tâm lý sâu sắc và là người tạo ra cảm xúc cho những đứa con khi cảm nhận về người cha của mình.

Nhiều nghiên cứu đã cho thấy rằng những hình tượng người cha và người mẹ tích cực thường liên đới với sự phát triển khỏe mạnh của đứa con, cả nam lẫn nữ.

Là người chăm sóc ban đầu, người cha hay hình tượng người cha đóng vai trò chính trong cuộc đời của người con. Lý thuyết gắn bó đưa ra một số hiểu biết về cách những đứa con liên hệ với những người cha của chúng, và khi chúng tìm kiếm một hình tượng người cha riêng biệt. Theo nghiên cứu được thực hiện vào năm 2010 bởi Posada và Kaloustian, cách mà một em bé hình tượng sự gắn bó của chúng với người chăm sóc chúng có một ảnh hưởng trực tiếp đến cách em bé đó đối ứng với những người khác, theo John W. Santrock, trong tác phẩm "Children." Những phản ứng gắn bó này có thể tồn tại suốt cuộc đời.

Nhiều nghiên cứu cho thấy rằng thiếu vắng hình tượng người cha trong cuộc đời của một đứa con có thể có nhiều ảnh hưởng rất tiêu cực đối với cả tánh và tâm lý của người con này, theo Linda L. Dunlap trong tác phẩm "What All Children Need" (2004) [Những Gì Tất Cả Người Con Cần].

Nghiên cứu nói trên cho thấy rằng có một nhân quả rất tiêu cực của việc thiếu vắng hình tượng của người cha đối với sự phát triển tình cảm xã hội của

một đứa con, đặc biệt sự gia tăng các hành vi hướng ngoại. Còn nữa, nếu sự thiếu vắng hình tượng người cha xảy ra trong thời thơ ấu, thì những hậu quả đối với các bé trai rõ ràng hơn đối với các bé gái. Bước vào tuổi thiếu niên thì cũng có chứng cứ vững mạnh rằng sự thiếu vắng hình tượng người cha làm tăng các hành vi nguy hiểm nơi trẻ vị thành niên, như sử dụng chất gây nghiện và có con sớm. Còn có sự phát hiện mạnh mẽ và chắc chắn về các hậu quả tiêu cực của việc thiếu vắng hình tượng người cha đối với sự tốt nghiệp trung học, kết quả là tỉ lệ tốt nghiệp thấp hơn nơi những đứa trẻ thiếu hình tượng cha.

Qua việc kiểm tra những ảnh hưởng lâu dài của việc thiếu vắng hình tượng người cha ở tuổi trưởng thành, có chứng cứ mạnh mẽ cho thấy rằng có tác động nhân quả của việc thiếu vắng hình tượng người cha lên sức khỏe tâm thần ở tuổi trưởng thành. Các kết quả nghiên cứu chỉ cho thấy rằng sự tổn hại tâm lý vì thiếu vắng hình tượng người cha trong thời thơ ấu kéo dài cả cuộc đời.

Từ quan điểm tâm phân học, Bác sĩ tâm phân học Sigmund Freud mô tả hình tượng người cha như là chính yếu trong sự phát triển của con cái, đặc biệt trong các giai đoạn tiền-Oedipus và Oedipus. Đặc biệt đối với những em bé trai, sự giải quyết của giai đoạn Oedipus và sự phát triển thông qua việc phát triển sự gắn bó yêu thương với hình tượng người cha là quan trọng và lành mạnh. Theo lý thuyết của Freud, các bé trai xem hình tượng người cha là đối thủ, là hình tượng làm cho chúng có kinh nghiệm tội lỗi và sợ hãi, chấm dứt những xung động tình dục loạn luân, và là một đối tượng của hận và ghét, theo Kim A. Jones trong tác phẩm "Assessing the Impact of Father-Absence from a Psychoanalytic Perspective" (2007) [Đánh Giá Sự Tác Động Của Việc Thiếu Vắng-Người Cha Từ Quan Điểm Tâm Phân Học].

Vai trò làm cha

Làm cha có trách nhiệm thì không đơn giản chút nào, bởi vì người làm cha ấy luôn luôn nghĩ đến và nghĩ cho đứa con yêu thương của mình. Nhưng yêu thương con không thể chỉ bằng lời nói suông mà phải bằng cả tâm ý và hành động cụ thể, hay nói khác đi là phải hoàn thành vai trò làm cha của mình. Vai trò đó là gì?

Vai trò ấy của người cha khởi đầu rất sớm vào những ngày người mẹ mới mang thai con bằng những hành động rất đơn giản nhưng lại cần thiết



Cha là hình tượng đầu đời để con cái noi gương. (Photo: www.pixabay.com)

như đưa vợ đi khám thai định kỳ và bàn bạc về kế hoạch sinh con và làm che mẹ ra sao, theo nhà văn Steven Rowe, chuyên viết về sức khỏe tinh thần và sự phát triển của trẻ em, trong bài viết "Fathering in America: What's a Dad Supposed to Do?" [Làm Cha Ở Mỹ: Người Cha Cần Làm Gì?], được đăng ở <https://psychcentral.com>. Steven Rowe đã chỉ ra nhiều vai trò mà người cha cần làm. Chẳng hạn, xây dựng niềm tin và sự gắn bó chặt chẽ đối với con cái; tạo kiểu mẫu cho mối quan hệ lành mạnh với con cái; và các trách nhiệm khác.

"Cha là người mà những đứa con có sự gắn bó đầu tiên trong đời," theo Bác Sĩ Jessica Myszak, nhà tâm lý nhi đồng và giám đốc Trung Tâm The Help and Healing Center tại Glenview ở tiểu bang Illinois. Bác Sĩ Myszak cho rằng, "Sự gắn bó vào lúc ấu thời này giúp hình thành nền tảng cho các mối quan hệ trong tương lai trong cuộc đời của đứa bé. Qua các mối quan hệ lúc còn bé này, trẻ em học được rằng chúng có thể tin tưởng và nhờ cậy vào người khác."

"Khi người cha tích cực tham gia vào cuộc sống của đứa con, đặc biệt khi họ có mối quan hệ lành mạnh, thì đứa bé ấy trưởng thành với một cá tính tích cực hơn và tự trọng lớn hơn," theo Nicholas Hardy, nhân viên xã hội lâm sàng và nhà điều trị tâm lý tại Houston, Texas. Hardy nói thêm rằng, "Khi người cha thường xuyên hiện diện thì làm cho người con có thêm nhiều ổn định cần thiết hơn."

Bác Sĩ Myszak thì cho rằng, "Vai trò của người cha chắc chắn thay đổi theo thời gian. Nhiều thập niên trước, những người cha ít tham gia vào các công việc nhà và chủ yếu đóng góp cho gia đình bằng công việc bên ngoài của họ. Công việc nhà hiện nay thường có cả cha mẹ cùng làm việc, đôi khi nhiều chia sẻ hơn trong việc làm ở nhà."

"Theo khoa học và kinh nghiệm cho thấy rằng nuôi dạy con cái được chia sẻ và bình đẳng giới tính giúp làm thỏa mãn hôn nhân, hoàn mãn việc nuôi dạy con, và nuôi con lành mạnh," theo Bác Sĩ Helen Egger, đồng sáng lập và giám đốc y tế của Little Otter tại San Francisco.

Còn trách nhiệm của người cha thì thế nào? Theo nghiên cứu của TrustedSource, một trong những trách nhiệm quan trọng nhất đối với người làm cha là tạo một kiểu mẫu tốt cho con cái để chúng có thể noi gương theo các phẩm đức và hành động tích cực của người cha. Những đứa trẻ có khả năng quan sát rất tốt, ngay cả lúc còn rất trẻ, và nghiên cứu của TrustedSource cho thấy rằng chúng sẽ bắt đầu sao chép và bắt chước các hành động mà chúng nhìn thấy chung quanh. Nếu chúng thấy người cha phản ứng với sự đồng cảm khi chúng té ngã, thì chúng sẽ học để biểu lộ sự thương cảm với người khác. Nếu chúng thấy người cha thường phản ứng giận dữ, thì chúng sẽ học để đáp trả bằng sự giận dữ thường xuyên hơn khi đối mặt với các tình huống bực bội.

Làm cha là làm gì?

Không ít người khi làm cha vẫn chưa biết mình phải làm gì, ngoài việc kiếm tiền để nuôi con hoặc hy sinh làm lụng cho con ăn học. Nhưng theo nhà văn Steven Rowe thì bấy nhiêu đó vẫn chưa đủ. Ông nêu ra mấy điều mà người làm cha nên làm: Để cho con cái biết về mình, nhìn lại tuổi thơ của mình, đối xử tử tế và tôn trọng với vợ con trong nhà, tự sửa sai và không tự trách...

Trẻ em thường hiếu kỳ và muốn học hiểu về

thế giới chung quanh chúng, theo Steven Rowe. Một trong những cách tốt nhất để chúng học hiểu là giới thiệu chúng về thế giới hay cuộc sống của người làm cha.

Điều ấy có thể là những việc nhỏ như để chúng giúp đỡ xăng vào xe trước khi chạy một lát, chỉ cho chúng cách bạn nấu bữa cơm ngon miệng, hay dẫn chúng đi đánh bóng chày hay đi thăm bảo tàng viện nào mà bạn thích. Bằng việc mở ra những điều mà bạn thích, sẽ giúp bạn không tự đóng kín mình với con cái.

Khi trưởng thành, chúng ta có thể khách quan hơn để nhìn lại cách mà chúng ta đã được nuôi dưỡng và các kỹ thuật của cha mẹ của chúng ta, theo Steven chia sẻ.

Nicholas Hardy thì cho rằng, "Cha mẹ của chúng ta cũng đã học hỏi và tiếp xúc với các kinh nghiệm tích cực và tiêu cực mà chúng ta đã từng trải khi lớn lên có thể giúp định hình những thực hành và triết lý của chúng ta về việc nuôi dạy con cái."

Con cái của bạn sẽ học hỏi làm một người cha có ý nghĩa gì bằng cách quan sát bạn là loại người cha như thế nào mỗi ngày, theo nhà văn Steven Rowe. Nếu bạn thường chê bai cha mẹ của người khác hay nói xấu về gia đình của bạn, thì con cái của bạn sẽ nghĩ rằng hành vi đó là có thể chấp nhận được và ưa thích.

Ngược lại, cũng theo Steven, nếu bạn đối xử với người bạn đời của mình bằng sự tôn trọng và tử tế, thì con cái của bạn cũng sẽ đối xử với người bạn đời trong tương lai của chúng giống như vậy, nhờ vào tấm gương cá tính của bạn.

Còn nữa, theo Steven, để làm cha tốt có thể là vô cùng khó khăn, và không phải ai cũng làm cha được ở tất cả mọi lúc. Nếu bạn phạm sai lầm hay mất bình tĩnh sau một ngày dài làm việc mệt mỏi, thì hãy cố gắng tự sửa đổi nhưng đừng tự trách mình quá.

Tuy nhiên, nếu bạn đang gặp khó khăn với vấn đề quan trọng hơn như kiểm soát cơn giận dữ hay sự nghiện ngập, bạn có thể xem xét đến việc tìm tư vấn từ giới chuyên môn nếu bạn cảm thấy cần nó. Cải thiện bản thân vì con cái của bạn là điều rất đáng kính nể, và bạn không nên cảm thấy xấu hổ về việc tìm kiếm sự giúp đỡ khi bạn cần đến điều đó.

Để kết thúc bài này xin mượn lời của tiểu thuyết gia người Pháp Abbé Prévost (1697-1763) đã viết trong tác phẩm "Manon Lescaut" (1731) rằng, "Trái tim của người cha là kiệt tác của thiên nhiên."

Đó là trái tim yêu thương và hy sinh cho con cái không điều kiện, không bờ bến. Tấm lòng đó có sẵn trong phẩm chất của những người làm cha. Từ những ngày đứa con còn trong bụng mẹ cho đến khi nó chào đời, người cha đã thương yêu nó, xem nó là ruột thịt máu mủ của mình, hay nó là một phần bất khả chia cắt trong đời mình. Tấm lòng đó là tình thương yêu tự nhiên không gượng ép của người cha đối với con cái. Nó giống như nước từ nguồn chảy ra mãi không ngừng.

Và cũng chính tình yêu đó của người cha đã nuôi dưỡng đứa con của mình khôn lớn. Bởi thế, có thể người cha thiếu hiểu biết hay thiếu kỹ năng để nuôi dạy con tốt nhất, nhưng chắc chắn ông không thiếu tình yêu thương chân thật đối với con cái của mình. Chính đó là phẩm đức làm cha của người đàn ông.

Độc bài thơ “Đăng U Châu Đài Ca” của Trần Tử Ngang

LAM NGUYỄN

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Đăng U Châu Đài Ca

登幽州臺歌

Tiền bất kiến cổ nhân,
前不見古人
Hậu bất kiến lai giả.
後不見來者
Niệm thiên địa chi du du,
念天地之悠悠
Độc sáng nhiên nhi thể há.
獨愴然而涕下

Trần Tử Ngang

陳子昂

Dịch thơ 1:

Bài ca lúc lên đài U Châu
Người trước chẳng thấy ai,
Người sau thì chưa thấy.
Gầm trời đất thật vô cùng,
Riêng lòng đau mà lệ chảy!
(Tương Như)

Dịch 2:

Bài Hát Lên Đài U Châu
Trông ra hiu quạnh bốn bề
Người xưa đâu cả thấy gì, mai sau
Đất trời - mờ trời - ngàn dâu
Mình tôi nhỏ lệ hai đầu nhân gian.
(Lý Minh)

Dịch 3:

Bài Ca Làm Khi Lên Đài U Châu
Người xưa đâu chẳng thấy nào,
Người sau chưa lại biết sao ngô lời.
U châu đài vắng dạo chơi,
Nghĩ trời đất tự ngàn đời chuyển trôi.
Cảm thương sinh chẳng gặp thời,
Một mình lặng ngắm lệ rơi đầm đìa.
(Trương Đình Tín)

Dịch 4:

Bài Ca Lên Đài U Châu
Trước nhìn đã khuất người xưa
Sau nhìn chẳng thấy người chưa vào đời
Trời cao thăm đất xa vời
Một mình đau xót ngậm ngùi lệ rơi.
(Cao Bá Vỹ)

Dịch 5:

Bài ca lên đài U Châu
Hiện nhân trước, không thấy,
Thánh nhân sau, đâu nào!

Cả mệnh mông trời đất.

Thương cảm lệ tuôn trào!

(Nguyễn Mỹ)



Trong tâm của thi sĩ Trần Tử Ngang 陳子昂 lúc nào cũng muốn cải cách nền chính trị thời Vũ Hậu vì lúc này là thời chính trị đen tối của nhà Đường. Ý kiến xây dựng của ông không được vua chúa chấp thuận mà còn làm khó ông rất nhiều. Ông là người có tài nhưng chẳng gặp thời. Đem tâm sự của riêng mình tạo thành những vần thơ đầy uất ức: *Tiền bất kiến cổ đại đích Thánh nhân* 前不見古代的聖人, *Hậu bất kiến lai*

thế đích Anh hào 後不見來世的英豪!... Ông nghĩ rằng tìm Anh hùng như thời xưa không có nữa; Không thấy Thánh nhân xuất hiện lòng ông xót xa vô cùng! Hơn nữa, trong bài thơ “Đăng U Châu Đài Ca” còn ngụ ý, ông chẳng tìm được ai tri âm, tri kỷ nữa! Nỗi đau đáu ấy làm buồn đến rơi lệ!

Trần Tử Ngang (661-702), tác giả có xu hướng hiện thực chủ nghĩa, là người đi trước thời đại. Thi sĩ người ở huyện Xạ Hồng, tỉnh Tứ Châu và nay thuộc tỉnh Tứ Xuyên. Ông đã từng làm quan dưới thời Vũ Tắc Thiên. Ông rất bất mãn với nền cai trị xấu xa đương thời. Ông cũng từng nêu ra những chủ trương chính trị phù hợp với ích lợi của dân. Riêng về phương diện Văn-học, có chủ trương lý luận văn học về Thơ-ca phải phản ánh hiện thực. Phần đông tác phẩm của Thi sĩ Trần Tử Ngang mang đậm nét hào hùng, phóng khoáng. Đã tạo riêng phong cách mới cho thơ Đường lúc bấy giờ!

Hai câu cuối:

Niệm thiên địa chi du du, 念天地之悠悠

Độc sáng nhiên nhi thể há. 獨愴然而涕下

Thi sĩ Trần Tử Ngang cho mình sinh ra không đúng lúc “Tự thương sinh bất phùng thời 自傷生不逢時: “Tiền bất kiến cổ Thánh 前不見古聖, Hậu bất kiến lai triết 後不見來哲”... nên Vô hạn thương lương 無限蒼涼!

Mà tiền nhân đã phải thốt nên lời: “Thành vi lịch lai truyền tụng đích danh thiên 成為歷來傳誦的名篇!” Câu ấy nói lên cái danh tài thi ca của thi sĩ Trần Tử Ngang vậy!

Lam Nguyễn

Seattle, ngày đọc thơ Đường với bằng hữu yêu thơ!

MẶT TRÁI CỦA CÔNG NGHỆ CAO

Tiểu Lục Thần Phong

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Năm 2023 có đến 22.000.000 bài văn của sinh viên do AI viết, tỷ lệ giáo viên, giáo sư dùng AI để chấm bài cũng tăng thêm 23%. Hiện nay AI (Artificial intelligence – Trí tuệ nhân tạo) đã và đang xâm nhập vào mọi mặt của đời sống con người, làm thay con người, trợ giúp và cả làm hại con người. AI có thể viết sách, vẽ tranh, chụp hình soạn nhạc, lái máy bay, tàu chiến để bỏ bom một cách chính xác và theo như số liệu tin tức vừa nói ở trên thì tương lai sắp đến học sinh – sinh viên sẽ không làm bài, không viết bài, không làm luận văn nữa, giáo sư cũng không cần phải đọc bài, chấm bài... tất cả dùng AI khỏi tốn công tốn sức.

Nếu cứ cái đà này thì con người không cần suy nghĩ, tư duy, động não. Con người chẳng cần cảm xúc, rung động từ tâm hồn hay trái tim nữa. AI làm thay tất cả cho người.

Công nghệ cao là thành tựu của loài người nhưng mặt trái của nó cũng không hề nhỏ và cái hậu quả như thế nào con người cũng chưa lường hết được. Các nhà khoa học, các nhà sáng chế phát minh, các nhà hoạch định chính sách, các nhà đạo đức, làm luật, học giả... vẫn cãi cọ bất đồng ý kiến với nhau về vấn đề này. Tất cả tranh luận mà chưa có hồi kết và dĩ nhiên cũng chưa có một tiếng nói chung nào. Duy có một điều là con người không thể thành robot được! Con người là sự kết hợp của thể xác và tâm hồn, nếu con người được cấy chip vào não để điều khiển tự động hóa, hành xử như người máy thì liệu cái giá trị nhân văn, đạo đức, tư duy, thẩm mỹ... còn là gì? Chuyện này quả thật nan giải, tuy nhiên xưa nay hệ mỗi lần cái cách, có phát minh mới mang tính quyết định thay đổi vẫn thường đem đến xáo trộn là lẽ đương nhiên. Vì vậy việc sử dụng AI cũng không ngoại lệ, có lẽ thời gian sẽ có câu trả lời dù sớm hay muộn.

AI sẽ thay con người làm mọi việc, con người mất việc làm. AI sáng tác thay con người (thực sự thì AI không thể sáng tác ra mà là tổng hợp nguồn tư liệu khổng lồ có sẵn trên NET rồi chọn lọc, cắt, ghép... để cho ra sản phẩm theo cái chủ đề mà người ta muốn.

Có một vị giáo sư sinh học nói vui rằng: "Con người nhờ lao động mà hoàn thiện nhân dáng như hôm nay. Hai chân để đi, hai tay để cầm công cụ lao động để làm việc, tư duy để phát triển trí năng, xúc cảm từ trái tim để thăng hoa tâm hồn. Ngày

nay công nghệ cao, sự tiến bộ khoa học kỹ thuật khiến con người không còn lao động nặng, chỉ còn dùng các ngón tay quẹt quẹt trên màn hình, dùng con mắt để chăm chú vào màn hình... Biết đâu tương lai con người sẽ tiến hóa đến độ hai tay chỉ còn như cái que đũa để quẹt quẹt, hai con mắt sẽ to và lộ hẳn ra ra ngoài như mắt cua để thích nghi với thực tế..." Tuy là lời nói chơi nhưng không phải là không có lý khi mà chúng ta chưa biết hết hậu quả mặt trái của công nghệ cao: IT (Information Technology), AI.



Mặt trái của công nghệ cao có thể còn chưa rõ ràng lắm nhưng thử xem hậu quả nhãn tiền của nó với người Việt ta thử xem.

Khi mạng Internet ra đời, đây là một thành tựu mang tính cách mạng của loài người. Mạng Internet làm thay đổi sâu sắc bộ mặt thế giới, thay đổi thói quen sinh hoạt, làm việc, thương mại, vui chơi, giải trí... của loài người. Hiện nay nhiều người có thể ngồi nhà làm việc, giải trí, kiếm tiền, mua

bán, họp hành, học hành, thi cử... thậm chí ăn uống và tinh dục cũng có thể thông qua.

Rồi khi những mạng xã hội ra đời: Twitter, Face Book, Instagram, Tick tok, Weibo, Zalo... đã làm ảnh hưởng hầu hết nhân loại. Mọi người dính chặt vào các trang mạng xã hội, trên ấy mọi người có thể tung lên mọi thứ từ thượng vàng hạ cám, sạch – dơ, đúng – sai, phải – quấy... thậm chí càng xàm, càng nhảm nhí lại được người ta xem nhiều, bấm "like", bấm "subscribe". Mạng xã hội là môi trường lý tưởng cho những kẻ tung ra thuyết âm mưu để lung đoạn thao túng tâm lý con người. Mạng xã hội làm tầm thường hóa văn hóa, thẩm mỹ, đạo đức... bằng những clip, video, reel... nhảm nhí, rẻ tiền, xàm xí. Mạng xã hội như một cánh đồng ngập tràn cỏ dại, cỏ dại thì không cần chăm sóc vẫn phát triển, thậm chí phát triển tốt, trong khi ấy lúa, hoa màu... chăm sóc kỹ vẫn èo uột không phát nổi!

Chúng ta thử lướt qua một ít trên Face Book, Tiktok, Youtube... sẽ thấy người dùng mạng xã hội người Việt thật kinh khủng, phải nói là cả một tập thể hỗn loạn, bầy đàn thô bỉ. Cả người đăng và người xem, người bình. Họ hùa theo đám đông ra sức nói bậy, nói xàm, chửi rủa, mạ lỵ, mạ sát... những ai mà họ không thích. Họ cắt, ghép, lồng, ép... và đăng những gì tệ hại nhất để bêu xấu, làm

nhục những ai mà họ ghét. Người Việt trên mạng xã hội đang tạo khẩu nghiệp và ý nghiệp vô cùng tồi tệ. Họ dùng những từ ngữ tục tĩu, bẩn thỉu nhất mà họ có thể nghĩ ra. Họ không phân biệt phải - trái, trắng - đen, đúng - sai... cứ hùa nhau mà chửi. Cái cộng đồng dùng mạng xã hội người Việt là cả một đám làm bậy, tin nhảm, nói xàm. Thậm chí người ta còn đặt ra cái khái niệm "Văn hóa chửi", mạnh ai nấy chửi, người nào chửi mạnh miệng, chửi hung tợn, chửi dài hơi... thì được xem như người "giỏi", người "cửa công chúng". Cái này phải nói là người ngoài vĩ tuyến chửi dữ dội nhất. Người ta còn vui vẻ đi ăn "cơm chửi, bún măng, phở quát". Các diễn viên hài cũng là những kẻ cố xúi mạnh mẽ cho cái gọi là "văn hóa chửi". Hài Việt toàn là chửi bậy nói xàm, quanh quẩn những tiết mục giả gái nhái giọng và chửi.

Có không ít những nhà văn hóa, trí thức, học giả, hoạt động xã hội... lên tiếng về việc văn hóa xuống cấp, đạo đức suy đồi, băng hoại... nhưng hình như tiếng nói của họ rơi vào hư không, không có bất cứ hồi đáp nào. Hiện tượng hài nhảm nhí, nói xàm, chửi tục được lăng xê phát triển mạnh mẽ trên không gian mạng khiến cho già, trẻ, nam nữ đều xem, xem lâu ngày nên nhiễm... Cái thứ "văn hóa chửi" này giờ từ Bắc chí Nam đều thịnh hành. Có nhiều lần những cộng đồng mạng nước ngoài phản ánh, than phiền cư dân mạng "citizenet" người Việt quá hung hăng, thô lỗ và tục tằn... Cứ như thế này thì văn hóa người Việt sẽ đi về đâu? Một điều cũng cần nên nói thêm là những cư dân mạng gốc Việt, Việt Citizenet hầu như quanh năm suốt tháng họ không đọc lấy một trang sách. Tất cả chú mắt chú mũi vào điện thoại cầm tay quẹt quẹt các mạng xã hội và tung ra những lời chửi bới vô tội vạ.

Công nghệ cao, AI, mạng xã hội là một tiến bộ vượt bậc của loài người nhưng mặt trái của nó cũng quá thật đáng để lo lắng lắm thay!

Tiểu Lục Thần Phong
 Ất Lăng thành, 0624



TRỞ VỀ CHÙA XƯA

*khi câu thơ la cà
 ở những con đường lắc léo của hoài niệm
 là lúc tôi hiểu ra
 những khúc mắc của tâm thức
 lằng đằng những chập chùng duyên khởi
 giữa quá khứ và hiện tại
 không bao giờ dứt bỏ
 như mặt trời và mặt trăng
 huyền ảo giữa đời em và đời tôi*

*khi chữ nghĩa nổi trôi
 và hoàng hôn đỏ lừng đời
 Phật lòng bùng trong tim
 câu kinh vừa nghe còn vọng động
 là lúc tôi thoáng hiểu về trần gian mê muội
 những thú tính xé nát lòng người
 ngày mùa hạ nóng bức cháy da*

*khi ngọn đời năm xưa trở về
 hoa lá reo vui như tấm lòng mở cửa
 con thỏ băng nhanh qua cánh đồng
 đàn bò gặm cỏ phương xa
 ta bà vương vấn là những sợi chỉ trời buộc
 siết chặt vào nhau
 góc hang tâm thức lao xao*

*vẫy tay chào tháng bảy một phương xa thân mến
 nhớ áo thiền sư trên núi màu xanh
 quá khứ hiện tại
 tương lai đổ dành
 mong manh như hạt mưa hiem có
 tiếng vô thanh lắng đọng
 sát na ngắn ngủi vô thường
 một chút gì còn lại
 sợi tóc trắng hao gây yên lặng
 thao thức bao la...*

thơ **THY AN**
 về chùa xưa năm ấy

Truyện cực ngắn

STEVEN N.

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

QUỐC ĐỘ ĐEN ÁNH ĐẠO VÀNG

Châu Phi bao đời nay chìm đắm trong tăm tối, nghèo đói, bất công, lạc hậu. Người châu Phi thờ phượng tôn giáo bản địa và đạo Thiên Chúa bởi những thế lực thực dân da trắng áp đặt. Xưa giờ chưa ai biết hay nghe đến đạo Phật. Thế sự vô thường, mọi việc biến thiên, cơ duyên chín muồi đã chiêu cảm để rồi những người con châu Phi đầu tiên đi theo con đường Bồ Đề mà đức Thế Tôn đã dày công khai phá.

Bhante Buddhakkhita là một du học sinh người Uganda, anh đến Ấn Độ để học về thương mại. Tại đây Bhante đã gặp và kết giao với hai vị tu sĩ Phật giáo người Thái Lan. Bhante đã thốt lên: "Thật ngạc nhiên, đây là những con người hạnh phúc an lạc". Chỉ trong thời gian ngắn Bhante đã từ bỏ truyền thống Thiên Chúa giáo của gia đình và xuất gia tu học theo tông phái Phật giáo Theravada. Bhante tâm sự: "... Có quá nhiều người đau khổ, bất hạnh ở Uganda nói riêng và châu Phi nói chung. Tôi tìm cách thay đổi, chuyển hóa từ khổ đau sang an lạc". Bhante tu học và làm việc trong mười tám năm khắp nơi từ Ấn Độ, Thái Lan, Mỹ, Brazil... và cuối cùng quay về nước để trụ trì ngôi chùa trung tâm Phật giáo Uganda và thực hiện chương trình: "Gieo hạt giống Phật pháp ở châu Phi". Bhante đã bỏ nhiều công sức để mang Phật giáo đến châu Phi. Hiện tại ông dạy thiền chánh niệm cho các Phật tử Uganda và các nước châu Phi khác. Bhante đã xóa bỏ cái ý nghĩ sai lầm trước đây cho rằng Phật giáo là cái gì đó xa lạ thuộc về nước ngoài không phải châu Phi, không thích hợp với châu Phi. Thượng tọa Bhante Buddhakkhita đang huấn luyện cho năm mươi tư đệ đầu tiên cho Phật giáo Uganda nói riêng và châu Phi nói chung.



LẠNH THỔ ĐẸN BAO ĐỜI SỐNG TRỌNG HOẠNG DÃ
Ở ẮN MẶC MẶC TÌNH RỒNG RỖ KHỔ ĐAU VÌ THIẾU
PHƯỚC BẢO
NỀN TẢNG VÀNG NGÀY NAY BIẾT ĐẾN THIÊN HẠNH
PHẬT PHÁP TẶNG TẶNG TRƯỞNG TỊNH THANH AN
LẠNH BỒI ĐUỐC HUỆ SOI.

VÃI CẢ LINH HỒN

Thằng Tí lên mạng bình chi đó mà bị người ta chửi "vãi cả linh hồn". Nó không hiểu nên lòi từ điển ra tra, hỏi người này người kia nhưng chẳng ai giải thích vừa lòng. Thờ nhỏ nó cũng từng nghe: "Chỉ loài người mới có linh hồn, thần hồn, ba hồn bảy vía, hồn phách..." Nó suy nghĩ không thông bèn lên chùa thưa với thầy. Thầy dạy:

- Hồn có linh hồn chi cả, đó là phần phi vật chất, tạm gọi là thần thức, nhờ thần thức mà cái xác thân mới dụng được. Khi nào xác thân tan hoại thì thần thức sẽ kết hợp với tứ đại khác để có thân mới, tam nghiệp quá khứ như thế nào thì có cái xác thân tương ứng.

Đêm ấy Tí nằm mơ thấy mình chuẩn bị đi xa nhưng mãi la cà bắt bướm hái hoa, khi chuyển tàu sắp khởi hành mới chợt nhớ ra nên chạy bán sống bán chết ấy vậy mà vẫn trễ. Giật mình thức dậy, mồ hôi túa ra, tim đập thình thịch... Tí lẩm bẩm:

- Thân xác ta vẫn nằm trên giường, phải chăng thần thức vừa chạy thực mạng?

NHÌN THÌ BIẾT

Thằng Alberto người Nicaragua làm chung mấy nay với với mỗ. Nó cũng là một tay tám có hạng, ngày ngày ba hoa chuyện trời đất, chuyện đàn bà, chuyện chính trị... đủ cả. Sáng nay nó nói:

- Nước tao và Venezuela trước kia giàu sụ, dân sống xịn lắm, ấy vậy mà bỗng dưng áp dụng Xã hội Chủ nghĩa thì trở nên đói rã họng, xa lổn hồng có mặc. Từ đó dân hai nước chạy dạt qua lảng giềng rồi tìm mọi cách để vào Mỹ.

Mỗ vỗ vai:

- Nước tao cách Mỹ cả nửa vòng trái đất mà dân cũng rần rật kéo đến đây.

- Tại sao?

- Thì như mầy vừa nói đó!

Thằng Oscar, người El Salvador xía vô:

- Chủ nghĩa Xã hội tệ vậy sao?

- Mầy cứ xem thằng Bắc Cao với thằng Nam Hàn thì khắc biết!



ĐẠI ĐỒNG

Hôm nọ giáo sư lên lớp thuyết giảng đề tài "sự bất công trong xã hội", bên dưới bọn sinh viên nhao nhao:

- Bất công là tội ác, chúng ta cần thực hiện xã hội đại đồng. Mọi người bình đẳng, cùng làm, cùng ăn, cùng phân phối đồng đều tài sản...

Ông giáo sư biết sinh viên hoang tưởng vì lạm thuyết đại đồng, tuy nhiên chúng đang cuồng cơn và nhiệt huyết cao độ nên không thể nói chuyện phải quấy được. Ông bèn bảo:

- Ok, thế này nhé! Trước khi thực hiện xã hội đại đồng thì lớp học chúng ta áp dụng trước để sau đó đem mô hình này giới thiệu cho cả nước.

Bọn sinh viên mừng rỡ reo hò ầm ĩ, hô khẩu hiệu vang trời, xé giấy làm truyền đơn dán kín cả tường...

Ngày hôm sau vào lớp, cả bọn hay tin kỳ thi vừa qua cả lớp bị rớt vì không một ai đủ điểm tối thiểu. Bọn chúng giận dữ la hét phản đối, mạ lị và vu khống vị giáo sư kia tàn tệ. Đợi cho lắng xuống một chút, bấy giờ ông giáo sư mới giải thích:

- Chúng ta đồng ý thực hiện mô hình đại đồng, bởi vậy tôi cộng điểm của các anh lại và chia đều cho tất cả mọi người, giờ thì đại đồng bình đẳng rồi còn kêu ca nòi gì?

CHỦ TIỆM NƯỚC

Cái tin cu Theo được bế lên ghế chủ tiệm nước bay về làng, họ hàng vui mừng tự hào mở tiệc ăn mừng. Bạn bè cũng học sướng rêm mình ăn ké danh thơm. Cu Đen oang oang:

- Tự hào quá tụi bay ơi! Cu Theo, bạn tụi mình làm chủ tiệm nước!

Đám bạn cùng trọ học ngày trước nở mày nở mặt, tinh thần hưng phấn đi đâu cũng xưng bạn cũ của cu Theo. Ấy vậy mà cu Lửa gặt ngang:

- Cu Theo làm chủ tiệm hay ai làm cũng vậy thôi, ký tá nhì nhằng hay ban phát mề đay chứ làm được gì!

Cu Lùn lý luận:

- Tiệm nước sơn đồ lòm, trang trí toàn câu liêm búa tạ, lựa đạn, nón cối... thì ai dám chơi? Chỉ có bọn kiếm ăn ép phe mới tập nập vào ra.

Ngày vui chưa đã thì bỗng nhiên cu Theo bị đuổi về vườn. Con Mèn, bạn học cùng lớp, chà chọt:

- Quan nhất thời dân vạn đại, thôi thì dzia làm người tử tế. Tụi mình lại có cơ hội đi uống cà phê nói chuyện triết học...

Nhóm bạn cà phê gặt gù. Cu Thảo lập tức ứng khẩu:

**QUAN NHẤT THỜI CHỦ TIỆM NƯỚC CŨNG VUI
LƯỢNG CAO LỘC CỰ CẤP CỦA THIÊN HẠ TỬU TỐI
TRẠ TRƯA VỊ PHÚ QUÝ THƯƠNG LÊN VOI XUỐNG
CHÓ ĐẦY HÙNG HIỂM
DÂN VẠN ĐẠI THẮNG CÙNG ĐINH CHẴNG TỆ CỦA
KHÓ NGƯỜI KHÔN LÀM LỤNG TỰ THÂN CƠM SỢM
CANH CHIỀU MÙI BÀN HÀN CỨ CỎI QUẦN MẶC ÁO
LẮM NIỀM VUI.**

CÓ XÌ MỚI NGHE MÙI KHẼM

Mấy nay giang hồ đồn đại ông này lên, bà kia xuống, rồi kẻ này vô lò, khứa nọ xô khám... Những

tưởng miệng lưỡi đơm đặt ai ngờ trúng chóc luôn. Cu Đen nói với cu Đồ:

- Hủ mắm có xì ra thì người ta mới nghe mùi khẳm.

Cu Đồ thắc mắc:

- Chủ tiệm nước có bằng tiến sĩ chưa vậy ta?

Cu Đen xì một tiếng:

- Nhắm nhỏ gì bằng tiến sĩ, đồng liêu và đàn em của y còn lấy bằng trên tiến sĩ, hậu tiến sĩ... nữa kìa!

- Ở mà hồi đó người ta bắt học tiếng Nga thấy mẹ, có đứa nào chịu học đâu! Đến khi thi tốt nghiệp thì mua bằng B tiếng Anh nộp vô, thế là khỏi thi tiếng Nga, vậy mà giờ tiến sĩ cả làng.

- Mấy nhiều chuyện quá, coi chừng bị người ta liệt vô loại phản động thì chủ tiệm nước cũng hồng cứu đầu à nha.

- Cứu gì nổi hả mậy? Bản thân chủ tiệm nước còn chưa cứu nổi hần kia.

Con Lượm hóng chuyện hai đứa, nó chẳng nói gì mà hát vu vơ:

Cải thời tiến sĩ cả làng

Nói xàm phán bậy một đàn quan nha

Bằng cấp xảo ngữ bao la

Xét đến thực chất lò ra rặt nòi...

Hai đứa nghe vậy đồng thanh hỏi:

- Nòi gì? Bà ám chỉ ai?

- Sao tui biết, đi mà hỏi mấy chả!

TỆ HƠN THẬP PHẦN

Thằng Du vốn thân sơ thất sở lưu lạc bốn phương trời, thời thế thay đổi, nó được mấy ông trùm cho về ở chung với thằng Tin. Kể từ đó nó nổi máu tham và du côn, đánh đuổi thằng Tin hồng độc chiếm mảnh đất ấy. Mấy nay nó mượn cớ đánh khủng bố nhưng chính nó mới là tay khủng bố tàn bạo nhất. Người nhà thằng Tin chết la liệt, nhà cửa sập đổ, thánh đường, nhà thương, trường học, chợ búa... tan tành thành bình địa. Thằng Du còn cắt hết mọi nguồn cung cấp lương thực, nước non, thuốc men... Thằng Tin đang đối mặt với sự diệt chủng tàn bạo chưa từng thấy. Sở dĩ thằng Du du côn như vậy là nhờ sau lưng thằng nó có chú Sam bảo kê. Thật tình mà nói thì thằng Du dùng vũ khí của chú Sam để diệt chủng người nhà thằng Tin.

Thằng Stephen nói với thằng bạn Ahmad làm chung sở:

- Đồng hương, đồng đạo của thằng Tin là cả khối Ả Rập mà chẳng giúp gì được!

Thằng Ahmad nói:

- Cả khối tuy giàu nhưng kẻ nào cũng thủ lợi và chia rẽ sâu sắc nên chẳng thể nào chống đỡ nổi thằng Du.

- Mùa bầu cử này mầy bỏ phiếu cho ai?

- Chắc tao bỏ cho đối thủ của đương kim tổng thống.

- Coi chừng à nha, tránh vô dưa gặt vô dưa thì thập phần tệ hơn!

Thằng Ahmad ôm đầu:

- Kiếp nạn của thằng Tin, cả hai tổng thống đương và cựu đều ủng hộ thằng Du vô điều kiện, biết chọn ai bây giờ?

Steven N
Georgia, 0624



GAN NHIỄM MỠ

Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức

Y KHOA PHỔ THÔNG

Gan là cơ quan nội tạng lớn nhất trong cơ thể với trọng lượng khoảng 1.4 kg.

Nằm ở phía trên bên phải của bụng, ngay dưới xương lồng ngực, gan có hai thùy. Thùy phải lớn và gồm có ba mảnh ghép với nhau. Thùy trái nhỏ hơn, nằm lên phần dạ dày tiếp cận với thực quản.

Về cấu tạo, gan có khoảng từ 50,000 tới 100,000 tiểu thùy nhỏ với một tĩnh mạch ở giữa. Từ tĩnh mạch tỏa ra cả trăm tế bào gan đan xen với hệ thống ống dẫn mật và mạch máu nhỏ xíu. Gan có màu đỏ tươi tương tự như gan súc vật bày bán ở cửa hàng thịt.

Với khoảng 300 tỷ tế bào, gan có khả năng tự tái tạo và duy trì được chức năng dù chẳng may vì một lý do nào đó đã mất đi 90% khối lượng. Nhưng nếu cả trăm phần trăm tế bào gan bị hư hao vì bệnh tật thì con người chỉ sống nếu được ghép một miếng gan.

Gan tiếp nhận máu qua tĩnh mạch cửa và động mạch gan. Mỗi phút các mạch máu này chuyển qua gan khoảng 1,5 lít máu. Máu trong động mạch gan chứa nhiều oxy còn máu ở tĩnh mạch cửa chuyển tải các chất phế thải của sự tiêu hóa.

Gan được ví như một nhà máy chế biến hóa học cực kỳ tinh vi với cả trăm nhiệm vụ quan trọng khác nhau.

1. Gan là kho tiếp nhận đường glucose hấp thụ từ ruột non rồi tích trữ dưới dạng glycogen. Sau mỗi bữa ăn, khi đường huyết lên cao thì insulin từ tụy tạng sẽ thúc đẩy gan biến hóa glucose thành glycogen. Vài giờ sau đó, khi đường huyết xuống thấp, gan lại chuyển glycogen ra glucose, đưa vào máu và cung cấp cho các bộ phận có nhu cầu.

2. Ngoài vai trò kể trên, gan còn biến hóa đường và chất béo thành chất đạm và cũng làm chất đạm và chất béo biến thành glucose.

3. Gan chế tạo khoảng 0.5-0.9 lít mật mỗi ngày. Mật là chất lỏng màu vàng-xanh, vị đắng với thành phần cấu tạo quan trọng nhất là muối mật, cần thiết cho sự tiêu hóa chất béo trong thức ăn.

4. Gan loại bỏ các chất độc hại như rượu, một vài loại dược phẩm như acetaminophen.

5. Gan tổng hợp ure, một phế chất trong sự chuyển hóa chất đạm và loại ra ngoài qua thận.

6. Gan hủy hoại các hồng huyết cầu hư hao, già nua cũng như tiêu diệt các vi khuẩn lẫn trong thực phẩm ở ruột.

7. Gan tích trữ các sinh tố A, B, D, E và K.

8. Gan tạo ra các chất đạm trong máu như albumin, globulin và yếu tố đông máu.

Gan Nhiễm Mỡ

Mới nghe gan nhiễm mỡ, nhiều bà con cũng giật mình e ngại. E ngại vì gan có mỡ thì làm sao mà sống được.

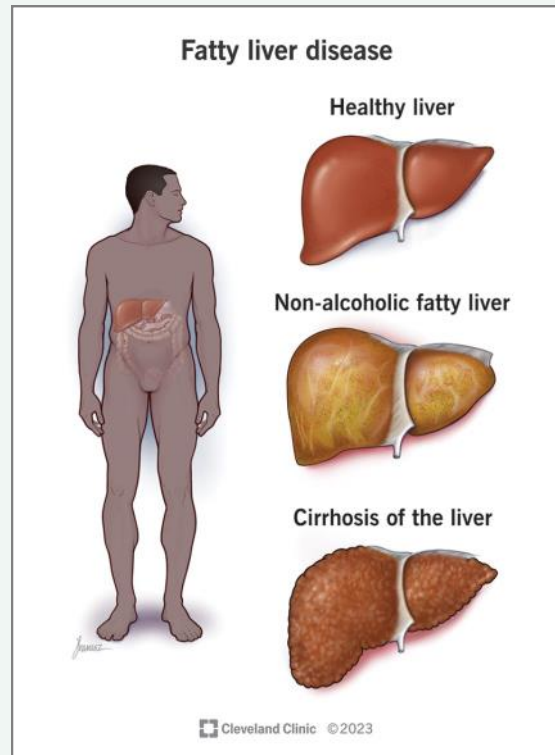
Thực tế ra thì trọng gan cũng như các bộ phận khác của cơ thể, chỗ nào cũng có mỡ. Mỡ là thành phần cấu tạo của các tế bào. Chỉ khi nào mỡ trong gan quá 5% trọng lượng gan và lẫn át, chiếm chỗ của các tế bào gan lành mạnh thì mới có vấn đề. Khi đó thì gan sẽ có màu vàng béo, lớn hơn và nặng hơn bình thường.

Cắt một lát mỏng ở gan không bệnh rồi quan sát qua kính hiển vi, ta thấy màu trần ngập khoảng trống giữa các tế bào gan. Thành tế bào gan sẽ lấy đi các chất độc hại, vi khuẩn, chất béo khiến cho máu trở nên sạch sẽ. Do đó gan giữ vai trò của một cái lọc. Nếu bây giờ trong tế bào gan và khoảng trống lại đầy những chất béo thì việc lọc và các chức năng khác của gan sẽ suy giảm đưa tới hậu quả xấu cho cơ thể. Các chất béo này đa số thuộc nhóm triglycerit.

Có nhiều loại gan nhiễm mỡ:

1. Nhiễm mỡ không do rượu

Bệnh rất phổ biến tại các quốc gia phát triển và chiếm 24% các bệnh về gan tại Hoa Kỳ. Bệnh có thể chỉ là tăng chất mỡ trong gan, không gây ra triệu chứng gì hoặc vừa tăng mỡ vừa bị viêm tế bào gan rồi đưa tới xơ gan.



Nguyên nhân chưa được biết rõ nhưng sau đây là một số rủi ro gây bệnh:

- Hội chứng chuyển hóa với chẩn đoán tiểu đường loại 2, mập phì, cao cholesterol / triglycerid trong máu. Bệnh thường thấy ở phụ nữ từ 40-60 tuổi nhưng cũng có thể xảy ra ở mọi giới mọi tuổi.

Ngoài ra, gan nhiễm mỡ cũng xảy ra vì các rủi ro khác như:

- Suy dinh dưỡng, thiếu chất đạm
- Một số dược phẩm như amiodarone, tamoxifen, methotrexate, valproic acid, tetracycline, thuốc chống virus zidovudine
- Phẫu thuật dạ dày để giảm cân
- Độc chất, thuốc diệt sâu bọ.
- Bệnh Wilson trong đó khoáng chất đồng tích tụ trong gan.

Bệnh âm thầm diễn tiến, đôi khi không có dấu hiệu rõ rệt. Một số than phiền đau ngậm ngậm nơi bụng trên, mệt mỏi, kém ăn. Khám bệnh, bác sĩ thấy gan hơi to.

Xét nghiệm máu thấy men gan lên cao và sinh thiết gan cho hay trong tế bào gan có những túi chất béo nhỏ li ti.

Điều trị căn bản nhằm vào việc loại bỏ các rủi ro gây bệnh cũng như duy trì mức độ đường huyết và cholesterol bình thường, giảm cân, không dùng các chất độc hại.

2. Gan nhiễm mỡ do rượu

Mỗi ngày tiêu thụ trên 60 g rượu trong thời gian 10 năm là đủ gây ra bệnh gan nhiễm mỡ. Phụ nữ dễ bị bệnh này hơn nam giới dù chỉ dùng 1/3 số lượng rượu kể trên. Lý do là quý bà ít có loại men gan bảo vệ với sự hấp thụ chất rượu ở dạ dày. Bệnh cũng thường xảy ra cho người trong cùng huyết tộc, nhiễm viêm gan C, tiêu thụ nhiều chất béo không bão hòa động vật hoặc có quá nhiều chất sắt tích tụ ở gan.

Sau khi tiêu thụ, rượu được dạ dày và ruột non hấp thụ rồi hầu hết được oxy hóa, tạo ra các chất có khả năng cung cấp năng lượng cho cơ thể. Vì lẽ đó, các acid béo từ thức ăn không được dùng đến khiến cho triglycerid tích tụ trong gan và tăng chất béo trong máu.

Dấu hiệu bệnh không có gì đặc biệt: đau âm ỉ phía gan, mệt mỏi, tâm trí rối loạn, kém ăn, vàng da, gan to. Trường hợp trầm trọng sẽ có viêm tế bào gan, xơ hóa và xơ cứng gan.

Bệnh có thể chẩn đoán với gan lớn qua siêu âm, xét nghiệm tế bào gan thấy nhiễm mỡ trong tế bào gan.

Không có thuốc đặc trị cho bệnh gan nhiễm mỡ vì tiêu thụ quá nhiều rượu. Chỉ cần ngưng rượu khoảng dăm tuần lễ là tình trạng nhiễm mỡ được cải thiện liền. Sau đó, dinh dưỡng đầy đủ đúng cách, dùng thêm một số vitamin như các sinh tố nhóm B, khoáng chất vì người nghiện rượu thường thiếu các chất này.

Bác Sĩ Nguyễn Ý-ĐỨC

(Trích từ sách Dinh Dưỡng, cùng tác giả)



ĐẠO HIỆN BÀY

*Chân lý muôn đời không đổi thay
Trước sau như một có khác đâu
Tri – vọng đôi đường phương giả lập
Lìa cả hai bên Đạo hiện bày.*

VÓN SẠCH LÀU

*Ta vẫn là ta tự thưở nào
Đã từng bao kiếp sống đi qua
Vẫn buồn vui ấy, đau thương ấy
Chỉ có tâm nguyên vốn sạch lâu.*

THẢY ĐỀU KHÔNG

*Xưa mê quen chấp ngã cùng nhân
Tham ái thân tâm đắm cảnh trần
Nay rõ tự tánh nguyên không lặng
Vạn pháp ta – người thảy đều không.*

QUÉT BỤI TRẦN

*Quá khứ qua rồi thôi nắm bắt
Trương lai chưa đến chớ vọng cầu
Hiện tại duyên đời không dính mắc
Cầm chổi an nhiên quét bụi trần.*

NHƯ HUYỄN

*Đã bao kiếp lại sanh tử mộng
Cùng thời gian giây phút dần trôi
Từng sát-na sinh diệt đổi dời
Mảnh hình hài như huyễn có – không.*

thơ **DIỆU VIÊN**

Lược thuật ĐẠI HỘI KHOÁNG ĐẠI IV NHIỆM KỲ V (2024-2028) GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ

TT. Thích Thiện Long

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ từ ngày thành lập (2008) đến nay, cứ mỗi bốn năm là tổ chức Đại hội khoáng đại 1 lần, mục đích là nhằm kiện toàn tổ chức, bầu cử nhân sự mới để tiếp tục hành hoạt theo tinh thần "Hoằng pháp vi gia vụ, lợi sanh vi sự nghiệp" của Giáo hội. Bên cạnh đó, Giáo hội cũng có vài điểm cần thay đổi và bổ sung để phù hợp nhu cầu Phật sự cũng như phù hợp với hiện chương của Giáo hội. Theo thời gian, năm 2024 là Đại hội khoáng đại IV, nhiệm kỳ V (2024-2028) được diễn ra hai ngày 14 và 15 tháng 06 năm 2024.

Lễ khai mạc

Lúc 09:00 am, ngày 14 tháng 6 năm 2024, trong khuôn viên Già lam Tu Viện Đại Bi, Garden Grove, tiểu bang California, đã diễn ra lễ khai mạc Đại hội khoáng đại IV nhiệm kỳ V của GHPGVNTNHHK. Đại hội cung đón 133 đại biểu thành viên chính thức và hơn 198 đại biểu thành viên không chính thức. Buổi lễ dưới sự điều phối của TT. Thích Hạnh Tuệ.

Sau khi tất cả đại biểu vâng tập nơi hội trường, Đại hội bắt đầu bằng nghi thức Lễ chào cờ và phút nhập từ bi quán đế tưởng niệm ân đức của Lịch đại Tổ sư qua các thời đại đã đóng góp công sức cho đạo pháp, dân tộc và quê hương.

Tiếp đến là diễn văn khai mạc của HT. Thích Tín Nghĩa - Chủ tịch Hội đồng điều hành GHPGVNTNHHK, Hòa Thượng đã khái quát lại quá trình hình thành GHPGVNTNHHK (2008) trong những ngày đầu cho đến hôm nay, dù trải qua biết bao thăng trầm đắng cay, lao nhọc, nhưng rồi với tâm nguyện hy hiến của biết bao nhiều công sức của chư Tôn đức Tăng Ni và Phật tử thành viên Giáo hội mới duy trì được Giáo hội cho đến hôm nay.

TT. Thích Thiện Long kiểm tra túc số đại biểu chính thức từ khắp các tiểu bang trên đất nước Hoa Kỳ và đại biểu không chính thức về tham dự Đại hội.

Đại hội được lắng nghe HT. Thích Nguyên Siêu, Tổng thư ký Hội đồng điều hành GHPGVNTNHHK, tường trình những Phật sự trong suốt hai thập niên qua của Giáo hội. Hòa thượng nói: "Hàng năm Giáo hội tổ chức Đại Lễ Phật Đản chung tại California; Khóa an cư kiết hạ; Khóa tu học Phật Pháp Bắc Mỹ của hai Giáo hội (Hoa Kỳ & Canada) để cho quý nam nữ Phật tử có cơ hội được tham dự và thực tập chánh pháp; Ngày Hiệp kỵ Về nguồn để tri ân chư Lịch đại Tổ sư..... Những công việc Phật sự đó đều thành tựu tốt đẹp, tất cả cũng nhờ sự nỗ lực không ngừng nghỉ của quý chư Tôn đức Tăng Ni và Phật tử thành viên Giáo hội".

Sau khi lắng nghe tất cả những sự thành tựu ấy, đại chúng đã hướng về Tam Bảo, lạy tạ thâm ân Tam Bảo, dâng lời cầu nguyện cho thế giới hòa bình, chúng sanh an lạc.

Buổi lễ khai mạc đã thành tựu viên mãn lúc 10:40 am.

Đại hội khoáng đại I

Lúc 03:00 pm, Đại hội đã bước vào khoáng đại I, dưới sự chứng minh của Chư Tôn Giáo phẩm, Chủ tọa đoàn, Thư ký đoàn, Kiểm soát viên và toàn thể đại biểu Đại hội.

HT. Thích Tín Nghĩa đại diện cho tất cả các thành viên của nhiệm kỳ 2020 -2024 tuyên bố mẫn nhiệm. Sau khi tuyên bố mẫn nhiệm thành viên nhiệm kỳ 2020 - 2024, Đại hội đã thỉnh cử thành viên mới của ba Hội đồng, Hội đồng giáo phẩm chứng minh, Hội đồng điều hành, Hội đồng chánh đại diện của nhiệm kỳ 2024 - 2028 với hai mươi bốn Tổng vụ và các Phân ban.

Đại hội đã nhất tâm suy tôn HT. Thích Tín Nghĩa đăng lâm pháp tịch Tăng Trưởng (thay thế ngôi vị của HT. Thích Thắng Hoan đã viên tịch) và thỉnh cử HT. Thích Nguyên Siêu đăng lâm pháp tịch Chủ tịch Hội đồng điều hành GHPGVNTNHHK. HT.Thích Minh Dung phụ tá Hòa thượng Tăng Trưởng.

Đại hội khoáng đại II

Lúc 08:00 pm, Đại hội khoáng đại II, tiếp tục lắng nghe bài thuyết trình của TT. Thích Pháp Uyển - Tổng vụ trưởng Tổng vụ Tăng sự. Thượng tọa đã nêu lên tinh thần giới luật, cơ sở, hòa hợp và đường hướng phát triển bốn điểm nhằm thiết lập hệ thống Tăng sự tại Hoa Kỳ. Đại hội cũng đã thảo luận những vấn đề này hết sức sôi nổi.

Đại hội khoáng đại III

Đúng 09:00 am, Đại hội khoáng đại III với bài thuyết trình của TT. Thích Hạnh Tuệ - Tổng vụ trưởng Tổng vụ Hoằng pháp. Bằng kinh nghiệm hoằng pháp lâu năm, với cái nhìn sâu sắc về con đường hoằng pháp, Thượng tọa đã nêu lên thực tiễn cần thiết của người làm công việc hoằng pháp và những công việc đặc thù để có thể giúp ích rất nhiều cho Tăng Ni trên bước đường dẫn thân vào việc hoằng pháp, mà trong đó tiêu biểu là "Thanh Văn Tạng" do Hội Đồng Phiên Dịch Tam Tạng Lâm Thời ấn hành. Cổ Trưởng lão HT. Thích Tuệ Sỹ làm Chủ tịch.

Sau bài thuyết trình, Đại hội đã đóng góp những ý kiến thiết thực, nhằm có những hướng đi tốt đẹp hơn trong mai sau.

Đại hội khoáng đại IV

Lúc 03:00 pm, Đại hội khoáng đại IV, tiếp tục thảo luận với bài thuyết trình của TT. Thích Chúc Đại - Tổng vụ trưởng Tổng vụ Giáo dục. Thượng tọa đã nêu lên một vài đặc điểm về việc giáo dục Tăng Ni, giáo dục Cư sĩ để thiết lập nền giáo dục vững chãi của Phật giáo. Nếu giáo dục Tăng Ni đặt trên nền tảng của Giới - Định - Tuệ (Tăng thượng giới học - Tăng thượng định học - Tăng thượng tuệ học), thì giáo dục Cư sĩ phải đặt trên nền tảng của

Tín, Văn, Giới, Thí và Tuệ. Sau bài thuyết trình, chư Tôn đức đại biểu đã thảo luận hết sức sôi động với đề tài giáo dục. Nhiều ý kiến của chư Tôn đức nêu ra, tất cả cũng chỉ góp lời hay ý đẹp đem lại thành công trên con đường giáo dục mà GHPGVNTNHK đã, đang và sẽ cống hiến.

Đại hội khoáng đại V

Lúc 04:30 pm, Đại hội tiếp tục diễn ra với khoáng đại V, bằng kinh nghiệm pháp lý của một người am hiểu luật pháp tại Hoa Kỳ, Tiến sĩ Quảng Phước - Huỳnh Tấn Lê đã nói sơ về việc tu chính quy chế của Giáo hội. Những điều trong quy chế cũng được đại hội chỉnh sửa và đồng ý tán thành.

Chiều cùng ngày, Đại hội cũng nêu lên những định hướng Phật sự cho các năm tới như: Phật đàn, An cư, Khóa tu học Bắc Mỹ, Ngày Về Nguồn - Hiệp Kỳ Chư Lịch Đại Tổ Sư...

Lúc 05:30 pm, TT. Thích Thiện Long - Tổng Thư Ký Hội đồng điều hành GHPGVNTNHK đã tuyên đọc Quyết Nghị gồm 14 điều của Đại hội.

Đại hội khoáng đại IV, nhiệm kỳ V (2024-2028) trải qua năm phiên khoáng đại đã kết thúc viên mãn trong niềm hỷ lạc, hòa hợp và thanh tịnh của các đại biểu đến tham dự.

*Tu viện Đại Bi, California, Hoa Kỳ
Ngày 15 tháng 06 năm 2024
Tổng Thư Ký*



Photos: Quảng Pháp



Photos: Quảng Pháp

TRỞ VỀ MỤC LỤC



BỐN PHÁP CĂN BỔN

Quảng Tánh

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Suốt hơn 45 năm thuyết pháp độ sinh, Thế Tôn đã để lại kho tàng Pháp bảo vô cùng đồ sộ, bao hàm nhiều phương diện đạo đức, xã hội và tâm linh... Trong hành trình cuối cùng từ Tỳ-xá-ly đến thành Câu-thi-na, Thế Tôn thường nói lại những nội dung then chốt của giáo pháp. Một trong những giáo huấn trọng yếu đó là Tứ pháp ấn tức Vô thường, Khổ, Vô ngã, Niết-bàn.

"Một thời Phật ở nước Tỳ-xá-ly trong vườn Nai-kỳ (vườn Xoài Ambapali) cùng với đại chúng Tỳ-kheo năm trăm người câu hội, dần dần đi du hóa nhân gian. Khi ấy, Thế Tôn ngoái nhìn thành Tỳ-xá-ly, giã lâu bèn nói kệ này: Nay nhìn Tỳ-xá-ly/Rồi sau không nhìn lại/Cũng lại không bao lâu/Sẽ từ biệt nơi này.

Lúc ấy, nhân dân trong thành Tỳ-xá-ly nghe nói kệ này, thầy đều lo buồn, đi theo sau Thế Tôn ai nấy rơi lệ tự bảo nhau: 'Không bao lâu Như Lai sẽ diệt độ, thế gian sẽ mất ánh sáng'.

Thế Tôn bảo:

- Thôi, thôi! Các người chớ buồn lo, vật đáng hoại diệt mà muốn không hoại diệt thì tron không có lý ấy. Trước đây, Ta đem bốn việc dạy bảo do đây được tác chứng. Và Ta cũng ở trong bốn bộ chúng, dạy bảo bốn việc này. Thế nào là bốn? Tất cả hành vô thường, là pháp thứ nhất. Tất cả hành khổ, là pháp thứ hai. Tất cả hành vô ngã, là pháp thứ ba. Niết-bàn là diệt tận, là pháp thứ tư. Như thế, không bao lâu Như Lai sẽ diệt độ. Các người nên biết bốn pháp căn bản, vì khắp tất cả chúng sanh nói bày nghĩa ấy".

(Kinh Tăng nhất A-hàm, tập III, phẩm 42. Bát nạn 1 [Trích], VNCPHVN ấn hành, 1998, tr. 94)

Trước hết là quán niệm vô thường, "vật đáng

hoại diệt mà muốn không hoại diệt thì tron không có lý ấy". Kể cả tấm thân tứ đại của Thế Tôn, hữu hình thì hữu hoại. Vạn pháp đều do duyên mà sinh ra và cũng do duyên mà diệt đi. Sinh diệt, diệt sinh, lưu chuyển vô cùng vô tận là sự thật. Từ thân đến tâm, từ vật nhỏ nhất đến vật lớn nhất, tất cả đều theo nhân duyên vận động không ngừng. Thấy rõ vô thường để không còn chấp thủ, tự tại tùy duyên.

Có thể xem tuệ giác vô thường là nền tảng căn bản để liễu tri khổ (dukkha), thân chúng vô ngã và chúng đặc Niết-bàn. Khổ ở đây không đơn thuần là khổ đau (tám khổ) của con người mà bao hàm cả sự bất toàn, biến dịch... của vạn pháp, kể cả những cái vui của thế thường cũng vẫn là dukkha. Vô ngã cũng vậy, chúng sinh vì si ái nên chấp thủ nặng nề vào năm uẩn nhưng kỳ thực năm uẩn luôn vô thường, không tự thế, là không. Khi đã sáng tỏ mọi chuyên, vô minh diệt minh sinh, thì tất cả phiền não chấp thủ đều rơi rụng, hiển lộ Niết-bàn.

Tuy có đến bốn pháp nhưng thực sự chúng không tách rời mà tương tác mật thiết với nhau. Thế Tôn xem đó là "bốn pháp căn bản". Dù Phật pháp có đến thiên kinh vạn quyển nhưng giáo nghĩa vẫn không ngoài bốn pháp này. Vàng lời Phật dạy, người học Phật đã mặc định Vô thường, Khổ, Vô ngã và Niết-bàn là bốn dấu ấn để xác định Chánh pháp. Điều này đồng nghĩa với tất cả những luận thuyết, giảng giải giáo pháp của hậu thế mà không có các dấu ấn này là phi Chánh pháp.

Lúc sắp Niết-bàn, Thế Tôn đã ân cần dạy bảo các Tỳ-kheo "Vì khắp tất cả chúng sanh nói bày nghĩa ấy". Người học Phật nói bày nghĩa lý của Vô thường, Khổ, Vô ngã và Niết-bàn không chỉ để nhận thức, để minh định Chánh pháp mà thực sự để sống an lạc, giải thoát với nguồn tuệ giác vô biên này.



MÙA BỒ ĐỀ THAY LÁ

Một ngày nắng mới vừa lên
Nghe hồi chuông sớm bỗng bèn ngân xa
Bồ đề rụng lá đem qua
Đạo tràng thơm mãi nhành hoa dịu dàng.

Khi cây trút hết lá vàng
Hiện trên gân lá Phật đang tọa thiền
Nghe lòng tự tại an nhiên
Sân si buông bỏ ưu phiền trôi xuôi.

Trước sân chim hót đầu hồi
Mái chùa tĩnh lặng xanh ngời rêu phong
Một làn mưa bụi đầu đông
Đường quê chân đất còn nồng rạ rom.

Gió reo màu lá xanh non
Chôi tơ nẩy lộc thiên môn tâm thành
Bồ đề cành lá long lanh
Tàng cây giác ngộ phước lành bay xa.

HỒN LÀNG

Rung rung mùi rêu mốc
Dưới mái đình rêu phong
Tay chạm vào miềm nhớ
Con đường nắng mênh mông.
Miếng gàu khua giếng nước
Mạch ngầm bông nở hoa
Long lanh chùm sao mọc
Vàng treo ánh trăng ngà.

Cánh đồng quê ngày đỏ
Xanh mạ non thướt tha
Lúa trở đồng màu mỡ
Tắm gội hạt phù sa.
Cây đa làng tỏa bóng
Trâu nằm dưới bờ tre
Bọn trẻ đùa theo sóng
Tắm mát buổi trưa hè.

Tay gói đầu thao thức
Xa vắng tiếng chuông chùa
Thời gian ngời thiên định
Tĩnh lặng gió mùa xưa.
Quê hương ngày thơ ấu
Thao thiết người đi xa
Đêm mơ lòng thức giấc
Ấm hồn làng bao la.



THẮP SÁNG NHỮNG TRANG KINH

Thắp sáng những ngọn đèn
Soi màn đêm tăm tối
Giọt sương buổi bình minh
Xóa mờ bao lầm lỗi.

Thắp sáng từng niềm tin
Tiêu tan bao khổ nạn
Giữa dòng đời phù sinh
Tùy duyên cùng Phật pháp.

Thắp sáng bao ước mơ
Khát khao niềm hy vọng
Xanh mát suốt bãi bờ
Phải đâu là huyễn mộng.

Thắp sáng những trang kinh*
Mười hai điều đại nguyện
Trái muôn kiếp nhân sinh
Sáng con đường chánh niệm.

Hoa nở bên bờ giác
Tỏa sáng "Ngọc Lưu Ly"
Xanh suối nguồn hạnh phúc
Tâm hạnh đức từ bi.

Phật đài xin dành lễ
Tam bảo ngự trên cao
Thân nhẹ qua rừng trúc
Lòng tự tại tiêu dao.

thơ NGUYỄN AN BÌNH

* Kinh Dược Sư

The Story of Samanera Sumana

Dhammapada, Verse 382

While residing at the Pubbarama monastery, the Buddha uttered Verse (382) of this book, with reference to Samanera Sumana.

Samanera Sumana was a pupil of Thera Anuruddha. Although he was only seven years old he was an arahat, endowed with supernormal powers. Once, when his teacher Anuruddha was ill at a monastery in a forest of the Himalayas, he fetched water from the Anotatta lake which was five hundred yojanas away from the monastery. The journey was made not by land but by air through his supernormal power. Later, Thera Anuruddha took Samanera Sumana to the Buddha, who was then sojourning at Pubbarama, the monastery donated by Visakha.

There, other young bhikkhus and samaneras teased him by patting his head, or pulling his ears, nose and arms, and jokingly asked him if he was not feeling bored. The Buddha saw them and thought that he would make those young bhikkhus see the rare qualities of young Samanera Sumana. So it was made known by the Buddha that he wanted some samanera to get a jar of water from the Anotatta lake. The Venerable Ananda searched among the bhikkhus and samaneras of the Pubbarama monastery, but there was none who was able to undertake the job. Finally, the Venerable Ananda asked Samanera Sumana who readily agreed to fetch water from the Anotatta lake. He took a big golden jar from the monastery and soon brought the water from the Anotatta lake for the Buddha. As before, he went to the Anotatta lake and came back by air through his supernormal power.

At the congregation of the bhikkhus in the evening, the bhikkhus told the Buddha about the wonderful trip made by Samanera Sumana. To them the Buddha said, "Bhikkhus, one who practises the Dhamma vigilantly and zealously is capable of attaining supernormal powers, even though he is young."

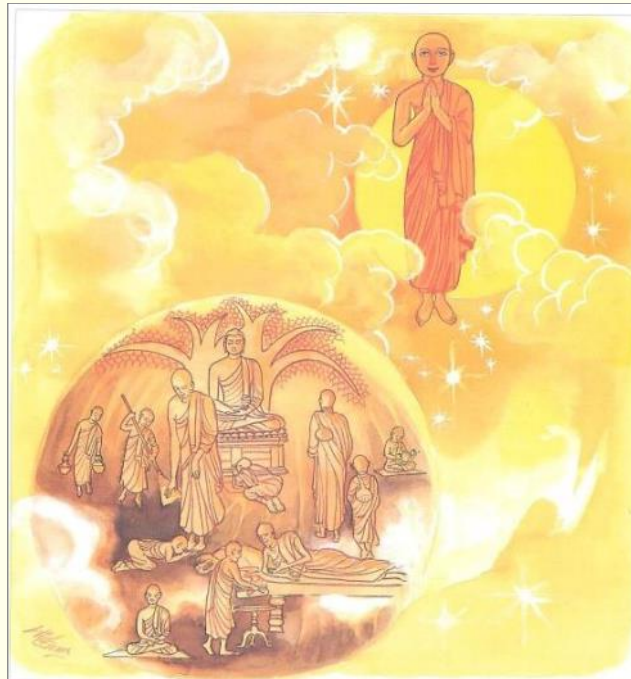
Then the Buddha spoke in verse as follows:

Verse 382: A bhikkhu who, though young, devotes himself to the Teaching of the Buddha lights up the world, as does the moon freed from a cloud.

Translated by

Daw Mya Tin, M.A.,

Burma Pitaka Association,
Rangoon, Burma.



The tender bhikkhu on the Buddha's way, illumines this world like the moon out of the clouds.

382. *Yō havē daharō bhikkhu
yujjati buddhasāsanē
sō imam lōkam pabhāsēti
abbhā muttō va candimā. (25:23)*

Surely that youthful bhikkhu who
strives in the Buddha's Teaching
illumines all this world
as moon when freed from clouds.

HÀNH HƯƠNG THĂM THÁNH TÍCH SÔNG HẰNG

Một ngày mới tôi về thăm Phật tích
Bao lâu rồi trông đợi đến hôm nay.
Thời gian trôi, tâm tư ngóng từng ngày,
Đủ duyên lành cùng nhau thăm Đất Phật.

Ngày đầu tiên thăm giòng sông Thánh tích,
Buổi sớm mai, sương còn đọng trên cây,
Hai bên đường cỏ lá vẫn ngủ say,
Xe lăn bánh gập ghềnh trên sỏi đá.

Hai xe bus, đi qua bao đường xá,
Lác đác người, mở quán sớm bán buôn.
Những đàn bò, lững thững bước trong thôn
Đi giữa đường, không một ai ngăn cản.

Xe đã đến, bên bờ sông thánh thiện,
Sông Ganga, tên vị Thánh Hindu.
Lịch sử dài đã hơn mấy ngàn năm
Giòng sông thiêng chở che bao thế hệ.

Truyền thuyết rằng: Nước từ nơi tiên cảnh,
Thần Ganga rưới nước thánh xuống trần.
Kể từ đó, tạo nên một giòng sông.
Từng siêu thoát linh hồn nhiều hoàng tử.

Chúng tôi vội xuống xe và tỉnh ngủ,
Trên bờ sông, kẻ khó chạy tới liền,
Tàn tật, què, ngợ ngác cô vươn lên
Những mảnh đời, ôi! mong manh không bến!

Có nhiều trẻ gầy gò tranh nhau đến,
Bám theo đoàn, cố năn nỉ xin tiền,
Người trong nhóm vội bỏ thí phước duyên,
Thương số phận đời nghèo bao nghiệt ngã!

Bước xuống thuyền, lòng bồi hồi thương quá!
Cũng kiếp người, sao bên đĩ khác nhau?
Có phải chàng Duyên-Nghiệp đã từ lâu?
Nên Quả-Nhân, chênh nhau tùy lành-dữ?

Thuyền lướt nhẹ trên giòng sông không ngủ
Nhìn trên bờ, người... lác đác đông dân,
Kẻ ngậm mình người uống nước giòng sông,
Mang hy vọng kiếp sau được giải thoát.

Đó và đây, nhiều đống lửa... tan tác!
Cúi thiêu người, khói còn... bốc xám đen.
Bao tro tàn họ trút hết xuống sông.
Chỉ mong được Thần Shiva cứu khổ.

Trên bờ sông, những chú bò gầy nhỏ,
Sống lang thang quanh quẩn rác bên đường.
Bò lên khên, vào phố xá tự nhiên!
Không một ai, ra đuổi xô ngăn cản!

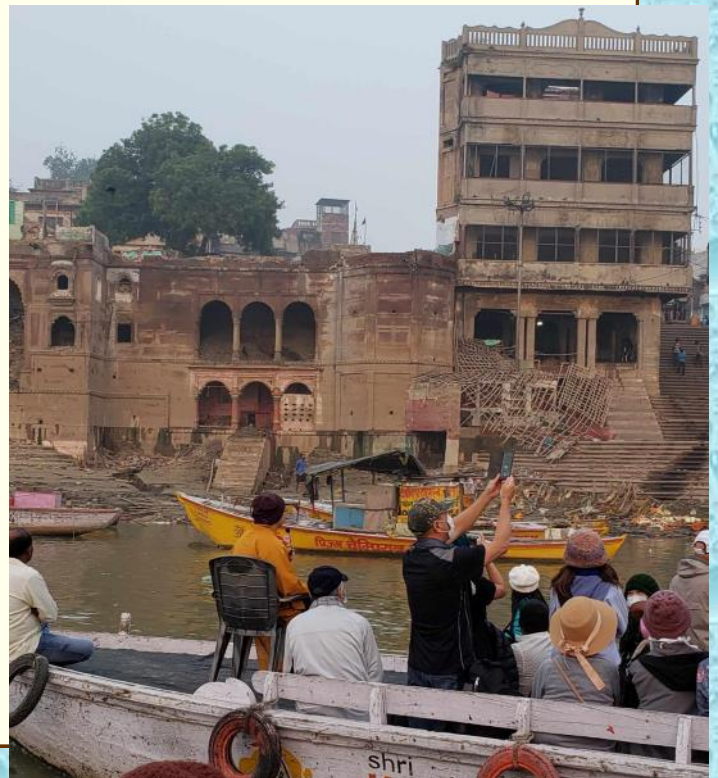
Đó và đây, có nhiều vị đạo sĩ
Ngồi lâm râm cầu nguyện, mắt lơ đờ.
Tóc đen dài xám cứng tựa rễ tre
Mỗi niềm tin, tôn nghiêm khó giải thích.

Thần Shiva quản canh giòng thánh tích,
Ban sủng ân, cứu vớt khổ nhọc nhân...
Cho những ai ngậm tắm dưới giòng sông,
Đến cầu nguyện, thành tâm mong giải thoát.

Xe lăn bánh... lòng tôi buồn man mác!
Tâm bồi hồi, thương cảm nghĩ quân quanh!
Thương kẻ nghèo, đời sống quá mong manh!
Tới bao giờ phận bèo được giải thoát?

Đời nhân sinh là luân-hồi chuyển thác
Sống thăng-trầm, do thiện-ác mà thôi,
Ta quyết Tâm thiện nghiệp phải vun bồi,
Thực hiện tốt, trọn hai câu Nhân Quả.

HOÀNG THỰC UYÊN





VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Cởi trời

(tức **Phương Trời Cao Rộng 4**)

Truyện dài của **VĨNH HẢO**

CHƯƠNG MƯỜI

(tiếp theo)

Đã có một thời, tôi nghĩ rằng Tâm Huy là con một sách chỉ biết lo học, và điều này đã khiến tôi hơi buồn lòng. Dù sao, Tâm Huy có hứa hẹn với tôi là sẽ hết mình hợp tác làm việc sau khi anh học xong ở Già Lam. Trong thời gian tôi bỏ lớp học ra ngoài vận động nhân sự và tạo dựng các cơ sở ở vùng quê, kết hợp với các lực lượng chống cộng, thì Tâm Huy trong khóa học Già Lam đã chứng tỏ là một sinh viên tăng xuất sắc, và anh đã liên tục đỗ thủ khoa liên tiếp trong nhiều kỳ thi của chương trình Phật học này. Đầu năm 1984 thì anh được ban giáo thọ của Già Lam đề cử đảm trách dạy môn Câu Xá Luận cho khóa học sau. Rồi khi lực lượng đấu tranh của Tuệ Sỹ và Lê Mạnh Thát bị đổ vỡ trong cùng năm ấy, lớp học Già Lam tan rã, Tâm Huy đáp lời mời của tôi, đã đến chùa của tôi trên kinh tế mới, cùng tôi và năm người bạn đã nói ở trước,

lập nên Hội Lạc Long.

Chẳng may, trong số bảy người lại có Hân, một đặc tình của công an Sở Sài Gòn. Bị kịch tan vỡ và phân ly bắt đầu từ đây. Và suốt bao tháng lẫn trốn loanh quanh Sài Gòn rồi cuối cùng vào tù, tôi luôn mong mỏi sao những anh em còn lại khác đều được thoát, nhưng ngày lại ngày, tôi chẳng được một tin vui nào từ phía họ. Cho đến hôm nay mới nghe được tin Tâm Huy. Không những tôi vui vì Tâm Huy được thoát nạn, mà còn ấp ủ thêm một hy vọng rằng khi ra được nước ngoài, có thể Tâm Huy sẽ tiếp tục chí nguyện của anh, góp sức với các lực lượng đấu tranh ở hải ngoại để làm được điều gì đó cho quê hương ngày mai.

Dẫu vậy, niềm vui và hy vọng về Tâm Huy cũng bị cái chuyện chẳng vui của Thượng tọa Đức Nhân và Nguyễn Thế làm cho nhạt bớt đi. Nghĩ đến hai người này, tôi thấy xót xa phiến não trong lòng vô cùng. Hân bán đứng tôi và Nguyễn

Thế, hai người em kết nghĩa của anh ta, thì thật là tán tận lương tâm; tuy thế, tôi vẫn chưa hề có ý nghĩa căm ghét hay hận thù gì Hân, và vẫn còn hy vọng rằng khi biết tôi im lặng không khai gì về Hân với công an Đồng Nai và cán bộ Bộ nội vụ, có thể một lúc nào đó, Hân sẽ phục thiện, thay đổi. Tôi vẫn còn hy vọng là lấy những năm tháng tù đầy của tôi để cảm hóa Hân. Nhưng hôm nay, Hân nữ bán đứng luôn cả Thượng tọa Đức Nhân thì hết nước nói rồi, không còn thuốc chữa nữa rồi. Anh ta đã dốc hết thể xác và linh hồn vào cái chỗ cùng tận của tính phi nhân. Tôi cảm nghe một dòng máu nóng ran, bốc dậy rùng rùng trong cơ thể. Bây giờ làm sao đây? Dưới sự kiểm soát và thúc đẩy của Sở công an Sài Gòn, hoặc trong cái tham vọng to lớn hay bé tí nào đó mà Hân cứ tiếp tục dẫn đường cho mấy anh công an nhà nước rườm rà bắt giam lần lượt các tăng sĩ Phật giáo của giáo hội, thì tôi phải làm sao? Có lẽ ngoài tôi ra, không ai trong số bạn bè tôi có thể gặp và thuyết

phục Hân từ bỏ hành động mê muội của anh. Tôi vẫn còn tin tưởng như vậy, vì không ai ngoài tôi, biết rõ chỗ Hân ở và công việc Hân làm. Nhưng tôi đang ở tù, làm thế nào để gặp Hân hoặc bằng cách nào đó, chặn đứng được Hân?

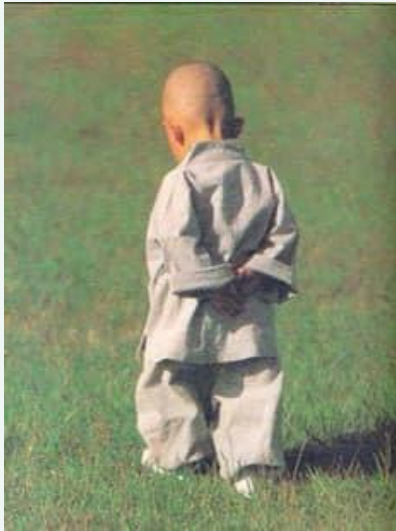
Tôi vừa thở dài bất lực vừa nhìn dòng chữ lạ viết kể bên lề nhẵn của Nguyễn Lạc. Tuồng chữ viết nét tròn này, tôi chưa từng thấy qua. Tôi thực không biết đó là chữ của ai, viết thật ngắn mà lại không ký tên: "Bệnh nặng có thể được về."

Ai đây? Ai viết cái ám hiệu gì đây? Bệnh nặng thì được về? Có thật thế không? Một tù nhân bị kết tội nặng như tôi có thể được công an trả tự do khi bệnh nặng chẳng? Nhưng bệnh nặng thì nặng cỡ nào? Và làm sao có thể bệnh nặng nếu trên thực tế mình không bệnh gì cả? Câu nhẩn gửi này có vẻ như xúi giục tôi phải giả đồ bệnh nặng để được trả tự do vậy! Chi chứ chuyện giả đồ thì tôi tề lẫm. Người ta đâm đá, mình làm bộ đau đớn và ngã quị mà còn khó nữa huống chi đường không lại ngã đùng ra mà bệnh nặng!

Chắc hẳn là gia đình và bạn bè tôi không bao giờ dám ghi dòng chữ ấy cho tôi qua một lá thư mà họ biết trước rằng sẽ có cán bộ trại giam kiểm duyệt. Vậy, dòng chữ ấy chỉ có thể là do một cán bộ nào đó viết. Và cán bộ đó là ai, tôi đoán được ngay: Phương. Đúng vậy, chỉ có Phương mới có cơ hội để viết cho tôi cái dòng chữ có vẻ yêu điệu con gái đó.

Phương muốn gì đây? Giúp tôi ư? Tại sao lại giúp? Cô là cán bộ y tế của trại giam, có thể cô biết được cách để tôi được trả tự do. Nhưng tôi tự do thì cô được cái lợi gì chứ? Chẳng phải cô là đảng viên, là cán bộ trung thành của nhà nước đó sao! Giúp làm gì một người chống lại cái guồng máy mà cô đang bảo vệ? Hay là... cô cũng như Tri, anh cán bộ Bộ nội vụ, đã chán chê "cái giàn máy khổng lồ" mà mình vừa phải giữ gìn vừa kinh tởm, muốn gián tiếp giúp đỡ kẻ khác thực hiện việc phá hủy giàn máy, hay ít ra cũng có cảm tình với những người đã thay mình làm việc đó, dù thành công hay thất bại?

Nhưng chuyện tự do bằng cách "bệnh nặng," theo tôi nghĩ, chẳng phải điều đơn giản như câu "bí quyết" đây về quyền rũ của Phương ghi cho tôi đâu. Làm sao tôi có thể được tự do khi sự vụ



của tôi chưa đưa ra tòa xét xử?

Tôi vừa nghi ngờ, nhưng cũng vừa hy vọng. Phải, ước mơ duy nhất của một người tù—cho dù là người có tư tưởng chấp nhận tù tội như tôi—là được trả tự do. Cho nên chỉ một câu ngăn ngui của Phương cũng đã đem lại cho tôi rất nhiều hy vọng. Tôi đã ở tù hơn sáu tháng, đã học được khá nhiều điều hay, đã kinh qua những phút kề cận với nỗi chết, đã nếm cái mùi tủi nhục, đói khổ, thèm khát, bệnh tật, nóng bức, lạnh rét, ghê chốc, nhớ nhung, tù túng... vậy cũng tạm đủ rồi. Tôi không cần thiết phải học thêm bất cứ thứ gì trong tù nữa. Tôi nên được tự do để tiếp tục con đường dang dở, không cần phải chấp nhận hoàn cảnh tù tội này nữa! Huống chi, nghĩ đến hình ảnh Hân đang lẫm lẫm dẫn công an tìm bắt bạn bè tôi... tôi thấy bất nhẫn. Tôi có trách nhiệm về chuyện đó. Tôi có bốn phạm phải đối phó với Hân. Tôi phải gặp mặt Hân, và tôi phải được tự do để thực hiện công việc đó.

Nửa tháng trôi qua, niềm hy vọng và nội hạo hức được tung ra khỏi ngục tù trong tôi dù cao độ vẫn không nẩy ra được một sáng kiến nào cho việc "bệnh nặng." Bệnh nặng mong được thuốc chữa, mong được hết bệnh, e còn dễ hơn là tự đứng khỏe mạnh lại muốn "bệnh nặng." Mà bệnh nặng gì đây thì mới hội đủ điều kiện để được trả tự do? Chắc là chỉ tạm thời thả ra để điều trị, hoặc chỉ

được đưa đến một bệnh viện nào đó bên ngoài, rồi tìm cách trốn. Có thể là vậy. Phương sẽ giúp tôi bằng cách đó sao?

Kỳ thăm nuôi cuối tháng 11, tôi có ý chờ đợi xem gia đình đến thăm gặp mặt có tiết lộ thêm điều gì mới có liên hệ đến dòng chữ "bệnh nặng có thể được về" không; nhưng gia đình tôi lại không thăm tôi vào ngày đó khiến cho sự việc cứ mờ mịt, nằm mãi trong nghi vấn.

Sau ngày thăm nuôi, Phương đem thuốc vào phòng giam, gọi những người có tên đến nhận. Phát thuốc rồi. Phương còn có vẻ nấn ná, ngồi đó lục soạn gì đó trong giỏ xách khá lâu. Cuối cùng, đứng dậy, Phương hỏi:

"Có ai bệnh nặng không?"

Ấp ú hai chữ "bệnh nặng" nửa tháng qua như một công án, một thoại đầu của thiền, nay nghe Phương hỏi, tôi giật mình đánh thót một cái, thấy ngay một câu trả lời minh bạch hiện ra trong đầu, một câu trả lời không cần bất cứ một tính toán so đo nào, một cái gì vụt sáng lên trong tôi như thể thiền sinh được thiền sư điểm nhãn khai quang vậy. Tôi đưa tay lên, nói ngay:

"Có."

Mọi người cùng quay nhìn về hướng tôi. Phương nhìn tôi hơi nở một nụ cười, nói giọng đầy khích lệ:

"Anh đến đây."

Tôi bước đến gần khung cửa sắt.

"Anh bệnh nặng thế nào?"

"Tôi bị đau bao tử từ lúc nhỏ. Hiện giờ thì không đau, nhưng lâu lâu lại nổi lên, quặn thắt bên trong... đau lắm. Vậy có phải là bệnh nặng không?"

Phương ngập ngừng một lúc rồi nói:

"Đầu, anh bước đến gần đây, để tôi khám thử."

Tôi bước thêm nửa bước, gần sát song sắt. Tù nhân chúng tôi lúc nào ở trong phòng giam cũng cởi trần mặc quần xà-lòn nên cô y tá khỏi mất công chờ đợi tôi vén áo. Cô luồn tay vào giữa hai song sắt, dùng các đầu ngón nhấn nhấn nơi bụng tôi, nhấn bốn phía quanh rốn, rồi lần xuống hơi thấp ở khoảng gần hai bên xương chậu, dưới thắt lưng chút xíu. Tôi mắc cỡ, rụt lại một chút. Cô cười tùm tùm, tiếp tục nhấn, dò tìm chỗ đau. Cô nhấn khá mạnh, phần khác cũng vì móng tay cô khá dài, nên tôi vừa đau vừa nhột, phải giật thót bụng mỗi khi cô nhấn

vào chứ chẳng phải là bị đau ở bên trong. Cô dọ xét phản ứng của tôi khá kỹ, thấy tôi hơi run người một chút là nói ngay:

"Đau phải không? Đau chỗ này phải không?"

"Vâng, đau," tôi đáp ngay mà thấy tức cười trong bụng.

Phương ngừng tay, lôi trong giỏ xách ra một cuốn sổ, lấy bút ghi chú gì đó, rồi nói:

"Chưa chắc là đau bao tử đâu, có thể liên hệ đến ruột đó. Tôi tình nghi là đau ruột dư. Cái bệnh này nguy hiểm lắm, có thể chết được nếu không phát hiện sớm và giải phẫu kịp thời. Tôi chỉ tình nghi thôi, chưa xác định. Hiện giờ chưa có đủ dụng cụ khám. Tôi sẽ sắp xếp anh ra bệnh xá của trại để khám lại. Anh có thuốc bao tử để uống không? Có hà. Ừ, thì tạm thời uống thuốc đó khi nào thấy đau, há. Thôi, sinh hoạt bình thường đi."

Nói rồi, Phương xách giỏ quay đi.

Qua ngày hôm sau, Phương và Khoa, cùng hai anh nuôi bước đến phòng giam chúng tôi. Khoa nói:

"Anh Khang đâu, mang đồ đạc cá nhân ra đây."

Tôi bước ra, Khoa hỏi Phương:

"Có cần khiêng cáng không vậy?"

Phương gật đầu, ra dấu cho hai anh nuôi kia giữ cáng. Tôi xua tay nói:

"À... xin khỏi, tôi bước đi được, không phiền hai anh đâu, để tôi đi theo được rồi. Hiện giờ tôi không thấy đau."

Phương ngó tôi, hai mắt như lườm, muốn ra dấu tôi là hãy đồng ý leo lên nằm trên cáng cho anh nuôi khiêng đi. Tôi thấy kỳ cục quá vì mình đâu có "bệnh nặng" trong lúc này, nên nhất quyết không chịu leo lên. Khoa cười nói:

"Tánh anh Khang như vậy đó mà, ảnh không muốn phiền ai đâu. Thôi cứ để ảnh tự đi cũng được."

Phương lăm lăm mà như cố ý cho Khoa và hai anh nuôi kia nghe:

"Khó tính quá! Thôi, đi."

Vậy là tôi theo họ đi lòng vòng một lúc, hướng về một dãy nhà ngang có mấy cây phượng rợp bóng phủ kín ở hai bên và phía sau. Đó là bệnh xá của trại.

Tôi tạm thời trở thành bệnh nhân bị bệnh nặng của trại giam.

(còn tiếp)



TÌNH QUÊ

(Thuận Nghịch độc)

Thuận:

*Sương thoảng nắng tràn âm đất quê
Nhớ nhung hoài cảm nghĩa thân kẻ
Đường qua cạnh ngõ, cài xanh lá
Nỗi sợ bên chiều, lạng rợp đê*

*Vương dạ dẫu thời đau buổi ngóng
Lặng ân theo nhịp rói câu thê
Tường thâm cánh khổ đời xuôi ngược
Thương mãi lối này, chặng tái tê.*

Nghịch:

*Tê tái chặng này lối mãi thương
Ngược xuôi đời khô cánh thâm tường
Thê câu rói nhịp theo ân lắng
Ngóng buổi đau thời dẫu dạ vương*

*Đê rợp lạng chiều bên sợ nỗi
Lá xanh cài ngõ cạnh qua đường
Kẻ thân nghĩa cảm hoài nhưng nhớ
Quê đất âm tràn nắng thoảng sương.*

thơ MINH ĐẠO

TAM CHƯƠNG LÀ BA THỨ CHƯƠNG NGẠI GÌ?

(phần cuối)

Tâm Lương Đào Mạnh Xuân

ĐẠO PHẬT TRONG ĐỜI SỐNG

Lạy Phật, Cổng Cao hết có ngày.

Lần lần tội nghiệp giảm nhiều thay!

Qua ngày, sức khỏe liền tăng rõ.

Phước báo thêm dần thật tuyệt hay!

Xin học thêm ba "tam chương" khác nữa được lấy ý chính từ đường link:

<https://phatgiao.org.vn/tu-dien-phat-hoc-online/tam-chuong-k41468.html>



(C): Xin mạo muội đề nghị cách Tu Tập đẹp bởi Tam Chương.

Cổ TU cho được hạnh KHIÊM CUNG.

Tật xấu tự nhiên chẳng muốn dùng.

Nhận lỗi khi SAI: người sáng suốt Tâm an, người trọng, sống vô cùng.

Xin mời đọc thêm:

(C1): CỔ TU TẬP CHO ĐƯỢC HẠNH KHIÊM TỐN

Biết Khoan dung:

Khoan dung, Tha thứ đẹp tâm ta.

Người có lỗi lầm, vội thứ tha.

Tâm Độ lượng thi hành rất khéo.

Thêm người yêu mến, bạn giao hòa.

Biết ơn những gì ta đang có:

Trước hết Biết ơn Tứ Trọng Ân.

Cho ta kính nhớ rất ân cần.

Biết ơn cả kẻ gây ta khổ.

Cùng với những gì thuộc bản thân!

Không so sánh:

Nhìn quanh so sánh quả không nên.

Tính chẳng mấy hay, phải lãng quên.

So sánh là hơn thua kẻ khác.

Chi bằng học hỏi để vươn lên.

Biết lắng nghe, thấu hiểu:

Lắng nghe, thấu hiểu: thật là cần:

Hiểu biết trau dồi tới bản thân.

Nể trọng thật lòng Thầy muốn học.

Ngày ngày kiến thức sẽ gia tăng.

Khen chân thành:

Khen thật chân thành, đáng trọng thay!

Tỏ ra: mình kính họ như Thầy.

Sẵn sàng học hỏi, điều chưa biết.

Khiêm tốn thọ ân, thật quá hay.

Tìm cái thiện trong mỗi con người:

Tìm điều thiện những kẻ quanh mình.

Cố gắng học theo trong lặng thinh.

Tích góp lần lần nhiều tính tốt.

Khiêm cung đáng học đã hoàn thành.

Chấp nhận giới hạn của bản thân:

Chấp nhận thiệt thòi của bản thân:

B. Tam chương nữa là gì?

Ngã mạn trọng chương, Tật đổ trọng chương, Tham dục trọng chương

1. Ngã mạn trọng chương:

Ngã mạn: cái chướng cao ngạo nặng nề thay!

Còn "kiến chấp tà ác" suốt ngày lấp che.

Đến nỗi không kính thờ chư Phật mọi bề.

Bồ Tát, sư trưởng, phụ mẫu chẳng hề vâng nghe.

2. Tật đổ trọng chương:

Tính Tật Đổ hay ganh ghét bực hiền tài

Cho người khác dở, chỉ mình hay nhất đời.

Thấy người tu Thiện, đổ kị, gièm đủ lời

Chánh Pháp không học được, phí đời lắm thay!

3. Tham dục trọng chương:

Tham dục là tật: nhiều Tham Muốn, Trây Lười.

Phá Giới, Động Loạn và Nghi Ngơi bất thường.

Trở nên Tầm tối, thành dở dở ương ương,

Chánh Pháp của Phật không thấu tường học theo.

Phần kết:

"Ba hạng người trên đây, không biết gì về nhân quả, không kính sư trưởng, cũng chẳng trọng người hiền lương, không hộ trì đạo nghiệp, gây nhiều nghiệp ác, vì thế không được gặp chánh pháp Tam mật."

Ngã mạn, Tật đổ, Tham dục hại cuộc đời:

Không biết nhân quả, chẳng trọng người hiền lương.

Gây nhiều nghiệp ác, sư trưởng chẳng kính nhường.

Không hộ trì đạo nghiệp: sai đường Như Lai.

Kém bền sức, nhận thức, tinh thần...
Biết rồi phải cố sửa sai chúng.
Còn kẻ giúp ta, cũng nhớ ân.

Nhận ra khuyết điểm của mình:
Cố nhận ra sai quấy của mình.
Phải nên loại hẳn, thật nghiêm minh.
Người thương nhắc nhở ta điều xấu.
Khiêm tốn cảm ơn, sửa nhiệt tình.

Biết giúp đỡ người khác:
Biết giúp đỡ người, thật tuyệt thay!
Làm nhiều không ngại, mới là hay.
Cho rồi mà chẳng mong đền trả.
Phước báo tăng nhiều, thực tập ngay.

(C2): Tập Tu Tính Khiêm Tốn
Ai hơn ta hẳn, chớ so bì,
Kém Phước hơn người, tu tập đi,
Tích đức, Tu nhân thường thực tập.
Ngày kia nghiệp đổi, có lo gì!

Ngã Mạn, Cổng Cao chẳng tốt đâu.
Càng nhiều người ghét, Phước hao mau.
Sao không Khiêm Tốn, nhiều người trọng?!

Con đường vào đạo: Hạnh Khiêm Cung.
Giao tiếp, nói năng, phải cố dùng.
Có chí làm hoài, rồi sẽ đạt.
Tâm tư thanh thản, rất ung dung

Những kẻ tập tu Hạnh Khiêm Cung,
Lần lần ác khẩu chẳng còn dùng.
Khiêm cung mang lại nhiều điều lợi.
Sao chẳng cố công luyện tới cùng.

Kính mong quý bạn đạo hữu
duyên hãy cùng chung tôi cố thực tập
tốt hằng ngày bài viết ở trên. Nói
chung là tu tốt 10 điều lành để cuộc
sống ngày càng tốt đẹp hơn. Cầu
mong có nhiều người hưởng ứng,
chúng tôi xin đem công đức này hồi
hướng tất cả pháp giới chúng sanh
tương lai đồng sanh về Tịnh độ.

Xin chân thành cảm ơn quý vị đã
đọc bài viết và thực hành.



SỚM MAI TỈNH GIÁC

Sớm mai tỉnh giấc mê đời
Chim vô thường hát đôi lời ca vương
Mim cười hoa ân lòng gương
Hinh trắng đáy nước sao đường ảo hư
Bụi trần quyến luyến tâm tư
Đêm dài thoi đã môi như chiêm bao
Loanh quanh trời thấp đất cao
Phận bèo bọt giữa ba đào sóng xô
Tung bay vào cõi hư vô
Chim về trời cũ nhấp nhô ráng hồng
Tạ từ suối nhỏ long đong
Ai hay giọt nước hòa sông về nguồn
Đỉnh chiều vơi vơi âm chuông
Mây trời vùn vụt không buồn không vui
Ai hay lòng núi ngậm ngùi
Muôn đời đứng lặng tiễn người đi xa
Ta về làm bạn cùng ta
Hòa làn khói mỏng la đà bay xiêu
Trái tim nở đóa hoa yêu
Biết bao dung được những điều khó thương
Sớm mai tỉnh giấc vô thường
Nghe loài chim biếc lời thương vô bờ
Phận tầm vui kiếp nhà tơ
Ung dung hoa nở cuối bờ nhân gian...

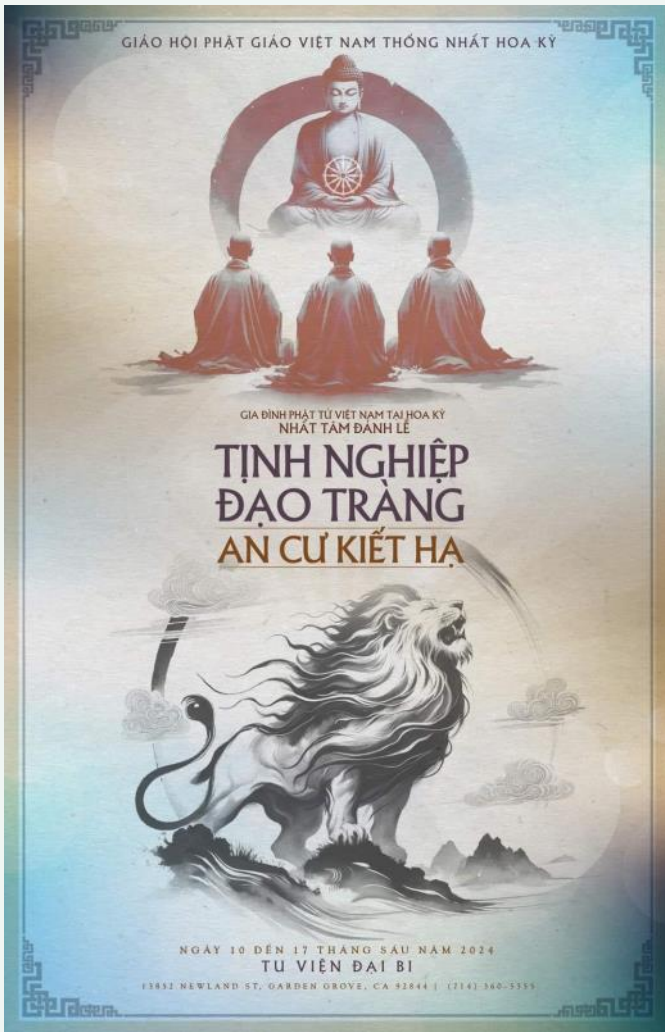
BIỆT KHÚC

Về thôi... Cát bụi nào đã mê
Lần quần rong chơi cuộc phong trần
Đâu bởi gió nhòe cay bụi mắt
Hoa đóm trời không... Hoa đóm thôi...

Áo lấm bụi chừ ta giặt rửa
Trăng neo bến cũ đợi đò xưa
Thung dung bước đùa cùng mây trắng
Rừng chiều cô tịch bóng chim qua

Về nhé... Đôi chân này thắm mê
Quầy gánh trăng non cuối bóng ngày
Xin đừng hỏi đâu nơi ta đến
Gió sớm trăng tàn vẫn cuộc chơi...

thơ **TỊNH BÌNH**



TRỞ VỀ MỤC LỤC

Phận đẹp duyên may nhờ Bồ thí

Soạn giả: THÍCH MINH CHIẾU

(Truyện Cổ Phật Giáo)

TRUYỆN TÍCH PHẬT GIÁO

Ngày xưa, tại một địa phương nọ bên nước An Độ có một ngọn núi tên gọi Am Sơn. Trên núi cây cối um tùm, cỏ hoa tươi tốt, quanh năm ít có người qua lại, thực là một cảnh thích nghi cho những ai muốn lên đây tu hành. Về sau, ngọn núi tĩnh mịch này được nhiều vị tu hành để ý mỗi ngày một nhiều, nên dần dà thành ra chốn đạo tràng của các vị thánh Tăng, được hàng vạn người kính mộ và lên núi cầu phúc, cúng dường, thiết trai luôn luôn không ngắt.

Một hôm có một vị Trưởng giả đem người nhà lên núi chuẩn bị một bữa cơm chay rất tinh khiết để cúng dường chúng Tăng. Mọi người lũ lượt lên núi, dự buổi tập phúc này, trong số đó có một cô gái nghèo, tuổi 17, 18 nghĩ rằng: "Hôm nay nhà phú ông cúng dường chư Tăng trên núi, nếu ta lên theo chắc thế nào cũng được một bữa no nê, nhất là đã mấy hôm nay, ta chưa hề được bữa ăn nào gọi là lưng lụng dạ". Nghĩ xong, với một vẻ mặt hớn hở, người con gái đó rào bước chân đi.

Khi cô gái nghèo ấy lên đỉnh núi thấy cỗ chay của trưởng giả

bày ra đủ thứ mỹ vị thơm tho tinh khiết thì trong bụng nghĩ: "Kiếp trước vị trưởng giả này chắc là dày công tu thân tích phúc, nên ngày nay mới thành người giàu có, đó là quả báo đền bù. Đến ngày nay ông lại có thiện tâm thiết trai cúng dường chư Tăng, sửa tạo những công đức lớn, chắc rằng phúc quả kiếp sau còn nhiều, có lẽ còn nhiều hơn cả đời hiện tại này nữa. Ngâm lại thân ta thực là đáng thương! Chỉ vì kiếp trước không biết tu tạo phúc quả, cho nên bây giờ mới chịu cảnh cùng khổ như thế này. Nếu giờ đây ta không lo tu phúc thì kiếp sau chắc còn nghèo khó gấp mấy! Vậy, hiện tại trong lòng còn hai đồng tiền đồng mà ta đã dành dụm được, sao ta chẳng đem ra cúng dâng các vị hòa thượng có được không? Mặc dù hai đồng tiền này cũng có thể mua được hai chiếc bánh ăn tạm cho đỡ đói lòng, xét ra: Nếu ta đem cúng dâng các vị tu hành xuất gia thì ta không đến nỗi chết kia mà!"

Nghĩ rồi, cô gái nghèo lẳng lẳng đợi các vị Tăng Ni dùng trai xong, liền móc trong bị ra hai

đồng tiền đồng cung kính dâng lên đại Tăng.

Theo qui tắc đã định trên núi Nà, nếu có ai bố thí cúng dường thì chỉ có vị sư tri khách đứng lên thay mặt cho chư Tăng hưởng thí chủ mà chúc phúc. Nhưng lần này cô gái nghèo lại được chính vị Hòa Thượng trụ trì thân hành ra trước mặt cô gái mà chúc phúc rằng:

"Tất cả bảo vật trên trái đất đều ở cả trong người đồng nữ này đã đem bố thí cho kẻ xuất gia, vật bố thí đây nguyên là việc tu phúc. Vậy bản tăng chúc cho thí chủ vĩnh viễn lìa khỏi nghèo khổ".

Cô gái nghèo nghe xong, trong lòng không thể kể xiết niềm hân hoan. Rồi đại chúng ai ai cũng cấp thức ăn cho cô, thật là một sự vui vẻ đạo pháp không còn gì sánh kịp.

Sau khi cô gái đã no nê liền đứng định ra khỏi cửa chùa tới dưới một gốc cây cổ thụ nằm nghiêng và chợp mắt đi lúc nào không biết. Lúc đó vàng thái dương đã xế chiều, thế mà bóng cây vẫn y nguyên không thay đổi. Nhìn lên xem thấy trên đỉnh cây cao bỗng có đám mây sắc như chiếc tàn che cho cô gái. Đó là một chuyện hiếm thấy từ trước đến nay.

Giữa lúc ấy, quốc vương nước đó vừa vắn đi qua, nhân vì hoàng hậu mới từ trần, nên trong lòng ngài u uất buồn rầu mới ruổi xe đi du sơn ngoạn thủy để cho tiêu sầu giải muộn, bỗng nhiên gặp thiếu nữ nghèo nằm ngủ dưới gốc cây mà trên đỉnh ngọn cây có đám mây ngũ sắc che cho như chiếc tàn vàng thì Quốc Vương lấy làm kinh ngạc, khắc nào được thiên nữ hiện xuống dưới trần. Nhà vua tự tán thán:

"Thiếu nữ này ở đâu mà dám nghỉ nơi đây? Sắc đẹp của nàng chẳng kém gì hằng nga! Với cái thân hình yếu điệu, với vẻ mặt xinh tươi, nàng đã khiến cho nhiều người để ý". Nói rồi, sai cung nữ ẵm nàng lên xe.

Cô gái trong cơn mộng chợt





ting, mở choàng mắt ra, thấy mấy người khiêng mình bỏ lên xe thì kinh hãi kêu lên:

- Ôi Phật ơi! Các người là ai? Định mang tôi đi đâu?

- Xin cô đừng sợ, chúng tôi không phải là quân gian phi đâu, chúng tôi vàng mệnh quốc vương đón cô về cung đây!

Cô gái nghèo sau khi đã được đặt nơi sau xe quốc vương ngồi rồi, quốc vương liền dịu dàng hỏi:

- Năm nay cô nương bao nhiêu tuổi?

- Dạ 18 tuổi.

- Cô nương đẹp quá, rất đáng yêu, trẫm muốn đem cô nương về cung lập làm đệ nhất phu nhân. Vậy cô nương có bằng lòng không?

Cô gái nghèo liếc nhìn vị quốc vương thấy Ngài xinh đẹp trẻ trung thì nở một nụ cười. Nhưng trong lòng vẫn nghi hoặc không tin, cô nghĩ: "Có lẽ nào ta lại được mạng vận quá tốt, đến nỗi được từ một đứa con gái nghèo đi ăn xin mà bỗng trở nên một vị phu nhân số một". Cô càng nghĩ càng ngây người ra, không nói được câu gì.

- Thế nào cô nương không vui lòng hay sao mà làm thỉnh không trả lời?

- Tâu Đại Vương! Tôi hoài nghi rằng: Tôi đang ở cõi thực hay là cõi mộng đây?

- Không phải mộng mị gì đâu. Đây là cõi thực đây!

Đoàn xe quốc vương đã về tới cung. Ngài liền tuyên bố với toàn quốc lập cô làm đệ nhất phu nhân.

Sau khi đã trở thành người đàn bà cao sang nhất nước, nào ăn ngon, nào mặc đẹp lại được mọi người kính nể nhưng trong lòng cô vẫn không đoạn tuyệt với ý nghĩ:

"Sở dĩ ta có hạnh phúc ngày nay chỉ vì đã có nhân duyên bố thí hai đồng tiền! Vậy thì vị sư phụ chúc phước cho ta hôm trước đã là một vị ân nhân tuyệt đối cao quý của ta".

Nghĩ rồi, liền bám với Quốc Vương:

- Tâu đại vương, tiện thiếp vốn là cô gái hèn mọn, ngày nay được đội ơn đại vương yêu mến, lập làm đệ nhất phu nhân, lẽ tất nhiên phải cảm tạ hồng ân của

vua. Nhưng nghĩ đến cái ân của vị xuất gia mà tiện thiếp đã bố thí hai đồng tiền đồng, tiện thiếp muốn được đem chút gì lại chùa bố thí cúng dường để tỏ lòng báo ân. Vậy chẳng hay ý đại vương thế nào?

- Tốt lắm, tùy khanh định liệu, khanh muốn như thế nào trăm cũng vui lòng cho phép.

Rồi đó, quốc vương và hoàng hậu sắm sửa thật nhiều cỗ chay long trọng và tinh khiết, chất đầy hàng mấy chục xe đem lại núi Âm Sơn bố thí.

Sau khi các vị Tăng chứng thọ trai rồi đến lúc ra chúc phúc cho thí chủ, thì không thấy vị Hòa Thượng trụ trì thân ra chúc phúc như lần trước mà chỉ là vị sư tri khách thay mặt người chúc phúc thí chủ mà thôi. Việc này khiến cho cả quốc vương lẫn hoàng hậu đều lấy làm lạ mà nói rằng:

- Ngày trước, tôi đem bố thí hai đồng tiền đồng được vị sư phụ trụ trì ra chúc phước. Ngày nay, tôi bố thí biết bao nhiêu là phẩm vật trân quý, thế mà không thấy sư phụ ra chúc phước là tại làm sao?

Đại chúng đều nhận xét như thế là ai ai cũng thắc mắc như nhau.

Vị sư phụ trụ trì thấy mọi người cùng xôn xao, liền vận tập quần chúng lại mở lời khai thị rằng:

"Ngày trước, tuy Hoàng Hậu bố thí chỉ có hai đồng tiền đồng là vật nhỏ mọn, nhưng là cả một tấm tâm thành phát ra, đây là điều chí cao và khả quý. Ngày nay quốc vương và hoàng hậu tuy bố thí rất nhiều, nhưng trong lòng có hàm chứa nhiều 'ngã mạn' không giống như lần trước. Nên biết rằng Phật pháp không trọng 'vật chất' mà trọng ở điều 'phát tâm' sở dĩ vì đó mà lần này ta không thân ra chúc phúc. Vậy mọi người nên hiểu rõ Phật pháp độ kẻ nghèo cùng bố thí là như thế nào!"

Quốc vương và hoàng hậu nghe lời Hoà Thượng giảng giải thì trong lòng vừa then vừa vui mừng: Bây giờ mới hiểu rõ nghĩa thực và giá trị của hai chữ bố thí.

PHẠM NGỌC KHUÊ

"Nếu người được tiền của, tham tiếc không bố thí, nên biết rằng người ấy đang tạo hột giống bần cùng đời sau vậy."