CHÁNH PHÁP

SỐ 177 - 08.2026

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

Email: baivochanhphap@gmail.com | Website: chanhphap.us / chanhphap.org / chanh phap.net

Chủ nhiệm: **HT. Thích Nguyên Siêu**

Thủ quỹ: **Ni sư Thích Diệu Tánh**

Chủ bút: **Vĩnh Hảo**

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

Trình bày: **Tâm Quang**

Hình bìa: **Copilot**

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: *"Thể hiện lòng đại bi, Như Lai đã nói Chánh Pháp ích lợi một cách cứu cánh. Các thầy chỉ còn nỗ lực mà thực hành... Hãy tự cố gắng một cách thường trực, tinh tiến mà tu tập, đừng để đời mình trôi qua một cách vô ích, và sau này sẽ phải lo sợ hối hận."*

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

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

baivochanhphap@gmail.com

Trân trọng cảm ơn.

NỘI DUNG SỐ NÀY:

- **THƯ TÒA SOẠN,** *trang 2*
- **GIÁO DỤC TINH THẦN TỰ CHỦ PHỤNG SỰ THA NHÂN, KHÔNG HẬN THÙ** *(Nguyên Siêu), trang 4*
- **TĨNH TỌA** *(thơ Thích Chúc Hiền), trang 6*
- **BA THỜI CHUYÊN PHÁP** *(NS. Thích Nữ Trí Hải), trang 7*
- **TU TẬP THIỀN ĐỊNH** *(HT Thích Đức Thắng), trang 11*
- **NÉT ĐẸP AN CƯ** *(Thích Chúc Đại), trang 13*
- **NẺO VỀ, NGÃ NGUYỆN VÔ CÙNG** *(thơ Vĩnh Hữu Tâm Không), trang 18*
- **ĐIỆN THƯ PHÂN ƯU: HT THÍCH THANH CÁT VIÊN TỊCH** *(HĐĐH GHPGVNTNHK), trang 19*
- **TRÌ KINH NIỆM PHẬT** *(Tuệ Uyển Nhi), trang 20*
- **"TỨ NHIẾP PHÁP" LÀ GÌ?** *(TN Hằng Như), trang 21*
- **DỌN BÀN THỜ CÚNG MẸ** *(thơ Hoang Phong), trang 23*
- **TRÚ XỨ AN LÀNH** *(Thích Chúc Đại), trang 24*
- **ĐỌC VÀI BÀI THƠ VỀ MẸ TRONG MÙA VU LAN** *(Huỳnh Kim Quang), trang 26*
- **KỶ NIỆM XƯA** *(thơ Diệu Viên), trang 29*
- **THÁNG BẢY MƯA VỀ NHỚ MẸ CHA** *(thơ Minh Đạo), trang 30*
- **LÁ THƯ MÙA VU LAN** *(Phật Pháp Thứ Năm – Trí Như), trang 31*
- **PHẬT DẠY ĐỀN ƠN CHA MẸ** *(Nguyên Giác), trang 33*
- **MÊNH MÔNG LÒNG BIỂN, MẸ LÀ CẢ QUÊ HƯƠNG...** *(thơ Nguyễn An Bình), trang 35*
- **CHI RỨA CON?** *(Hạnh Thuần), trang 36*
- **THIỀN SƯ VÀ MẸ** *(thơ TM Ngô Tằng Giao), trang 39*
- **BẢN SANH: TRUYỆN 11 – JATAKA TALES: STORY 11** *(Nguyên Giác), trang 40*
- **GĐPTVN – CẦN MỘT CUỘC TÁI ĐỊNH HƯỚNG GIÁO DỤC...** *(Tâm Thường Định), trang 42*
- **MẸ LÀ BÓNG MÂY, CỎ DẠI** *(thơ Tôn Nữ Mỹ Hạnh), trang 45*
- **NGUYỆN CẦU PHẬT LỰC TỪ BI** *(Lãng Thanh), trang 46*
- **NHỚ MÁ QUÁ MÁ ƠI** *(thơ Trịnh Gia Mỹ), trang 47*
- **MỘT ƯỚC HẸN** *(H. Đ.), trang 48*
- **TRUYỆN CỰC NGẮN** *(Steven N), trang 49*
- **THƯƠNG MẸ, CON ƠI!...** *(thơ Bỉ Hao), trang 51*
- **MÓN QUÀ CỦA SỰ THẤU HIỂU** *(Đặng Văn Trung), trang 52*
- **TIẾNG VE** *(Trần Hoàng Vy), trang 54*
- **ĐÊM QUA MẸ NẰM MƠ** *(Vĩnh Hữu Tâm Không), trang 55*
- **TÂM BÌNH THẾ GIỚI LẶNG, DIỆU KỲ CHÂN TÂM** *(thơ Hoàng Thục Uyên), trang 56*
- **BẢO TỒN TIẾNG VIỆT – SỨ MỆNH BẤT KHẢ THOÁI THÁC CỦA GĐPT** *(Tâm Quảng Nhuận), trang 57*
- **CỜI TRÓI tập 2 – *chương 22*** *(truyện dài Vĩnh Hảo), tr. 66*
- **ĐỨC PHẬT VỚI NGƯỜI NGHÈO KHỔ** *(Truyện Cổ Phật Giáo), trang 70*

Báo Chánh Pháp số 177, tháng 08.2026, do Chùa Phật Tổ (Long Beach, CA) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro (California) ấn tặng. Kính nguyện quí tự và chư phật-tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.

HIẾU VÀ TU

Hiếu là tỏ niềm tri ân và tình cảm quý trọng của mình đối với người sinh dưỡng. Bày tỏ được niềm tri ân và kính quý ấy qua ý nghĩ, ngôn ngữ và hành động, gọi là báo ân.

Ở đời là cha mẹ. Trong đạo là ân sư (1).

Cha mẹ sinh ra ta, nuôi dưỡng ta nên người hiền lương, chánh trực, hữu dụng với gia đình, xã hội và đất nước.

Ân sư sinh ra ta từ hạt giống của Phật, nuôi dưỡng ta từ nguyên liệu Chánh Pháp (2), khai mở con đường trí tuệ và từ bi để tự độ và cứu độ chúng sinh.

Hiếu với cha mẹ là biết quý trọng thể chất và trí năng mà cha mẹ sinh dưỡng, tiến thân vào đời và đạt được hạnh phúc cho tự thân, mang lại nguồn vui và yên lòng cho cha mẹ và người thân.

Hiếu với ân sư là nguyện thừa tiếp con đường hoằng đạo, nỗ lực thực hành Phật Pháp để hướng đến mục tiêu giải thoát giác ngộ tối hậu.

Ở đời, *hiếu* không đơn giản là chỉ biết ngoan ngoãn vâng lời và nhất nhất đáp ứng những gì cha mẹ kỳ vọng, mà chính là phải sống sao cho xứng đáng là người tốt, biết phân biệt đúng-sai, phải-trái; trong thì thuận thảo, chăm lo đầy đủ sức khỏe và ấm no cho gia đình; ngoài thì biểu hiện là người công dân tốt, tận tụy phục vụ công ích, không làm điều bất nghĩa bất nhân tổn hại đến nhân quần và quốc gia. Sống ở đời mà người con không làm nên trò trống gì, đã bất tài lại thất đức, không thể tự lo cho bản thân, không thể phụng dưỡng cha mẹ mà còn a tòng những bạn đảng xấu-ác, gây khổ cho gia đình và xã hội, đó là bất hiếu. Ngoài ra, ở đời còn có những cha mẹ dù rất mực thương yêu con, nhưng lại không phải là người hiền thiện, chỉ làm điều xấu-ác, hại người, hại vật. Cha mẹ như vậy, tất nhiên sẽ dạy con điều xấu hoặc gián tiếp ảnh hưởng điều xấu đến con; cho nên, người con đạo đức, có hiểu biết, không thể một mực vâng lời cha mẹ (vì nhớ câu tục ngữ *"con cãi cha mẹ trăm đường con hư,"*) mà phải tìm cách cải hóa, dẫn dắt cha mẹ đi vào nẻo thiện. Không vâng lời cha mẹ trong trường hợp này không thể nói là bất hiếu; trái lại, chiều lòng cha mẹ để làm điều xấu-ác mới thực là bất hiếu.

Trong đạo, tạm dùng chữ *hiếu* để dễ hình dung trách nhiệm của người học trò đối với ân sư, chứ thực ra, để tri ân, báo ân bậc ân sư hay thầy-tổ nhiều đời, người đệ tử chỉ có một chữ *"tu."*

Bậc thầy chân chính, với tinh thần vô ngã, không đòi hỏi đệ tử phải phục vụ mình, vì mình, hoặc vì ngôi chùa của mình, mà chỉ mong đệ tử thấy được con đường cao rộng của Chánh Pháp, quyết chí và bền bỉ tu tập để hướng đến giác ngộ, giải thoát. Đệ tử chỉ cần tu, là đủ. *Tu* đạt đến thành quả nào, cảnh giới nào cũng tùy theo căn cơ, nhưng quan trọng là tinh tấn thực hành Phật pháp một cách nghiêm túc trong đời sống. Với ý nghĩa đó, không tu là bất hiếu. Nói theo ngôn ngữ nhà Thiền: không tu thì *"điếm nhục tông môn, uổng công Sư trưởng tài bồi"* (3), tức là làm nhục cho tông môn, uổng phí công lao của ân sư bấy lâu vun trồng, giáo dục. Đặc biệt là người xuất gia, nếu không giữ vững chí nguyện xuất trần, không tu tập chân chánh thì "bất hiếu" cả hai đường (đời và đạo). Bởi vì người xuất gia, một khi đã quyết tâm từ bỏ bổn phận và trách nhiệm người con đối với cha mẹ, tất phải thực hiện trọn vẹn bổn phận và trách nhiệm của tăng sĩ đối với Phật đạo. Đời không trọn thì phải trọn đường đạo, không thể thất bại và rồi không trách nhiệm với cả hai. Trong đạo, cảm thấy không thích hợp hoặc không đạt được chí nguyện ban đầu (thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh) thì hãy hoàn tục, làm tròn trách nhiệm của người con hiếu đối với cha mẹ và gia đình. Xót xa cho những trường hợp tăng sĩ lừng khừng, giới pháp không nghiêm, phạm hạnh không giữ, pháp học không chuyên, pháp hành không siêng, Thiền sư Quy Sơn đã cảm thán và tha thiết khuyên nhắc: *"Đối với cha mẹ*

thì không cung phụng ngọt ngon, đối với thân quyến cố nhiên rời bỏ xa cách, đối với đất nước không có khả năng bình trị, đối với gia tộc bỏ hết nghĩa vụ thừa kế, xa làng bỏ xóm, cắt tóc, bẩm thụ Phật pháp với bổn sư. Như vậy lẽ đáng trong thì siêng về công phu khắc niệm, ngoài thì bủa ra đức tính hòa bình, xa hẳn trần tục, kỳ vọng giải thoát." (4)

Hiếu là việc của một đời người. Tu là việc của đời này và nhiều đời sau. Việc của cả đời không phải chờ đến ngày lễ như Ngày của Mẹ, Ngày của Cha, Vu Lan, Tiểu tường, Đại tường, Thù Ân... mới nhắc đến, mà phải tâm tâm niệm niệm, biết mình phải nghĩ gì, nói gì và làm gì trong từng ngày, từng giờ cho phù hợp Hiếu đạo và Phật đạo.

---

1) Ân sư ở đây là Sư trưởng, là các vị thầy thế phát, truyền giới, truyền pháp, giáo thọ, dẫn đạo. Ơn Sư trưởng là một trong bốn ơn nặng trong Phật giáo (Tứ ân: Cha mẹ, Sư trưởng, Quốc gia, Chúng sanh).
2) Kinh Phật nói, Phật tử (con Phật) là người được sinh ra từ kim khẩu của Phật, được hóa sinh từ Chánh Pháp do ngài truyền dạy (Tùng Phật khẩu sanh, tùng pháp hóa sanh).
3) Hỏa thượng Tuệ Sỹ trong Thư gửi Tăng sinh Thừa Thiên – Huế năm 2003 có dùng câu này trong đoạn sau*: "Mỗi thế hệ có vấn đề riêng của nó, do những biến thiên của xã hội chung quanh, do những biến cố dao động mang tính thời đại. Thế hệ của Thầy thừa hưởng được nhiều từ Thầy Tổ, nhưng chưa hề báo đáp ân đức giáo dưỡng cao dày trong muôn một. Chỉ mới tròn ba mươi tuổi, đã phải khép lại cổng chùa, xách cuốc lên rừng, xuống biển, cũng mưu sinh lao nhọc như mọi người. Rồi lại vào tù, ra khám, lênh đênh theo vận nước thăng trầm. Sở học và sở tri cũng cùn mòn theo tuổi đời, năm tháng. Duy, chưa có điều gì thất tiết để điếm nhục tông môn,* ***uổng công Sư trưởng tài bồi.***" Chữ *"tài bồi"* được viết là 栽培 là một từ ghép Hán-Việt 栽 *(tài):* trồng trọt, cắm cây xuống đất; 培 *(bồi):* vun gốc, đắp đất, bón phân cho cây vững chãi. Nghĩa dùng ở đây là chỉ cho sự giáo dục.
4) Hòa thượng Thích Trí Quang dịch đoạn văn này từ Quy Sơn Cảnh Sách: *"Phụ mẫu bất cung cam chỉ, lục thân cố dĩ khí ly, bất năng an quốc trị bang, gia nghiệp đốn quyên kế tự, miễn ly hương đảng, thế phát bẩm sư. Nội cần khắc niệm chi công, ngoại hoằng bất tránh chi đức, huýnh thoát trần thế, ký kỳ xuất ly."* Quy Sơn Cảnh Sách 溈山警策 là một tuyệt tác văn chương mang tính khuyến tấn, cảnh tỉnh hàng Tăng sĩ, do Thiền sư Quy Sơn Linh Hựu (771–853) – bậc sơ tổ sáng lập tông Quy Ngưỡng – soạn thảo.

GIÁO DỤC TINH THẦN TỰ CHỦ PHỤNG SỰ THA NHÂN, KHÔNG HẬN THÙ

(KINH HÒA HỢP CƯỜNG THỊNH 2)

[Trung Bộ Kinh, Tập III, trang 325]

Nguyên Siêu

Con đường Giáo pháp rộng mở, cho những ai đến để thấy; thấy rồi tin; và tin rồi để tu. Tu cho chính mình nhằm thu hoạch, gặt hái nhiều thành quả tốt đẹp. Nơi đây, đức Thế Tôn phương tiện nói Giáo pháp như thế này; nơi kia đức Thế Tôn phương tiện nói như thế kia. Nhưng dù thế này, hay thế kia không ngoài mục đích giáo hóa, hướng dẫn tất cả mọi căn cơ, trình độ con người sớm quay về nơi thánh thiện, xây dựng một đời sống giữa mình với người có sự liên hệ tốt, có sự tương quan chặt chẽ, tình nghĩa trong ý thức tự tồn, phát triển đời sống tu tập.

Kinh Hòa Hợp Cường Thịnh 2, chúng ta thấy đức Thế Tôn giáo dục toàn diện tư cách con người, phải đánh thức chính mình hãy thức dậy ngay bây giờ để thấy một cách chân thực; thấy cái gì đang xảy ra nơi tâm, nơi ý, nơi thức của mình, để ngăn ngừa, phòng hộ. Đi vào kinh văn:

"... rồi đức Thế Tôn vào buổi sáng đắp y, cầm bình bát đi vào Kosambi để khất thực. Sau khi khất thực ở Kosambi ăn xong, trên con đường đi khất thực về, sau khi dọn dẹp chỗ ngồi, cất y bát, đức Thế Tôn đứng và nói bài kệ như vậy:

"Giữa quần chúng la ó
Không ai nghĩ mình ngu,
Giữa Tăng chúng phân ly
Không ai nghĩ hướng thượng."

Bốn câu kệ này đức Thế Tôn dạy: sống giữa đời, trong xã hội, mình nói năng, làm việc lung tung. Nói năng không kiềm chế. Nói năng vô độ lượng, nói năng buông thả, nói năng thả giàn... mà chẳng biết mình nói đúng hay sai. Có những hạng người chỉ nói cho mình. Chỉ biết cho mình mà không biết đến người khác, chỉ cho mình là đúng còn người khác là sai. Hạng người này đầu óc có lẽ hơi lệch lạc, mất hướng, cho nên "không ai nghĩ mình ngu." Đây là một cái bịnh mà trong xã hội người không thiếu. Còn trong đời sống của chúng Tăng thì sao? "Giữa Tăng chúng phân ly, có ai nghĩ hướng thượng." Chúng Tăng bị phân hóa, bản thể của Tăng bị lu mờ, suy giảm mà chẳng có ai nghĩ tới, thấy được để mà chấn chỉnh, dung hợp cho tốt đẹp. Chẳng có ai làm Thầy mô phạm, mà dạy bảo, sách tấn để hướng thân lập mệnh trên tiến trình tu chứng. Chẳng có ai nghĩ đến con đường hướng thượng là thanh cao, là siêu thoát.

"Thất niệm kẻ trí nói
Ba hoa trăm thứ chuyện
Miệng há nói thả giàn
Dẫn đi đâu ai biết?"

Người Trí thấy được sự thất niệm mà thầm nghĩ: người mà nói ba hoa trăm thứ chuyện; người mà há miệng ra thì nói thả giàn, thương thay người ấy biết đi về đâu. Không kiềm chế được sự nói của mình. Nói không biết suy nghĩ kỹ lưỡng; nói một cách ngang tàng, bất kính, vô phép... thì

hậu quả của sự nói này ai biết người ấy đi về đâu? Đi về đọa xứ; đi đến khổ đau... ly tan và đơn độc, chẳng ai dám gần gũi với mình, chẳng ai chơi với mình; làm bạn thân thiện chắc hẳn không có, vì miệng lưỡi rắn rít nào ai dám đến gần sợ bị phun nọc độc.

"Nó mắng tôi đánh tôi!
Nó hại tôi, cướp tôi!
Ai ôm oán hận này
Hận thù không thể nguôi."

Người không có lượng thứ, khoan dung và buông xả, thì dù chỉ một lời nói, một cái nhìn cũng khó mà quên. Ghim gút, trói buộc, chấp nê lâu ngày trở thành thù hận. Đức Phật dạy chúng ta cần phải biết xả bỏ, không chấp thủ. Có xả bỏ, không chấp thủ thì tâm mình mới an lạc, nhẹ nhàng, tự tại; dính mắc, câu thúc bởi sự hẹp hòi của lòng mình, thì "hận thù không thể nguôi" và như thế đời này hận thù, đời sau thù hận, cả hai đời hận thù triền miên, sợi dây xích trói chặt hận thù để phải sống và chết với cái hận thù ấy. Ai đã học lời Phật dạy thì không ôm hận thù. Ai đã tu theo Phật pháp thì hận thù xin được nguôi ngoai, nhẹ nhàng và hỷ xả. Đây là cái hiểu biết của bậc hiền trí.

"Nó mắng tôi đánh tôi!
Nó hại tôi, cướp tôi!
Không ôm oán hận này
Hận thù sẽ tự nguôi."

Hạnh phúc cho ai không ôm oán hận này. "Ôm oán hận chỉ là chuốc lấy tai họa. Vì oán hận mà ăn không ngon, ngủ không được, tâm bị sầu muộn. Nhưng tâm lý con người không dễ gì buông bỏ "oán hận;" không dễ gì dập tắt được "oán hận." Chính vì vậy mà cứ mãi triền miên oán thù truyền kiếp. Nhưng đức Thế Tôn đã dạy phương pháp có khả năng dập tắt hận thù:

"Hận thù diệt hận thù
Không đời nào diệt được
Từ bi diệt hận thù
Là định luật ngàn thu."

Từ bi là nước cam lồ có khả năng dập tắt lửa hận thù, vì tự tánh của Từ Bi là ban vui cứu khổ.

"Người khác không hiểu biết
Ở đây ta bị diệt
Những ai hiểu điều này
Nhờ vậy, tranh luận tiêu.
Kẻ chủ xướng hại mạng
Cướp bò, ngựa, tài sản,
Kẻ cưỡng đoạt quốc độ
Chúng còn biết đoàn kết
Sao các người không vậy?
Nếu được bạn hiền trí
Đồng hành, khéo an trú,
Đã thắng mọn hiểm nạn
Sống hoan hỷ chánh niệm
Nếu không bạn hiền trí
Như vua bỏ quốc độ
Cô độc như voi rừng
Tốt hơn sống một mình
Không bạn bè kẻ ngu
Cô độc không làm ác
Nhàn hạ như voi rừng."

Đây là con đường giáo dục làm chủ lấy mình; không bị ngoại cảnh chi phối; không bị người khác dụ dỗ kéo lôi, dù phải sống một mình, chịu cô độc, không bạn bè chứ không giao du kết bạn cùng kẻ ác, đức Thế Tôn dạy như thế. Vì kết bạn với kẻ ác đã chẳng có lợi gì mà lại còn thêm cái ác chất chồng; cái xấu xa luôn kề cận, chẳng ích gì cho công việc tu tập. Như voi sống một mình trong rừng, thênh thang với cảnh trí núi đồi, không phiền không nhiệt; không bị quấy rầy bởi đàn voi con, dẫm nát cỏ non, quậy đục nước uống. Hãy xây dựng cho mình một đời sống tu tập nhàn tịnh, tập buông bỏ cái tôi. Tập ly tham; diệt sân; ly si... để không bị quá ư hãm nịch trong các phạm trù trần cấu. Hãy tập bềnh bồng như mây; một đời bớt trói buộc, lụy phiền. Hãy tập thênh thang như không gian, nhẹ nhàng như gió chiều trên cánh đồng làng êm ả. Người tu tập phải gắng là bảo trữ một tâm hồn như thế, nếu không thì sẽ cô phụ lời giảng dạy giáo pháp của đức Thế Tôn bao đời vì chúng ta, giáo pháp luôn tuôn chảy, luôn ngát hương, luôn tỏa ngát ý vị giải thoát và giác ngộ. Giáo pháp luôn hiện có nơi đây, có trong mỗi người, có trong mọi thời, mọi xứ. Có trong tôi; có trong anh; có trong em; có trong tất cả mọi người. Giáo pháp có để giáo dục, để hướng dẫn con người tiến đến phương trời cao rộng, thênh thang, vô cùng tận... Giáo pháp để cho cha được no ấm, để cho mẹ được giàu có, để cho con người trên mặt đất được bình an. Trong kinh Pháp Luật là Thầy, đức Thế Tôn đã dạy: "Này Ananda, nếu trong các ngươi có người nghĩ rằng bậc Đạo Sư không còn nữa; chúng ta không có Đạo Sư. Này Ananda, chớ có những tư tưởng như vậy. Này Ananda, Pháp và Luật Như Lai đã giảng dạy, và trình bày, sau khi Như Lai diệt độ, chính Pháp và Luật này sẽ là Đạo Sư của các ngươi." (Trường Bộ Kinh, Tập III, trang 154)

"Này các Thầy Tỳ Kheo, nay Như Lai khuyên dạy các ngươi; các pháp hữu vi là vô thường, hãy tinh tấn tu tập giáo pháp, chớ có buông lung, thời gian chóng qua, đạo nghiệp chưa thành." (Trường Bộ Kinh, Tập III, trang 156)

Kinh Không Hận Thù để chúng ta học lần cuối:

"Không hận thù, không đả thương, không thù nghịch, không ác ý, chúng sống với nhau không hận thù. Nhưng với hận thù, với đả thương, với

thù nghịch, với ác ý, chúng sống với nhau trong hận thù.” (Trường Bộ Kinh, Tập III, trang 276)

Lời Phật dạy đã cho chúng ta một cái nhìn thẩm thấu, quán triệt một đời sống người nhiều mong manh và thoáng chốc, không có gì chắc thật, vậy hãy cho nhau bằng tấm lòng thân thương, quí kính, để cùng sống có nhau trong ngàn vạn kiếp người.

TĨNH TOẠ [*]

Tĩnh tọa lưng ngay lắng cõi lòng
Ra vào thở nhẹ nhịp đều trong
Nơi tâm hướng định lìa hư ảnh
Tại ý quy thiền rõ diệu không
Quán chiếu tinh chuyên dừng ảo vọng
Hành trì miên mật khế chân tông
Chan hòa thể tánh khơi niềm lạc
Lý sự viên dung hợp nhất đồng.

Chùa Đức Viên, San Jose, California

TRÚC NGUYÊN-THÍCH CHÚC HIỀN

---

[*] Tĩnh tọa là trở về với sự tỉnh thức, an trụ thân tâm trong chánh niệm, lưng ngay, thân vững, ý lặng. Hành giả nhẹ nhàng theo dõi hơi thở ra vào như Đức Phật đã chỉ dạy trong Kinh Tứ Niệm Xứ, lấy hơi thở làm điểm tựa, khiến tâm không còn tán loạn, vọng niệm lắng dần. Mỗi hơi thở là một lần quay về, mỗi lần quay về là một bước rời xa những tạp niệm, những ảo ảnh phù du của thế gian.

Khi quán chiếu miên mật, hành giả nhận ra rằng mọi ý niệm sinh khởi rồi diệt, không bền chắc. Thấy như vậy, tâm dần buông xả, không còn chấp trước, không còn bị cuốn theo dòng sinh diệt. Đó chính là con đường đoạn trừ vọng tưởng, trở về với bản tâm thanh tịnh, sáng suốt vốn sẵn đủ nơi mỗi người.

Như lời dạy trong Kinh Lăng Nghiêm, chơn tâm không sinh không diệt, không đến không đi, luôn hiện hữu một cách tịnh minh và thường trú. Tĩnh tọa chính là phương tiện để hành giả trực nhận được thể tánh ấy—một bản thể rỗng rang mà chiếu sáng, lặng lẽ mầu nhiệm. Khi vọng tâm lặng thì chân tâm hiện, khi chân tâm hiện thì trí tuệ soi sáng, đó là chỗ diệu dụng của thiền. Hành trì lâu ngày, công phu thuần thục, thì mọi động tĩnh trong đời sống đều trở thành thiền. Không còn phân biệt giữa ngồi và không ngồi, giữa tĩnh và động; tất cả đều là một dòng tỉnh thức liên tục. Khi ấy, lý và sự viên dung, tâm và cảnh không hai, hành giả sống giữa cuộc đời, mà vẫn an nhiên tự tại trong từng sát-na.

Tĩnh tọa như vậy không phải để tìm cầu điều gì bên ngoài, mà là trở về nhận chân lẽ thật nơi chính mình—một tự tánh thanh tịnh, một chơn tâm sáng ngời, vốn chưa từng mất, chỉ vì vọng niệm che lấp mà không tự hay biết. Khi đã nhận ra, thì ngay nơi đây, ngay trong hơi thở này, chính là con đường giải thoát, nuôi dưỡng tâm Bồ-đề.

BA THỜI CHUYỂN PHÁP

NS. Thích Nữ Trí Hải

Kính lễ Thích Ca Mâu Ni Thế Tôn
Nay con đem tâm phàm phu suy diễn thánh pháp
Là nhờ những bậc tiền bối đã khai triển Pháp này
Xin Ngài gia bị cho tâm phàm phu chuyển thành thánh trí

Buổi nói chuyện hôm nay sẽ xoay quanh ba điểm trụ chốt là Dục thoát trí, Bồ đề tâm và Chánh kiến, tương đương trọng tâm của ba thời Phật chuyển Pháp luân Tứ đế.

Thông thường, ta nói Tứ đế là pháp tu Thanh văn, 12 nhân duyên là pháp tu Duyên giác, và lục độ vạn hạnh là pháp tu của Bồ Tát. Nhưng xét lại, thì 12 nhân duyên thuận quán là Khổ và Tập đế, nhân quả trong vòng lưu chuyển: nghịch quán là Diệt đế và Đạo đế, nhân quả xuất thế gian, 12 nhân duyên như vậy chỉ là diễn rộng lý Tứ đế, còn lục độ vạn hạnh chính là Đạo đế trong Tứ đế. Tứ diệu đế do đó là giáo lý bao trùm tất cả pháp thế gian và xuất thế gian. Muốn thoát ly những khổ vặt vãnh trong đời sống thường ngày, muốn sống một đời thoải mái an lạc, muốn hưởng hạnh phúc dài lâu trong các cõi trời cõi người, muốn đạt giải thoát như những bậc thánh Thanh văn Duyên giác, hay muốn đạt giác ngộ Vô thượng Bồ đề như Phật, đều không thể ra ngoài Tứ diệu đế.

Đức Phật đã giảng Tứ diệu đế ba lần, gọi là Tam chuyển Pháp luân, mỗi lần độ một hạng người khác nhau từ cạn đến sâu. Trọng tâm của lần chuyển Pháp đầu tiên là chỉ rõ đâu là Khổ thật sự, gọi là Thị chuyển. Có biết đúng về khổ mới mong diệt khổ bằng cách diệt cái nhân thật sự của khổ để được an lạc lâu dài. Cũng như trong việc trị bệnh, cần định rõ căn bệnh (khổ) để tìm nguyên nhân thật gây bệnh mới mong chữa khỏi bệnh (diệt) bằng phương pháp trị liệu đúng cách (đạo) để diệt tận gốc mầm bệnh. Nếu chẩn bệnh không đúng (không thấy đâu là khổ thật sự) rồi chỉ cho những liều thuốc để dứt triệu chứng như gặp nhức đầu cho ngay thuốc giảm đau, sốt cao cho uống thuốc hạ nhiệt, thì chẳng những không chữa được bệnh mà còn khỏa lấp những dấu hiệu báo nguy cần thiết của cơ thể, và làm cho bệnh thêm trầm trọng. Ngược lại, nếu biết đúng bệnh, tìm ra nguyên nhân bệnh, thì có thể chữa bệnh dễ dàng bằng cách diệt trừ tận gốc rễ những nguyên nhân gây bệnh. (Cái kiểu chữa bệnh bằng cách dứt trừ triệu chứng là cách làm thông thường của chúng ta từ thân bệnh đến tâm bệnh. Thân bệnh có các loại thuốc giảm đau an thần. Tâm bệnh thì giảm đau bằng đủ loại giải trí từ hạ liệt tới thanh cao, bằng cách sưu tập thêm tài sản, kiến thức… để tô bồi bản ngã, rốt cục khổ càng trầm trọng khó gỡ, vì triệu chứng đã bị khuất lấp. Ví dụ, người ta muốn làm ngơ, khuất lấp những triệu chứng già chết bằng cách đi đến các mỹ viện sửa lại bộ mặt, nhuộm tóc, nhổ răng, lột da, xẻ cằm, chống mũi… nhưng rốt cuộc già vẫn già, bệnh vẫn bệnh, chết vẫn chết.)

Đức Bổn sư chúng ta, lúc còn là thái tử sống trong lầu son gác tía, đã thấy đâu là cái khổ chân thật, căn để của con người: đó là già, bệnh và chết, mà không ai tránh thoát từ bậc vua chúa cho đến kẻ cùng đinh. Vì cảm thụ một cách sâu xa nỗi khổ sinh tử của mình, Ngài đã từ bỏ cung điện ra đi tìm phương thoát khổ: đó là Dục thoát trí. Thông thường, con người chỉ mong mỏi thoát ly khi gặp cảnh khổ thật sự như cha mẹ chết (thân suy), làm ăn thua lỗ (tài suy), sức khoẻ yếu kém, nhiều bệnh, không thể sống ở đời (bệnh suy). Hoặc sau một thời gian hưởng thụ cuộc sống vật chất đã chán chê, đến tuổi già mới cảm thấy cô độc khốn khổ cần nơi nương náu (lão suy). Ngược lại, thái tử đã ra đi trong lúc tuổi còn thanh xuân tóc đen

nhánh, sức sống dạt dào, giai đoạn tươi đẹp nhất của một đời người, chính vì ngài đã thấy rõ cái khổ căn để già, bệnh và chết đang chực sẵn bên mọi đời sống, mọi lứa tuổi. Nhờ thấy rõ như thế, Ngài đã từ bỏ ba kiêu mạn ngăn cản sự tu tập là kiêu mạn về tuổi trẻ (tưởng mình trẻ mãi), kiêu mạn về sức khỏe (tưởng mình không bao giờ bệnh), và kiêu mạn về sự sống (tưởng mình sống lâu). Chính ba kiêu mạn ấy đã khiến người ta đắm say cuộc đời và không chán hưởng thụ các dục lạc. Thái tử trái lại, đã lợi dụng chính tuổi trẻ, sức khoẻ và sự sống của mình để lập chí nguyện vĩ đại, vào rừng tu tập đủ mọi thứ khổ hạnh trong sáu năm ròng. Thời gian ấy là thời gian ngài đi tìm nguyên nhân của khổ để diệt trừ nguyên nhân ấy. Lúc đầu Ngài theo học các nhà khổ hạnh ngoại đạo. Đối với họ, cần phải hành thân hoại thể càng nhiều càng tốt, vì thân xác này chính là nguồn gốc mọi tội lỗi đau khổ với con người. Thái tử đã theo lối thực hành của họ, và còn vượt xa hơn họ về khả năng chịu đựng của thân xác. Nhưng đến khi thấy rõ khổ hạnh chỉ làm mỏi mòn thân xác mà không đem lại trí tuệ, không nhờ đấy mà thấy được nguyên nhân Khổ, thì Ngài đã can đảm từ bỏ khổ hạnh. Đối với Ngài, khổ hạnh chỉ là phương tiện để đạt đến trí tuệ. Khi thấy phương tiện ấy không đúng và không cần thiết, thì Ngài không ngần ngại vứt bỏ để tìm phương tiện khác. Trong khi tu tập, không thiếu gì những nhà khổ hạnh xem khổ hạnh tự nó đã là cứu cánh, họ biến năng lực chịu đựng của mình thành một sở đắc để khoa trương, để thu thập tín đồ. Khổ hạnh của họ khi ấy trở thành một chướng ngại cho giải thoát mà Phật gọi là giới cấm thủ: ôm giữ những khổ hạnh không cần thiết, không đưa đến đâu.

Khi thân xác đã kiệt sức Ngài vẫn không tìm thấy đâu là chân lý thoát khổ, thái tử mới vỡ lẽ rằng thân không phải là nguồn tội, không phải là chánh phạm gây ra tội lỗi nhiễm ô, mà chỉ là tòng phạm, hay đúng hơn, chỉ là dụng cụ dùng để gây nên tội lỗi đưa đến sinh tử luân hồi. Chẳng những thân xác không phải là chánh phạm, mà nó còn là một cỗ xe tốt để đưa ta đến an lạc giải thoát nếu biết sử dụng đúng. Bởi thế, không có lý gì để phá vỡ dụng cụ ấy. Thái tử bèn ăn uống trở lại để phục hồi sức khoẻ và sau 49 ngày nhập định, thiền quán, Ngài đã tìm ra móc xích 12 nhân duyên gây nên sự lưu chuyển của chúng sinh trong vòng sinh tử luân hồi. Sau này, khi thuyết pháp, Ngài thường dạy các đệ tử rằng thân vốn không tội, hoàn cảnh bên ngoài cũng vô can, nhưng khi tâm đam mê chấp thủ có mặt thì thân và cảnh ngoài như bị cột chung lại với nhau không thể rời. Ví như một cái ách buộc hai con bò đen trắng lại với nhau, bò đen không phải là cái trói buộc bò trắng, bò trắng không phải là cái trói buộc bò đen, nhưng cả hai đều bị ràng buộc chung bởi cái ách. Thân như con bò trắng, cảnh như con bò đen, hai thứ vốn không

can dự nhau, nhưng khi tâm tham ái có mặt, thì tâm này trở thành cái ách khổ trói buộc thân vào với cảnh. Người vô tâm với sắc đẹp tiếng hay thì dù có thấy sắc nghe tiếng cũng không sao. Như vậy, tội là do tâm, không phải do thân. "Khi bò không chịu kéo xe thì nên đánh cái xe hay đánh con bò?" Phật đã hỏi một đệ tử để chỉ cho thấy chính cái tâm tham ái chấp thủ mới là nguyên nhân, nguồn gốc của đau khổ. Đây gọi là Tập đế.

Khi thiền định dưới cội bồ đề, thái tử đã quán sát như sau: Thật sự thân này bị cái khổ già chết đang nung nấu. Do đâu có già chết? Chính vì thân này có sinh ra. Do đâu mà có thân này sinh ra? Chính do cái khuynh hướng muốn có mặt trên đời, muốn hiện hữu (hữu). Do đâu có khuynh hướng ấy? Do sự bám víu (thủ) và ái luyến bản ngã (ngã). Trong Đạo đức kinh, Lão tử cũng nói: "Ta có tai nạn lớn, do có ra thân xác này. Nếu không có thân, thì đâu có tai họa. Nhưng muốn không thân, thì cần phải vô tâm." Như thế, Lão tử cũng công nhận tâm là nguồn gốc mọi tai họa của thân. Và vì thân không phải là nguyên nhân chính yếu gây tai họa, cho nên trừng phạt thân xác này hay diệt nó đi bằng cách tự sát chẳng hạn, chưa phải là cách giải quyết ổn thỏa, khi tâm (ái và thủ) chưa diệt.

Làm thế nào để diệt ái và thủ? Phải nhìn kỹ lại để thấy rõ những đối tượng làm cho ta ái thủ, và chính cái ta chủ tể sự ái thủ, đều vô thường, duyên sinh nên không thực chất, trống rỗng như bọt nước, như tiếng vang, như vật mượn, như ảo tưởng nắng quán đèn loà. Thấy được thực chất trống rỗng của mọi sự thì hết chấp thủ, tức là giải thoát. Lấy ví dụ một người đang si mê một người khác. Trong khi si mê, người ấy chỉ thấy toàn nét đẹp sự dễ mến nơi người kia, mà không thấy những vẻ xấu và lỗi lầm của họ. Người ấy đau khổ tưởng chừng có thể chết được nếu không được sống chung với kẻ ấy. Nhưng khi tâm si mê ấy thay đổi, và đối tượng si mê cũng đổi thay, thì người kia mới thấy rõ những tật xấu, những nét khó ưa nơi người nọ và thoát khỏi sự bám víu. Lòng ái luyến đối với tự ngã

của mình cũng thế, hoàn toàn vô căn cứ, vì tự ngã luôn luôn thay đổi, từ thân đến tâm. Thân như cái phòng trọ, tâm như người khách trọ, không có gì trường cữu. Thấy được như thế sẽ lìa được lòng cố chấp ái luyến đối với tự ngã.

Như thế cái khổ sinh tử có thể giải quyết tận gốc bằng cách giải quyết cái tâm tham ái, và sỡ dĩ có tham ái là do lối nhìn sai lạc xem mọi sự là thực có, bản ngã là thực có. Lối nhìn sai lạc đó gọi là vô minh.

Lần chuyển pháp Tứ đế đầu tiên do vậy, đặt trọng tâm ở Khổ đế và Tập đế. Nói về Khổ, cũng có mức độ cạn sâu. Mới đầu ta tưởng như già, bệnh, chết là khổ, vì Phật đã do thấy già bệnh chết mà tìm cách thoát ly tìm phương cứu khổ. Nhưng sau sáu năm khổ hạnh, Ngài đã tìm ra cái khổ vô hình vô tướng nhưng sâu sắc hơn nhiều, đó là vô minh, cái vô minh làm cho ta bám víu, ái luyến thân xác, muốn có mặt mãi mãi trên đời, muốn sống hoài không chết, trẻ mãi không già. Thật vậy, vì có vô minh, mới có sầu bi khổ ưu não trước cảnh già chết, mất mát người thân, gặp gỡ kẻ thù. Nếu không có vô minh, thì sanh già bệnh chết chỉ như bốn mùa luân chuyển trong thiên nhiên, vô thường là sự thường. Không có sự phân biệt của vô minh, thì thân thù bình đẳng, thấy mọi thuận nghịch đều có mặt trái của nó, như vậy còn đâu là đau khổ? (Ví dụ, biết tu thì gặp danh lợi vẫn tự tri, tiết dục nên không xảy ra tai họa, gặp nghịch cảnh thì sử dụng nó để rèn luyện thân tâm. Không biết tu, thì nghịch cảnh làm cho ta khốn đốn, mà thuận cảnh lại càng nguy hiểm hơn.)

Trọng tâm của Tập đế do vậy là vô minh căn bản đưa đến ái và thủ, từ ái thủ tạo đủ thứ nghiệp hữu lậu nuôi dưỡng vô minh cho thêm béo mập ngày càng khó thoát, gọi là nhuận sanh vô minh. Nguyên nhân của khổ hóa ra nằm ngay trong tâm, không phải ở ngoài. Khi khám phá ra điều này, Phật đã hoan hỉ thốt lên, "ta đã tìm ra kẻ làm nhà, từ nay nó không còn làm nhà được nữa", ám chỉ chính cái tâm tạo ra thân xác, vậy muốn chấm dứt sinh tử luân hồi, thì phải nhắm ngay tâm mà hạ thủ. Như thế là Ngài đã tìm ra một lối thoát Khổ, vì đã tìm ra nguyên nhân của khổ và tuyên bố rằng khổ ấy có thể chấm dứt bằng cách chấm dứt cái nhân gây khổ ở ngay trong ta, chứ không do một tác nhân nào bên ngoài như thần linh hay thượng đế, cũng không phải do hên xui may rủi như câu trong truyện Kiều:

"Bắt phong trần phải phong trần,
Cho thanh cao mới được phần thanh cao."

Sự quan trọng của khám phá này là nó đánh tan quan niệm sai lầm cho rằng đạo Phật bi quan yếm thế vì nói đời là khổ, và khổ là do cái nghiệp nó bắt phải ghiền thứ nọ thứ kia cho tới chết, không dứt ra được dù biết có hại. Nhưng do đâu mà có nghiệp, nếu không phải do tâm? Một đứa trẻ sơ sinh không thể nghiện rượu ngay, ghiền thuốc, ghiền trà ngay, có khuynh hướng trộm cắp ngay, mà do tâm yếu đuối, thiếu giáo dục tốt, khi gặp hoàn cảnh, những thói xấu ấy mới phát sinh và tăng trưởng. Tu là chuyển những thói quen xấu thường gọi là "cái nghiệp" ấy chứ không phải khuất thân theo nó. (Thực ra, nghiệp là chỉ chung cho tất cả hành động có ý thức lúc đầu, và dần dần trở thành thói quen máy móc. Như vậy nghiệp có thể lành hay dữ, và có thể thay đổi nhờ ý chí muốn chuyển nghiệp nơi ta). Nếu thói quen đã ăn sâu gốc rễ, thì cần thời gian dài lâu để gột tẩy, do vậy mà có danh từ a tăng kỳ kiếp. Khi một bác sĩ bảo con bệnh rằng, "bệnh anh chắc chắn chết, vì khoa học chưa tìm ra con vi trùng gây bệnh" thì quả là ác độc, chẳng thà đừng nói, cứ để con bệnh sống trong hy vọng còn hơn. Nhưng đức Phật thì không thế. Ngài đã tìm ra nguyên nhân khổ, và tuyên bố có thể diệt nguyên nhân ấy, vì nó tuỳ thuộc nơi chính ta. Do lời tuyên bố này, ta có thể nói đạo Phật là đạo giành lại cho con người toàn quyền tự do tự chủ, và khi đã tự do tự chủ, thì ta phải can đảm nhận lấy trách nhiệm về cuộc sinh tử của mình, chứ không được đổ thừa cho bất cứ một ai, kể cả cái nghiệp, giống như kiểu các bợm nhậu thường nói: Tại rượu nó làm say tôi, chứ tôi đâu có muốn rượu!

Khi thái tử tìm đến ngọn ngành của vô minh, Ngài đã đạt Niết Bàn ngay tại chỗ, giác ngộ, thành Phật. Với lòng đại bi thúc đẩy, Ngài tìm cách giúp đỡ chúng sinh đang bị ngụp lặn trong biển trầm luân do ái thủ gây nên. Với Phật nhãn, Ngài lấy làm lạ lùng khi thấy chúng sinh đều đầy đủ Phật tính, nghĩa là khả năng giác ngộ như Ngài, song lại cam chịu khổ đau một cách oan uổng chỉ vì cái thấy điên đảo: vô thường thấy thường, khổ thấy vui, vô ngã thấy có ngã, bất tịnh thấy tịnh. Chính lòng thương rộng lớn đã thúc đẩy Ngài từ bỏ sự an lạc của Niết Bàn để ra đi lang thang hành đạo, giáo hóa mọi người suốt 49 năm, chỉ cho chúng sinh thấy đâu là nguồn gốc khổ chân thực, đâu là con đường đúng phải theo để giải thoát thực sự.

Bồ đề tâm do vậy là trọng tâm của sự thuyết pháp Tứ đế lần thứ hai. Thật vậy, thấy khổ, thấy nguyên nhân khổ để diệt khổ bằng cách trừ nhân, thế là giải thoát, đạt niết bàn, giải quyết xong việc sinh tử của riêng mình. Nhưng như vậy, hành giả chỉ mới đạt một thứ niết bàn còn hạn hẹp vì còn có biên giới ngăn cách với sanh tử. Cần phải đi xa hơn để thấy rằng sinh tử và niết bàn vốn không hai, chúng sinh vốn là Phật, phiền não vốn là bồ đề. Nhờ thấy như vậy, Phật đã không từ bỏ chúng sinh sau khi đạt giác ngộ, mà sẵn sàng ra giáo hoá khi nghe Phạm thiên cầu thỉnh:

"Hỡi đấng biến nhãn không sầu muộn,
Hỡi bậc anh hùng , hãy đứng lên!
Hỡi bậc chiến thắng chiến trường,

Vị trưởng đoàn lữ khách,
Đấng thoát ly nợ nần!
Xin Ngài hãy du hành khắp thế gian
Mở cửa niết bàn bất tử
Cho chúng sanh được nghe Pháp
Mà Ngài, Bậc thánh vô uế,
Đã chân chánh giác ngộ.
Chúng sinh nhờ nghe Pháp của Ngài
Sẽ được thâm hiểu diệu nghĩa."

Sự cầu thỉnh của Phạm thiên chỉ là một duyên cớ để cho Phật thực hiện một bổ đề tâm sẵn có, chứ không phải là nguyên nhân chính khiến Ngài ra thuyết pháp độ sanh. Nếu không phát Bồ đề tâm ra giáo hóa, thì dù Phạm thiên cầu thỉnh, Ngài cũng cứ nhập niết bàn cho khỏe, như các bậc La hán thường nhập diệt bảy ngày sau khi chứng đạo, và thốt lời tuyên bố: "Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc làm đã xong, sau đời này không còn đời nào nữa." Bồ đề tâm như vậy là đại trí cọng với đại bi, là tâm tự giác thánh trí và phát đại nguyện giáo hoá kẻ khác cho đạt giác ngộ như mình.

Trọng tâm lần thuyết Tứ đế sau rốt là chánh kiến: thấy đúng. Thấy đúng có nghĩa là thấy rõ mọi sự, từ pháp phàm như năm uẩn sáu căn cho chí pháp thánh như niết bàn giải thoát, đều không thực chất, đều là giả danh, tạm gọi. Tất cả đều "phi": phi sắc phi không, phi hữu phi vô. Nhờ thấy tuổi trẻ, vinh hoa phú quý không thực, thái tử mới từ bỏ được những thứ ấy vào lúc thanh xuân. Nhờ thấy khổ hạnh không thực, vô ích, Ngài đã từ bỏ khổ hạnh. Nhờ thấy niết bàn không thực, Ngài đã từ bỏ niết bàn để đạt đến niết bàn tuyệt đối không còn biên giới ngăn cách với sanh tử như niết bàn Thanh văn Duyên giác. Niết bàn của Phật được gọi là niết bàn vô trụ xứ: Ở ngay trong dòng sinh diệt mà Ngài vẫn luôn luôn tịch diệt niết bàn vì Ngài đã đạt đến chỗ Trung đạo thấy chúng sanh và Phật không hai. Lìa chúng sinh thì cũng không có Phật. Không có học trò, thì danh từ ông thầy cũng không có. Không có phiền não, lấy đâu để chứng bồ đề. Bởi thế, tu hành không phải là dẹp chúng sinh để tìm ông Phật, dẹp bóng tối để tìm ánh sáng, mà chính là chuyển mê thành ngộ, chuyển phiền não thành bồ đề, chuyển chúng sinh thành Phật, bằng cách thắp lên ánh sáng trí huệ hay chánh kiến. Như khi đưa ngọn đèn vào nhà tối, thì bóng tối tức khắc chuyển thành ánh sáng. Tổ Huệ Năng nói: *"Nhà phiền não tối tăm, thường nên sanh tuệ nhật."* (Trong cái nhà đầy phiền não tối tăm này, tức là thân tâm chúng ta, hãy thường phát sinh mặt trời trí tuệ).

Tóm lại, tu theo giáo lý Tứ đế, ta có ba kết quả tùy mức độ cạn sâu: ít nhất cũng sống được một đời an lạc hạnh phúc ngay trong hiện tại, tu cao hơn chứng từ quả Dự lưu trở lên thì khỏi sa đọa vào ba đường ác địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, và cao hơn nữa thì thoát ly sinh tử luân hồi, thành bậc A la hán lậu tận. Nếu phát Bồ đề tâm thì còn thành Bồ Tát. Nhưng tất cả các tầng bậc tu hành ấy đều cần Chánh kiến, nghĩa là thấy rõ thực chất của mọi sự từ phàm đến thánh đều là giả danh, vô tự tính. Và Chánh kiến chính là mối đầu của con đường Tám chánh thuộc Đạo đế trong Tứ diệu đế vậy.

"Nói về Khổ, cũng có mức độ cạn sâu. Mới đầu ta tưởng như già, bệnh, chết là khổ, vì Phật đã do thấy già bệnh chết mà tìm cách thoát ly tìm phương cứu khổ. Nhưng sau sáu năm khổ hạnh, Ngài đã tìm ra cái khổ vô hình vô tướng nhưng sâu sắc hơn nhiều, đó là vô minh, cái vô minh làm cho ta bám víu, ái luyến thân xác, muốn có mặt mãi mãi trên đời, muốn sống hoài không chết, trẻ mãi không già. Thật vậy, vì có vô minh, mới có sầu bi khổ ưu não trước cảnh già chết, mất mát người thân, gặp gỡ kẻ thù. Nếu không có vô minh, thì sanh già bệnh chết chỉ như bốn mùa luân chuyển trong thiên nhiên, vô thường là sự thường. Không có sự phân biệt của vô minh, thì thân thù bình đẳng, thấy mọi thuận nghịch đều có mặt trái của nó, như vậy còn đâu là đau khổ?" (NS Thích Nữ Trí Hải)

TU TẬP THIỀN ĐỊNH

HT Thích Đức Thắng

[trích TU TẬP THIỀN ĐỊNH, Soạn và dịch: Đại Lãn Thích Đức Thắng]

(tiếp theo kỳ trước)

Hay như ***Kinh Tăng nhất A-hàm phẩm Quảng diễn*** [1], từ kinh số 1 (niệm Phật) cho đến kinh 10 (niệm Tử): Đây là một hình thức của Thiền quán ban đầu, được đức Đạo sư dạy cho đệ tử của Ngài cách quán niệm trên từ Phật cho đến cuối là niệm Tử (sự chết) đã nói lên được sự nhất thống của phương pháp Thiền định từ Như Lai Thiền cho đến Tổ sư Thiền phát triển sau này:

1. Niệm Phật:

"Hãy tu hành một pháp. Hãy quảng bá một pháp. Đã tu hành một pháp rồi, liền có danh dự, thành tựu quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tưởng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn.

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm Phật."

Phật bảo các Tỳ-kheo:

"Thế nào là tu hành niệm Phật, liền có danh dự, thành tựu quả bào lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tưởng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn?"

Bấy giờ, các Tỳ-kheo bạch Thế Tôn rằng:

"Gốc rễ của Pháp do Thế Tôn nói. Nguyện xin Thế Tôn vì các Tỳ-kheo nói diệu nghĩa này. Các Tỳ-kheo sau khi nghe từ NHư Lai rồi sẽ thụ trì."

Bấy giờ, Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:

"Hãy lắng nghe, lắng nghe, và suy nghĩ kỹ. Ta sẽ phân biệt rộng rãi cho các ngươi."

Các Tỳ-kheo bạch rằng:

"Kính vâng, bạch Thế Tôn."

Sau khi các Tỳ-kheo thọ giáo rồi, Thế Tôn bảo rằng:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt chéo chân, buộc niệm ở trước, chuyên tinh niệm Phật, không có niệm tưởng nào khác. Quán hình của Như Lai, mắt không hề rời. Trong khi mắt không hề rời, niệm tưởng công đức Như Lai:

Thể của Như Lai được thành tựu từ kim cương, đầy đủ mười lực, bốn vô sở úy, dõng mãnh giữa đại chúng. Gương mặt của Như Lai đoan chánh vô song, nhìn không chán mắt. Giới đức thành tựu giống như kim cương không thể phá hoại, trong sạch không tỳ vết cũng như lưu ly. Tam-muội của Như Lai chưa từng sút giảm, đã tĩnh chỉ, vĩnh viễn tịch tĩnh, không có niệm khác. Các thứ tình kiêu mạn, ngang bướng đã vắng im, ý tham dục, tưởng sân hận, tâm ngu hoặc, mạn kết do dự, tất đều tận trừ. Huệ thân của Như Lai, trí không bờ đáy, không bị chướng ngại. [554b01] Thân Như Lai, được thành tựu từ giải thoát, các cõi đã hết, không còn sinh phần để nói 'Ta sẽ đọa nơi sinh tử". Thân của Như Lai đã vượt qua thành trì của tri kiến, biết căn cơ người khác đáng được độ, chết đây sinh kia, xoay vần qua lại trong ngằn mé sinh tử, có người giải thoát, người không giải thoát; Như Lai thảy đều biết tất cả.

Đó là tu hành niệm Phật, liền có danh dự, thành tựu quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tưởng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm Phật, liền sẽ được những thứ công đức này. Như vậy, các Tỳ-kheo, hãy học điều này."

2. Niệm Pháp:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, chuyên tinh niệm Pháp, không có niệm tưởng nào khác, trừ các dục ái, không còn trần lao, tâm khát ái vĩnh viễn không nổi lên nữa."

"Phàm Chánh pháp là ở nơi dục mà đạt đến vô dục, lìa các kết phược và các bệnh của triền cái. Pháp này giống như các loại hương, không có tỳ vết của niệm loạn tưởng."

3. Niệm Tăng:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, không có niệm tưởng nào khác, chuyên tinh niệm Tăng."

"Thánh chúng của Như Lai thành tựu từ nghiệp lành, chất trực, thuận nghĩa, không có nghiệp tà, trên dưới hòa mục, pháp pháp thành tựu. Thánh chúng của Như Lai thành tự giới, thành tựu tam-muội, thành tựu trí tuệ, thành tựu giải thoát, thành tựu tri kiến giải thoát. Thánh chúng ấy gồm có bốn đội tám hạng. Đó là Thánh chúng của Như Lai, xứng đáng được tùy thuận cung kính, thừa sự, lễ bái. Sở dĩ như vậy là vì đó là ruộng phước của thế gian. Ở trong chúng này đều cùng là pháp khí, cũng vì tự độ lại độ người khác đến đạo ba thừa. Nghiệp như vậy gọi là Thánh chúng".

4. Niệm Giới:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào

khác, chuyên tinh niệm Giới."

"Giới có nghĩa là dừng các điều ác. Giới khiến thành tựu đạo, khiến người hoan hỷ. Giới là anh lạc đeo thân, hiện những vẻ đẹp."

"Phàm cấm giới, giống như bình cát tường, mọi sở nguyện liền đạt được. Mọi pháp đạo phẩm đều do giới mà thành tựu."

5. Niệm Thí:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm Thí."

"Những gì tôi bố thí hôm nay, là tối thượng trong các sự thí, vĩnh viễn không có tâm hối hận, không mong đền đáp để mong được thiện lợi. Nếu người nào mắng tôi, tôi quyết không mắng trả. Dù người hại tôi, dùng tay đánh, dao gậy đập, gạch đá ném, tôi cũng sẽ khởi lòng từ, không nổi sân hận. Những gì tôi bố thí, ý muốn cho sẽ không dứt tuyệt."

6. Niệm Thiên:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm Thiên."

"Thân, miệng, ý trong sạch, không tạo hành vi ô uế; thực hành giới thành tựu thân. Thân phóng ánh sáng tỏa khắp mọi nơi, thành tựu thân trời kia. Các hành đầy đủ mới thành thân trời."

7. Niệm Tịch tĩnh:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm tịch tĩnh."

"Tịch tĩnh là tâm ý tưởng lắng đọng, chí tánh an nhàn, mà không nóng nảy; tâm hằng chuyên nhất, thích nơi vắng vẻ, thường tìm phương tiện nhập định tam-muội, thường niệm tưởng không ham tranh thắng, dành chỗ trước trên.

8. Niệm An-ban:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, không có [556b01] tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm an-ban."

"Nói an-ban, tức là khi hơi thở dài, hãy quán biết hơi thở ta hiện đang dài; nếu hơi thở lại ngắn, hãy quán biết hơi thở ta hiện đang ngắn; nếu hơi thở rất lạnh, hãy quán biết hơi thở ta hiện đang lạnh; nếu hơi thở lại nóng, hãy quán biết hơi thở ta hiện đang nóng. Quán khắp thân thể từ đầu đến chân, tất cả đều nên quán biết. Nếu hơi thở lại có dài ngắn, cũng hãy quán hơi thở có dài ngắn. Dụng tâm đặt nơi toàn thân, biết hơi thở dài ngắn, tất cả đều biết rõ, cho đến khi hơi thở ra-vào được phân biệt rõ ràng. Nếu tâm đặt nơi thân, biết hơi thở dài ngắn, cũng lại biết rõ, đếm hơi thở dài ngắn, cũng lại biết rõ, đếm hơi thở dài ngắn cũng phân biệt rõ ràng."

9. Niệm Thân:

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm thân."

"Niệm thân là lúc nào cũng nhớ nghĩ đến tóc, lông, răng, móng, da, thịt, gân, xương, mật, gan, tim, phổi lá lách, thận, ruột non, ruột già, bạch chức, bàng quang, dạ dày, thương đãng, phân, tiểu, dịch vị, nước mắt, đờm dãi, mủ, máu, mỡ, nước miếng, đầu lâu, não."

"Cái nào là thân?

Đó là đại chủng gì?

Đó có phải là đại chủng đất?

Đó có phải là đại chủng nước?

Đó có phải là đại chủng gió?

Đó có phải là đại chủng lửa?

Được tạo ra bởi giống của cha, giống của mẹ chăng?

Nó từ đâu đến? Do ai tạo ra?

Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, tâm chết ở đây sẽ sinh về nơi nào?"

10. Niệm Tử

"Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt tréo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm sự chết."

"Chết là mất ở đây, sinh bên kia; qua lại các đường, sinh mạng trôi đi không dừng, các căn tan hoại, như khúc gỗ mục nát; mạng căn đoạn tuyệt, giòng họ [557a01] chia lìa, không hình không tiếng, cũng không tướng mạo."

"Như vậy, này các Tỳ-kheo, đó gọi là niệm sự chết, liền được thành tựu đầy đủ quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tưởng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên này các Tỳ-kheo, hãy học điều này."

Qua ***Kinh Tăng nhất A-hàm, phẩm Quảng diễn*** đã cho hành giả chúng ta một cái nhìn tổng quan về Thiền Định của đức Đạo sư; từ thiền quán

nguyên thỉ cho đến Thiền công án hay Tham thoại đầu đưa đến NGHI TÌNH của Thiền tông trong những thời kỳ phát triển sau này tất cả đều phát xuất từ đây qua *niệm thân và niệm tử.*

Thiền tham công án hay Thiền tham thoại đầu, từ phương pháp tham công án hay tham thoại đầu mở ra chân trời mới trong việc thực hành cho hành giả trong việc nuôi lớn mở rộng khối *nghi tình*. Nhưng ở đây, hành giả không cần trả lời hay tìm hiểu kết quả của *nghi tình* mà chỉ cần siêng năng hành trì cho mối nghi tình trở thành năng lực lớn mạnh đưa đến một cách tự nhiên trong việc làm bùng vỡ khối nghi tình ở nơi hành giả qua tham công án hay tham thoại đầu trong nhất tâm miên mật về: *"Thân này do Đất, nước, gió lửa, chẳng? Thân này được tạo ra bởi giống của cha hay giống của mẹ? Thân này nó đến từ đâu? Do ai tạo ra? Thân này chết rồi sẽ đi về đâu?"* Hành giả tham

Nét đẹp An Cư

THÍCH CHÚC ĐẠI

An cư Kiết hạ là một trong những truyền thống cao quý và thiêng liêng nhất của Phật giáo, được Đức Thế Tôn chế định nhằm nuôi dưỡng đời sống phạm hạnh, trưởng dưỡng giới đức và củng cố sự thanh tịnh, hòa hợp của Tăng già. Đây không chỉ là thời gian thúc liễm thân tâm, tinh chuyên đạo nghiệp, mà còn là cơ hội để chư Tôn đức Tăng Ni cùng sách tấn nhau, học hỏi và trao truyền kinh nghiệm tu tập trong tinh thần lục hòa cộng trụ.

Sự hiện diện của mỗi hành giả trong mùa An cư là một đóa hoa tô điểm cho vườn thiền giải thoát, là nền tảng xây dựng vững mạnh ngôi Tăng bảo, một trong ba ngôi báu cao quý của nhân gian. Và chính đời sống thanh tịnh và hòa hợp ấy là điểm tựa tâm linh vững chãi cho hàng thiện nam tín nữ Phật tử trên bước đường học Phật.

Thử hỏi ai không xúc động, ai không rung cảm khi chứng kiến gần ba trăm vị Tăng Ni từ khắp mọi miền trên đất nước Hoa Kỳ cùng hội tụ về một trú xứ, cùng an trú trong chánh niệm, cùng tụng đọc lời Phật dạy và cùng lan tỏa nguồn năng lượng từ bi, trí tuệ đến với cuộc đời?

Giá trị cao đẹp của đời sống xuất gia được biểu hiện rõ nét qua hình ảnh đại chúng cùng hòa hợp cộng trú, tương kính, tương thuận, tương giáo, tương sám và nghiêm trì giới luật. Đó chính là nền tảng làm nên sức sống trường tồn của Tăng già qua hơn hai mươi lăm thế kỷ truyền thừa.

Nếu thanh tịnh và hòa hợp là bản thể của Tăng già, thì An cư Kiết hạ chính là sự biểu hiện trọn vẹn nhất của lý tưởng ấy. Trong hòa hợp có chất liệu của sức mạnh; trong thanh tịnh có năng lượng của đạo lực; trong cộng tu có nền tảng vững chãi cho sự trường tồn của Chánh pháp.

Bởi vậy, mỗi mùa An cư không chỉ là sự tiếp nối mạng mạch Phật pháp, mà còn là sự tiếp nối lý tưởng giác ngộ và phụng sự nhân sinh của Tăng già trong mọi thời đại.

công án hay tham thoại đầu tức là chúng ta cần tham thấu vào những gì chúng ta không biết, không hiểu. Chính cái không biết không hiểu đó sẽ sinh ra Nghi Tình, từ nghi tình này chúng ta luôn hỏi xoáy vào chúng càng lâu càng nhiều sẽ trở thành một khối NGHI lớn dần trong miên mật. Trước hết, ba nghiệp thân-khẩu-ý hành giả cắt đứt hết mọi duyên bên ngoài hay duyên ý bên trong chỉ còn có mỗi một công án, hay một thoại đầu trở thành miên mật nhất tâm bất loạn thì ngay lúc đó ba nghiệp trở nên thanh tịnh. Cùng lúc ấy, khối nghi tình đó càng ngày càng lớn mạnh, đến một lúc nào đó đủ duyên thì năng lực tập trung của thiền định này sẽ bùng vỡ cùng hiện tiền trí tuệ xương minh, giải thoát khổ liền có mặt và an lạc hiện ra, đây gọi là hiện tiền lạc trú.

Hay hành giả cũng có thể tu tập Thiền Định theo ba loại *Tịnh quán* của *Kinh Viên Giác*, cũng được đức Phật dạy:

"Người Thiện Nam! Tất cả chúng sanh, nếu Phật ở đời, hoặc Phật diệt hậu, hay thời mạt pháp, các chúng sanh có đủ chủng tính đại thừa, những ai có lòng tin, muốn tu tập Viên Giác bí tạng to lớn của Phật thì, nên ở nơi Già lam an cư với đồ chúng, hoặc có duyên sự nên tùy theo khả năng mà tư duy thiền quán như những gì Ta đã dạy; nếu không có duyên sự nào khác nữa thì, hãy kiến lập đạo tràng giới hạn theo ba thời gian: Nếu là dài hạn thì, một trăm hai mươi ngày; trung hạn thì trăm ngày; ngắn hạn thì tám mươi ngày, an trú nơi thanh tịnh. Nếu Phật đang ở đời thì, nên tư duy đúng (về Phật); nếu Phật đã diệt độ rồi thì, thiết kế hình tượng, mắt nhìn và tâm chánh tưởng nhớ lại, cũng như ngày còn tại thế, treo tràng hoa phan lọng, trải qua hai mươi mốt ngày. Đảnh lễ danh hiệu các đức Phật mười phương, cầu ai sám hối; nếu gặp cảnh giới tốt thì tâm được nhẹ nhàn. Một lòng nhiếp niệm trải qua hai mươi mốt ngày như vậy."*

"Nếu là đầu của ba tháng hạ an cư, phải ở nơi thanh tịnh của Bồ-tát, tâm lìa Thinh văn, không dựa vào đồ chúng. Đến ngày an cư, nên ở trước Phật tác bạch như vầy: 'Con Tỳ-kheo, Tỳ-kheo-ni, Ưu-bà-tắc, Ưu-bà-di tên… nương vào Bồ-tát thừa, tu hạnh tịch diệt, cùng trụ vào thật tướng thanh tịnh, lấy đại Viên Giác làm già lam cho con, an cư cả thân tâm, nơi tánh trí bình đẳng, tự tính Niết-bàn, không lệ thuộc vào đâu. Nay con được phép không nương vào Thinh văn, mà xin được mười phương Như lai cùng chư đại Bồ-tát an cư ba tháng, vì đại nhân duyên Vô thượng Diệu Giác của Bồ-tát nên không cần liên hệ với đồ chúng.' Người Thiện Nam! Đó gọi là thị hiện an cư của Bồ-tát, qua ba kỳ hạn rồi, đi lại tùy ý."

"Người Thiện Nam! Các chúng sanh tu hành đời mạt thế cầu đạo Bồ-tát vào ba thời kỳ, nếu những cảnh giới kia, không phải là những gì hành giả đã được nghe thì, tuyệt đối không nên chấp nhận."

"Người Thiện Nam! Nếu các chúng sanh tu Xa-ma-tha (chỉ), trước hết muốn đạt đến cực tĩnh tức không nên khởi lên nhớ nghĩ thì, cực tĩnh liền hiện lên tính giác. Tĩnh ban đầu như vậy, từ bản thân cho đến thế giới thì, giác cũng như vậy. Người Thiện Nam! Nếu giác biến khắp thế giới thì, trong một thế giới có một chúng sanh nào đó khởi lên một niệm, tức hành giả đều có thể biết hết tất cả, trăm nghìn thế giới lại cũng như vậy; nếu những cảnh giới kia; không phải là những gì hành giả đã được nghe thì, tuyệt đối không nên chấp nhận."*

"Người Thiện Nam! Nếu các chúng sanh tu Tam-ma-bát-đề thì, trước hết nhớ tưởng đến mười phương Như lai, tất cả mười phương thế giới Bồ-tát, nương vào các pháp môn thiền định cần khổ tu tập từ từ, phát đại nguyện rộng lớn, tự huân tập thành chủng tử; không phải là những gì hành giả đã được nghe thì, tuyệt đối không nên chấp nhận."

"Người Thiện Nam! Nếu các chúng sanh tu Thiền-na thì, trước tiên phải giữ lấy cách đếm, trong tâm biết rõ đến các niệm khởi lên, dừng lại, mất đi (sinh-trụ-diệt), biến khắp trong bốn oai nghi (đi, đứng, nằm, ngồi), biết phân biệt số lượng của ý nghĩ rõ ràng, dần dần tăng thêm cho đến biết được cả một giọt mưa trong trăm nghìn thế giới, giống như mắt thấy vật dùng đang sử dụng; không phải là những gì hành giả đã được nghe thì, tuyệt đối không nên chấp nhận."

"Đó gọi là phương tiện ban đầu của ba quán pháp. Nếu các chúng sanh siêng năng tinh tấn tu hết ba quán pháp này thì, gọi là Như lai xuất hiện ở đời; nếu những chúng sanh độn căn đời sau cuối cùng, do nghiệp chướng xưa không được thành tựu thì, phải siêng năng sám hối khởi lên hy vọng, trước hết phải đoạn ưa-ghét, ganh tỵ, dua nịnh, cầu tâm thắng thượng, tùy theo mà học lấy một trong ba quán pháp thanh tịnh, quán pháp này không được thì lại tu tập quán pháp kia, tâm không buông xả, theo thứ tự mà cầu chứng ngộ."

Thiền định dù là phương pháp nào đi nữa cũng đưa đến chung cuộc là thanh tịnh ba nghiệp Thân-khẩu-ý để đạt đến giải thoát khổ đau. Đó là mục tiêu cuối cùng của đức Đạo sư muốn chúng đệ tử của mình phải đạt được qua những pháp tu tập Thiền Định qua các kinh là Tiểu-Đại thừa, tùy theo sở thích phù hợp căn cơ của từng hành giả, nếu thấy thích hợp thì tu tập theo đó mà áp dụng trong thực hành.

– **Phương pháp của Tịnh và Mật:** (ngoài phương pháp thực hành riêng, Tịnh độ tông và Mật tông theo nghi quỹ đàn pháp của mỗi tông ra) đối với cuộc sống sinh hoạt hằng ngày của Phật giáo theo hệ Bắc truyền thường dùng hai thời công phu để thể hiện việc hành trì cho mỗi ngày là: niệm Phật, tụng kinh, bái sám, quán tưởng, trì chú… Việc hành trì ấy có thời gian ấn định vào những giờ giấc nào trong ngày từ sáng cho đến chiều tối. Ngoài

phương pháp tu có giờ giấc chung cho một tập thể Tăng đoàn sống theo lục hòa, hành giả còn có thời gian phát triển riêng theo thuộc tính cá nhân mỗi hành giả qua bốn oai nghi đi-đứng-nằm-ngồi trong Giới Luật (Tỳ-kheo, Tỳ-kheo-ni, Sa-di, Sa-di-ni) được đức Đạo sư đã chế riêng ra cho bốn chúng đệ tử xuất gia. Giới Luật của đức Phật nhằm giữ gìn ba nghiệp (Thân-Khẩu-Ý) được trong sạch, bên cạnh đó luôn phải tự biết việc mình đang làm theo 'hiện pháp lạc trú' của luật "Tỳ-ni nhật dụng". Bộ luật Tiểu dùng hằng ngày dành cho các vị mới vào xuất gia làm chú tiểu, luôn luôn kiểm soát nhất cử nhất động hằng ngày trong cuộc sống phải rõ biết mình đang làm gì nghĩ gì, mặc dù đã thụ giới Sa-di, Sa-di-ni hay Tỳ-kheo, Tỳ-kheo-ni. Cộng vào đó theo *pháp tu tứ chánh cần,* trong từng ý nghĩ và hành động 'miệng nói và thân tạo tác' khi khởi lên (ý nghĩ cùng việc làm đó 'thiện' hay 'ác'); nếu là thiện đã nghĩ đã làm rồi thì, nên phát triển lớn mạnh thêm. Nếu việc thiện chưa nghĩ chưa làm thì nên khởi nghĩ và thực hành tức khắc và phát triển lớn mạnh hơn. Nếu là ác đã nghĩ đã làm thì nên chấm dứt lập tức; nếu chưa làm thì đừng bao giờ tơ tưởng và thực hành chúng) theo chức năng "Cầu tuệ giác Bồ-đề (Phật đạo)."

Trong việc Cầu tuệ giác Bồ-đề này mang hai hình thức: "Thượng cầu tuệ giác Bồ-đề, hạ hóa chúng sanh" và "Cầu tuệ giác Bồ-đề mà cầu sinh Cực lạc" cho mỗi hành giả. Từ khi hành giả theo học hỏi nghiên cứu, hanh giả phát hiện ra được tuệ giác vô thượng Bồ-đề của đức Đạo sư cũng chính là bản giác của tâm mỗi chúng ta, để từ đó hành giả chí nguyện phát tâm thực hành mong đạt được tuệ giác ấy qua việc thanh tịnh ba nghiệp 'thân-khẩu-ý'. Qua thời gian huân tập thực hành lâu dài, lặp đi lặp lại hằng ngày, kết quả sẽ tích lũy từ từ thêm lớn mạnh, giai đoạn này gọi là tâm Bồ-đề (trí tuệ) phát sinh. Sau đó đủ duyên, năng lực thực hành tích lũy đủ lớn mạnh thì bùng vỡ thể hiện hoàn toàn tuệ giác hiện hữu (toàn giác). Phương pháp này không chỉ dành riêng cho các hàng xuất gia không thôi, mà các hàng Phật tử tại gia cũng thực hành ngay tại nhà mình y như các hàng xuất gia trong việc thanh tịnh hóa ba nghiệp của mình. Vì tại gia vẫn có năm giới, bát giới, Thập thiện, Bồ-tát giới tại gia v.v… mà chúng ta áp dụng theo học giới của mình đã lãnh thọ. Ngoài hai thời khóa tụng ra, Tứ chánh cần hay Luật Tiểu "Tỳ-ni- nhật dụng"; chúng ta cũng có thể thực hành được những điều nào trong luật Tiểu nếu thấy phù hợp với hành giả, khi có điều kiện cho phép.

Qua hai thời công phu của mỗi khóa trì tụng kinh chú này, ngoài việc "trên cầu tuệ giác vô thượng, dưới hóa độ chúng sanh" vẫn còn có mục đích nữa là vì "cầu tuệ giác Bồ-đề mà cầu sinh Cực lạc". Với mục đích cầu sinh Cực lạc này có hai hình thức thể hiện: Một, cầu vãng sanh về nước Cực lạc của đức Phật Di-đà để hoàn thành năng lực. Rồi sau đó trở lại đời ác năm trược, trước nhất để giáo hóa chúng sanh; thứ hai thực hiện nước Cực lạc ngay trên cõi đời ác năm trược này nhờ vào thần lực của đức Phật A-di-đà mà thực hiện. Như, ***Di-đà đại bản*** (Đại chính 12/337) dạy: "*Có người muốn nguyện độ sanh nhanh chóng nên nguyện đem công đức của nguyện này mà tự hoàn thành, đi vào thế giới sanh tử mà tự tại thuyết pháp giáo hóa, nhờ vào thần lực của đức Phật A-di-đà làm cho người này khi giáo hóa chúng sanh phát khởi chánh tín cho đến khi thành tựu Bồ-đề, nhưng người này từ đầu đến cuối không bị cái khổ của các đường dữ ảnh hưởng, dù họ sống trong đời ác năm trược nhưng không khác gì họ đang sống trong cõi nước Cực lạc*." Vào thời kinh chú trì tụng buổi sáng, tôn giả A-nan đã từng phát nguyện, trong bài tựa của ***Chú Lăng nghiêm***:

…"Nguyện kim đắc quả thành bảo vương,
Hoàn độ như hằng sa chúng;
Tương thử thâm tâm phụng trần sát,
Thị tắc danh vi báo Phật ân..."

Theo bài tựa của Thần chú Lăng Nghiêm, chí nguyện của Ngài đã nói lên được hai mặt: "Thượng cầu tuệ giác vô thượng và hạ hóa chúng sanh". Ở đây, cầu tuệ giác vô thượng chính là cầu Tuệ giác vô thượng của Phật. Nếu viên mãn tuệ giác này là thành Phật; mà muốn thành Phật thì trước hết phải phát tâm Bồ-đề, tức là hành giả trên phải cầu hoàn thành tuệ giác vô thượng và dưới là phải hóa độ chúng sanh, nguyện vào đời năm trược trước hết, sau khi hoàn thành tuệ giác. Trì chú là một hình thức làm tăng thượng để diệt trừ các mê hoặc vi tế. Cộng với sức gia hộ đại hùng – đại lực – đại từ bi của Phật, biến năng lực Định thực hành thâm sâu với năng lực thực hành kiên cố sẽ vượt qua hết mọi khổ nạn trong cuộc sống dù ở trong bất cứ hoàn cảnh nào. Còn thời công phu buổi chiếu tối là đem chí nguyện ban đầu buổi sáng và tất cả mọi hoạt động của hành giả mà hồi hướng cầu sinh về thế giới cực lạc. Vì hành giả sống trong cuộc đời ác năm trược này nội chướng của dục vọng và ngoại chướng của mọi nghịch cảnh luôn luôn áp lực, sẽ làm cho chí nguyện của hành giả thối thất mai một, khó có thể làm cho chí nguyện ban đầu chúng ta hoàn thành viên mãn quả vị Phật được. Vì vậy, hành giả phải hồi hướng cầu sinh về Cực lạc.

Hai thời khóa tụng này rất thích hợp với các hành giả có căn tánh bình thường, không thích hợp với những pháp môn tu cao sâu. Người sơ cơ nên phải nương vào hai thời khóa tụng này mà tinh tấn hành trì thì chắc chắn sẽ đạt được những gì hành giả mong cầu. Nhưng muốn cho công phu hành trì của mình có được kết quả lợi ích, hành giả trước phải học cho thuộc cả chữ lẫn nghĩa của hai thời khóa này. Để khi vừa tụng, hành giả vừa lắng nghe cứu xét ý nghĩa, để buộc tâm ý của mình vào một

cảnh duy nhất, không cho tâm ý dong ruổi theo ngoại duyên. Từ từ, hành giả sẽ làm chủ được tâm ý và, điều phục tâm mình trở nên thuần thục nhuần nhuyễn, chuyên tinh miên mật. Cho đến một ngày nào đó đủ duyên, tâm trí sẽ khai mở, năng-sở trở thành một thì quán pháp mới thành tựu viên mãn.

Thời khóa tụng buổi sáng: khi mà căn cảnh chưa giao tiếp khởi động, tâm còn trong tình trạng lặng yên trong sạch. Hành giả trì tụng chú Lăng Nghiêm để chế phục Lục Tình, không cho tâm vọng động phan duyên theo ngoại cảnh là nhất rồi. Khi tâm hành giả rỗng suốt, yên lặng, tĩnh chỉ thì; tánh nhiệm mầu của Như Lai Tạng sẽ hiển lộ ra. Vì Thần chú Lăng Nghiêm là pháp bí mật nhiệm mầu lưu suốt từ bản tâm thanh tịnh của Như Lai, nên có năng lực có thể chuyển hóa thân tâm và hoàn cảnh của hành giả. Khi chúng ta ở trong trạng thái thân tâm vắng lặng, chính là lúc tâm ta và tâm Phật tương ưng mà tụng chú này; để tâm tâm tương ứng, chú chú hỗ tương. Ngay lúc đó, năng lực tâm sẽ phát sanh 'vô công dụng đạo', thành tựu sức gia trì, diệt trừ ma chướng, tịnh hóa ba nghiệp, mang lại lợi lạc cho mình như ý nguyện. Nhờ vào sức gia trì thần chú, thân tâm hành giả luôn được yên tịnh và tiếp tụng bài Đại Bi thần chú cùng 10 bài chú sau để tạo thành sức gia trì liên tục. Đưa thân tâm hành giả đến trạng thái thanh tịnh rỗng suốt, giữ cho pháp hiện quán càng ngày càng sâu; ba nghiệp trở nên thanh tịnh.

Trong mỗi bài chú, chúng có công năng tác dụng khác nhau: giúp cho hành giả giải trừ được tất cả nghiệp chướng, diệt hết phiền não, quét sạch vô minh, làm phát sanh các công đức thù thắng vô lậu. Cuối cùng, chúng đưa hành giả đến trạng thái tâm cảnh vắng lặng, trí giác viên minh, phát sanh diệu dụng tương ứng với pháp tánh làm thành tựu mọi sở nguyện của hành giả.

Đến đây, tâm của hành giả hoàn toàn vắng lặng, trí giác sáng suốt, nhưng vẫn còn an trụ cảnh sở quán, chưa đạt đến trạng thái nhất tâm. Vì vậy hành giả tiếp phải tụng bài "Bát Nhã Tâm Kinh" để thấy rõ vạn pháp đều không, tâm cảnh nhất như, không năng không sở. Bấy giờ, quán pháp của hành giả mới đạt đến trạng thái hoàn toàn tự do, vô ngại; không vướng mắc nơi tâm cảnh nữa. Vì bấy giờ, tuệ giác viên minh, tâm thường tịch chiếu, tâm-cảnh nhất như.

Cuối cùng, hành giả vì lợi lạc quần sanh đem hết công tu tập của mình hồi hướng lên Tam Bảo chứng minh gia bị cho tất cả Thánh phàm trong ba cõi, sáu đường, đều ân triêm pháp lạc. Tiếp theo là niệm Phật để cầu thật tướng lý thể chân như. Và kết thúc bằng bài Tam Tự Quy Y, nghĩa là gồm thâu tất cả công đức đã được thành tựu để triển khai tự tánh Tam Bảo mà quay về nương tựa nơi chính mình và, thật chứng lý thể Tam Bảo tự thân.

Thời khóa trì tụng buổi chiều-tối: cho những hành giả muốn an thân lập mệnh, khi nhàm chán cõi Ta-bà ác trược; đầy khổ đau hiểm nạn và, đã mỏi mệt trong quá trình qua lại trong sáu cõi ba đường sinh tử. Hành giả phát ý tu hành mong hướng về cõi tịnh độ an vui giải thoát khổ, mà xa lánh cõi trần gian u tối này bằng vào thực hiện một cuộc cách mệnh sau cùng; là nhờ vào tất cả công đức tu tập của mình để đạt được một bản mệnh vĩnh hằng nơi bản quốc Cực lạc của đức Bản tôn. Tóm lại, thời trì tụng kinh chú ban mai, được cái lợi thế là tâm trí hành giả sau thời gian nghỉ ngơi. Lúc này, tâm ý vắng lặng chưa phan duyên khởi động tiếp xúc, giáp mặt với mọi rối rắm của cuộc sống. Do đó, hành giả chỉ cần hạ thủ công phu; trước hết là hàng phục vọng tâm trừ diệt ma chướng, để thành tựu mọi thứ công đức vô lậu giải thoát. Sau nữa, nguyện hồi hướng tất cả mọi thứ công đức có được này cho lý tưởng giải thoát về thế giới Cực lạc, để thực hiện một cuộc sống vĩnh viễn an lạc với những thắng duyên nơi cõi nước này, nhằm hoàn thành Tuệ giác cuối cùng là quả vị Phật. Sau đó, hành giả hồi nhập trở lại cõi đời ác trược mà hóa độ chúng sanh, hay thực hiện cõi nước Cực lạc ngay trong cuộc đời ác năm trược này nhờ vào thần lực của đức Phật A-di-đà mà giáo hóa như ý. Tuy sống trong cuộc đời ác trược nhưng tâm vẫn sống an lạc như cõi nước Cực lạc.

Qua hai thời công phu: thời công phu buổi sáng nghiêng hẳn về Mật nhiều và thời buổi chiều tối nghiêng về Tịnh. Tuy nhiên dù là Mật hay là Tịnh đi nữa trên ý nghĩa tuy khác về phương pháp nhưng mục đích là để hoàn thành chí nguyện ban đầu: "Thượng cầu Tuệ giác vô thượng Bồ-đề (cho cá nhân) và, dưới hạ hóa chúng sanh (cho tha nhân)". Buổi sáng vừa phát sinh chí nguyện cầu Tuệ giác Vô thượng vừa thực hành, buổi chiều tối đem dụng công của thực hành hồi hướng cho sự hoàn thành chí nguyện. Dù là thực hiện ngay trên cõi đời ác năm trược này hay cầu vãng sanh về thế giới Cực lạc, hành giả đều bỏ công sức ra để mà thực hành hết. Mọi sự trì tụng cứ như thế lặp đi lặp lại hằng ngày với sự tinh tấn liên tục trong suốt hai mươi bốn giờ. Sau đó, mục đích hoàn thành sứ mệnh, thực thi chí nguyện ban đầu của hành giả trong việc lắng tâm, theo dõi, nghe âm mình hiện đang trì tụng, niệm Phật, đọc tụng, để đưa tâm hành giả vào Định nhất tâm bất loạn. Lúc này, ba căn Thân-Khẩu-Ý trở nên thanh tịnh. Nhân của ba nghiệp không phát khởi thì, quả của ba nghiệp thân-khẩu-ý cũng không hình thành và hiện hữu; ngay lúc ấy, hành giả đồng Phật vãng Tây phương.

Mục đích tối hậu của những lời dạy của bậc Đạo sư nhằm thoát khổ để đạt được an vui trong hiện tại cũng như tương lai là phải dùng phương pháp

Thiền Định để đưa tâm hành giả đi vào nhất Tâm bất loạn qua pháp lắng nghe danh diệu hay âm thinh trì tụng kinh chú để thanh tịnh ba nghiệp Thân-Khẩu-Ý của mình tương ưng là một. Cùng lúc, chính ba nghiệp của mình và ba nghiệp của chư Phật tương ưng với nhau là một (theo Đại Nhật kinh sớ) trong lúc thực hành. Cũng vậy, Mật tông ngoài hình thức thiết lập đàn giới để hành giả trước khi đi vào phương pháp chính thức của hành pháp trì giới. Tức hành giả sau khi đã lập đàn giới hay những gì cần thiết để hành giả thực hành, đi vào hành pháp định, làm cho ba mật tương ưng trở thành một. Hành giả phải dán tâm mình vào âm thinh đang trì chú của mình, những âm thinh này phát xuất từ từ tự tâm mình ra cửa miệng chúng đang trôi chảy như một dòng suối và, lúc này như là mình đang uống những thứ âm thinh đó vào người mình vậy.

Đó chính là phương pháp cột tâm mình vào âm thinh trong lúc độc tụng niệm Phật, trì chú; sẽ đưa tâm hành giả vào định nhất tâm một cách nhanh chóng cho hành giả Tịnh độ và làm cho ba mật tương ưng dành cho hành giả trì chú theo đàn pháp của Mật tông. *Đây chính là phương pháp tu nhĩ căn viên thông của Bô-tát Quán Thế Âm.* Giống như người mới học võ, ban đầu; họ thực hiện những động tác theo bài chậm chạp và khó khăn, nhưng người luyện võ muốn thành tựu như ước nguyện của mình thì, phải luôn luôn siêng năng tinh tấn thực hành cố luyện đi luyện lại, càng nhiều chừng nào thì môn võ công và nội lực càng tăng lên. Cho đến một ngày nào đó, môn võ mình đang trau dồi và luyện tập luôn luôn đó sẽ trở thành thuần thục lanh lẹ nhạy bén trong từng động tác và, trở thành phản xạ tự nhiên. Lúc này, chúng ta không cần nhớ bài hay thế võ phải đánh như thế nào nữa mà các thế võ tự nhiên trở thành phản xạ lưu xuất một cách tự nhiên tự tại. Hay cũng giống như đứa trẻ mới lên ba bắt đầu tập nói tiếng mẹ đẻ, cũng phát xuất từ sự lắng nghe của chúng qua những tiếng động, âm thanh chung quanh mà bắt đầu tập nói từng tiếng một. Qua ngày tháng lập đi lập lại thường xuyên, chúng có thể nói thông thạo dần; qua vài năm sau đó trong tập nói và lớn lên, nếu chúng muốn học ngoại ngữ thì cũng không ngoài việc học thuộc lòng từng từ ngữ và cấu trúc văn phạm của ngôn ngữ khác. Chúng muốn học để nói và sử dụng nó vào trong cuộc sống thì bắt buộc phải nổ lực học thuộc lòng qua lập đi lập lại trong cách phát âm và lắng nghe nhiều lần từ vựng của ngôn ngữ đó cho đến khi nào thuộc lòng nhuần nhuyễn. Khi cần sử dụng qua, từ ngữ đó được bật ra nơi cửa miệng liền. Trong tu tập thực hành pháp hành này, hành giả muốn ba nghiệp thanh tịnh thì việc tu tập cũng phải như người luyện võ, hay người học bắt đầu học tiếng mẹ đẻ hay sinh ngữ các nước khác vậy. Ở đây, hành giả chúng ta chỉ cần làm đúng pháp hành thực tập trong siêng năng tinh tấn thì năng lực tập Định sẽ lớn mạnh thêm lên và, trí tuệ sẽ bùng vỡ theo. Sau đó, việc gì chúng ta cũng thành tựu được hết. Hãy cố gắng siêng năng tinh tấn nhất tâm trong việc *lắng nghe theo lời kinh tiếng kệ hay âm thanh trì chú trong lúc hành trì, nhận biết mình đang lắng nghe lời kinh tiếng kệ trì chú của những âm thanh đó và, khi nào việc lắng nghe và biết đó trở thành một* trong nhất tâm. Đó là phương pháp thực hành thành tựu trong việc thanh tịnh ba nghiệp thân-khẩu-ý và, an vui giải thoát sẽ hiện kề bên bước chân kế tiếp sau đó của chúng ta trong thành tựu pháp tu Chỉ-Quán (sammatha–vipassana), như đức Đạo sư đã dạy.

Tóm lại, Thiền Định là con đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt qua khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh lý chứng ngộ Niết-bàn. Điều đó thông qua ba phương pháp Thiền-Tịnh-Mật mà truyền thống Phật giáo Việt Nam đã thể hiện trong suốt chiều dài lịch sử từ khi du nhập vào Việt Nam và cho đến tận ngày hôm nay. Nét đẹp rõ nét nhất là sự thống nhất Phật giáo Việt Nam giữa các tông phái Nam truyền và Bắc truyền cùng các hệ phái khác thành một mối trong Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất (GHPGVNTN). Pháp tu *thiền-định* cốt tủy truyền thống của đức Đạo sư cho cả ba pháp tu Thiền-Tịnh-Mật nhằm thanh tịnh hóa ba nghiệp Thân-Khẩu-Ý phát triển sau này được biểu hiện qua danh xưng. Trên mặt hiện tượng, hình thức thì chúng khác nhau trên phương pháp hành trì; nhưng trên mặt kết quả thực hành đồng chiều hướng dùng phép tu Thiền-Định đưa đến thoát khổ qua việc *làm cho ba nghiệp thanh tịnh*, để đạt được an vui ngay trong hiện tại cũng như trong tương lai. Tất cả đều qua phương pháp *thiền định*; ngoài phương pháp Thiền Định ra không có bất cứ phương pháp nào có thể đưa hành giả đến bến bờ giải thoát khổ; bằng cách làm cho ba nghiệp Thân-Khẩu-ý trở nên thanh tịnh và giải thoát hết mọi sự trói buộc của Thiền-Định. Vì còn lệ thuộc là còn trói buộc, cho dù lệ thuộc đó là pháp Thiện đi chăng nữa thì cũng là lệ thuộc trói buộc vướng mắc sinh ra đau khổ. Giải thoát là giải thoát tất cả ngay đến khái niệm về tri kiến giải thoát cũng phải bị vượt qua. Đó mới chính là con đường Trung đạo của đức Đạo sư và chư Phật trong ba đời đi và, cũng là con đường mà Phật Giáo Việt Nam đang đi, dù là Nam truyền hay là Bắc truyền.

---

[1] Kinh Tăng Nhất A-hàm, *Phẩm Quảng diễn* (Bản dịch: Thích Đức Thắng).

"Ngược xuôi nhớ nửa cung đàn
Ai đem quán trọ mà ngăn nẻo về."
(Thơ Tuệ Sỹ)

NẺO VỀ

NGƯỢC dòng một mái chèo khua
XUÔI theo con nước bốn mùa đục trong
NHỚ thương nắng gió phiêu bồng
NỬA đêm ngục tối thong dong thơ thiền
CUNG trời hội cũ thiêng liêng
ĐÀN dây nhấn vuốt bao triền cái rơi...
AI đang ngụy trá dòng đời
ĐEM xe lộng lẫy đưa người lên mây
QUÁN tri kiến Phật cõi này
TRỌ bao khuya nữa canh chầy vô thanh
MÀ sao thiên lý một mình
NGĂN trời vá đất, soi kinh khẩy đàn
NẺO trần uế trược mênh mang
VỀ nguồn thanh thoát hoa vàng ngát hương.

NGÃ NGUYỆN VÔ CÙNG

Một lần tịch tĩnh rừng hoang
Sao Mai huyền diệu óng vàng trời đêm
Cỏ lau thức giấc êm đềm
Khuya bên bếp lạnh khơi niềm ủ tro
Tâm tư hạt thóc rợp cờ
Viễn trình sinh tử phất phơ năm màu
Nỗi hờn tủi nhục tan mau
Dập dìu theo lũ
qua cầu u linh
Nghe bầy sói gọi bình minh
Đìu hiu cát bụi biết mình tóc sương
Chiêm bao rơi rụng lề đường
Vỗ tay
đong đếm tư lương thiền hành
Gió lùa đẩy bước sang canh
Bài ca xuống bãi lên gành
phiêu lưu
Mắt nhìn lịch sử đi lui
Nến tàn phực sáng chôn vùi tóc tang
Trường Sơn nắng rực hoa ngàn
Độc hành thiên lý
hát vang không lời
Ngón xương bẻ vụn mặt trời
Bài ca phố chợ không rời núi non
Rừng xanh sưởi ấm đồng hoang
Phước điền rụng phấn rơi hồng thiện duyên
Muôn trùng ước nguyện lạ quen
Lạnh tanh, rát bỏng hòa lên tràn trề
Văn tu tư
trải bốn bề
Chim trời xếp cánh
bay về vô tung
Ô hô,
ngã nguyện vô cùng
Hư không hữu tận
lạ lùng thoát ly...

Thơ VĨNH HỮU TÂM KHÔNG

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

ĐIỆN THƯ PHÂN ƯU

Kính gửi: **Hòa thượng Thích Hải Tịnh, Trưởng ban Tang lễ**
Cùng chư Tôn đức Tăng Ni, môn đồ pháp quyến Chùa Giác Minh, thành phố Palo Alto, California, Hoa Kỳ.

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ vô cùng kính tiếc khi vừa nhận được ai tin:

Đại Lão Hòa Thượng, đạo hiệu THÍCH THANH CÁT, Chủ tịch Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ, Tăng Thống Giáo Hội Liên Tông Phật Giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ, Viện chủ Chùa Giác Minh, đã xả báo an tường, thu thần thị tịch vào ngày 26 tháng 06 năm 2026 tại Chùa Giác Minh, thành phố Palo Alto, California, Hoa Kỳ; trụ thế 101 năm, hạ lạp 80 năm.

Sự viên tịch của Đại Lão Hòa Thượng là một mất mát lớn lao đối với Phật giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ nói riêng và Tăng-già Việt Nam hải ngoại nói chung.

Trước sự viên tịch của Đại Lão Hòa Thượng, Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ thành kính nhất tâm cầu nguyện Giác linh Đại Lão Hòa Thượng cao đăng Phật quốc, thượng phẩm thượng sanh, sớm hội nhập Ta-bà, tùy duyên hóa độ chúng sanh.

Đồng thời, Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội thành kính phân ưu cùng Hòa thượng Trưởng ban Tang lễ, chư Tôn đức Tăng Ni, môn đồ pháp quyến, hiếu quyến và toàn thể tứ chúng Chùa Giác Minh; nguyện cầu Tam Bảo gia hộ quý vị sớm vượt qua niềm pháp lữ biệt ly, viên thành Phật sự và tang sự theo đúng nghi lễ thiền môn.

Nam Mô Tây Phương Cực Lạc Thế Giới Đại Từ Đại Bi Tiếp Dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật

San Diego, ngày 01 tháng 07 năm 2026
HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH
GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ
Chủ Tịch

HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH

Tỳ kheo Thích Nguyên Siêu

Trì Kinh niệm Phật

TUỆ UYỂN NHI

TRÌ KINH NIỆM PHẬT
Chuông vọng canh khuya lắng tiếng buồn
Lời kinh rơi nhẹ nỗi niềm buông
Nhất tâm niệm Phật tàn ưu mộng
Chánh niệm trì kinh vượt khổ nguồn
Gột rửa trần lao phiền não nhạt
Khơi nguồn tuệ giác giận hờn suông
Giới hương lan toả đời an lạc
Lặng giữa vô thường mưa pháp tuôn.
(Tuệ Uyển Nhi)

Có những lúc trong đời, nỗi buồn như một lớp sương mờ giăng phủ, khiến lòng người trĩu nặng. Không phải vì thế gian quá nhiều đau khổ, mà bởi tâm ta chưa đủ tĩnh lặng để đón nhận và chuyển hóa. Thiền âm như một làn gió nhẹ thổi qua những tháng ngày nhiều trăn trở, nhắc ta quay về nương tựa nơi chính mình.

Niệm Phật trì kinh, đó không chỉ là sự tu tập, mà còn là sự trở về. Trở về với hơi thở, với chánh niệm, với sự sống đang hiện hữu trong từng khoảnh khắc. Khi tâm an, thì khổ sầu cũng dần buông. Không cần phải chạy đua với cuộc đời, chỉ cần biết cách làm chủ tâm mình, giữ lòng thiện lành, trì kinh niệm phật cũng đủ sống một đời an yên.

Đời vốn mộng. Nhưng không phải ai cũng nhận ra điều đó. Chỉ khi tâm hồn đã từng đi qua những bộn bề, những vấp ngã, mới hiểu rằng hướng thiện không phải là sự lựa chọn sau cùng, mà là con đường duy nhất để sống một đời đáng sống. Không mong cầu quá nhiều, không oán hờn chi ai, chỉ đơn giản là mỗi ngày một chút thanh lọc, một chút bao dung, một chút tỉnh thức.

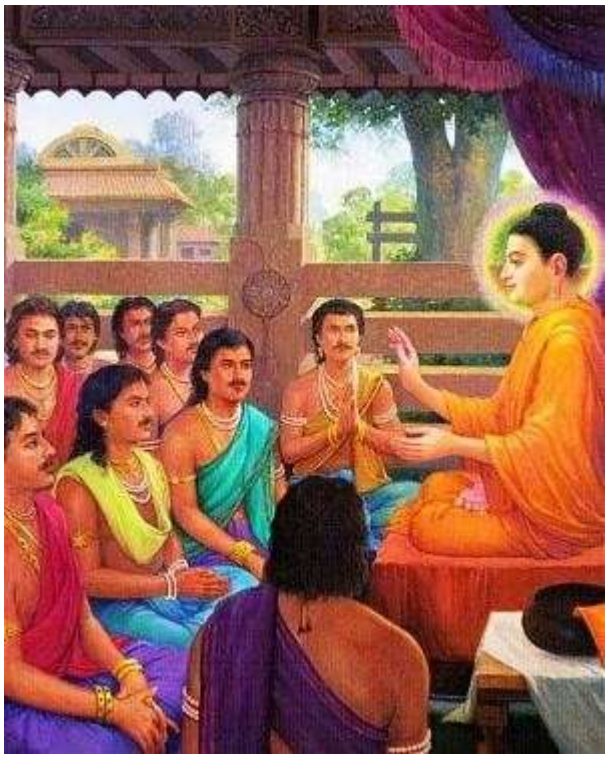
Và rồi, dẫu cuộc đời có bốn mùa xoay vần, có biết bao nhiêu đổi thay, ta vẫn có thể an trú trong một khoảng lặng bình yên tự thân. Lệ có thể rơi, nhưng không còn là lệ của oán giận, mà là giọt nước long lanh của sự cảm thông, của trái tim đã đủ thấu hiểu giữa cuộc đời đầy biến động.

Thời Khoá Trì Chú Phổ Am
(An Cư Kiết Hạ–Chùa Từ Tâm)

"TỨ NHIẾP PHÁP" LÀ GÌ?

Thích Nữ Hằng Như

I. DẪN NHẬP



Hoằng pháp lợi sanh là hạnh nguyện của chư Phật, chư vị Bồ tát. Sau khi thành đạo Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã đi du hóa khắp Ấn Độ suốt 45 năm dài để chỉ dạy, hướng dẫn chúng sanh con đường vượt thoát mọi khổ đau... Không chỉ riêng Ngài hoằng pháp, mà Ngài còn khuyến khích các Tỳ-kheo thành tựu giáo lý, đạt thánh quả, mỗi người đi một hướng, chia sẻ chân lý hầu mang lại hạnh phúc an lạc cho chúng sinh. Trong Tương Ưng Bộ, Trường Bộ Kinh và nhiều bộ kinh khác, có ghi lại những lời Ngài nhắn nhủ các đệ tử: *"Này các Tỳ-kheo, hãy lên đường thuyết pháp vì hạnh phúc, vì an lạc cho chúng sinh, vì lòng thương tưởng cho đời, vì hạnh phúc, an lạc cho chư Thiên và loài người"* . Các Ngài không chỉ tu tập để *"Tự lợi"* cho mình, mà còn giúp mọi người được an lạc hạnh phúc, gọi là *"Lợi tha"*.

Thời xưa đã thế, thời nay đệ tử của đức Phật dù tại gia hay xuất gia cũng đều học theo hạnh từ bi của Ngài. Trong thời gian tu hành, đệ tử của đức Phật ngoài việc lo giác ngộ cho bản thân mình, còn phát tâm tìm cách giúp cho người khác cùng hiểu biết và hành trì pháp Phật như mình. Bốn câu trong bài kệ Tứ Hoằng thệ nguyện: *"Chúng sanh vô biên thệ nguyện độ / Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn / Pháp môn vô lượng thệ nguyện học / Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành"*, không phải là lời phát nguyện suông trong buổi lễ tụng kinh hằng ngày của Tăng Ni hay Phật tử, mà người tu theo Phật phải thể hiện trọn vẹn trong quá trình học đạo, tu đạo và sống đạo của mình, tức là trong lúc tu tập hành giả không quên bổn phận nhiếp độ chúng sanh giúp họ quay về với Phật pháp.

Muốn giúp đỡ người khác được như mình không phải lúc nào cũng thuận duyên dễ dàng, bởi vì đa số chúng sanh thường hay *"chấp ngã"*, lúc nào cũng tự cho mình là đúng, là hay, nên không dễ gì một vài lần xã giao, mà họ thay đổi quan niệm, đặt niềm tin nơi mình. Cho nên muốn thực hành hạnh Bồ tát, Đức Phật dạy ngoài nội điển, kinh nghiệm thân chứng, tâm chứng, hành giả cần phải có thêm những phương pháp thiện xảo để trợ duyên, nói cách khác là làm việc gì cũng phải có nghệ thuật khéo léo. Nghệ thuật khéo léo Đức Phật dạy ở đây là: Bố thí nhiếp, Ái ngữ nhiếp, Lợi hành nhiếp và Đồng sự nhiếp. Bốn phương pháp này hiện còn ghi lại trong nhiều bộ kinh thuộc cả hai hệ Theravada (Trưởng Lão Bộ) *"Này các Tỳ-kheo, có bốn nhiếp này. Thế nào là bốn? – Bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự"* hay Mahayana (Đại chúng bộ) *"Bố thí tối thắng đó là Pháp thí. Ái ngữ tối thắng, là khiến thiện nam tử thích nghe, nói pháp đúng lúc. Hành lợi thắng là đối với người không tín khiến có tín, xác lập nên tín; đối với người học giới thì xác lập bằng tịnh giới; đối với người bỏn xẻn thì bằng bố thí; đối với người ác trí huệ thì bằng chánh trí mà xác lập. Đồng lợi tối thắng là nếu là A-la-hán thì trao cho người quả A-la-hán. A-na-hàm thì trao cho người quả A-na-hàm. Tư-đà-hàm thì trao cho người quả Tư-đà-hàm. Tu-đà-hoàn thì trao cho người Tu-đà-hoàn. Người tịnh giới thì trao người bằng tịnh giới".* (hết trích**)

Tóm lại, Tứ nhiếp pháp là bốn phương pháp lợi tha để giúp mọi người biết quay về với Phật pháp chân chính, hầu có được cuộc sống an vui hạnh phúc ngay bây giờ và ở đây.

II. NỘI DUNG TỨ NHIẾP PHÁP

Tứ nhiếp pháp: Tứ là bốn. Nhiếp là thu phục. Pháp là phương pháp. Tứ nhiếp pháp là bốn phương pháp lợi tha đã được Đức Phật Thích Ca chỉ dạy cho các đệ tử tại gia cũng như xuất gia của Ngài gồm: Bố thí nhiếp, Ái ngữ nhiếp, Lợi hành nhiếp, Đồng sự nhiếp**.**

1) Bố Thí nhiếp: Là sự chia sẻ, cống hiến không chỉ về vật chất, mà còn về tinh thần. Về vật chất, đem những gì mình có bằng vật chất để cứu giúp người khác khi cần thiết. Đặc biệt đối với kẻ đói nghèo, cô quả, tật nguyền... ta phải biết quan tâm giúp đỡ, an ủi họ nhiều hơn. Một chiếc áo, một tấm chăn, một lon gạo... nếu được đem cho bằng cả tấm lòng của mình, nó sẽ có giá trị tinh thần vô cùng to lớn. Ngoài ra việc làm cầu, làm đường, bệnh xá, trường học, giếng nước, vệ sinh công cộng... nếu có cơ hội, người Phật tử phải nhiệt tình tham gia, đóng góp bằng công sức hay tiền bạc một cách tích cực. Về tinh thần thì chia sẻ kiến thức Phật pháp, nghề nghiệp, hoặc sách tấn, khuyên lơn, an ủi giúp người ta vượt qua những nỗi buồn lo sợ hãi...

Bố thí có 3 loại: Tài thí, Pháp thí và Vô úy thí.

a) Tài thí: Cứu giúp người trong cơn hoạn nạn, thiếu thốn khó khăn bằng cách biếu tặng tiền tài, của cải, vật chất của mình. Tài thí có 2 loại: Ngoại tài và nội tài.

- *Nội tài thí:* Hiến tặng máu, hoặc các chư phần trong cơ thể, để cứu các bệnh nhân cần cứu, hay hiến trọn thân xác sau khi qua đời, để y sinh viên nghiên cứu, học hỏi thực tập....

- *Ngoại tài thí:* Dùng tài sản của mình kiếm được một cách lương thiện, san sẻ cho những người nghèo khổ thiếu thốn, khó khăn nhằm làm vơi bớt nỗi đau bất hạnh của họ.

b) Pháp thí: Pháp là những lời dạy của Đức Phật được ghi chép lại trong tam tạng kinh điển từ thấp đến cao, từ đạo lý làm người cho đến bậc hiền thánh. Pháp thí gồm 2 phần: Một là cho người xuất gia tu hạnh giải thoát hoàn toàn và cứu độ chúng sanh. Hai là cho người tu tại gia, tu giác ngộ từng phần giảm bớt phiền não khổ đau. Ngoài ra, việc đem những phương pháp làm ăn, nghề nghiệp chân chính dạy cho người khác, giúp họ biết sinh sống mà không làm tổn hại đến người và vật cũng được xem là bố thí pháp.

c) Vô thí úy: Vô úy là không sợ hãi. Vô thí úy là chia sẻ cách thức để mọi người biết cách sống không lo lắng, sợ hãi do tham lam ích kỷ, thiếu hiểu biết gây ra... nhằm đem đến sự bình yên hạnh phúc, giúp cho họ an trú trong giờ phút hiện tại. Sống ở đời không ai tránh khỏi có những giây phút lo âu sợ hãi. Chẳng hạn sợ bóng tối, sợ ma, sợ cô đơn, sợ đau ốm, sợ tai nạn, sợ hoàn cảnh khó khăn, sợ mất mát đau thương... thậm chí sợ những điều vớ vẩn vu vơ do tâm lý không vững vàng. Người Phật tử chân chánh, chia sẻ phương thức tu tập giúp nạn nhân làm chủ bản thân đưa đến cuộc sống bình ổn không còn sợ hãi nữa.

Nhìn chung, bố thí nhiếp là phương pháp dùng sự giúp đỡ, chia sẻ, trao tặng... nhằm cảm hóa và thu phục lòng người. Đây là bước đầu tiên trong Tứ nhiếp pháp mang lại lợi ích cho cả người cho và người nhận. Đối với người nhận, giúp họ vượt qua nghịch cảnh, khó khăn vật chất, vơi bớt nỗi sợ hãi, mở lòng đón nhận sự giúp đỡ. Đối với người cho giúp rèn luyện tâm từ bi, diệt trừ lòng tham lam, ích kỷ, kiêu ngạo. Đây là cách tích lũy phước báu, tạo nhân duyên tốt đẹp để dễ dàng kết nối, hướng dẫn và giúp đỡ mọi người xung quanh.

2) Ái ngữ nhiếp: Sử dụng ngôn từ chân thành, hòa nhã, nói đúng sự thật, không nói lời hung dữ hay lời chia rẽ sự đoàn kết. Trong mối quan hệ thân thiện hằng ngày, trong gia đình, trong đạo tràng tu tập hay ngoài xã hội, người Phật tử chân chính khi nói ra điều gì, phải mang tính cảm thông và xây dựng. Lời nói phải xuất phát từ tâm từ bi, bao gồm *"chân, thiện, mỹ".* Chân là lời nói đúng với sự thật. Thiện là lời nói thương yêu, bao hàm ý tốt, nhằm giúp đỡ, đem đến lợi lạc, an vui cho người nghe. Mỹ là lời nói phải dịu dàng, từ tốn, mềm mỏng, nhu nhuận.

Trong đời sống tập thể, cộng đồng, người tu sĩ hay cư sĩ nếu biết áp dụng lời nói nhẹ nhàng với mục đích chân chính sẽ giúp phá bỏ hàng rào phòng thủ của người đối diện, hóa giải mọi xung đột, tạo sự gắn kết giữa người với người. Đây là phương tiện khuyên nhủ người khác từ bỏ điều ác, làm việc thiện mà không khiến người nghe có cảm giác bị áp đặt, làm chạm tự ái.

3) Lợi hành nhiếp: Là phương pháp thu phục lòng người thông qua hành động, lời nói, suy nghĩ mang lại lợi ích thiết thực hai mặt vật chất và tinh thần.

- *Lợi hành về vật chất như:* Đóng góp công sức vào những việc lợi ích chung như đắp đường, xây cầu, bữa cơm từ thiện, ủy lạo nạn nhân thiên tai lũ lụt, giúp trẻ mồ côi hay các vị bô lão cơ nhỡ, v.v...

- *Lợi hành về tinh thần:* Giữ nếp sống gương mẫu, gìn giữ đúng giới luật của người Phật tử nhằm cảm hóa thu phục người đối diện có cảm tình với đạo Phật.

4) Đồng sự nhiếp: Phương pháp thu phục lòng người bằng cách trực tiếp hòa mình, đồng chung sức, chia sẻ công việc chung nơi tu viện đối với tu sĩ, hay nơi công sở đối với cư sĩ. Điều này thể hiện sự bình đẳng, không phân biệt giai cấp hay trình độ, tạo sự gần gũi, thấu hiểu lẫn nhau, xây dựng lòng tin và sự tôn trọng lẫn nhau.

Trong Tứ nhiếp pháp, có thể nói *"đồng sự nhiếp pháp"* là phương tiện hiệu quả nhiều nhất vì chúng ta thường xuyên gặp gỡ bạn đồng nghiệp mỗi ngày, cùng đồng hành, cùng làm việc, cùng gánh vác, cùng chia sẻ... nên chúng ta có thể hiểu được tâm tư, nguyện vọng, ước muốn của họ, để giúp đỡ một cách thiết thực hơn.

Ngoài ra, trong cuộc sống hằng ngày, nếu chúng ta nêu tấm gương tốt của người Phật tử tại gia qua ý nghĩ, lời nói, hành động. Lâu dần thì với tư cách và lối sống đạo đức của chúng ta sẽ khiến cho người chúng ta muốn nhiếp phục, sẽ chuyển đổi quan niệm, nhận ra việc học hỏi, hành trì Phật pháp, là điều thiết yếu để có đời sống an lạc hạnh phúc.

III. KẾT LUẬN

Để thành tựu tâm nguyện "*tự giác, giác tha",* vị tu sĩ hay người Phật tử tại gia đều nên áp dụng Tứ nhiếp pháp do Đức Thế Tôn chỉ dạy. Thực hành đúng đắn Tứ nhiếp pháp, trước hết xây dựng được mối quan hệ hài hòa với mọi người từ trong gia đình đến cộng đồng xã hội. Thực hành Tứ nhiếp pháp, không những mang lợi ích cho mọi người, mà ngay chính bản thân mình khi thực hành các pháp: Bố thí, Ái ngữ, Lợi hành, Đồng sự... là cách mình tự bồi dưỡng thêm con đường tu hành của mình ngày một thăng hoa hơn.

Và khi thu phục giúp đỡ được nhiều người chuyển đổi nhận thức xa rời đời sống tham sân si, hướng tâm học Phật để tự giải thoát mình ra khỏi vô minh phiền não, thì lợi ích này không chỉ riêng cho cá nhân, mà còn giúp góp phần, làm giảm bớt tệ nạn xã hội. Số người tu tập Tứ Nhiếp Pháp vào đời càng nhiều, thì xã hội càng ổn định.

Tóm lại, Tứ nhiếp pháp, là pháp môn hiện thực đi vào đời, nhằm nhiếp hóa, cảm phục được lòng người một cách có lợi ích thiết thực mà vẫn giữ được triết lý sống của đạo Phật. Đây là cách tu tập "*phước huệ song tu"* của những ai muốn hiến dâng cuộc đời mình cho lợi ích chung với tinh thần "*tốt đạo đẹp đời".* Đối với tập thể tăng sĩ, cư sĩ ngày nay nếu biết áp dụng bốn nguyên tắc này, thì đây là phúc lành không chỉ cho cá nhân mỗi người, mà phúc lành cho cả cộng đồng xã hội.

THÍCH NỮ HẰNG NHƯ

(Chân Tâm thiền thất, 18-6-2026)

Tài liệu:

(*) Tăng Chi Bộ, Chương Bốn Pháp-Phẩm Thắng Trí, Phần (III) (253) Nhiếp Pháp

(**) Kinh Tạp A-Hàm II, HT. Thích Đức Thắng Việt dịch; cố Hòa Thượng Tuệ Sỹ hiệu chính và chú thích.

DỌN BÀN THỜ CÚNG MẸ

Trên chiếc mâm nho nhỏ,
Con chọn một chùm nho,
Đặt dành riêng cho mẹ,
Tình con nằm trong đó.

Chọn cành hồng xanh lá,
Hương hồng thơm đậm đà,
Cắm vào bình cho mẹ,
Tình con nằm trong hoa.

Pha ấm trà chưa đầy,
Hương trà thơm nhẹ bay,
Tình con tan trong tách,
Rót cho mẹ thật đầy.

Nhớ một ngày còn bé,
Che bằng vạt áo mẹ,
Đi giữa trời trưa nắng,
Mát rượi tình mẹ che.

Có những lần con đau,
Xếp sách con nhức đầu,
Mẹ nấu con chén cháo,
Và thoáng vẻ lo âu.

Tình mẹ hòa bát cháo,
Nuôi con từng tế bào.
Rồi cuộc đời trôi mau,
Mẹ bay hồn phương nào?

Giỗ mẹ ngày hôm nay,
Thắp mẹ nén hương này.
Theo khói hương nhè nhẹ,
Tìm mẹ tình con bay.

Thơ HOANG PHONG

TRÚ XỨ AN LÀNH

Thích Chúc Đại

Có lẽ không có hình ảnh nào đẹp hơn và cảm động hơn hình ảnh gần ba trăm vị Tăng Ni từ khắp mọi miền trên đất nước Hoa Kỳ cùng vân tập về Tu viện Đại Bi, từ ngày 22 đến ngày 28 tháng 6 năm 2026, để đồng thành tựu một mùa An cư Kiết hạ do Giáo hội Phật giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ tổ chức.

Bảy ngày tuy ngắn ngủi, nhưng là bảy ngày nuôi lớn đạo tâm, bồi đắp giới thân huệ mạng và làm sống dậy trọn vẹn tinh thần thanh tịnh của Tăng đoàn thời Đức Thế Tôn.

1. Lấy giới luật làm Thầy

Điều làm nên sự an lành của một trú xứ không phải ở cảnh quan thanh tịnh, mà trước hết là ở đời sống giới luật được tôn kính và hành trì.

Trong mùa An cư, tất cả hành giả đều cùng trở về sống trong tinh thần Lục hòa cộng trụ, cùng lấy giới luật làm bậc Đạo sư, cùng lấy oai nghi làm phẩm hạnh và lấy sự thanh tịnh làm nền tảng của đời sống xuất gia.

Nơi ấy, bậc trưởng thượng từ bi giáo giới, trao truyền kinh nghiệm tu học; hàng hậu học khiêm cung tiếp nhận, sách tấn nhau trên con đường phạm hạnh. Mỗi thời tụng giới, mỗi buổi ôn tầm lời Phật dạy đều là cơ hội để mỗi hành giả soi lại chính mình, gột rửa những tập khí vi tế bao đời vây bủa và làm mới chí nguyện xuất trần.

Chính nhờ giới luật được tôn trọng mà Tăng già được hưng thịnh; chính nhờ giới luật được phụng hành mà Chánh pháp được trường tồn.

2. Lấy chánh niệm làm sự sống

Chỉ những ai thật sự hiện diện nơi hạ trường mới có thể cảm nhận được nguồn năng lượng bình an lan tỏa trong từng hơi thở của đại chúng.

Từ thời công phu khuya đến thời kinh chiều, từ từng bước chân kinh hành đến từng phút giây thiền tọa; từ những buổi học pháp đầy trí tuệ đến những bữa cơm quá đường trong im lặng thanh tịnh, mọi sinh hoạt đều được nuôi dưỡng bằng chánh niệm.

Không còn những tiếng động của vọng tưởng, không còn sự hấp tấp của đời thường; không còn sự lo toan của thường nhật, chỉ còn từng lời nói được soi sáng bởi tỉnh giác, từng hành động được nâng đỡ bằng chánh niệm và từng niệm sinh khởi đều trở thành chất liệu của sự tu tập.

Khi cả đại chúng cùng sống trong chánh niệm, trú xứ ấy không chỉ bình yên ở không gian bên ngoài mà còn trở thành một cõi an lành trong từng tâm thức. Có lẽ, giữa cuộc đời nhiều biến động này, không còn trú xứ nào bình an hơn một trú xứ mà mỗi người đều đang trở về với chính mình.

3. Lấy phụng hiến làm sự thăng hoa

Một mùa An cư với gần ba trăm hành giả được thành tựu không chỉ bằng những thời khóa tu học, mà còn được dệt nên bởi biết bao tấm lòng âm thầm phụng hiến.

Từ Chánh điện trang nghiêm đến khu nhà bếp tất bật; từ trai đường thanh tịnh đến từng lối đi trong khuôn viên già lam, đâu đâu cũng hiện diện bóng dáng của chư Tăng Ni và quý Phật tử đang lặng lẽ cống hiến bằng tất cả tâm lực của mình.

Không ai làm việc để được nhìn thấy; không ai phụng sự để mong được ghi nhận.

Mỗi người đều xem sự an lạc của đại chúng là niềm vui của chính mình, lấy sự thành tựu của Tăng già làm động lực để dâng hiến và lấy hạnh phúc của người khác làm chất liệu nuôi lớn đời sống Bồ tát hạnh.

Chính sự phụng hiến vô ngã ấy đã làm cho mùa An cư không chỉ thành tựu về hình thức, mà còn trở thành một đạo tràng thấm đượm tình huynh đệ pháp lữ và tinh thần phụng sự.

4. Lấy an lạc làm hướng thượng

An lạc không phải là đích đến cuối cùng của mùa An cư, mà là kết quả tự nhiên của một đời sống biết nương tựa giới luật, an trú chánh niệm và hết lòng phụng sự.

Trong suốt những ngày cùng nhau tu học, mỗi hành giả đều lắng lòng nghe lại lời dạy của Đức Thế Tôn để hương vị giải thoát từng bước thấm sâu vào tâm khảm.

Giới thanh tịnh làm nền tảng, chánh niệm làm hơi thở và phụng hiến làm phương tiện; từ đó thân, khẩu, ý ba nghiệp dần trở nên thuần tịnh, thuần thiện.

Khi ba nghiệp được thanh lọc, mỗi việc làm đều trở thành sự cúng dường Tam bảo, mỗi nụ cười đều

trở thành nguồn năng lượng nuôi lớn đại chúng, và mỗi bước chân đều hướng về con đường giải thoát.

Rời mùa An cư, điều còn lưu lại không chỉ là những kỷ niệm đẹp của một khóa tu, mà chính là một đời sống đã được chuyển hóa, một niềm tin kiên cố hơn vào Tam bảo và một chí nguyện xuất trần được thắp sáng hơn bao giờ hết.

Đó chính là giá trị lớn lao nhất của một mùa An cư Kiết hạ.

Bởi nơi nào có giới luật được tôn nghiêm, nơi ấy có sự thanh tịnh.

Nơi nào có chánh niệm được nuôi dưỡng, nơi ấy có sự bình an.

Nơi nào có phụng hiến vô ngã, nơi ấy có tình huynh đệ.

Và nơi nào hội đủ những điều ấy, nơi ấy chính là một trú xứ an lành.

Đọc vài bài thơ về Mẹ trong Mùa Vu Lan

HUỲNH KIM QUANG

Văn hào người Pháp Victor Hugo (1802-1885) đã viết trong cuốn tiểu thuyết nổi tiếng "Les Misérables" [Những Người Khốn Khổ] của ông vào năm 1862:

"Vòng tay của mẹ được làm ra bởi sự thương yêu âu yếm và đứa con ngủ ngon lành trong đó."

(Nguồn: www.pixabay.com)

Để diễn tả sự yêu thương ngọt ngào của tình mẹ ca dao Việt Nam có câu:

"Mẹ già như chuối ba hương,
Như xôi nếp một, như đường mía lau."

Chuối ba hương, xôi nếp một và đường mía lau thì ngọt lịm! Có lẽ trên thế gian này không có tình yêu nào bao la vô tận và ấm áp vô cùng như tình mẹ. Cho dẫu những người con có già nua và hao gầy đến tuổi nào đi chăng nữa thì người mẹ vẫn yêu thương những đứa con của mình như thuở chúng còn măng non.

Trên cõi đời này cũng chẳng có ngôi trường nào dạy cách làm sao để những người mẹ yêu thương con cái của mình. Nhưng tình yêu thương của người mẹ đối với con cái vẫn cứ tự nhiên mà có, bởi vì nó vốn ở trong trái tim, trong lòng dạ của người mẹ tuôn ra. Nó không ở ngoài chảy vào. Nó sinh ra và tồn tại với người làm mẹ. Bởi thế, không ai hỏi tại sao những người mẹ thương yêu con cái của họ bởi chắc chắn ai cũng tự có câu trả lời, ai cũng đã hiểu rất rõ rằng những người mẹ thương yêu con cái của họ bởi vì đó là con cái, là ruột thịt, là máu mủ của họ, như cách nói của người bình dân Việt Nam. Tất nhiên, trên đời này cũng có cha mẹ không thương yêu con. Nhưng đó là trường hợp ngoại lệ của cái thường lệ và quy ước của luân thường đạo lý của xã hội loài người.

Để thấy rõ hơn tình yêu của mẹ đối với con cái là nguồn mạch tự nhiên, chúng ta có thể nhìn vào loài động vật có vú. Con mẹ đẻ con ra và với lòng yêu thương nó tự biết nuôi nấng và bảo bọc cho con cái của nó khôn lớn để tự lập mà sống. Con mẹ sẵn sàng xả thân để bảo vệ con cái. Đó cũng là tình thương yêu tự nhiên trong bản chất của con mẹ mà không cần ai dạy cho nó. Con cái là một phần đời, là một phần máu mủ của thân thể con mẹ. Chúng tự biết theo bản năng như vậy.

Cho nên những bậc hiền nhân, những nhà lãnh đạo tôn giáo trên thế giới này không cần phải mất thì giờ để dạy những bà mẹ làm sao thương yêu con cái mà chỉ tập trung vào việc giáo dục những người con làm sao biết thương yêu và hiếu thảo với cha mẹ.

Chữ hiếu 孝 trong tiếng Hán Việt gồm ở trên là chữ lão 老 tức là người lớn tuổi, người già, cha mẹ ông bà, và ở dưới là chữ tử 子 tức là người con. Có thể hiểu một cách đơn giản là con cái để cha mẹ mình lên trên một cách kính trọng hoặc hiếu thảo với cha mẹ. Người mẹ cưu mang đứa con trong bụng chín tháng mười ngày và banh da xẻ thịt để cho con ra đời, nên tình yêu thương của người mẹ đối với con cái là chất liệu tự nhiên, như nước trên nguồn chảy xuống. Nhưng con cái không có cái trải nghiệm đó của người mẹ - cho đến khi chúng thành gia thất và có con cái - nên tình yêu thương của nó đối với người mẹ khác với tình yêu của mẹ đối với nó. Bởi vậy mới phải cần có đạo lý hiếu thảo để nhắc nhở, để dạy cho con cái biết công ơn sanh thành và dưỡng dục của cha mẹ mà kính trọng và báo hiếu.

Ngày 22 tháng 8 năm 2021 rớt đúng vào ngày Rằm tháng Bảy âm lịch cũng là ngày Lễ Vu Lan Báo Hiếu hàng năm theo truyền thống văn hóa và tôn giáo Việt Nam. Để nghĩ đến công lao sinh thành và dưỡng dục của người mẹ, xin mời quý độc giả đọc vài bài thơ về mẹ của một số nhà thơ ngoại quốc.

Bài thơ 'Mẹ Tôi' của Ann Taylor

Ann Taylor – sinh ngày 30 tháng 1 năm 1782 và qua đời ngày 20 tháng 12 năm 1866 – là một nhà thơ và nhà phê bình văn học ở Anh Quốc, theo www.en.wikipedia.org. Lúc trẻ bà nổi tiếng là nhà văn viết cho trẻ thơ. Trước khi lập gia đình, bà là nhà phê bình văn học nghiêm túc. Tuy nhiên, bà được nhớ tới nhiều vì là chị và cũng là cộng tác viên của nhà thơ Jane Taylor (1783-1824). Bài thơ

'Mẹ Tôi' (My Mother) của Ann Taylor là một trong những bài thơ rất phổ biến dù tác giả của nó không nổi tiếng bằng.

Ai ngồi nhìn mái đầu tuổi thơ của tôi
Khi tôi đang ngủ say trong chiếc nôi của mình
Và những giọt nước mắt của tình thương ngọt ngào chảy xuống?
Mẹ tôi.

Khi bệnh đau làm tôi khóc,
Ai đã nhìn vào đôi mắt mờ không ra của tôi,
Và khóc vì sợ rằng tôi sẽ chết?
Mẹ tôi.

Ai mặc áo quần sặc sỡ cho búp bê của tôi
Và dạy tôi làm sao chơi cho thật vui
Và nhớ tất cả những gì tôi nên nói?
Mẹ tôi.

Ai chạy tới để nâng mỗi khi tôi té,
Và kể vài câu chuyện vui cho tôi quên
Hay hôn lên chỗ đau để làm cho nó hết khổ?
Mẹ tôi.

Ai đã dạy đôi môi trẻ thơ của tôi biết cầu nguyện
Và yêu thánh kinh và ngày của Đức Chúa Trời
Và bước đi trong con đường thú vị của trí tuệ?
Mẹ tôi.

Và tôi có thể nào ngưng
Thương yêu và tử tế với người,
Ai đã quá tốt với tôi,
Có phải là mẹ tôi?

À! không, suy nghĩ mà tôi không thể chịu được;
Và cầu mong Chúa làm ơn cho tôi sống thêm,
Tôi hy vọng sẽ báo hiếu sự chăm sóc của người,
Mẹ tôi.

Khi người già nua, yếu ớt, và xanh xao,
Cánh tay khỏe mạnh của tôi sẽ là chỗ dựa cho người
Và tôi sẽ xoa dịu nỗi đau của người,
Mẹ tôi.

Bài thơ 'Hiến Dâng Mẹ' của John Greenleaf Whittier

John Greenleaf Whittier – sinh ngày 17 tháng 12 năm 1807 và qua đời ngày 7 tháng 9 năm 1892 – là nhà thơ Mỹ lãng mạn, có biệt danh là Quaker, theo www.en.wikipedia.org. Ông cũng là nhà vận động để bãi bỏ chế độ nô lệ tại Hoa Kỳ. Ông được đặc biệt nhớ đến với những bài viết chống chế độ nô lệ, cũng như tác phẩm nổi tiếng của ông được xuất bản vào năm 1866 "Snow-Bound."

Trong bài thơ 'Tribute to Mother' [Hiến Dâng Mẹ], John Greenleaf Whittier nhớ lại thời tuổi trẻ lúc ông ngồi bên đầu gối của mẹ ông. Mẹ của ông đã kềm chế tính ích kỷ của ông và dạy ông 'tình yêu trong sáng'.

Ký ức như bức tranh mang đến tôi;
Tôi nhìn suốt nhiều năm và thấy
Tôi ngồi một bên đầu gối của mẹ mình.
Tôi cảm nhận bàn tay dịu dàng của bà kềm chế
Tính tình ích kỷ của tôi, và tôi còn biết nữa
Cảm giác mù quáng về đúng sai và đau đớn của một đứa bé.
Nhưng bây giờ, người đàn ông trưởng thành tóc hoa râm sáng suốt hơn,
Những nhu cầu của tuổi thơ được hiểu biết tốt hơn.
Tôi nợ tình yên trong sáng của mẹ tôi.

Bài thơ 'Cho Mẹ Tôi' của Edgar Allan Poe

Edgar Allan Poe – sinh ngày 19 tháng 1 năm 1809 tại Boston, Massachusetts và qua đời ngày 7 tháng 10 năm 1849 – là nhà văn, nhà thơ, chủ bút và nhà phê bình văn học người Mỹ, theo www.en.wikipedia.org. Ông được xem là nhân vật cột trụ của Chủ Nghĩa Lãng Mạn tại Hoa Kỳ và của nền văn học Mỹ nói chung. Ông cũng là nhà văn viết truyện ngắn sớm nhất ở Mỹ. Ông cũng được biết như là nhà văn nổi tiếng Mỹ sống dựa vào việc viết lách của mình, nhưng chính điều này làm cho cuộc sống tài chánh của ông khó khăn.

Bài thơ 'To My Mother' [Cho Mẹ Tôi] không phải nhà thơ Poe viết cho mẹ ruột của ông mà viết cho mẹ vợ của ông. Vợ của ông là Virginia Clemm. Hai người lấy nhau lúc vợ ông mới chỉ 13 tuổi vào năm 1836 và bà đã qua đời trong năm 1847, nghĩa là họ chỉ sống với nhau được 11 năm. Tình yêu và hạnh phúc ngắn ngủi của họ đã để lại nỗi đau khôn nguôi trong lòng Edgar Allan Poe.

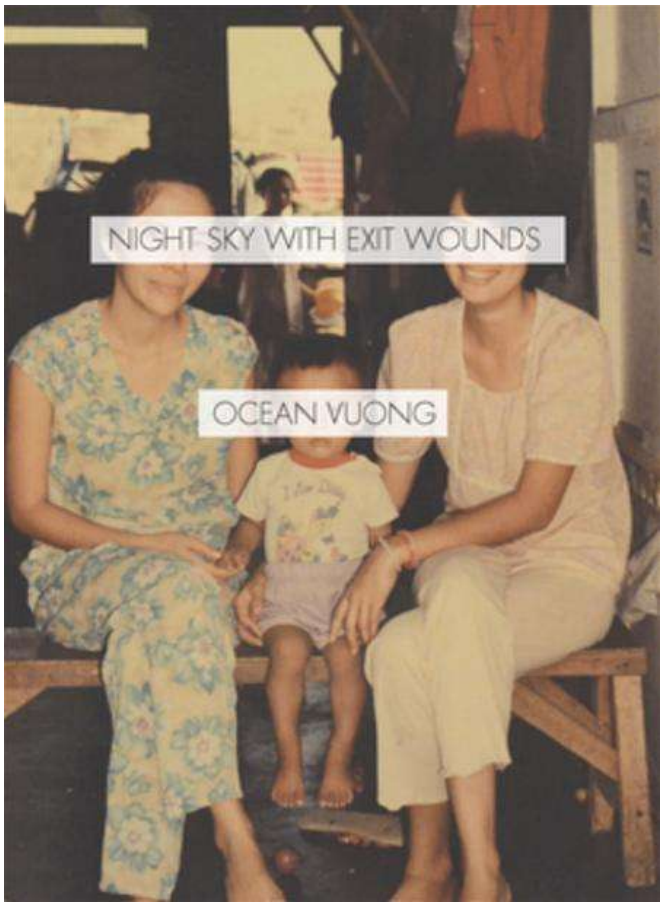
Bởi vì tôi cảm thấy rằng, trên Thiên Đường,
Những thiên thần, thì thầm với nhau,
Có thể tìm thấy, chữ tình yêu cháy bỏng trong họ,
Không có gì quá thiêng liêng như 'Mẹ'
Vì vậy từ lâu tôi đã gọi mẹ bằng cái tên thân thương đó –
Với tôi, mẹ là người còn hơn cả mẹ,
Và lấp đầy tình yêu trong trái tim tôi, nơi Thần Chết đặt để mẹ
Làm cho linh hồn của Virginia giải thoát.
Mẹ tôi – mẹ ruột của tôi, đã chết sớm,
Chỉ là mẹ của tôi; nhưng người
Là mẹ của người mà tôi rất yêu quý,
Và đó là người thân yêu hơn người mẹ mà tôi đã biết
Qua sự bao la đó mà vợ tôi

Thân thiết đối với tâm hồn tôi hơn cuộc sống linh hồn của nó.

'Bài Thơ 14 Câu Chan Chứa Tình Yêu' của Christina Rossetti

Christina Rossetti – sinh ngày 5 tháng 12 năm 1830 và qua đời ngày 29 tháng 12 năm 1894 – là nhà thơ Anh Quốc làm thơ lãng mạn và tuổi trẻ, với các tác phẩm nổi tiếng "Goblin Market" và "Remember," theo www.en.wikipedia.org. Bà cũng sáng tác lời 2 bản thánh ca Thiên Chúa Giáo nổi tiếng tại Anh, "In the Bleak Midwinter," được phổ nhạc bởi Gustav Holst và Harold Darke, và "Love Came Down at Christmas," được phổ nhạc bởi Darke và các nhà soạn nhạc khác. Bà là chị/em của nam nghệ sĩ kiêm thi sĩ Dante Gabriel Rossetti.

Trong bài thơ "Sonnets Are Full of Love" [Bài Thơ 14 Câu Chan Chứa Tình Yêu], Rossetti đã ca ngợi mẹ của bà như là người dạy cho bà "tình yêu đầu đời."



Bìa trước của tuyển tập thơ "Night Sky with Exit Wounds" của Ocean Vuong. (nguồn: www.en.wikipedia.org)

Bài thơ mười bốn câu chan chứa tình yêu, và đây là bài thơ của tôi
Có nhiều bài thơ mười bốn câu: như thế bây giờ ở đây nó là
Thêm một bài thơ mười bốn câu nữa, bài thơ mười bốn câu tình yêu, từ tôi
Gửi tới người có trái tim là ngôi nhà yên tịnh của trái tim tôi
Gửi tới Tình Yêu đầu đời của tôi, Mẹ tôi, trên đầu gối của người
Tôi học được sự hiểu biết tình yêu không rắc rối;
Công lao của người là chân giá trị đặc thù của tôi,
Và bà là ngôi sao bắc đẩu của tôi khi tôi đến và đi.
Và bởi vì người yêu thương tôi, và bởi vì
Tôi yêu thương người, Mẹ, tôi đã dệt một vòng hoa
Của những vần điệu nơi đó để tôn vinh tôn danh của mẹ:
Trong mẹ không phải tám mươi năm có thể làm lu mờ ánh sáng
Của tình yêu, ánh sáng rực rỡ hạnh phúc của người vượt qua các định luật
Của thời gian và thay đổi và sự sống và chết.

Bài thơ "Cái Đầu Ra Trước" của Ocean Vương

Nhà thơ, nhà văn Mỹ gốc Việt Ocean Vương – sinh ngày 14 tháng 10 năm 1988 tại Sài Gòn, theo gia đình đi vượt biên và đến Mỹ lúc 2 tuổi, theo www.en.wikipedia.org -- hiện là phó giáo sư trong Chương Trình MFA dạy cho các nhà văn nhà thơ tại Đại Học University of Massachusetts Amherst. Anh là tác giả của tuyển tập thơ "Night Sky with Exit Wounds," mà đã thắng Giải Whiting Award năm 2016 và Giải T.S. Eliot Prize năm 2017; và cuốn tiểu thuyết đầu tay "On Eargh We're Briefly Gorgeous," xuất bản năm 2019 và nhận Giải MacArthur Grant cùng năm này. Bài thơ "Headfirst" [Cái Đầu Ra Trước] nằm trong tuyển tập thơ "Night Sky with Exit Wounds," được NXB Copper Canyon Press ấn hành năm 2016.

Không có gì bằng cơm với cá.
Không có gì bằng má với con.
(Tục Ngữ Việt Nam)

Con biết không? Tình yêu của mẹ
chẳng thiết đến niềm tự hào
con đường đỏ lửa
không đoái hoài những tiếng kêu gào
những thứ nó đốt cháy. Con tôi,
ngay cả ngày mai
con sẽ có hôm nay. Con biết không?
có những gã đàn ông sờ cặp vú

như thể
họ sờ cái đầu lâu. Những gã đàn ông
mang giấc mơ
vượt núi, cái chết trên lưng họ.
Nhưng chỉ có người mẹ có thể đi bằng chân
với sức nặng
của trái tim thứ hai đang đập.
Thẳng khờ.
Con có thể bị mất hút trong mọi cuốn sách
nhưng con sẽ không bao giờ quên chính mình
cách mà ông trời quên
những bàn tay của mình.
Khi họ hỏi con
đến từ đâu,
hãy nói với họ tên của con
được banh thịt từ cái miệng không có răng
của người đàn bà thời chiến tranh.
Con không được sinh ra
mà đã bò, đưa cái đầu ra trước --
vào cơn đói của đám chó. Con trai của ta, hãy nói với họ
cơ thể là lưỡi dao mài bén
nhờ cắt.

Bài thơ trên mô tả một hình ảnh rất cảm động biểu lộ tình thương yêu của người mẹ đối với đứa con ngay dù nó còn đang nằm trong bụng mẹ.

Nhưng chỉ có người mẹ có thể đi bằng chân
với sức nặng
của trái tim thứ hai đang đập.

Tình yêu của người mẹ sâu thẳm đến mức bà có thể nghe tiếng đập của trái tim thứ hai trong bụng của bà trong lúc bà mang nó đi trên đường chạy giặc bất chấp lửa đạn của chiến tranh.

Xin cảm ơn tất cả những bà mẹ.

KỶ NIỆM XƯA

Sáng nay trời dịu mát
Thuyền đi theo kinh đào
Đầy tràn con nước nổi
Mang phù sa ngọt ngào

Hai hàng tre ven bờ
Cũng reo vui chào đón
Người khách không hẹn hò
Chợt đi và chợt đến

Hình ảnh đẹp miền Nam
Sao mà thân thương quá!
Những mái chèo nhịp nhàng
Những cánh tay thon thả

Vành nón lá nghiêng nghiêng
Đong đưa theo sóng nước
Dần khuất những con thuyền
Trôi theo dòng xuôi ngược

Đã bao năm xa cách
Nhớ cảnh nhớ cả người
Nhớ cánh đồng ngút mặt
Bông lúa trĩu vàng tươi

Đường xa rồi cũng tới
Ngôi chùa quen đây rồi
Kỷ niệm xưa gợi nhớ...
Nên ta về đây chơi.

Thơ DIỆU VIÊN

THÁNG BẢY MƯA VỀ NHỚ MẸ CHA

(Lộc Lư Ngũ Bộ - Ngũ Độ Thanh – Bát Vĩ Đồng Âm)

Lại cảm thu vàng khó nỗi vơi
Niềm xao cảnh vắng mãi nom Người
Ân tình chữa đáp sao mà gởi
Hiếu đạo trông chờ rõ chẳng rơi
Nẻo cũ nghiêm đường qua vạn lối
Nhà xưa kỷ niệm nhắc bao thời
Ru từng quãng nhỏ nghe lòng rối
Nhận cả… Tim nầy sống nghĩa thôi.

Mong cầu lạc cảnh sớm về nơi
Lại cảm thu vàng khó nỗi vơi
Chạm nẻo từ bi nào rẽ tối
Vun mầm đức hạnh rõ chừa ôi
Nhân trần rộn rã xây tình cởi
Tuổi hạc âm thầm giữ phước cơi
Dạy dỗ ân nầy… luôn lắng bởi
Lòng con nguyện sống mãi theo thời

Khập khiễng trần duyên biết chẳng rời
Ươm tình quảng khoát gỡ màu vôi
Song nhìn thế hẫm đâu thù gởi
Lại cảm thu vàng khó nỗi vơi
Sáng rạng ngày lên lòng nỏ cỗi
Yên bình tháng lụn nghĩa nào ôi
Bao lần tiết đổi càng thương bội
Giã biệt Người đi tỏ đức ngời

Quay về vạn cảnh lắng niềm ơi!
Phận phúc Người gieo vẫn cải đời…
Mở trí cam lòng lơ dạ cỗi
Tìm nhân đặng nghĩa chớ tâm hời
Đừng chê nghiệp hẻo rầu duyên rối
Lại cảm thu vàng khó nỗi vơi
Biết vậy! Thời an… gì để dỗi
Nguyền gom nhận mãi sống yên rồi…

Khấn nguyện Người về cõi thảnh thơi
Con nguyền giữ nếp chẳng hề lơi
Bình yên nẻo tạm lòng không rối
Sáng rạng ân dầy nghĩa nỏ côi
Trải mỗi điều ghi thầm chặng nối
Rà bao dạy dỗ lắng tim rời
Thời gian vẫn chảy, hình như mới
Lại cảm thu vàng khó nỗi vơi.

Thơ MINH ĐẠO

LÁ THƯ MÙA VU LAN

*(Phật Pháp Thứ Năm – **Nhóm Áo Lam**)*

TRANG GIA ĐÌNH PHẬT TỬ

Thưa Anh Chị Em Lam viên thương mến,

Cứ mỗi lần Vu Lan về, lòng tôi lại rộn lên bao nhiêu ý nghĩ về Mẹ, về chữ Hiếu, về Địa ngục, về Tái sinh v.v...

MẸ là đề tài muôn thuở, chữ Hiếu vì vậy cũng đã có quá nhiều người đề cập đến và viết về, cho nên hôm nay tôi muốn gởi đến bạn những ý nghĩ nhỏ của mình về Sự Chết, về Tái sinh, về Địa ngục...

Bạn còn nhớ không, ở bậc Trung học chúng ta đã định nghĩa "chết" như thế này: Chết là chấm dứt những phản ứng cháy của thân thể con người - vì sống là còn thở và chết là hét thở. Thở vào là hít oxy của không khí sạch đem vào cơ thể, đốt cháy các chất hữu cơ thành thán khí, CO2, khí độc bị đẩy ra khỏi cơ thể (thở ra). Khi hơi thở vào mà không có hơi thở ra hay hơi thở ra mà không có hơi thở vào... thì gọi là CHẾT => đó là cái chết của Vật Lý - Hoá và Sinh học.

Sự thật, con người (tức là chúng ta, bạn, tôi và tất cả mọi người) đã chết rất nhiều lần, trong một ngày! Đó là "Sinh-diệt trong từng sát na". Thật vậy, chúng ta đều biết: từ máu huyết cho tới các tế bào trong cơ thể con người đều thay đổi trong từng ngày, từng giờ... nhờ vậy con người mới phát triển lớn lên, già rồi mới đi đến chết được (Không kể những người chết vì tai nạn, bệnh nan y, v.v...) Đó là về THÂN. Còn TÂM cũng vậy, khi vui khi buồn, khi ma khi Phật. Tâm không đứng yên một chỗ theo thời gian, nên có một nhà thơ than rằng *"từ Tôi phút trước ra tôi phút này"...* Nhiều khi không cần tới 1 phút, chỉ cần 1 giây hay 1 sát na thôi đã thay đổi rồi!

Ngoài cái chết vật lý-hoá-sinh học ra, con người còn chết về mặt Ý thức. Thật vậy, có khi nào bạn ăn mà không biết mình đang ăn? Nghe mà không hiểu người ta nói cái gì, nhìn mà không biết có cái gì trước mặt? Đó là những lúc bạn ở trong tình trang "tâm bất tại" (absent minded) nghĩa là có đủ 5 giác quan nhưng không thể tiếp xúc với thế giới bên ngoài vì không thấy không nghe được, không có cả vị giác và khứu giác... như vậy không phải là ta đang chết hay sao?! Chúng ta đã biết đó là Thất niệm, ngược lại với Chánh niệm. Vì vậy mới nói *"Chánh Niệm là trái tim của sự sống."*

Bạn có sợ chết không? Bạn có lo lắng bị đoạ địa ngục không? Bạn có biết mình sẽ tái sinh về đâu không? Bạn có mong giải thoát sinh tử luân hồi không?! Đó là những điều tôi muốn chia sẻ với bạn trong mùa Vu Lan này.

Đức Phật dạy: không ai thương lượng được với đạo quân Thần Chết, nghĩa là không ai lấy hẹn được với Thần Chết: sống hôm nay không biết tới ngày mai. Không ai có thể muốn chết sớm hay chết trễ hơn "giờ đã định". Đúng ngày giờ, khi Thần Chết đến kêu là mình phải ra đi. Như vậy tại sao chúng ta không chuẩn bị sẵn sàng để lúc đó khỏi bị bối rối, hụt hẫng... khi cái chết đến bất ngờ?

Chuẩn bị như thế nào? - Theo lời đức Thế tôn thì mỗi ngày trước khi lên giường ngủ ta phải tự nhủ rằng: có thể ngày mai không dậy nữa. Như vậy những gì cần làm hãy làm ngay đi, đừng hẹn đến ngày mai. Đối với mọi người, hãy tử tế, vui vẻ để nếu không có dịp gặp lại họ nữa thì không có gì phải ân hận.

Về bản thân, muốn có một sự ra đi nhẹ nhàng ("sống an chết lành") chúng ta phải nhớ thực tập buông bỏ để ra đi không còn bám víu vào người hay vật, không còn luyến tiếc hay dính mắc...

Thế nào là buông bỏ? Thực tập buông bỏ là không tham đắm vào người hay vật, cũng không ghét bỏ... giữ cho cái thấy cái nghe...

thuần tuý trong sáng, rồi đối với các giác quan khác cũng vậy. Từ đó tâm chúng ta sẽ tĩnh lặng, minh triết và tuệ giác sẽ tăng trưởng.

Thực hành tốt chúng ta sẽ nhận thấy rằng mỗi khi buông bỏ được một cái gì/điều gì... mà mình đã từng rất yêu thích/say đắm thì chúng ta sẽ cảm nhận được một sự mãn nguyện sâu xa hơn là sự bám víu vào nó.

Buông bỏ còn có nghĩa là hoan hỷ, không chấp chặt, không thành kiến... dễ tha thứ, bao dung... đến một lúc chúng ta sẽ đạt được việc ai chửi mình mình cũng không nối sân, không giận, bi nói oan mình cũng không đau khổ chán nản... biết vui với sự thành tựu của người khác.

Khi tám tĩnh lặng, chúng ta không còn sợ chết, vì biết rằng chết là một giai đoạn khac của dòng sống vô tận.

Vì không còn bám víu vào bất cứ gì ở đời sống này nên vô thường đối với chúng ta không phải là "đột ngột"... Thật vậy, thân này tan rã nhưng không có nghĩa là sự sống chấm dứt... Vì chúng ta đã được học về thân trung ấm, về nghiệp, về báo, về lý duyên khởi... nên dù chưa có ai chết rồi sống lại để kể cho mình nghe những chuyện bên kia cửa tử... nhưng chúng ta vẫn biết được rằng đời sau của chúng ta đã được định hình sơ bộ bởi những nghiệp mà chúng ta đã tạo ra trong kiếp này.

Vậy thì nếu ở đời này, chúng ta không hại ai, không khủng bố ai, không giết ai... thực hành hạnh không sát sanh mà phóng sanh, không ăn cắp mà bố thí, v.v... thì làm sao chúng ta bị đoạ địa ngục được! Vì địa ngục là nơi tạm trú của những người tạo ra nhiều ác nghiệp gây, đau khổ tang thương cho người khác.

Nếu trong đời hiện tại, chúng ta không bỏn xẻn, không dửng dưng trước sự đau khổ của người khác, thấy người đói biết bố thí cho họ, biết chia cơm sẻ áo cho nạn nhân bị thiên tai, hoạn nạn, tan nát nhà cửa v.v... thì chúng ta cũng không thể bị đọa vào ngạ quỷ...

Tóm lại, tuy chúng ta không biết bói toán, nói tương lai như những nhà tiên tri... nhưng chúng ta vẫn dùng suy luận để hình dung được chúng ta sẽ tái sinh vào những cõi giới như thế nào.

Còn nữa... bạn còn nhớ bài học về "cận tử nghiệp" không? Đó là cái nghiệp xuất hiện trước khi chết, có công năng làm thay đổi lộ trình tái sinh của môt con người. Ví dụ chúng ta sắp lên tàu đi Saigon mà nhận được một bức điện tín bảo phải đi ra Hà nội, vậy đó! Cho nên cận tử nghiệp rất quan trọng... Vì vậy chúng ta phải hết sức cẩn trọng về mọi hành động của THÂN, MIỆNG và Ý để tránh việc trước khi ra đi về cõi Thiện (vì suốt đời làm lành...) mà phải nhận một bức điện báo đi về cõi Bất Thiện (vì khi sắp chết trong Tâm móng lên một niệm Ác).

Thưa các bạn Lam Viên thương mến,

Cuộc đời này dù sống đến 100 năm hay hơn nữa, cũng chỉ là một giấc mộng thôi, như một nhà thơ kia đã nói:

"Dù cho mộng dữ hay lành
Đến khi tỉnh giấc cũng là Không thôi."

Cứ như vậy, chúng ta, và mọi chúng sanh, sống, chết, tái sinh, sống chết... cứ mãi trôi lăn trong ba cõi, sáu đường... trong vòng luân hồi của sinh tử...

Ai mà không muốn giải thoát khỏi Sinh Tử, Luân hồi... nhưng tu hành như thế nào để được giải thoát thì chúng ta không có khả năng giải quyết; chúng ta chỉ mới biết cách tu tập để giải thoát khỏi đau khổ phiền não trong đời sống hằng ngày...

Vùa Vu Lan sắp về rồi... Mùa Hiếu Hạnh đã đến trong lòng những người con Phật cũng là mùa Xuất Hạ, mùa Hoan Hỷ của chư Tăng với ngày Tự Tứ, chư Tăng Ni được tăng thêm tuổi Hạ - ngày này cũng giống như ngày Tết của chư tôn đức Tăng Ni.

Cuối cùng, chúng ta có một món quà của một vị Thầy dạy chúng ta tu tập đạo giải thoát. Thầy tặng cho anh chị em chúng ta 5 chữ T, đó là: THƯƠNG, THA, TÙY, THÔI, THOÁNG.

THƯƠNG = Từ Bi (sáng cho người niềm vui, chiều giúp người bớt khổ)
THA = Tha thứ, bao dung
TÙY = tùy duyên
THÔI = buông bỏ
THOÁNG = open-minded

HAPPY ULLAMBANA!

Thương mến kính chúc Anh Chị Em Lam Viên một mùa Vu Lan An lạc & Giải thoát.

Trân trọng,

Trí Như

PHẬT DẠY ĐỀN ƠN CHA MẸ

Nguyên Giác

Ngày Lễ Thân Phụ đang đến gần. Với nhiều người, đây là dịp để nhớ về cha mình: người đã hy sinh thầm lặng, đã làm việc cực nhọc để nuôi dưỡng gia đình, đã dạy cho chúng ta những bài học đầu tiên về trách nhiệm, lòng trung thực và nghị lực sống.

Đền ơn cha mẹ là một tình cảm tự nhiên của người con. Đó là những lời tri ân, những việc làm hiếu kính, và sự chăm sóc khi cha mẹ tuổi già sức yếu. Thế nhưng, theo lời dạy của Đức Phật, báo đáp công ơn cha mẹ là một việc vô cùng khó khăn, khó đến mức hầu như không ai có thể nói rằng mình đã làm trọn vẹn.

Chúng ta thường nghĩ rằng báo hiếu là học hành thành đạt, có nghề nghiệp ổn định, làm rạng danh gia đình và phụng dưỡng cha mẹ lúc tuổi già. Những điều ấy đều quý báu. Tuy nhiên, theo Đức Phật, đó vẫn chưa phải là sự báo hiếu trọn vẹn.

Học cao, hiểu rộng, có địa vị trong xã hội nhưng lại kiêu ngạo với cha mẹ hay thầy dạy của mình vẫn là tạo nghiệp bất thiện. Trong Tương Ưng Bộ, Kinh SN 7.15, Đức Phật gặp một vị Bà-la-môn tên Mānatthaddha, nghĩa là "Người Kiêu Mạn". Ông nổi tiếng vì không chịu cúi đầu chào hỏi ngay cả cha mẹ, người thân hay thầy dạy.

Khi đến nghe Đức Phật thuyết pháp, Mānatthaddha giữ im lặng vì nghĩ rằng Đức Phật phải lên tiếng chào mình trước. Với thần thông, nhận ra tâm kiêu mạn ấy, Đức Phật dùng những bài kệ khuyên ông từ bỏ ngã mạn và chú tâm vào mục đích tìm cầu chân lý. Nhận ra Đức Phật đã thấu rõ tâm mình, Mānatthaddha vô cùng cảm phục, đảnh lễ dưới chân Đức Phật rồi thưa hỏi rằng ai là người đáng được tôn kính.

Đức Phật dạy rằng không nên kiêu ngạo đối với cha, mẹ, anh cả và thầy dạy; đó là những người đáng được cung kính. Ngoài ra còn phải tôn kính các bậc đã giải thoát khỏi mọi phiền não. Nghe xong, Mānatthaddha hoan hỷ quy y Tam Bảo. Qua lời dạy ấy, chúng ta thấy rằng cha mẹ luôn đứng ở vị trí hàng đầu trong những người đáng được tôn kính.

Trong Tăng Chi Bộ, Kinh AN 2.32–41, Đức Phật dạy rằng dù một người cõng cha trên một vai, mẹ trên vai còn lại suốt một trăm năm; chăm sóc, tắm rửa, xoa bóp, phụng dưỡng hết lòng; hoặc đem cả một vương quốc đầy bảy báu dâng tặng cha mẹ, thì cũng chưa thể đền đáp hết công ơn sinh thành và dưỡng dục.

Vậy báo hiếu thế nào mới là trọn vẹn?

Đức Phật dạy rằng nếu cha mẹ chưa có lòng tin thì giúp cha mẹ phát khởi lòng tin; nếu chưa sống giới hạnh thì khuyến khích sống giới hạnh; nếu chưa biết bố thí thì hướng dẫn bố thí; nếu chưa có trí tuệ thì giúp cha mẹ tăng trưởng trí tuệ. Đó là cách báo hiếu cao quý nhất, bởi vì không chỉ đem lại lợi ích trong hiện đời mà còn dẫn đến an lạc lâu dài. Chính Đức Phật đã thực hành điều ấy đối với vua cha Tịnh Phạn.

Theo sử liệu Phật giáo, vua Tịnh Phạn vô cùng đau buồn khi Thái tử Tất-đạt-đa rời hoàng cung xuất gia. Bảy năm sau, khi nghe tin con mình đã thành đạo, vua sai chín vị sứ giả đến thỉnh Đức Phật trở về gặp vua cha. Tất cả chín vị cùng đoàn tùy tùng đều nghe pháp và xin xuất gia. Sau đó, vua lại cử Kaludayi -- bạn thân của Thái tử -- đi thỉnh Đức Phật về triều hội kiến. Kaludayi sau khi gặp Đức Phật cũng xuất gia, nhưng vẫn giữ lời hứa mời Đức Phật trở về Kapilavatthu. Đức Phật nhận lời và thuyết pháp cho vua cha trong chuyến trở về ấy.

Đến những ngày cuối đời của vua Tịnh Phạn, Đức Phật một lần nữa trở về. Ngài thuyết pháp cho phụ vương ngay trên giường bệnh. Kinh điển ghi lại rằng nhờ đó vua Tịnh Phạn chứng quả A-la-hán trước khi từ trần. Đây là một trong những hình ảnh

đẹp nhất về sự báo hiếu trong lịch sử Phật giáo.

Kinh điển nhiều lần nhấn mạnh rằng hiếu kính cha mẹ là một phước đức lớn lao. Kinh Pháp Cú, bản dịch của Hòa thượng Thích Minh Châu, ghi:

"Vui thay, hiếu kính mẹ,
Vui thay, hiếu kính cha,
Vui thay, kính Sa-môn,
Vui thay, kính Hiền Thánh."

---- (Kinh Pháp Cú, bài kệ 332)

Đó là niềm vui phát sinh từ lòng biết ơn và sự tôn kính. Người biết kính cha mẹ, kính người đức hạnh, tự thân đã gieo những hạt giống của hạnh phúc.

Đối với người học Phật, hiếu đạo còn có một ý nghĩa sâu xa hơn. Trong hai bài kệ 294–295 trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dùng những hình ảnh ẩn dụ rất mạnh khi nói đến việc "giết mẹ" và "giết cha". Dĩ nhiên, đây không phải là nghĩa đen. Hai bài kệ 294 và 295 ghi lời Phật dạy rằng:

- Vị Bà la môn sau khi giết cha và mẹ, giết hai vị vua thiện chiến, giết sạch vương quốc và quần thần, tiếp tục hành trình thong dong.

- Vị Bà la môn sau khi giết cha và mẹ, giết hai vị vua uyên bác, giết xong cọp dữ, tiếp tục hành trình thong dong.

Duyên khởi hai bài kệ đó là từ câu chuyện về Trưởng lão Bhaddiya, vị Tỳ-kheo có thân hình thấp bé. Có lần, một số vị Tỳ-kheo đến thăm và đảnh lễ Đức Phật tại tu viện Jetavana. Khi họ đang ở cùng Đức Phật, Trưởng lão Lakundaka Bhaddiya tình cờ đi ngang qua gần đó. Đức Phật hướng sự chú ý của các vị Tỳ-kheo về phía vị Trưởng lão thấp bé này và bảo: "Này các Tỳ-kheo, hãy nhìn vị Trưởng lão kia. Ngài đã giết cả cha lẫn mẹ mình, và sau khi giết cha mẹ, ngài vẫn đi lại thong dong mà không chút khổ đau." Các vị Tỳ-kheo không hiểu được lời nói ấy của Đức Phật. Vì vậy, họ đã thỉnh cầu Ngài giải thích rõ ràng, và Đức Phật đã giảng giải ý nghĩa cho họ nghe.

Trong hai bài kệ đó, Đức Phật mô tả một vị A-la-hán -- bậc đã đoạn tận tham ái, ngã mạn, tà kiến và sự dính mắc vào các căn và trần, qua các hình ảnh ẩn dụ. Theo đó, các từ 'mẹ' và 'cha' được dùng để chỉ tham ái và ngã mạn; Thường kiến và Đoạn kiến được ví như hai vị vua thiện chiến ở bài kệ 294 và như hai vua uyên bác ở bài kệ 295. Các căn và trần (nội xứ và ngoại xứ) được ví như một vương quốc. Sự dính mắc vào 12 xứ là quần thần. Lộ trình người tu phải vượt qua là năm triền cái (tham lam, sân hận, trạo cử, hôn trầm và nghi ngờ) nơi lúc nào cọp dữ cũng rình rập.

Trong một bài kinh khác, Kinh AN 4.63, Đức Phật dạy rằng nơi nào cha mẹ được con cái kính lễ và phụng dưỡng thì nơi ấy được ví như có Phạm thiên hiện diện. Cha mẹ được xem là những vị Đạo sư đầu tiên của con cái và là những người xứng đáng được cúng dường.

Vì thế, hiếu kính cha mẹ không chỉ là đạo đức thế gian mà còn là một thiện nghiệp lớn đưa đến phước báo và an lạc cõi trời.

Lịch sử nhân loại đầy những cuộc chiến tranh, ly tán và chia cách. Không phải ai cũng có cơ hội gần gũi để chăm sóc cha mẹ. Nhiều người chỉ còn biết tưởng nhớ cha mẹ qua những kỷ niệm xa xưa. Cũng không phải ai cũng đủ nhân duyên để giúp cha mẹ tiếp cận giáo pháp như lời Đức Phật dạy.

Tuy nhiên, làm được phần nào thì nên làm hết lòng phần ấy.

Nếu cha mẹ còn hiện tiền, hãy dành cho cha mẹ nhiều thời gian hơn, nhiều lời nói dịu dàng hơn, nhiều sự chăm sóc hơn. Nếu cha mẹ đã qua đời, chúng ta vẫn có thể báo hiếu bằng cách sống một đời sống chân chánh, học hỏi và thực hành giáo pháp, làm việc thiện, viết về giáo pháp, chia sẻ những gì có thể giúp người khác hiểu và tu tập, và rồi hồi hướng công đức đến cha mẹ nhiều đời.

Đức Phật dạy rằng vòng luân hồi không có điểm khởi đầu. Trong vô lượng kiếp, không ai mà chưa từng là cha, là mẹ, là anh chị em hay con cái của chúng ta. Vì thế, lòng hiếu kính không nên dừng lại ở gia đình riêng của mình mà nên mở rộng thành tâm từ bi đối với tất cả mọi người. Hãy nhìn mọi người như cha mẹ nhiều đời của mình, và hãy làm những gì tốt nhất có thể để khuyến tấn nhau tu học.

Ngày Lễ Cha là dịp để chúng ta nhớ đến công ơn sinh thành của người cha trong đời này. Nhưng sâu xa hơn, đó cũng là dịp để thực tập lòng biết ơn, lòng hiếu kính và sự tỉnh thức mà Đức Phật đã chỉ dạy. Bởi lẽ, trong vô số phước lành của đời người, hiếu kính cha mẹ luôn là một trong những phước lành lớn nhất.

"Nếu cha mẹ còn hiện tiền, hãy dành cho cha mẹ nhiều thời gian hơn, nhiều lời nói dịu dàng hơn, nhiều sự chăm sóc hơn. Nếu cha mẹ đã qua đời, chúng ta vẫn có thể báo hiếu bằng cách sống một đời sống chân chánh, học hỏi và thực hành giáo pháp, làm việc thiện, viết về giáo pháp, chia sẻ những gì có thể giúp người khác hiểu và tu tập, và rồi hồi hướng công đức đến cha mẹ nhiều đời."

(Nguyên Giác – Phan Tấn Hải)

MÊNH MÔNG LÒNG BIỂN

Con đường ta đi trước mặt
Gập ghềnh đá dựng chơi vơi
Ngọt bùi đắng cay mất mát
Từ khi hóa kiếp làm người.
Mênh mông tấm lòng của biển
Dạt dào ngọn sóng đại dương
Dõi trông bến bờ xa ngái
Mật ngọt đong đầy yêu thương.
Có những phút giây yếu lòng
Muốn tìm mình luôn nhắc nhở
Ngày xưa biết có còn không
Ngọt ngào tiếng ru còn đó.
Ước chi dặm đường rong ruổi
Một mình rảo khắp thế gian
Tìm trong ta bà bốn cõi
Nơi nào lòng mẹ mênh mang.
Thời gian mang đi tất cả
Chỉ còn tình mẹ bao dung
Giọt sương ủ mềm trên lá
Vương mang nỗi nhớ khôn cùng.
Còn ai ngồi bên bếp lửa
Bao mùa hoa rụng tàn phai
Thấy lòng bình yên đến lạ
Mẹ về ấm một vòng tay.

MẸ LÀ CẢ QUÊ HƯƠNG

Sông đem ta về biển
Cánh buồm lạc về đâu
Giữa muôn trùng bão tố
Tả tơi sóng bạc đầu.
Nhánh xương rồng trên cát
Hiu quạnh chút tình quê
Đời thêm bao gió bụi
Thèm một chốn đi về.
Nhớ ngày xưa đi học
Ta mải miết đồng diều

Biết đâu đời sóng nổi
Nắng sớm gọi mưa chiều.

NGƯỜI THEO MÂY GIÓ THONG DONG

Mẹ về mây gió thong dong
Như ngàn cánh hạc bay trong ráng chiều
Bãi bờ lau sậy đìu hiu
Thèm nghe mấy tiếng sáo diều ấu thơ.
Bồng bềnh bèo dạt ngẩn ngơ
Qua bao giông bão ngoại chờ bên sông
Hồn quê sâu nặng hương đồng
Cánh cò lặn lội vẫn không thấy về.
Bụi trần ngàn dặm sơn khê
Bao dung lòng mẹ vỗ về lòng tôi
Yêu thương chảy một dòng thôi
Ngọt như sữa cũ thuở nôi còn hồng.
Những mùa giáp hạt khô đồng
Tảo tần năm tháng lưng còng sờn vai
Bàn tay thô ráp ai hay
Tôi đi qua tuổi thơ ngây nghẹn ngào.
Tiếng cười giấu mãi niềm đau
Thời gian nhuộm trắng tóc sâu còn gì
Thong dong sương khói mẹ đi
Thành làn mây trắng thầm thì bên tôi.

Ta tìm trong sâu thẳm
Đâu khói bếp quê nhà
Buốt lòng mình đến vậy
Vườn cà còn tím hoa?
Chân cầu nước vẫn chảy
Thời gian quá vô tình
Với tay chưa kịp hái
Sao rụng trước bình minh.
Giữa dòng đời nghiệt ngã
Tiếng gọi nào yêu thương
Mẹ như vầng trăng tỏ
Sáng một trời quê hương.

NGUYỄN AN BÌNH

Chi rứa con?

HẠNH THUẦN

(Viết sau Chung thất của Me tôi)

Thế là Me đã xa chúng con, xa chốn trần gian mà Me đã trọn duyên một đời người. Những lễ cúng thất cứ lần lượt diễn ra, đánh dấu những ngày chúng con mồ côi mẹ càng dài thêm, chất chồng bao nỗi nhớ.

Mọi người đã trầm trồ khi biết Me bách tuế, một tuổi đời thuộc hàng thượng thọ. Và ai cũng khuyên chúng con nên bớt đau buồn, mà cần tập trung niềm hiếu hạnh để cầu nguyện cho Me được siêu thoát…

Nhưng vì, con là một trong hai đứa con được gần gũi Me những ngày cuối đời, con không thể ngày một ngày hai nguôi ngoai nỗi thống khổ trong tâm trí. Nhìn quanh, biết bao là kỷ niệm, là bóng dáng của Me trong nếp sinh hoạt hằng ngày. Nhớ da diết, nếu không muốn nói là quay quắt, Me ơi! Con cứ nhường cho em gái bưng mâm cơm cúng Me mỗi buổi trưa trong 49 ngày của Me. Nếu con làm việc này, chắc chắn con sẽ lệ nhoà cả đôi mắt vì chưng con quá yếu đuối, bi luỵ. Con khóc vì nhớ trước kia và cũng mới đây thôi, khi con thưa với Me câu quen thuộc "Mời Me thời cơm!" Me đã nhẹ vén cửa mùng, nhìn lên cái đồng hồ treo tường rồi hỏi con: "Chi rứa con? Mấy giờ rồi?... Ăn trưa hay ăn tối đây con?" Chất giọng nhẹ nhàng đó cứ ngân mãi trong đầu óc con, có thể sẽ là âm hưởng hạnh phúc cho con đến hết cuộc đời. Rồi, con lại nhớ như in dáng Me ngồi lặng lẽ, thưởng thức những bữa ăn nhẹ, phù hợp với tạng người mình hạc xương mai, đủ bốn thời sáng – trưa – chiều – tối.

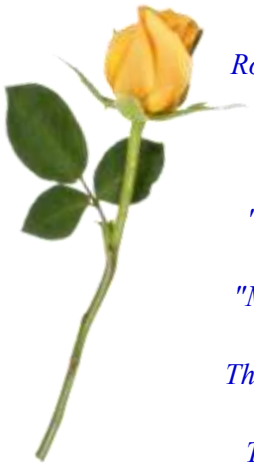
Đôi khi hai chị em con tìm cách khích lệ Me, giúp Me thấy vui mà chịu dùng hết thực phẩm dọn cho Me. Chị em con làm trò quảng cáo, cầm lên từng món giới thiệu với Me: Nào là món váng sữa của nước Đức, món bánh ga-tô hiệu US, hộp bơ nhập từ Pháp… Me cười theo chúng con, niềm vui thể hiện qua ánh mắt, rồi khen một câu: "Hay quá hỉ, bây giờ ở một chỗ mà có đủ thứ trên đời!" Chúng con biết Me đang nhớ lại, trong đầu óc vẫn còn minh mẫn hiếm có, cả một thời thiếu thốn kéo dài khi con cái còn cơ cực, đất nước còn nghèo. Ăn uống kham khổ, làm gì mơ đến đồ ngoại nhập! Me đã dạy chúng con, vì Ba mất đã lâu, chữ tri túc, tinh thần nhẫn nại trong mọi hoàn cảnh. Nương bóng từ, dù ở nơi đâu, chúng con cũng thực hành kham nhẫn để vượt qua mọi khổ ải lẫn cám dỗ. Nhờ vậy, cho đến hôm nay, chúng con hạnh phúc vì đã chưa từng làm điều gì trái khoáy khiến Me phải lo lắng, đau lòng xót dạ mỗi khi nghĩ đến từng đứa con.

Bây giờ, nhà huyên quạnh quẽ, con đi ra đi vào với tâm tưởng luôn nhớ thương Me. Con tin rằng, khi gặp điều chi rắc rối, khổ sở, đau thương… con sẽ thầm gọi "Me ơi! Me ơi!" Me sẽ trả lời, từ một nơi thật xa, thật cao và rất An Lành: "Chi rứa con?"

(Tháng 9-2020)

THIỀN SƯ VÀ MẸ

Ngài giờ là một thiền sư,
Cha ngài từ thuở giã từ trần gian
Ngài còn đang ở đạo tràng
Học thiền, tắm gội ánh vàng Thế Tôn,
Mẹ già lâm cảnh cô đơn
Cho nên ngài phải kề luôn bên bà
Luôn trông kỹ, chẳng rời xa
Lúc vào tịnh thất, khi ra thiền đường,
Mẹ con quấn quýt thân thương;
Riêng nơi tu viện chư tăng quây quần
Mẹ ngài không thể ở gần
Nên ngài cất một thảo am cho bà
Ngay trong vùng cũng không xa
Tới lui chăm sóc, vào ra đỡ đần.
Kiếm tiền sinh sống độ thân
Ngài nào quản ngại nhận phần chép thuê
Chép kinh kệ, luyện tay nghề
Lo sao cho mẹ mọi bề được yên.
Ngài thường đi chợ làng bên
Mua cho mẹ cá, đâu phiền hà chi,
Người ta mai mỉa cười chê:
"Ông thầy phá giới, còn gì tu thân!"
Ngài nghe nhưng chẳng quan tâm
Tuy nhiên mẹ lại vô ngần buồn đau
Thấy con mang tiếng biết bao
Vì mình ăn mặn, ai nào cảm thông.
Sau cùng mẹ quyết một lòng
Theo con nương chốn "cửa Không" an lành
Ăn chay, xuống tóc, tu hành
Con tu mẹ cũng trở thành ni cô.
Thiền sư thích nhạc vô bờ
Ngón đàn thầy đã dạy cho nhiều người,
Mẹ ngài đàn cũng biết chơi
Nhiều đêm thanh vắng ngoài trời sáng trăng
Mẹ con hứng chí hoà đàn
Tiếng đàn trầm bổng âm vang nhịp nhàng.
Một đêm có khách đi ngang
Dừng chân nghe tiếng nhạc vàng vẳng xa
Lòng cô xúc động chan hoà
Cô mời ngài đến thăm nhà đêm sau
Mong nghe đàn giữa canh thâu,

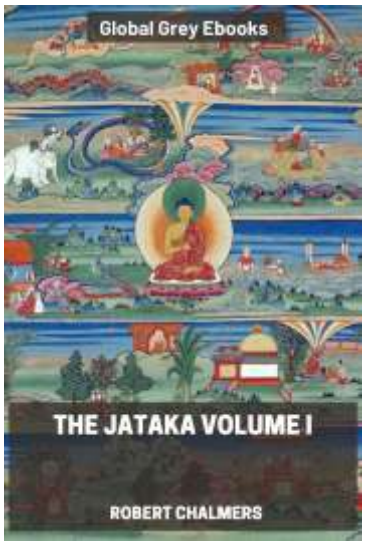


Nhận lời chơi nhạc ngài đâu ngại ngần.
Ít ngày ngài gặp giữa đường
Cám ơn cô gái chẳng vương ý gì,
Người ta chế nhạo cười chê:
"Sư quen gái đứng đường! Kỳ lạ thay!"
Thiền sư rời mẹ một ngày
Đi xa diễn thuyết, đó đây thỉnh mời
Vài tháng sau về tới nơi
Mới hay tin mẹ qua đời vừa đây,
Báo tin ngài rõ khó thay
Xa xôi cách trở ai hay chốn nào
Người quen chẳng biết tính sao,
Đúng ngày tang lễ ngài vào kịp bên
Thiền sư bước đến lặng yên,
Rồi dùng thiền trượng gõ lên quan tài
Người ta nghe tiếng của ngài:
"Mẹ ơi! Con mẹ về nơi đây rồi!"
Thay cho mẹ ngài trả lời:
"Con về mẹ cảm thấy vui vô cùng!"
Tự ngài lại cất tiếng mừng:
"Mẹ ơi! Con cũng vui không kém gì!"
Quay qua người đứng quanh kia
Thiền sư nói: "Chẳng còn chi phải chờ
Lễ tang tốt đẹp vô bờ
Thi hài chôn cất, thế là xong xuôi!"
Thiền sư sống đến già đời
Tháng năm chồng chất tuổi trời thật mau
Biết mình chẳng sống thêm lâu
Ngài kêu đệ tử họp vào sáng nay
Nói rằng đến buổi trưa này
Là ngài viên tịch! Từ đây vắng ngài!
Ngài dâng hương, khói chơi vơi!
Trước di ảnh mẹ và người thầy xưa
Ngài bèn viết một bài thơ
Tâm tư dàn trải trên tờ giấy hoa:
"Trong năm mươi sáu năm qua
Sống cho tốt đẹp đời ta góp phần
Lang thang khắp nẻo dương trần
Tiếng mưa giờ chẳng còn ngân rì rào
Mây đang trôi khuất tầng cao
Trăng tròn xuất hiện trên bầu trời xanh"
Các môn đệ đứng vây quanh
Tiễn thầy bằng tiếng tụng kinh nguyện cầu.

TÂM MINH NGÔ TẰNG GIAO

(thi hóa, phỏng theo Shoun and His Mother
trong tập truyện văn xuôi 101 ZEN STORIES của Nyogen Senzaki và Paul Reps)

BẢN SANH: TRUYỆN 11
JATAKA TALES: STORY 11



Nguyên bản: Pali

Anh dịch: ROBERT CHALMERS và ĀNANDAJOTI BHIKKHU

Việt dịch và rút ngắn: ***Nguyên Giác***

J11. Lakkhana Jātaka -- Con nai may mắn

Tóm tắt: *Đề Bà Đạt Đa ra đi cùng 500 đệ tử, và Đức Phật đã phái Tôn giả Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên đến để đưa họ trở về. Sau đó, Đức Phật kể một câu chuyện về việc trong quá khứ, Đề Bà Đạt Đa, vì bất cẩn, đã đánh mất đàn gia súc mà ông đang chăn dắt, trong khi Xá Lợi Phất đã cứu sống tất cả.*

Một lần nọ, Đề Bà Đạt Đa, một người anh em họ và cũng là đối thủ của Đức Phật, đã thuyết phục năm trăm vị sư rời bỏ tăng đoàn và theo y. Họ lên đường đến Gaya-sisa, một nơi nổi tiếng với những thực hành khổ hạnh khắc nghiệt. Tuy nhiên, giáo lý của Đề Bà Đạt Đa có nhiều khiếm khuyết, và các vị sư sớm nhận ra sai lầm của mình. Nhận thấy sự thay đổi trong tâm hồn họ, Đức Phật quay sang vị đệ tử chính của Ngài, Xá Lợi Phất, một vị sư nổi tiếng với trí tuệ và lòng từ bi. "Xá Lợi Phất," Đức Phật nói, "Năm trăm vị sư đó giờ đã sẵn sàng cho sự dẫn dắt chân chính. Hãy đến với họ, dạy họ Pháp và đưa họ trở về với giáo đoàn."

Xá Lợi Phất, cùng với các đệ tử, đã đến Gaya-sisa. Ngài đã nói chuyện với những vị sư lạc lối, làm sáng tỏ giáo lý của Đức Phật và dẫn dắt họ trở về với con đường chân chính. Tràn đầy niềm tin mới, họ cùng Xá Lợi Phất trở về Trúc Lâm.

Khi các vị sư khác chứng kiến sự trở về vẻ vang của Xá Lợi Phất cùng năm trăm vị sư, họ bắt đầu ca ngợi Ngài. "Vinh quang của Xá Lợi Phất tỏa sáng rực rỡ, vì ngài đã trở về với một đoàn tùy tùng đông đảo, trong khi Đề Bà Đạt Đa thì chẳng có gì."

Đức Phật nghe được lời khen ngợi của họ và nói: "Đây không phải lần đầu tiên điều này xảy ra. Trong một kiếp trước, Xá Lợi Phất cũng là người thông thái và đã trở về với đàn nai của mình, trong khi Đề Bà Đạt Đa thì ngu ngốc và mất hết đàn nai của y." Nói xong, Đức Phật kể một câu chuyện từ một kiếp trước.

Ngày xửa ngày xưa, một con nai đực khôn ngoan chăn một đàn nai một ngàn con gần Rajagaha. Ngài có hai người con trai, Luckie và Blackie. Khi con nai già đi, ngài chia đàn nai ra, giao năm trăm con cho mỗi người con chăn dắt.

Khi mùa gặt đến gần, con nai già khôn ngoan cảnh báo các con trai của mình rằng rừng sẽ trở nên nguy hiểm. "Dân làng sẽ đặt bẫy để bảo vệ mùa màng. Các con phải dẫn đàn nai của mình lên núi và chỉ trở về sau khi mùa gặt kết thúc."

Luckie, người con trai khôn ngoan và tháo vát, đã nghe theo lời cảnh báo của cha mình. Nai này chỉ di chuyển đàn vào ban đêm, tránh mọi ngôi làng và những con đường nguy hiểm. Nhờ di chuyển hết sức cẩn thận, không một con nai nào bị mất. Tuy nhiên, Blackie lại liều lĩnh và dại dột. Nai này dẫn đàn nai của mình đi suốt ngày đêm, kể cả sáng sớm và chiều tối, thời điểm thợ săn hoạt động mạnh nhất. Y đã không tránh xa các ngôi làng, dẫn đến việc đàn nai bị tàn sát. Y đến vùng núi chỉ còn lại một vài con sống sót.

Sau bốn tháng, vụ thu hoạch đã hoàn tất, và đã đến lúc quay trở về. Một lần nữa, Luckie lại dẫn đàn nai trở về với sự thận trọng như trên đường đi. Nai này trở về với cha mình cùng với cả năm trăm con nai. Tuy nhiên, Blackie lại lặp lại sai lầm và trở về mà không có một con nào.

Khi nai già nhìn thấy các con mình, nai già đọc thơ cho đàn nai nghe: "Người đàn ông chính trực và nhân hậu đã được đền đáp. Hãy nhìn Luckie, người đã mang cả đàn nai trở về, trong khi Blackie lại mất hết tất cả."

Cuối bài giảng, khi Đức Thế Tôn nhắc lại rằng sự vinh quang của Xá Lợi Phất và sự mất mát của Đề Bà Đạt Đa đều có điểm tương đồng trong quá khứ, Ngài đã chỉ ra mối liên hệ giữa hai câu chuyện và xác định Tiền Thân bằng cách nói: "Đề Bà Đạt Đa là Blackie thời đó; đệ tử của ông là đệ tử của Blackie; Xá Lợi Phất là Luckie thời đó, và đệ tử của ông là đệ tử của Đức Phật; mẹ của La Hầu La là nai mẹ của thời đó; và chính ta là nai cha."

Câu chuyện dạy chúng ta rằng trí tuệ và đức hạnh dẫn đến sự sung túc, trong khi vô minh và

tham lam chắc chắn dẫn đến sự hủy diệt. Bài học này đúng trong mọi kiếp sống.

.... o ....

J11. Lakkhana Jātaka -- The Lucky Deer

Summary: *Devadatta goes off with 500 disciples, and the Buddha sent Vens. Sāriputta and Moggallāna to bring them back to the fold. He then tells a story where in the past Devadatta, through carelessness, had lost the herd he was in charge of, while Sāriputta had preserved all alive.*

Once, Devadatta, a cousin and rival of the Buddha, convinced five hundred monks to leave the order and follow him. They departed for Gaya-sisa, a place known for its harsh ascetic practices. However, Devadatta's teachings were flawed, and the monks soon realized their error. Observing their change of heart, the Buddha turned to his chief disciple, Sariputta, a monk renowned for his wisdom and compassion. "Sariputta," the Buddha said, "those five hundred monks are now ready for true guidance. Go to them, teach them the Dharma, and bring them back to the fold."

Sariputta, accompanied by his followers, went to Gaya-sisa. He spoke with the wayward monks, clarifying the Buddha's teachings and guiding them back to the true path. Filled with renewed faith, they returned with Sariputta to the Bamboo Grove.

When the other monks saw Sariputta's triumphant return with five hundred monks, they began to praise him. "Sariputta's glory shines brightly, for he has returned with a great following, while Devadatta has none."

The Buddha overheard their praise and said, "This is not the first time this has happened. In a past life, Sariputta was also wise and returned with his flock, while Devadatta was foolish and lost all of his." With that, the Buddha shared a story from a past life.

A long time ago, a wise stag led a herd of a thousand deer near Rajagaha. He had two sons, Luckie and Blackie. When the stag grew old, he divided the herd, giving five hundred deer to each son to lead.

As the harvest season approached, the wise old stag warned his sons that the forests would become dangerous. "Villagers will set traps and snares to protect their crops. You must lead your herds to the mountains and return only after the harvest is over."

Luckie, the wise and resourceful son, heeded his father's warning. He moved his herd only at night, avoiding all villages and dangerous paths. Traveling with excellent care, not a single deer was lost. Blackie, however, was reckless and foolish. He led his herd at all hours, including morning and evening when hunters were most active. He failed to steer clear of the villages, leading to the decimation of his herd. He arrived in the mountains with only a few survivors.

After four months, the harvest was complete, and it was time to return. Once again, Luckie led his herd back with the same caution he had shown on the way there. He returned to his father with all five hundred deer. Blackie, however, repeated his mistakes and arrived back without a single one.

When the old stag saw his sons, he spoke in verse to the herd, saying, "The upright and kind man has his reward. Look at Luckie, who has brought back his entire flock, while Blackie has lost every single one."

At the close of his lesson, when the Master had repeated that Sariputta’s glory and Devadatta’s loss both had parallels in bygone days, he showed the connection linking the two stories together and identified the Birth by saying, “Devadatta was the Blackie of those days; his followers were Blackie’s followers; Sariputta was the Luckie of those days, and his followers were the Buddha’s followers; Rahula’s mother was the mother of those days; and I myself was the father.”

The story teaches us that wisdom and virtue lead to abundance, while ignorance and greed inevitably result in ruin. This lesson holds true across all lifetimes.

GĐPTVN – Cần Một Cuộc Tái Định Hướng Giáo Dục Sâu Sắc trong Thời Đại AI

Tâm Thường Định

Một nền văn minh đang hình thành trước mắt nhân loại với tốc độ chưa từng có trong lịch sử. Chỉ trong vài năm ngắn ngủi, trí tuệ nhân tạo đã bắt đầu thay đổi cách con người học tập, làm việc, giao tiếp, sáng tạo, tư duy và cả cảm nhận về chính mình. Những điều từng được xem là thành quả độc quyền của trí tuệ con người – viết văn, hội họa, nghiên cứu, giảng dạy, dịch thuật, sáng tác âm nhạc, phân tích dữ liệu – giờ đây đang dần được máy móc thực hiện với tốc độ vượt xa khả năng tự nhiên của con người.

Nhưng phía sau bước tiến rực rỡ ấy không những là một cuộc cách mạng công nghệ. Đó là một cuộc khủng hoảng âm thầm của nhân tính.

Tri thức trở nên dễ dàng hơn, nhưng chiều sâu nhận thức lại mong manh hơn. Con người kết nối nhiều hơn, nhưng cô đơn hơn. Thông tin tràn ngập hơn, nhưng khả năng phân định thật – giả, thiện – ác, chánh kiến – tà kiến lại suy giảm nghiêm trọng. Một thế hệ có thể tiếp cận gần như toàn bộ kho dữ liệu nhân loại chỉ qua một màn hình nhỏ, nhưng đồng thời cũng dễ dàng đánh mất khả năng lắng nghe chính mình, đánh mất sự tĩnh lặng nội tâm và đánh mất ý nghĩa sống giữa một thế giới vận hành bằng tốc độ.

Đó không còn là câu chuyện riêng của ngành công nghệ. Đó là vấn đề của giáo dục. Và sâu xa hơn nữa, là vấn đề của sự tồn tại tinh thần con người trong thời đại mới.

Trong bối cảnh ấy, Gia Đình Phật Tử Việt Nam nói chung đang đứng trước một bước ngoặt đặc biệt của lịch sử giáo dục tuổi trẻ.

Bởi chưa bao giờ câu hỏi về mục đích giáo dục lại trở nên cấp bách và quan trọng như hôm nay.

Nếu giáo dục chỉ nhằm cung cấp kiến thức, thì trí tuệ nhân tạo sẽ làm tốt hơn rất nhiều. Nếu giáo dục chỉ nhằm đào tạo kỹ năng, thì máy móc sẽ thay thế ngày càng nhanh. Nếu giáo dục chỉ dừng ở khả năng ghi nhớ và tái lập dữ kiện, thì con người sẽ dần đánh mất ưu thế của chính mình.

Nhưng GĐPT vốn không bao giờ tồn tại chỉ để truyền đạt kiến thức.

Từ căn bản hình thành, lý tưởng của GĐPT luôn đặt trên một cứu cánh khác sâu hơn đó là chuyển hóa nội tâm con người thông qua giáo dục Phật giáo. Không phải đào tạo những bộ óc chứa đầy dữ kiện mà nuôi lớn những con người biết sống tỉnh thức, biết phụng sự, biết thương yêu, biết chịu trách nhiệm trước tha nhân và biết giữ được phẩm chất người giữa cuộc đời đầy biến động.

Chính vì vậy, AI không phải là dấu chấm hết của GĐPT. Trái lại, thời đại AI đang buộc GĐPT phải trở về một cách mạnh mẽ hơn với bản chất giáo dục cốt lõi của mình.

Tuy nhiên, trở về không đồng nghĩa với bảo thủ.

Một trong những nguy cơ lớn nhất của các tổ chức giáo dục truyền thống là tưởng rằng giữ nguyên mô hình cũ chính là giữ truyền thống. Nhưng lịch sử cho thấy mọi truyền thống nếu không đủ năng lực đối thoại với thời đại đều sẽ dần bị đẩy ra bên lề lịch sử.

Điều đáng lo không phải tuổi trẻ sử dụng AI. Điều đáng lo là tuổi trẻ đánh mất khả năng tự tư duy, tự quán chiếu và tự trưởng thành bằng trải nghiệm thật. Khi mọi câu trả lời đều có thể được tạo ra tức thời, con người sẽ dần lười đặt câu hỏi. Khi mọi bài viết đều có thể được sản xuất trong vài giây, người ta sẽ ít còn đủ kiên nhẫn để nghiền ngẫm, phản tỉnh và trưởng thành từ chính những va chạm nội tâm.

Một xã hội mà kiến thức tăng trưởng nhưng chiều sâu tâm hồn suy kiệt sẽ trở thành một xã hội nguy hiểm. Bởi công nghệ càng mạnh mà nội tâm càng rỗng, thì khổ đau của con người sẽ càng tinh vi hơn.

Cho nên, vấn đề của GĐPT hôm nay không phải là có nên dùng AI hay không mà là phải chuẩn bị cho tuổi trẻ năng lực gì để bước vào nền văn minh AI mà không đánh mất chính mình.

Đó phải là một cuộc tái định hướng giáo dục sâu sắc.

Trước hết, GĐPT cần nhìn lại triết lý đào tạo của mình. Phần lớn mô hình huấn luyện hiện nay vẫn còn mang dấu ấn của thời đại thông tin khan hiếm chỉ để học thuộc, nghe giảng, ghi nhớ và tái lập kiến thức. Nhưng trong thời đại AI, điều ấy không còn là trọng tâm nữa.

Điều thế giới tương lai thiếu không phải là người biết nhiều. Thứ nhân loại thiếu sẽ là những con người có khả năng sống sâu, nghĩ sâu và giữ được nhân tính giữa một nền văn minh vận hành bằng thuật toán.

Cho nên, toàn bộ chương trình giáo dục trường kỳ của GĐPT cần được chuyển dần từ mô hình truyền đạt kiến thức sang mô hình đào luyện năng lực sống tỉnh thức. Điều này đòi hỏi một cấu trúc giáo dục mới.

Yếu tố đầu tiên phải là đào luyện nội tâm

Đây không những là học giáo lý để trả bài hay tụng niệm như nghi thức sinh hoạt. Phật pháp cần trở thành phương pháp sống cụ thể cho tuổi trẻ trong thời đại số.

Tuổi trẻ hôm nay đang đối diện với những khủng hoảng chưa từng có bao gồmnghiện dopamine số, lệ thuộc mạng xã hội, khủng hoảng căn tính, cô đơn kéo dài, lo âu vô hình, mất khả năng tập trung và đánh mất chiều sâu cảm xúc… Những điều ấy không thể giải quyết chỉ bằng vài bài giảng lý thuyết.

Cho nên, chương trình giáo dục GĐPT cần đưa vào những thực tập rất thực tế:

– chánh niệm trong đời sống số,
– quản trị cảm xúc,
– thực tập im lặng,
– khả năng lắng nghe,
– nhận diện cô đơn,
– đối diện thất bại,
– chuyển hóa sân hận,
– nghệ thuật buông bỏ,
– sống tối giản,
– tiêu thụ có ý thức,
– và khả năng trở về với chính mình.
…

Các khóa huấn luyện cần có giờ tĩnh lặng, thiền hành, nhật ký tự quán, lao tác tập thể, sinh hoạt không điện thoại, đối thoại nội tâm và phục vụ cộng đồng thực tế. Không đơn thuần chỉ học về từ bi mà phải sống trong môi trường nuôi lớn từ bi.

Yếu tố thứ hai phải là năng lực tư duy và nhận thức thời đại

Đây là lãnh vực mà GĐPT lâu nay còn khá yếu.

Một tổ chức giáo dục không thể đào tạo tuổi trẻ chỉ biết vâng lời mà thiếu khả năng suy nghĩ độc lập. Trong thời đại AI, nơi thông tin giả, thao túng truyền thông và cực đoan hóa nhận thức lan tràn từng ngày, khả năng phân định sẽ trở thành một năng lực đạo đức.

Cho nên, GĐPT cần mạnh dạn đưa vào chương trình huấn luyện những chủ đề từng bị xem là "ngoài đời":

– AI và tương lai nhân loại,
– đạo đức công nghệ,
– thuật toán mạng xã hội,
– thao túng cảm xúc tập thể,
– phân biệt thông tin thật – giả,
– tư duy phản biện trong tinh thần Phật giáo,
– chủ nghĩa tiêu thụ,
– khủng hoảng bản ngã thời kỹ thuật số,
– chiến tranh truyền thông,
– và trách nhiệm công dân trong xã hội toàn cầu.

…

Điều quan trọng không phải để biến đoàn sinh thành chuyên gia công nghệ. Mà để tuổi trẻ đủ khả năng sống tỉnh táo giữa một thế giới đầy thao túng vô hình.

Song song đó, cần tập cho tuổi trẻ biết:

– đặt câu hỏi,

– tranh luận văn minh,

– phản biện mà không công kích,

– đối thoại với sự khác biệt,

– và học cách tìm chân lý thay vì bảo vệ bản ngã.

Đó mới là tinh thần học Phật chân chính.

Yếu tố thứ ba phải là khả năng sống cộng đồng và phụng sự

AI càng phát triển, con người càng dễ cô lập. Những tương tác "ảo" sẽ dần thay thế những kết nối thật. Một thế hệ có thể trò chuyện với màn hình hàng giờ nhưng không biết lắng nghe một con người thật đang đau khổ trước mặt mình.

Cho nên, GĐPT cần trở thành một trong số rất ít môi trường còn giữ được năng lực "sống người" đúng nghĩa.

Điều đó đòi hỏi phải phục hồi mạnh mẽ:

– đời sống tập thể,

– lao tác chung,

– công tác xã hội,

– chăm sóc người già,

– giúp đỡ cộng đồng,

– sống gần thiên nhiên,

– kỹ năng giải quyết xung đột,

– tinh thần hy sinh,

– và nghệ thuật làm việc chung.

Trong tương lai, thế giới có thể không thiếu những người cực kỳ thông minh kỹ thuật. Nhưng sẽ rất thiếu những con người biết cộng tác, biết nhẫn nhịn, biết phụng sự và biết sống vì người khác.

Đó lại chính là điều GĐPT có khả năng đào tạo nếu đủ dũng cảm thay đổi mô hình sinh hoạt của mình.

Yếu tố thứ tư phải là căn tính văn hóa và chiều sâu Việt Nam

AI và toàn cầu hóa kỹ thuật số sẽ đẩy nhân loại vào một tiến trình đồng hóa rất mạnh. Ngôn ngữ, văn hóa, thẩm mỹ, lối suy nghĩ và cả cảm xúc con người sẽ ngày càng bị chuẩn hóa bởi thuật toán toàn cầu.

Nếu không cẩn thận, vài thế hệ nữa có thể vẫn còn người Việt nhưng không còn hồn Việt.

Cho nên, việc giữ tiếng Việt, lịch sử dân tộc, văn học Việt Nam, âm nhạc Lam, lễ nghi truyền thống, đạo hiếu và lịch sử Phật giáo Việt Nam… không còn là chuyện hoài cổ. Đó là bảo vệ nền tảng căn tính tinh thần cho tuổi trẻ giữa một nền văn minh phi biên giới.

Và chính từ đó, các khóa huấn luyện Huynh trưởng như A Dục, Lộc Uyển, Huyền Trang, Vạn Hạnh… cũng cần được tái định nghĩa.

Không thể chỉ còn là nơi học bài, thi cử và hoàn thành đề tài.

Mà phải trở thành:

– nơi đào luyện nhân cách,

– trung tâm tư duy Phật giáo hiện đại,

– môi trường thực tập lãnh đạo tỉnh thức,

– và môi trường thí nghiệm giáo dục tuổi trẻ trong thời đại AI.

Một Huynh trưởng tương lai không những cần biết điều hành đơn vị. Mà phải đủ năng lực trở thành:

– người hướng dẫn tinh thần,

– nhà giáo dục cộng đồng,

– người hiểu tuổi trẻ,

– người biết đối thoại với thế giới hiện đại,

– và quan trọng nhất, là người giữ được sự bình an nội tâm giữa thời đại đầy bất an.

Bởi rốt cùng, điều nhân loại khủng hoảng nhất trong thời đại AI sẽ không phải là thiếu công nghệ nhưng là thiếu con người.

– Thiếu những con người biết dừng lại giữa tốc độ.

– Thiếu những con người còn khả năng lắng nghe.

– Thiếu những con người có chiều sâu tâm hồn.

– Thiếu những con người biết yêu thương mà không tính toán.

– Thiếu những con người đủ tỉnh thức để không bị công nghệ dẫn dắt ngược lại.

Nếu GĐPT hiểu được điều ấy, thì thời đại AI sẽ không làm tổ chức lạc hậu.

Ngược lại, chính thời đại này có thể trở thành cơ hội lớn nhất để GĐPT xác định lại vai trò lịch sử của mình, đó là không giới hạn chỉ là một đoàn thể sinh hoạt thanh thiếu niên Phật giáo, mà là một môi trường giáo dục con người toàn diện – nơi tuổi trẻ học cách trở thành một con người đúng nghĩa giữa một nền văn minh đang ngày càng nhân tạo hóa mọi thứ chung quanh mình.

Phật lịch 2570 – Mùa Tỉnh Thức 2026

TÂM THƯỜNG ĐỊNH Bạch Xuân Phẻ

MẸ LÀ BÓNG MÂY XƯA

Nắng vẫn vàng áo lụa
Mây mãi là mây xưa
Mẹ còn xanh dáng núi
Trong con suốt bốn mùa.

Mưa dầm đêm tháng bảy
Thì thầm lạnh mùa ngâu
Giọt mưa thành giọt lệ
Thấu tình mẹ thâm sâu.

Đóa hồng cài lên ngực
Hoa nhắc gì mẹ ơi
Mặt trời giờ đã khuất
Hoàng hôn tím vừa rơi.

Thương mấy bờ lau trắng
Đời chia bao ngả sông
Buồn dâng lên khóe mắt
Bên trời Người biết không?

Những ai đang còn mẹ
Xin một đời bao dung
Bầu trời đêm ai kể
Sao lấp lánh muôn trùng.

Đâu cây cao bóng cả
Mẹ về trong giấc mơ
Nghĩa ân nào sánh được
Buồn vui những ngày thơ.

CỎ DẠI

Mười năm qua sông
Bước chân phiêu lãng
Một trời mây trắng
Lững lờ về đâu

Trăng nước bể dâu
Buồn hơn cỏ dại
Chiều hôm hoang hoải
Vàng úa trên đồi

Tiếng hát mẹ tôi
Trôi vào xa vắng
Bãi bờ hiu quạnh
Hạnh phúc buồn vui

Bếp lửa hồng tươi
Bập bùng ngắn ngủi
Phải đâu đá cuội
Lặng cùng tháng năm.

Đẹp hơn trăng rằm
Bao la tình mẹ
Bao năm vẫn thế
Tháng bảy mùa ngâu

Hoa rụng bên cầu
Nước đi mê mải
Đời tôi cỏ dại
Ngủ dưới chân người.

Thơ

TÔN NỮ MỸ HẠNH

Nguyện cầu Phật lực Từ Bi

LÃNG THANH

Mọi thứ từ từ rời bỏ má: Những đứa con lớn lên rời đi xa, những đứa cháu lên thành học và làm việc, những tế bào thân xác hao hụt không sao bù lại được, những ký ức trong trí nhớ cũng dần vơi…

Nhờ Facetime để nói chuyện với má mỗi ngày, nhìn má tiều tụy mà lòng xót xa không sao ngăn được nước mắt chảy vào trong. Đôi mắt má thất thần vô cảm, không còn nụ cười hay sự vui mỗi khi má con gặp nhau. Ánh mắt má lạc vào cõi xa xăm nào đấy chứ không nhìn vào thực tại. Má nói giống như một cái máy, nói mà dường như không biết nói gì, nói lộn xộn lấy râu ông nọ cắm cằm bà kia. Chưa đầy một năm, kể từ ngày về gặp má ấy vậy mà giờ má khác đến độ không thể nhận ra: Thân xác gầy hao xơ xác, trí nhớ sa sút một cách không tin nổi. Đành rằng cái lý vô thường là vậy, nhưng sao ở má mọi sự suy sụp nhanh như thế? Ngoài lẽ tự nhiên ra, còn có phần do tác dụng phụ của thuốc điều trị ung thư chăng? Chúng đã tàn phá sức khỏe và tâm trí má.

Má ơi! Thương má mà không làm sao được, con sống xa vạn dặm, muốn cầm tay má, ôm má, chăm sóc má mà không thể.

Thời gian dựng nên rồi thời gian phá hủy đi, giờ cái lý thuyết thành – trụ - hoại – không hay sanh – trụ - dị - diệt ra để mà tự an ủi. Má đang trên đà hoại diệt, tuy nhiên cái quá trình này xảy ra quá nhanh đối với má. Nhiều cụ già khác còn lớn tuổi hơn nhưng trông phương phi khỏe mạnh và minh mẫn, có lẽ vì nhờ phước báo lớn hơn. Con người sinh ra là quả đã chín nghiệp thành, việc tác ý – nói năng – hành động trong hiện tại sẽ cho cái quả mai sau, cái quả hiện tại do cái nhân quá khứ thì phải chịu thôi chứ không có thể thay đổi dược nữa. Đừng nói rằng má hay con mà bất cứ ai cũng thế thôi, ngay cả đức Phật và các vị A La Hán cũng không khác được.

Ung thư hay mất trí nhớ là nghiệp, những lý do như: căng thẳng thần kinh, ô nhiễm môi trường, thức ăn nhiễm hóa chất độc hại, đột biến gene… chỉ là duyên. Bằng chứng là cùng một môi trường sống như thế nhưng chỉ có một số ít người bị. Có những người cực giàu sang, thượng lưu sống trong môi trường tốt nhất thế gian vẫn bị ung thư hay mất trí nhớ. Cựu tổng thống hùng mạnh nhất của Mỹ là ông Ronald Reagan vẫn bị mất trí nhớ trong thời gian dài suốt mười năm cuối đời… Má dính vào căn bệnh ung thư và giờ trí nhớ dần dần mất đi. Má giờ chẳng còn nhận thức ung thư là gì, thậm chí cảm giác buồn vui cũng nhạt nhòa. Trí nhớ của má suy giảm hàng ngày, nghiệp lực chăng? Cuộc đời này quả là đau khổ. Người mất trí nhớ không còn biết sướng khổ vậy là hết đau khổ? Không, chính cái sự không biết đau khổ ấy cũng là nỗi khổ đau.

Ông Phật nói những cái khổ: sanh – lão – bệnh – tử - thương phải chia lìa – ghét phải chung đụng – thân và tâm giây vò trong sự mong cầu và chịu đựng, nói chung là thế, nếu phân tích chia chẻ ra thì có đến muôn ngàn nỗi đau khổ, bao nhiêu là khổ sở. Sự mưu cầu, sự thèm khát chính là cái gốc đau khổ, bởi vậy Phật mới dạy buông bỏ, ghét buông xuống đã đành mà thương cũng cần buông nốt, tuy nhiên mức độ thực hành được bao nhiêu là tùy vào năng lực và quyết tâm của mỗi cá nhân, nhìn chung là đại đa số không buông nổi.

Má già yếu, bệnh tật lòng con tràn ngập khổ đau, dù lý thuyết là thế nhưng làm con, làm người thì làm sao không khổ đau? Buông là lý, còn sự thế nào vẫn cứ hành. Con nguyện gánh bệnh thay má nhưng không thể thay được. Biết má già, má bệnh con đau khổ vì thấy má đang khổ đau, mà không làm gì hơn được, chỉ chấp nhận, cầu nguyện và làm việc phước thiện hồi hướng cho má. Đành rằng nghiệp ai nấy mang nhưng trong cộng nghiệp vẫn ảnh hưởng qua lại nên mới hồi hướng được.

Ngày xưa má mang con trong bụng chín tháng mười ngày, nghĩa là mang cả cục nợ nặng nề chừng ấy thời gian. Khi vượt cạn lại một lần đau như xé thân, rồi những năm tháng vất vả mưu sinh để nuôi con cho đến trưởng thành. Đâu đã hết khổ, dựng vợ gả chồng, rồi ngay cả những thị phi của các cuộc hôn nhân của con đem lại cho má thêm phiền não và khổ đau. Con cái trưởng thành những tưởng bớt khổ đau nhưng chính con cái lại bồi thêm khổ cho má. Công lao sức lực một đời của má con chẳng làm được gì để đền đáp, chưa một ngày báo hiếu.

Má ơi! Con thương má nhưng cũng chưa một lần nói thương má, tệ như thế này thì ngôn từ nào bao biện được?

Sức khỏe và trí nhớ của má đang suy sụp từng ngày. Má giờ đi đứng liêu xiêu, ngơ ngác bần thần tâm trí. Bây giờ tiền bạc, của cải cũng chẳng còn ý nghĩa gì với má, nếu ngày trước mong cầu, cất giữ thì giờ má dửng dưng xem như chẳng có giá trị gì. Trí nhớ của má đã nhạt nhòa, tâm trí biểu hiện ra thế, còn sâu trong tạng thức thì không làm sao biết được.

Đời sống một con người vô cùng ngắn ngủi, quanh quẩn vài mươi năm là tàn, bởi vậy đức Phật mới nói là mạng trược. Mấy mươi năm qua cái vèo như một giấc mộng nhưng thời gian mộng đẹp thì ngắn mà thời gian ác mộng thì dài. Trong mấy mươi năm ấy, nếu kẻ hạnh phúc muốn dài thêm thì chẳng được mà người bất hạnh muốn rút ngắn cũng không xong.

Má của con già yếu suy hao, trí nhớ suy giảm, cái may vẫn còn là má còn nhớ mặc áo tràng lên điện Phật niệm Phật mỗi buổi tối. Câu Phật hiệu và Phật vẫn còn trong tâm trí má. Điều này là sự may mắn đáng mừng nhất. Một mai má bỏ xác thân thì thần thức có thể tái sanh vào một cảnh giới tốt đẹp và an lành hơn.

Má ơi! Con thương má, sống xa ngoài vạn dặm trùng dương nhưng trong tâm con lúc nào cũng nhớ má, lúc nào cũng có má. Con bất tài vô dụng không làm được gì cho má, chẳng chăm sóc hay đỡ đần gì cho má… Đất trời chứng giam, quỷ thần biết!

Cầu nguyện ba đời mười phương Phật gia hộ má sống những ngày tháng tuổi già bóng xế an lạc.

Cầu nguyện ba đời mười phương Phật gia hộ má những ngày tháng sắp tới.

Cầu nguyện ba đời mười phương Phật gia hộ má một mai má ra đi.

Ất Lăng thành, 0626

NHỚ MÁ QUÁ MÁ ƠI

Ly cà phê đã nguội
Trời đã có nắng lên
Bên cạnh cái bàn nhỏ
Chiếc ghế nằm chênh vênh

Con ngồi đây với Má
Mà Má đã nơi đâu?
Con nói chuyện với Má
Má có nghe con không?

Con pha cà phê sáng
Không có người khen ngon
Con lấy đầy đĩa bánh
Không có người ngăn con

Pha một bình trà nóng
Để mời ai uống đây?
Gỡ một tờ lịch mới
Còn ai hỏi tháng, ngày?

Trên bàn ăn mỗi buổi
Chỗ cái ghế Má ngồi
Vẫn đôi đủa, cái chén
Má ơi, Má đâu rồi?

Hôm qua con ra chợ
Mua được hủ chao ngon
Món ăn Má ưa thích
Giờ ai hỏi hết, còn?

Con nấu món ăn mới
Đâu còn ai cản ngăn
Ăn món này cho hết
Nấu thêm chi cho dư

Con ngồi đây với Má
Trời đã có nắng lên
Ly cà phê vẫn đó
Má ơi Má đâu rồi?

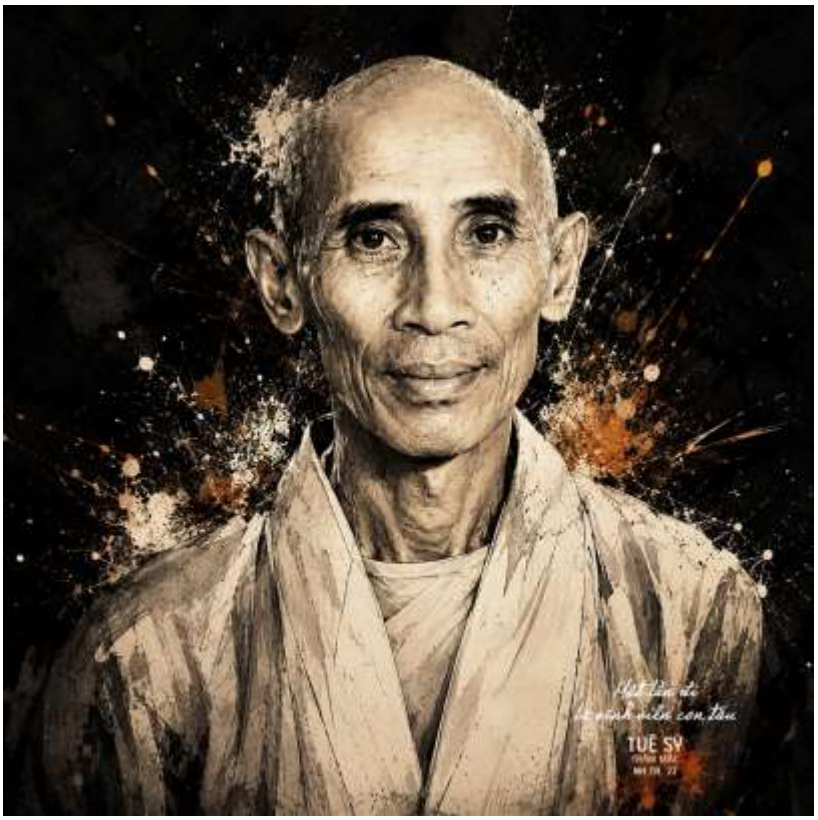
Làm sao ôm Má được?
Nhớ Má quá Má ơi!

Thơ TRỊNH GIA MỸ

Một ước hẹn

"Một ước hẹn đã chôn vùi tang tóc
Cánh chim trời xa mãi giữa lòng sâu
Nghe một nỗi hao mòn trong thoáng chốc
Một mùa thu một vạn tiếng kêu gào
Khuya còn lạnh sương mù và gió lốc
Thở hơi dài cát bụi cuốn chiêm bao
Bên cửa sổ bên kia đồi sao mọc
Một lần đi là vĩnh viễn con tàu
Đi để nhớ những chiều pha tóc trắng
Mắt lưng chừng trông giọt máu phiêu lưu."

- Tuệ Sỹ, Cánh Chim Trời



Đó không chỉ là hình ảnh của một chuyến tàu rời ga. "Con tàu" ở đây đã trở thành biểu tượng của thời gian. Những chuyến đi vẫn còn ngày trở lại, nhưng có những chuyến đi mà ngay khi lăn bánh, quê cũ đã lùi vào ký ức, tuổi trẻ như vừa khép lại và một phần đời không bao giờ có thể quay bước trở lại.

Câu thơ của Thầy không nói đến chia ly, nhưng người đọc nghe rất rõ âm thanh của từ biệt. Không nói đến cái chết, nhưng gợi lên cảm thức về sự mất mát tuyệt đối. Chữ "vĩnh viễn" sâu lắng giữa mấy câu thơ như một dấu chấm của định mệnh. Nó khiến mọi ước hẹn phía trước đều trở thành hồi tưởng.

Nỗi buồn trong thơ không dữ dội. Chỉ là nỗi buồn đã đi qua nước mắt để trở thành sự lặng im. Tựa như lúc ta đứng trên sân ga rất lâu sau khi đoàn tàu vừa khuất bóng, nhưng vẫn còn nghe tiếng bánh sắt và còi hụ vọng về từ một nơi không còn nhìn thấy nữa. Bấy giờ chợt nhận ra điều rời đi không phải là con tàu, nhưng là một phiên bản của chính mình, mãi mãi ở lại phía bên kia của cuộc đời...

HĐ
11.07.2026

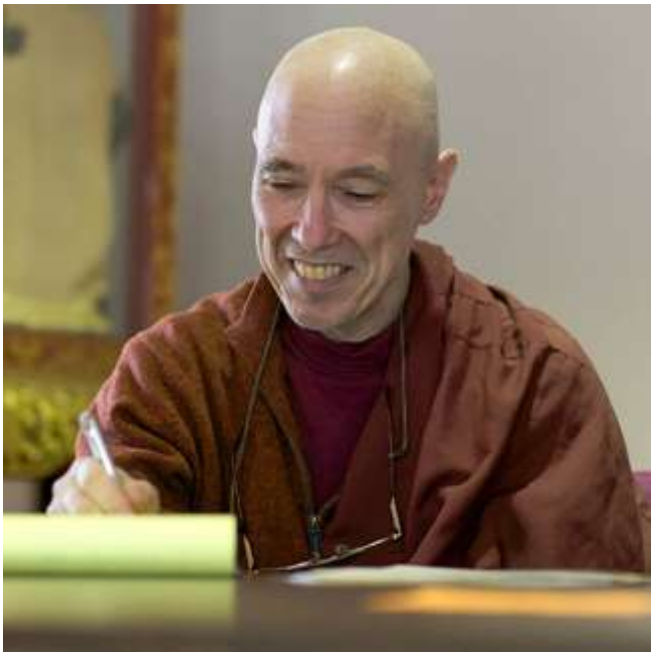
Truyện cực ngắn

STEVEN N.

TỲ KHEO BỒ ĐỀ

Ngài xuất thân từ một gia đình Do Thái ở New York, bẩm sinh rất thông minh, học vấn xuất sắc, đã lấy được bằng cử nhân rồi tiến sĩ nên tương lai rộng mở và tươi sáng. Ấy thế mà không biết vì nhân duyên gì ngài lại từ bỏ truyền thống gia đình mình để xuất gia đầu Phật. Phải dõng mãnh lắm mới làm được việc như thế!

Năm 1967 ngài tu học theo truyền thống đại thừa Việt Nam, đến năm 1973 thì ngài lại xuất gia theo truyền thống Theravada ở Sri Lanka. Ngài vừa đảm nhận biên tập kiêm Chủ tịch Hiệp hội Xuất bản Kinh sách Phật giáo. Cuộc đời hành hoạt của ngài giữ nghiêm giới luật, tinh tấn tu hành, tự lợi lợi tha. Ngài vừa là Chủ tịch Hiệp hội Phật giáo Hoa Kỳ và cũng là người sáng lập tổ chức cứu trợ toàn cầu, suốt bao nhiêu năm nay cứu trợ sự đói nghèo khắp nơi và đề cao nữ quyền, trao quyền cho phụ nữ… Dù việc đạo và việc đời bận rộn nhưng ngài vẫn sắp xếp được thời gian để thuyết pháp trực tiếp và trên hệ thống mạng NET. Những tác phẩm sáng tác và dịch thuật tiêu biểu như: Dịch kinh *Tăng Chi Bộ, Tương Ưng Bộ, Trung Bộ… Hợp tuyển lời Phật dạy, Cẩm nang tổng hợp vi diệu pháp, Bát thánh đạo: con đường chấm dứt khổ đau…*



Tỳ Kheo Boddhi tiếp bước những vị tỳ kheo xuất chúng gốc Âu – Mỹ đi trước, đem giáo pháp của đức Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni đến với người dân nơi cựu lục địa và tân thế giới. May thay, hay thay, mạng mạch Phật pháp lan tỏa khắp năm châu:

DO THÁI GIÁO SĨ BẠCH BÌ MỸ QUỐC ĐƯƠNG XỨ
PHÁT TÂM XUẤT GIA TẦM PHƯƠNG GIÁC NGỘ
PHẬT ĐẠO TỲ KHEO HOÀNG Y ĐÔNG ĐỘ CỐ MÔN
HÙNG CHÍ NHẬP DÒNG HƯỚNG THƯỢNG BỒ ĐỀ

CHƠN – NGỤY KINH

Tu sĩ Nguyên Chơn đăng đàn tuyên bố:

- Chỉ có kinh điển Nam truyền mới là chơn kinh, nguyên thủy nhất, do chính đức Phật nói. Kinh điển đại thừa do Bà La Môn và tổ sư Trung Hoa viết.

Tỳ kheo Hậu Phước phản bác:

- Thuở đức Phật thuyết pháp chưa có giấy và chữ viết, mãi đến mấy trăm năm sau mới được ghi chép lại, làm thế nào để biết nguyên thủy với ngụy kinh?

Cuộc tranh luận trở nên xáo động mạnh lôi kéo cả quần chúng sơ cơ nhào vào với đủ sắc thái cảm tính thị phi vì yêu – ghét phe phái. Cuộc thảo luận đi đến gay gắt, ngôn từ công kích trái ngược với tinh thần từ bi, bao dung, trung đạo của nhà Phật. Một vị học giả thấy thế bèn phát biểu:

- Lời Phật dạy là chân lý tuy nhiên truyền đạt bằng ngôn ngữ và qua thời gian thì có sự diễn đạt khác nhau. Vả lại các vị quên tính vô thường sao? Ngụy kinh hay chơn kinh không phải là vấn đề, chỉ nên căn cứ vào những đặc tính: khổ, không, vô thường, vô ngã, nếu kinh điển bảo đảm những pháp ấn này thì đấy đích thị là kinh Phật.

CÚNG HƯƠNG

Xứ nọ có người sùng Phật mộ đạo, trong nhà có bàn thờ Phật chưa đủ, anh ta còn bày trí những tượng Phật nho nhỏ trong vườn hoa, ngày nào cũng đốt hương cúng dường. Một hôm vợ anh ta đi làm về vừa lúc anh đang cắm hương. Chị ta lầu bầu:

- Em nghe người ta nói đốt hương khiến quỷ thần tới, các vong cũng bám lấy không chịu rời đi, vậy thì đã tạo âm khí không tốt.

Anh chồng cười cười:

- Thiên hạ nói cũng có lý nhưng chưa thông. Mình đốt hương cúng dường Phật, hương loang trong đất trời, quỷ thần có hưởng hương cũng chẳng sao, thậm chí còn tốt hơn. Còn chuyện vong thì anh không biết, tuy nhiên anh nghĩ vong chẳng ăn hương được thì họ bám lấy làm gì?

- Anh thì mồm mép nói sao cũng bẻ được nhưng em vẫn lấy làm lo.

- Đâu cần mình đốt hương, nội hương thơm của hoa trong vườn cũng đủ quyến dụ quỷ thần rồi, không lẽ mình phá sạch vườn hoa sao?

Chị vợ đuối lý nhưng vẫn càm ràm:

- Làm thì lỡ làng mà phán như bà nhập!

ĐỘC QUYỀN

Nhà kia có hai anh em đánh nhau chí tử. Kẻ thắng làm vua rồi sanh ra độc tài lãnh đạo, độc tài tư tưởng, độc tài văn tự, độc tài yêu nước… Còn người thua bỏ chạy cũng không quên mang theo cái máu độc tài, sau khi kiếm được chốn dung thân thì quay qua đánh loạn xà ngầu, chụp mũ bất cứ ai nói khác, làm khác với mình. Bọn họ cũng đòi độc quyền yêu nước như kẻ thắng trận kia.

Chuyện thế sự cứ như nồi canh hẹ, thế rồi họ lại còn đòi độc quyền kính chúa, độc quyền thờ Phật, độc quyền chân lý… cả trong lẫn ngoài đua nhau tranh quyền được độc quyền.

Kẻ thắng trận mập mờ đánh lận con đen giữa thể chế với quốc gia, đảng phái với dân tộc. Hắn ta tuyên bố:

- Ai đụng đến lãnh tụ hay chính thể đều là phản quốc, phản động nên phải bị trừng trị.

Người chạy đi cũng đâu có kém:

- Hễ đụng đến ông trùm tức là độc tài thiên tả, phản quốc cần phải trục xuất!

Thiên hạ ngao ngán, lắm kẻ thất kinh. Trong đám người thầm lặng có người ra giữa chợ khóc rống lên:

Độc tài tàn hại biết bao
Thắng tay diệt sạch kẻ nào khác ta
Đạp beo đội báo khéo là
Nực cười sẳn sượng khoai hà khác chi

Người đi chợ thấy lạ, nhiều người tò mò đứng lại xem. Chợt một lão gàn đến vỗ vai anh chàng khóc ấy rồi đáp lời:

Ông trùm gian trá du côn
Vệ binh gốc mít ôm hôn tôn thờ
Hễ ai tỏ ý nghi ngờ
Đảo điên chụp mũ cuồng mê lên đồng.

CHUYỆN XỨ QUỠN

Bàn cà phê cuối tuần xôm tụ lắm, ai cũng tranh nhau nói đủ thứ chuyện, nào là: Ông trùm ngồi xổm trên pháp luật, lùa gà úp sọt hốt hai tỷ đô tiền số, tha bổng lũ làm loạn… Thằng Bảy Cà Na bẻ lái:

- Chuyện đó của người ta, chuyện nhà mình mới ghê. Lão chánh án viết sách dạy liêm chính, trong khi ấy lão có đến bảy biệt thự trị giá cả tỷ đô. Lão nằng nặc đòi tử hình người ta dù biết rằng vật chứng dao thớt mua ngoài chợ.

Thằng Tư Tiến Lên kể:

- Nhằm nhò gì, Anh thứ trưởng đớp mấy triệu đô, chị bí thư giơ ngón tay lên có ngay một triệu đô, bà thanh tra ngân hàng cầm cái cặp có năm triệu đô vì thương anh em… ấy vậy mà ra tòa đều án treo hoặc án giả vờ trong khi ấy anh em thằng Tèo bắt mấy con vịt lại bị án bảy năm tù…

Thằng Chín Ngón, móc:

- Tụi bay biết sao không?

Chưa có ai nói gì thì nó tự đáp luôn.

- Mấy ông kẹ bà chằng đó ra tòa đem theo mớ huy chương và cái miếng bùa chứng nhận tâm thần…

Cả đám cười sằng sặc, thằng Bảy Ca Na càm ràm:

- Khi mới nhận chức thì là cán bộ tài ba khi ra tòa thì tâm thần hết ráo! Bởi vậy nên người ta mới nói:

CHÁNH ÁN CHÁN ANH QUÁ THỂ, KẾT TỘI BẰNG THỚT DAO, MUA NGOÀI CHỢ BÚA
CÁN BỘ CỐ BẠN CỰC KỲ, KHOAN HỒNG BỞI HUY CHƯƠNG, CẤP TỪ TRIỀU ĐÌNH.

Steven N
Georgia, 0726

THƯƠNG MẸ

Ai thương mẹ
Xin hãy thương mẹ từ đây
Ngày mai
Chuyện gì xảy ra ta nào biết
Đừng để một ngày ta phải hối tiếc
Bởi
Bất ngờ
Mẹ đã là một chiếc lá lìa cành
Ôi
Viễn cảnh ấy ...
Sao mong manh, trống vắng, côi cút quá vậy
Hãy thương mẹ
Trong từng giây từng phút
Từ chút gì nhỏ nhất
Đến những việc lớn lao
Bởi thời gian
Như gió cuốn trôi mau
Hiện tại không thương
Sau này
Biết tìm nơi đâu?

CON ƠI!

Con ơi! Con ở đâu?
Con hãy về nhà mau
Quẩn quại mẹ đi kiếm
Nhưng có thấy con đâu?
Con ở phương trời nào?
Mau về đây bên mẹ
Hãy bước chân thật lẹ
Nhưng, cẩn thận khéo té!
Mắt mẹ đã đỏ hoe
Nhưng mẹ vẫn mặc kệ
Dẫu có gì đi nữa
Mẹ vẫn đi tìm con ...

NGƯỜI PHỤ NỮ

Non cao, núi cả xanh rì
Ngoài kia sáng sớm ai đi lên đồng
Mưu sinh vật vã làm công
Mồ hôi nước mắt lo chồng, lo con

Tàn tạ thân nữ sắt son
Đôi vai bé bỏng sinh tồn thế gian
Sức khoẻ ngày cạn kiệt dần
Vô thường tợ gió lụi tan bất thường

Van người hãy rũ lòng thương
Thương thân khổ cực nắng sương thiệt thòi
Thương thân phụ nữ nhỏ nhoi
Sáng, trưa, chiều, tối đơn côi một mình

Cuộc đời khổ, lắm sự tình
Tử sanh, sanh tử đời mình thoát sao?
Thôi hãy buông xuống hết nào
An nhàn bình thản sống lâu (thêm) với đời!

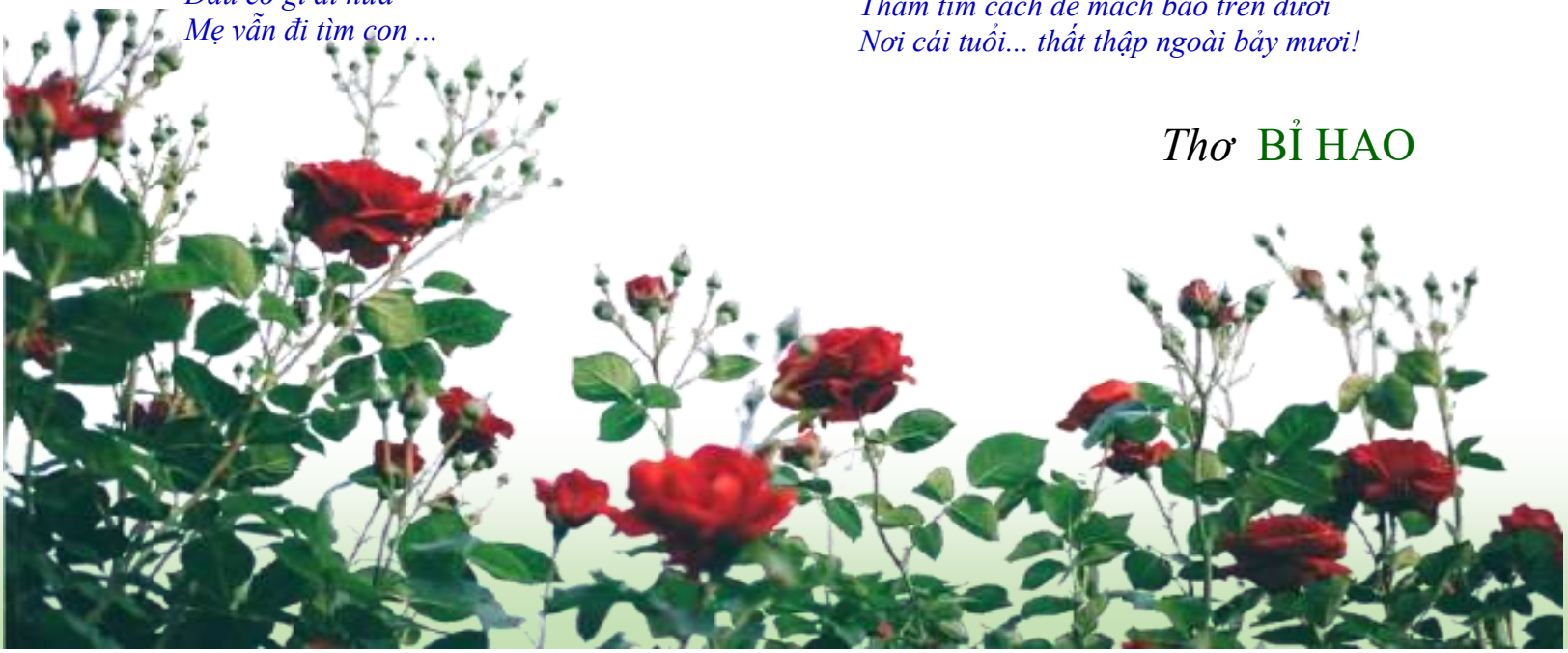
NGOẠI TÔI!

Hai vai nhọc nhằn... trên mảnh xương mai
Đôi tay đã chai sần vì lam lũ
Chiếc áo cũ... cùng năm tháng bạc màu
Từ khi nào... mà ngoại chẳng có hay?

Lúc mưa bay hay là trời nắng gắt
Ngoại cứ mặc, chẳng than trời trách đất
Trên lưng còng chắc rất nhiều khổ đau
Luôn mong sao cho cháu con vui vẻ

Quên chính mình là kẻ chịu gian nan
Vượt thời gian băng ngang những thử thách
Thầm tìm cách để mách bảo trên dưới
Nơi cái tuổi... thất thập ngoài bảy mươi!

Thơ BỈ HAO



Món quà của sự thấu hiểu

ĐẶNG VĂN TRUNG

Con đường dẫn về làng Út chiều nay dường như xanh mát hơn mọi khi. Út chạy trên chiếc xe máy cũ, gió rít qua vành tai mang theo vị mặn mòi của phù sa và mùi lúa chín đương thì con gái.

Từ thành phố về nhà đến 100 km, cái khoảng cách mà đồng nghiệp của Út thường cho rằng "cậu tự hành xác bản thân" mỗi cuối tuần. Nhưng với Út, đó là chuyến hành trình trở về với bình yên, với những điều thiêng liêng nhất. Út là một kỹ sư trẻ, mới ra trường được 5 năm. Ở cái tuổi bè bạn còn mải mê với những quán bia khi lên đèn, những chuyến du lịch cuối tuần lung linh hay những đêm trắng cày game... thì Út lại chọn cách thu dọn hành lý ngay khi tiếng chuông tan tầm chiều thứ Sáu vang lên. Út không phải kẻ lập dị, khó tính mà cậu vẫn xã giao, vẫn biết cách tạo mối quan hệ để tiến thân, nhưng trong lòng cậu luôn có một chiếc la bàn vĩnh cửu: đó là nhà. Không gì bằng khi được về thăm nhà, thăm cha mẹ già vào những ngày rảnh rỗi.

Dọc đường về, Út ghé vào ngôi chợ xã quen thuộc. Cô Năm tạp hóa thấy Út vội đon đả:

- Út mới về hả con? Hôm nay con mua gì bồi bổ cho ba mẹ nè? À, có loại sữa ngoại này đại lý mới giao cho cô, ngon lắm đó!

Út nhìn hộp sữa có nhãn mác lấp lánh, giá niêm yết hơn bốn trăm ngàn đồng. Cậu khẽ mỉm cười, lắc đầu rồi chọn lấy một hộp sữa bột nội địa quen thuộc, bao bì đơn giản với giá chỉ một trăm ngàn đồng. Cậu chọn thêm ký cà phê rang xay, nhiều gói trà bánh ú thủ công, thứ mà ba cậu vẫn thường hay dùng để uống vào mỗi sáng tinh mơ. Út cũng không quên mua thêm một ký kẹo chuối dẻo, thứ bánh mứt mà ba mẹ cậu vẫn thích nhấm nháp mỗi khi uống trà. Với tài chính của Út, cậu thừa sức mua những thứ đắt đỏ. Nhưng cậu nhớ dáng vẻ của ba mỗi khi cầm một món đồ xa xỉ. Tay ba sẽ run run, mắt nheo lại nhìn bảng giá rồi khẽ tặc lưỡi: "Tốn kém quá, với số tiền đó đủ chi tiêu sinh hoạt cho nhà mình một tháng.' Rồi món đồ đó sẽ nằm im lìm trong tủ, bám bụi theo thời gian. Út hiểu, tình yêu của ba mẹ không đo bằng giá trị hóa đơn, mà đo bằng sự an tâm.

Cổng rào bằng giàn hoa giấy đỏ chót hiện ra. Tiếng chó vện sủa mừng vẫy đuôi rối rít. Út chưa kịp dựng xe, chưa kịp gọi "Ba ơi, Mẹ ơi" thì không khí trong nhà đã có chút khác thường. Chiếc xe hơi bóng loáng của anh Hai đậu ngay ngắn dưới bóng cây xoài. Chị Ba và anh Tư cũng đã có mặt, quần áo bảnh bao, nước hoa thơm phức át cả mùi rơm rạ quê nhà. Họ đều là những người thành đạt. Anh Hai làm giám đốc một công ty xây dựng; chị Ba là chủ chuỗi cửa hàng thời trang, còn anh Tư cũng là trưởng phòng một ngân hàng lớn. Mỗi lần về, họ mang theo cả "cửa hàng tiện lợi" sang trọng: tổ yến chưng sẵn, nhân sâm Hàn Quốc, rượu ngoại lâu năm, hàng gia dụng cao cấp... Họ tin rằng đó là cách tốt nhất để báo hiếu, để bù đắp cho những năm tháng nghèo khó mà ba mẹ đã trải qua. Nhìn thấy Út xách túi quà nylon đơn sơ, anh Hai – người vốn tính nóng nảy và luôn tự hào về sự hào phóng của mình – lên tiếng ngay khi Út vừa bước vào hiên:

- Út này, anh nói thật nhé. Em đi làm lương khá ổn, sao lần nào về cũng mua toàn thứ bình dân thế này? Em không nghĩ đến sức khỏe ba mẹ à? Nhìn hộp sữa này xem, màu sắc bạc phếch, chất lượng sao bằng loại anh mua?

Chị Ba đang ngồi gọt trái cây trên bàn, cũng buông dao, giọng đầy vẻ giáo huấn:

- Em tằn tiện quá hóa ra keo kiệt đấy Út. Đất đai, vườn tược sau này ba mẹ cũng để lại cho em là chính vì em gần gũi ông bà nhất. Có vài đồng bạc mua quà mà cũng tính toán từng xu, chị thấy không được đâu. Mau sửa cái tính đó đi!

Út đứng lặng thinh, đôi mắt thoáng buồn. Cậu chưa kịp phân bua thì anh Tư từ dưới bếp đi lên, trên tay cầm túi cà phê Út vừa đặt xuống bàn, cười nhạt:

- Lại cà phê này à? Một ký có năm mươi ngàn thì toàn đậu nành rang cháy với hương liệu chứ bổ béo gì. Trời ạ, loại cà phê chồn anh mang về ba còn chưa đụng tới, sao mày cứ mang mấy cái đồ phế thải này về làm gì?

Vừa về đến nhà, mệt hụt hơi, lại chưa kịp thay đồ chạy ra đồng phụ ba mẹ thì Út đã bị anh chị vây quanh, dùng những lời chỉ trích để tấn công thảm hại. Út hít một hơi thật sâu. Cậu không giận, chỉ cảm thấy một nỗi xót xa dâng lên nghẹn ứ nơi cổ họng. Cậu nhìn thẳng vào ba người, giọng bình thản nhưng đanh thép:

- Anh chị thôi ngay đi! Đã bao giờ anh chị dừng lại một phút để tự hỏi: Ba mẹ thực sự cần gì chưa? Hay anh chị chỉ

đang mua cái sở thích cho chính mình?

Út bước về phía phòng ngủ của ba mẹ, đẩy cánh cửa gỗ khép hờ. Căn phòng thơm mùi dầu gió và mùi gỗ cũ thân thuộc. Cậu mở hộc tủ gỗ kê sát đầu giường – nơi mẹ vẫn thường cất những vật quý giá nhất. Trước mắt ba người là một "kho báu" bị lãng quên: Những hộp yến sào, hộp sâm thượng hạng, thực phẩm chức năng đắt tiền... đều phủ một lớp bụi mỏng. Thậm chí, có hộp sữa ngoại anh Hai mua từ Tết năm ngoái nay đã quá hạn sử dụng vẫn còn chễm chệ trong góc tủ.

- Tại sao ba mẹ không dùng? Đồ tốt thế này mà...? – Anh Hai sững sờ, lắp bắp hỏi.

Út cầm một hộp sữa ngoại đắt tiền lên, xót xa nói:

- Bởi vì mỗi khi anh chị tặng, anh chị luôn khoe nó đáng giá tiền chục triệu. Ba mẹ cả đời chắt chiu từng hạt lúa, củ khoai. Nghe thấy cái giá đó, ba mẹ không dám dùng. Mỗi lần định khui ra, mẹ lại nghĩ: "Hộp này bằng cả mấy tạ thóc, uống vào sao đành." Thế là ba mẹ cất đi, để dành cho các cháu, hoặc để đó... cho đến khi nó hỏng. Đơn giản chỉ vì ba mẹ tiếc tiền!

Út lấy từ trong túi nylon ra hộp sữa 100 ngàn đồng và túi cà phê 50 ngàn đồng mà cậu vừa mua:

- Còn với những thứ này, em đều nói dối là đồ giảm giá, đồ siêu thị xả hàng, tặng kèm… Thế là mẹ cười, mẹ yên tâm pha uống mỗi sáng vì thấy nó phù hợp. Ba thì cảm thấy không áy náy khi dùng đồ của em, vì ba tin nó rẻ. Sự hiếu thảo của em, nó nằm ở chỗ làm sao để ba mẹ thấy vui vẻ, thoải mái khi dùng. Nó rẻ nhưng không phải là không ngon, toàn là "hàng Việt Nam chất lượng cao" đấy!

Không gian bỗng chốc rơi vào tĩnh lặng. Anh Hai xấu hổ quay mặt ra hiên nhà; chị Ba lén lau vệt nước mắt; còn anh Tư thì cúi đầu nhìn xuống đất. Họ bỗng nhận ra bấy lâu nay họ yêu ba mẹ theo cách của những người "có tiền", chứ không phải theo cách của người con thực sự thấu cảm.

Lúc đó, từ ngoài đồng, ba mẹ vác nông cụ đi vào. Thấy các con đông đủ, gương mặt già nua rạng rỡ hẳn lên. Mẹ nhìn thấy hộp sữa Út mua, mắt sáng rực:

- Út về rồi hả con? May quá, sữa cũ mẹ uống hết hôm qua rồi. Để một tí mẹ pha cái mới uống.

Ba thì vỗ vai Út, đôi bàn tay sần sùi nhưng ấm áp lạ thường:

- Ừ, cà phê với trà bánh ú gói giấy này ba thích. Vừa túi tiền mình, uống nó mới ngon cái bụng. Mấy đứa anh chị con cứ mua đồ bạc triệu, tiếc cả ruột. Ba mẹ để trong tủ cả đấy, các con coi mà đem đi đổi lại tiền đi chứ thiệt tình ba không thể dùng được.

Chiều đó, cả gia đình quây quần bên mâm cơm dưới gốc cây mận đang trổ hoa trắng xóa. Không có cao lương mỹ vị, chỉ có mấy món bình dân mà tiếng cười giòn giã. Đây được xem là bữa cơm ngon nhất, hạnh phúc nhất của gia đình Út: đơn giản vì mọi nút thắt trong lòng mọi người đã được gỡ bỏ. Chị Ba không còn cằn nhằn, tỉ mẩn gắp từng miếng rau xào cho mẹ. Anh Hai thì không nói chuyện tiền tỷ, chỉ ngồi nghe ba kể về vụ lúa năm nay một cách chăm chú. Trong khi anh Tư lăng xăng chạy đi lấy chén, đũa, xới cơm rất nhiệt tình. Út ngồi đó, nhìn khói bếp vương vít trên mái tranh hòa vào hoàng hôn tím ngắt, cảm thấy lòng mình ngọt ngào như mật. Cậu biết rằng, từ nay về sau, những hộp quà trong hộc tủ sẽ không còn bám bụi. Hạnh phúc thực sự, đôi khi chỉ là cách con cái thấu hiểu lòng cha mẹ.

Tiếng Ve

TRẦN HOÀNG VY

Bất chợt cơn mưa đầu mùa, đất trời giao nhau trong cuồng nộ giông gió và sấm sét…Cái nóng cuối tháng ba ngùn ngụt bỗng chốc dịu đi, mềm sũng trong lướt thướt nước. Đất dịu dàng, mềm mại, những ấu trùng ve qua mấy lần lột vỏ, thiêm thiếp dưới lòng đất khô cằn rang rang nóng, nay có dịp vạch hang mà bay lên. Và một buổi trưa nào vang vang tiếng ve sớm. Chỉ là tiếng ve kim mà ngày xưa, xa lắm, thi sĩ Trần Dạ Từ đã thốt lên trong thơ: *"Lần đầu ta ghé môi hôn / Những con ve nhỏ hết hồn kêu vang!"*... Một mối tình thơ, hồn nhiên, ngây dại… và đó chỉ có thể là những cô cậu vừa mới rũ bỏ áo học trò tinh khôi, bắt đầu làm người… lớn?

Một đời người có bao lần nghe và để ý đến tiếng ve? Chắc chỉ có thuở học trò lắm mơ nhiều mộng, là để ý và lắng nghe tiếng ve? Vì bởi tiếng ve báo hiệu một mùa hè nữa sẽ đến… Một năm học rồi sẽ kết thúc, rồi 3 tháng chia xa, sân trường bè bạn… Bao kỷ niệm buồn vui lứa tuổi học trò, chỉ còn trang vở cuối. Tiếng ve bắt đầu chuẩn bị cho một mùa thi. Lại một thi sĩ nhắc đến cái hôn và mùa thi: *"Mùa thi bận lắm em thơ / Cái hôn hạnh phúc xin chờ sau thi…"* (Xuân Diệu), thêm những hẹn hò, một khung trời kỷ niệm…

Thôi hãy gác lại chút thời mới lớn, lắng nghe tuổi thơ với hoa đồng gió nội, với miên man tiếng ve những trưa hè, khuyến dụ những cô cậu bé, tay cầm sào trúc dài thậm thượt, phía trên đầu ngọn trúc, bôi đầy những mũ mít, làm thành một chất keo dính diệu kỳ. Giữa trưa canh chừng bóng mẹ, rón rén ra ngoài vườn, hoặc đi dưới những tàn cây cổ thụ, mắt hong hóng chong lên nghiêng ngó, tai lắng nghe tiếng ve "e.e…e…." trên cành, mím môi mà rà cây sào trúc vào trên lưng những chú ve. Những chú ve tội nghiệp bị bắt làm "tù binh" cũng chỉ để "phục vụ" cái tiếng e, e, ngân nga kéo dài cho các cô cậu bé, và thi xem ve ai "hát to" nhất. Ve được nhốt vào trong những cái vỏ diêm (hộp quẹt) be bé, mang vào lớp học để thầy giáo… bắt được, phạt quỳ hơn nửa lớp! Có khi lại mang giấu những hộp đựng ve trên giường nằm, dưới gối, để tiếng ve đi vào giấc ngủ, hóa thành giấc chiêm bao, đâu biết mẹ đã lẳng lặng mở từng vỏ diêm thả bay hết những chú ve trong đêm tối. Sáng ra ngồi khóc, tiếc một tiếng ve… cổ tích.

Lại nói đến tiếng ve, thuở hoa bướm thơ mộng, biết thương biết nhớ. Cùng nhau đi dưới những tầng xanh trong công viên, trong sân trường học. Bầu trời đang nắng, tiếng ve ngân vang, cùng hàng loạt những giọt nước như mưa bụi thả vào đầu tóc, rồi vùng chạy và cười thét lên, bởi những hạt nước mơ hồ như sương, bụi ấy, chính là… nước thải của lũ ve… mang cái mùi mênh mang, khó tả, để thêm vào trang nhật ký của những "công chúa", "hoàng tử" và cả những chàng thơ, nàng thơ… mới lớn.

Đêm miền Đông, hanh hao, rin rít. Nằm trở trăn vì cái nóng. Tiếng ve râm ran đều đặn từ những vườn cao su phía sau nhà như khúc nhạc… buồn, rả rích. Vuốt mồ hôi trên trán, chợt nhớ ngày xưa mẹ đã từng đi nhặt những vỏ ve đã lột, nấu nước mỗi khi con cái đổ "mồ hôi trộm". Tiếng ve thiêm thiếp, trằn trọc đi vào giấc ngủ cùng những lo toan bởi cơm áo, gạo, tiền?

Quán ven sông Vàm Cỏ, núp dưới tàn cây si già. Xanh ngăn ngắt những lộc vừng, tràm… bày lên món "độc": ve sữa chiên và lăn bột, uống với rượu ngâm cây mật nhân. Cái vị đắng, hòa cùng vị béo ngọt, giòn của ve như bỏ bùa dân nhậu. Bỗng rớt xuống những tiếng ve chiều da diết. Đưa đũa lên, lại gắp một chú ve. Chiều rùng mình cả một khúc sông xanh ngắn ngặt lục bình…

Đêm Qua, Mẹ Nằm Mơ

VĨNH HỮU TÂM KHÔNG

Đêm qua, Mẹ nằm mơ.

Một giấc mơ đến trong những tháng ngày sức khỏe Mẹ đang suy yếu.

Nhiều đêm rồi giấc ngủ của Mẹ không an vì từng cơn đau nhức lưng hông và hai đầu gối của một phụ nữ nhiều lần mang nặng đẻ đau nay tuổi đã gần trăm năm bách tuế.

Gần một tháng qua, Mẹ không còn tự đi lại, ra vào trong căn phòng nhỏ một cách thoải mái ung dung, mà phải một tay chống gậy, một tay vịn kệ vịn vách, khó khăn nhích từng bước của người già. Mới tuần trước, muốn di chuyển, Mẹ phải nhờ các con dìu đỡ, bồng bế để tránh bớt được những cái đau thốn đau buốt qua những lần cử động. Đôi lúc giữa trưa im ắng, hay đêm hôm khuya khoắc, Mẹ cần đi vệ sinh, dù biết chắc là di chuyển sẽ đau lắm đây, nhưng Mẹ lại không muốn làm phiền con cái, nên tự mình xê dịch, xoay chuyển, chấp nhận nghiến răng bặm môi để đương đầu với cái đau mà vượt qua nó. Hôm sau, con cái có nghe biết được chuyện Mẹ một mình lặng lẽ vượt khó thì mọi sự đã diễn ra và qua mất rồi...

Đêm qua, Mẹ nằm mơ.

Mẹ thấy có một thằng trai trẻ nào đó mặt mày lạ hoắc, dáng bộ không đàng hoàng, đột nhập vào nhà, đang đi lại bên ngoài phòng rình mò khảo sát chi đó. Mẹ hết hồn, lo lắng. Mẹ nghĩ ngay đến con gái mình đang ở trong phòng đối diện. Ui chao, nó vô nó hại con gái mình. Nửa đêm nửa hôm như vậy, chắc con nó đang ngủ say không biết trời trăng mây nước chi rồi. Nguy hiểm quá. Mẹ ngồi dậy. Chụp ngay cây gậy để ở đầu giường, rồi từng bước tiến ra khỏi phòng mình...

Lúc đó là 3 giờ sáng.

Mẹ bước lại đứng ngay bên cửa sổ của phòng con gái, gọi lên:

"Loan. Loan. Loan. Dậy đi con!"

Bên trong phòng, Nhi giật mình ngồi bật dậy. Nhi, người em, nằm phòng đó chứ không phải Loan, người chị.

Nhìn ra cửa sổ, thấy Mẹ đang một tay chống gậy đứng sừng sững đó, Nhi vội bật đèn lên:

"Chuyện chi vậy Mẹ?"

"Mẹ thấy có cái thằng nào lạ mặt nó vô đây tính hại con Loan..."

Nhi vội chạy ra khỏi phòng, dìu Mẹ vào lại phòng, nói cho Mẹ biết là Mẹ vừa nằm mơ, chứ không có ai vô nhà hết. Mẹ lên nằm lại chỗ của mình, rồi ngủ lại, không còn mơ gì nữa.

Đến sáng, Loan vào phòng chăm sóc Mẹ, Mẹ kể lại cho nghe câu chuyện giấc mơ hồi khuya. Nhi cũng thuật lại cho Loan nghe chuyện nửa đêm về sáng Mẹ đứng bên ngoài cửa sổ.

Loan vô cùng cảm động, và đặt ra một câu hỏi vốn đã có sẵn câu trả lời rồi:

"Sức đâu mà Mẹ tự xuống khỏi giường, không cần ai dìu ai đỡ, chống gậy bước ra khỏi phòng, sẵn sàng đối đầu với một kẻ trộm trai tráng khỏe mạnh để bảo vệ cho con gái mình?"

"Lòng mẹ!"

TÂM BÌNH THẾ GIỚI LẶNG

Buồn vui như gió thoảng bay
Khổ đau hạnh phúc thế này mà thôi
Trăm năm một cuộc luân hồi
Đến đi thanh thản nụ cười bình an.

Rong chơi trên đỉnh non ngàn
Nhìn xuống chân núi, thấy toàn màu xanh
Từng dòng suối nhỏ mong manh
Lơ thơ mái lá dựng quanh chân đồi.

Xa xa tuyết phủ mây trôi,
Cây dăng đỉnh núi tuyệt vời như tranh
Tâm ta lắng đọng yên lành,
Rỗng rang thanh tịnh, Tâm mình an vui.

An nhiên, tự tại, thảnh thơi,
Ngắm muôn cảnh đẹp xum vầy quanh ta
Trời, Mây, Sông, Núi một nhà
Tâm Bình, thế giới quanh mình cũng yên.

DIỆU KỲ CHÂN TÂM

Mây lơ lửng bay ngang thung lũng
Trời trong xanh vô tận mênh mông,
Bao la đồi núi chập chùng
Sương mờ huyền ảo bao quanh chân đồi

Trên dốc đá lượn quanh vách núi
Đường quanh co cây lá đỏ nâu
Chim rừng bay thoáng trên đầu,
Mây giăng đỉnh núi, gió lay trên cành.

Trên non cao lặng yên quan sát
THẤY BIẾT NGHE cảnh đẹp chung quanh
TÂM không suy nghĩ quẩn quanh,
Không một vòng tưởng xen vào nội tâm.

Khi tâm ta bình yên phẳng lặng
Là trong tâm Hạnh Phúc tràn đầy,
Lắng nghe tĩnh lặng quanh đây,
Chỉ nghe gió thoảng trải đầy không gian.

Lặng lẽ ta nhìn ngắm mây bay
Thong dong ta ngắm cành trời mây
Tâm ta bình yên, thế giới lặng
An nhiên thanh thản giữa đời này

TÂM luôn thấy an nhiên tự tại
TÂM rỗng rang thanh tịnh vô vì
TÂM không dính mắc điều gì,
Đó là Hạnh Phúc Diệu Kỳ Chân Tâm.

Thơ HOÀNG THỤC UYÊN

BẢO TỒN TIẾNG VIỆT
– SỨ MỆNH BẤT KHẢ THOÁI THÁC của GIA ĐÌNH PHẬT TỬ

Tâm Quảng Nhuận

Gia Đình Phật Tử Việt Nam ra đời với sứ mệnh cao quý không chỉ là nơi giáo dục Phật pháp, mà còn là một thành trì vững chắc bảo vệ các giá trị văn hóa, truyền thống và tinh thần dân tộc qua bao thế hệ. Trong bối cảnh hội nhập quốc tế, đặc biệt tại Hoa Kỳ và các nước phương Tây, khi văn hóa và ngôn ngữ dễ dàng bị hòa tan bởi ảnh hưởng mạnh mẽ của ngôn ngữ và lối sống phương Tây, sứ mệnh này càng trở nên quan thiết và thiêng liêng hơn bao giờ hết. Giữ gìn và phát huy ngôn ngữ mẹ – tiếng Việt – là một nhiệm vụ, và là một sứ mệnh không thể thoái thác, bởi ngôn ngữ không chỉ đơn thuần là phương tiện giao tiếp mà còn là linh hồn, là nhịp sống của cả một dân tộc. Nếu đánh mất ngôn ngữ mẹ, chúng ta đã đánh mất một phần bản sắc văn hóa, đánh mất chính cội nguồn và tinh thần của dân tộc mình.

Ngôn ngữ là hạt giống gắn kết các thế hệ, là cây cầu đưa những giá trị tinh thần, đạo đức và văn hóa vượt qua dòng chảy của thời gian. Trong mỗi từ ngữ, mỗi câu nói tiếng Việt là cả một di sản quý giá của lịch sử, là tình yêu quê hương, lòng hiếu thảo và sự kính ngưỡng dành cho những giá trị truyền thống. Đối với GĐPT, nơi những thế hệ trẻ được giáo dục trong tình thương và ánh sáng của giáo lý Phật Đà, tiếng Việt vừa là một ngôn ngữ vừa là nhịp cầu đưa các em trở về với nguồn cội tâm linh và văn hóa Việt. Tuy nhiên, hiện tình ngày nay cho thấy ngôn ngữ mẹ đẻ đang đối mặt với nguy cơ bị phai nhạt trong cộng đồng người Việt hải ngoại. Những em nhỏ sinh ra và lớn lên trên đất khách thường dễ dàng tiếp thu tiếng Anh – ngôn ngữ chính của môi trường sống – và dần xa cách với tiếng Việt. Điều này đặt ra thách thức lớn không riêng đối với phụ huynh mà còn đối với tổ chức GĐPT. Nếu GĐPT không nỗ lực gìn giữ ngôn ngữ mẹ trong các hoạt động giáo dục và huấn luyện, chính tổ chức chúng ta sẽ đánh mất vai trò cốt lõi của mình – vai trò là người giữ gìn và truyền tải bản sắc văn hóa, tôn giáo và dân tộc.

Chúng ta không thể phủ nhận rằng tiếng Anh đóng vai trò quan trọng trong việc giúp thế hệ trẻ hòa nhập và phát triển trong xã hội phương Tây. Nó là phương tiện giúp các em giao tiếp, học hỏi và mở rộng kiến thức trong môi trường quốc tế. Tuy nhiên, việc sử dụng tiếng Anh như một phương tiện hỗ trợ không đồng nghĩa với việc chấp nhận để tiếng Việt bị mờ nhạt hoặc thay thế hoàn toàn. Ngôn ngữ mẹ đẻ phải luôn giữ vị trí trung tâm trong mọi sinh hoạt và giáo dục của GĐPT. Đây không phải là một sự lựa chọn mà là một trách nhiệm, một sứ mệnh không thể chối từ. Nếu GĐPT để ngôn ngữ mẹ bị mai một, tổ chức này không chỉ mất đi bản sắc riêng mà còn mất đi chính linh hồn của mình – mất đi mạch nguồn kết nối với truyền thống và lịch sử của dân tộc Việt Nam.

Hàng ngũ Huynh trưởng chính là trái tim và trí tuệ của GĐPT, là những người mang trên vai trách nhiệm nặng nề nhưng đầy vinh dự trong việc dẫn dắt các thế hệ trẻ. Vai trò của chúng ta không chỉ là người truyền đạt Phật pháp mà còn là người giữ gìn, bảo tồn và lan tỏa giá trị ngôn ngữ, văn hóa dân tộc. Do đó, việc đào tạo và huấn luyện thế hệ Huynh trưởng tương lai cần đặt trọng tâm vào việc sử dụng và giảng dạy tiếng Việt như một phần không thể thiếu trong mọi chương trình huấn luyện. Các Huynh trưởng phải nhận thức sâu sắc rằng, dù tiếng Anh có thể giúp các em tiếp cận với kiến thức và thế giới bên ngoài, nhưng chính tiếng Việt mới là sợi dây gắn kết các em với cội nguồn,

là chìa khóa mở ra thế giới của tổ tiên và truyền thống dân tộc.

Việc này đòi hỏi sự đồng lòng và nỗ lực không ngừng của cả tổ chức. GĐPT cần xây dựng một đề cương đào tạo đồng nhất và lâu dài, trong đó ngôn ngữ mẹ đẻ là trọng tâm. Các khóa huấn luyện không chỉ tập trung vào việc truyền đạt kiến thức Phật pháp mà còn cần lồng ghép các bài học về ngôn ngữ và văn hóa Việt Nam một cách sáng tạo và hiệu quả. Huynh trưởng cần được đào tạo bài bản để không chỉ sử dụng thành thạo tiếng Việt mà còn biết cách truyền đạt ngôn ngữ và văn hóa này đến thế hệ trẻ một cách sinh động và hấp dẫn. Chúng ta cần được trang bị kỹ năng sư phạm song ngữ, biết cách kết hợp tiếng Anh như một công cụ hỗ trợ nhưng vẫn giữ tiếng Việt làm nền tảng chính trong mọi hoạt động sinh hoạt.

GĐPT cũng cần tạo ra một môi trường sinh hoạt thực tế để các em trẻ được sử dụng tiếng Việt một cách tự nhiên và gần gũi. Các hoạt động như văn nghệ, trại hè, các buổi lễ hội văn hóa truyền thống Việt Nam cần được tổ chức thường xuyên để các em có cơ hội trải nghiệm và thực hành ngôn ngữ mẹ đẻ. Đồng thời, GĐPT cần liên kết chặt chẽ với gia đình và cộng đồng để nhận được sự hỗ trợ và đồng hành trong việc giáo dục các em. Phụ huynh cũng đóng vai trò quan trọng trong việc duy trì ngôn ngữ mẹ đẻ trong đời sống hàng ngày của con em mình, và GĐPT cần xây dựng mối quan hệ cộng tác chặt chẽ để cùng nhau thực hiện mục tiêu này.

Chúng ta không thể biện minh cho bất kỳ lý do gì để các khóa huấn luyện Huynh trưởng chỉ sử dụng tiếng Anh mà bỏ qua tiếng Việt. Đây không chỉ là một quyết định sai lầm mà còn là sự thoái lui khỏi sứ mệnh cốt lõi của tổ chức. GĐPT phải hiểu rằng, nếu để tiếng Việt bị mai một trong chính các hoạt động của mình, tổ chức sẽ tự làm chính mình suy yếu, mất đi bản sắc và giá trị mà mình đại diện. Ngôn ngữ mẹ đẻ chính là nền tảng của sự tồn tại và phát triển của GĐPT. Nó là nhịp cầu gắn kết các thế hệ, là sợi dây vô hình nhưng mạnh mẽ kết nối mọi thành viên trong tổ chức với cội nguồn và di sản văn hóa dân tộc.

GĐPT phải là nơi giáo dục Phật pháp và là nơi bảo tồn và phát huy những giá trị văn hóa, đạo đức và tâm linh của người Việt. Trong một thế giới mà bản sắc dân tộc dễ dàng bị hòa tan, sứ mệnh này càng trở nên thiêng liêng và cần thiết hơn bao giờ hết. Đây là trách nhiệm không thể trốn tránh, là sứ mệnh không thể chùng bước. Đội ngũ Huynh trưởng, với vai trò là người dẫn dắt và truyền đạt, cần nhận thức rõ tầm quan trọng của ngôn ngữ mẹ và cam kết giữ gìn nó bằng mọi giá. Chỉ khi GĐPT hợp lòng và kiên định với sứ mệnh này, ngôn ngữ và văn hóa Việt Nam mới có thể tiếp tục sống động và bảo tồn qua các thế hệ.

Ngôn ngữ mẹ là tiếng nói, là tâm hồn, là bản sắc của con người Việt Nam. Nếu để nó mai một, chúng ta không chỉ đánh mất một phần bản thân mà còn làm tổn thương chính di sản văn hóa mà thế hệ cha anh đã dày công xây dựng. GĐPT phải là nơi mà ngôn ngữ mẹ được bảo vệ, phát triển, và lan tỏa. Đây là sứ mệnh không thể thoái thoát – sứ mệnh mà chúng ta phải mang trong tim và thực hiện bằng tất cả tâm huyết và trách nhiệm của mình.

PRESERVING VIETNAMESE: THE NON-NEGOTIABLE MISSION OF GIA ĐÌNH PHẬT TỬ

Gia Đình Phật Tử Việt Nam (Vietnamese Buddhist Family) was established with the noble mission of not merely being a place for Buddhist education but also a steadfast fortress safeguarding cultural values, traditions, and the spirit of the nation across generations. In the context of international integration, particularly in the United States and other Western countries, where culture and language are easily assimilated under the strong influence of Western languages and lifestyles, this mission becomes more critical and sacred than ever. Preserving and promoting the mother tongue—Vietnamese—is not just a duty but a non-negotiable mission because language is not simply a means of communication; it is the soul and heartbeat of an entire nation. Losing the mother tongue means losing a significant part of cultural identity and severing the roots and spirit of one's heritage.

Language is the seed that connects generations, the bridge carrying spiritual, moral, and cultural values through the flow of time. Each word and every sentence in Vietnamese embodies a priceless heritage of history, a deep love for one's homeland, filial piety, and reverence for traditional values. For Gia Đình Phật Tử, where young generations are nurtured in the love and light of Buddhist teachings, Vietnamese serves not only as a language but also as a bridge

reconnecting them with their spiritual and cultural roots. However, the reality today reveals that the mother tongue faces a risk of erosion within the Vietnamese diaspora. Children born and raised abroad often readily adopt English—the dominant language of their environment—and gradually grow distant from Vietnamese. This poses a significant challenge not only for parents but also for Gia Đình Phật Tử as an organization. If Gia Đình Phật Tử does not actively preserve the mother tongue in its educational and training activities, the organization risks losing its core role as a custodian and transmitter of cultural, religious, and national identity.

We cannot deny that English plays a vital role in helping the younger generation integrate and thrive in Western societies. It serves as a tool for communication, learning, and expanding knowledge in an international environment. However, using English as a supporting tool does not mean allowing Vietnamese to fade or be completely replaced. The mother tongue must always remain central to all activities and education within Gia Đình Phật Tử. This is not a matter of choice but a responsibility and a mission that cannot be abandoned. If Gia Đình Phật Tử allows the mother tongue to decline, the organization will not only lose its distinct identity but also its very soul—the vital connection to the traditions and history of the Vietnamese people.

The leaders of Gia Đình Phật Tử, the Huynh Trưởng (Youth Leaders), are the heart and mind of the organization, bearing a heavy yet honorable responsibility to guide the younger generations. Their role is not limited to imparting Buddhist teachings but also involves preserving, protecting, and spreading the values of Vietnamese language and culture. Therefore, training and preparing future Huynh Trưởng must emphasize the use and teaching of Vietnamese as an indispensable component of all training programs. Youth Leaders must deeply understand that, while English can help young members access knowledge and the outside world, it is Vietnamese that connects them to their roots and unlocks the legacy of their ancestors and cultural traditions.

This endeavor requires the collective determination and continuous effort of the entire organization. Gia Đình Phật Tử needs to develop a unified and long-term training framework in which the mother tongue is the cornerstone. Training programs should not only focus on imparting Buddhist knowledge but also creatively and effectively integrate lessons about Vietnamese language and culture. Youth Leaders must be well-trained to not only master Vietnamese themselves but also to teach the language and culture to younger generations in an engaging and lively manner. They must be equipped with bilingual teaching skills, knowing how to use English as a supporting tool while keeping Vietnamese as the foundation of all activities.

Gia Đình Phật Tử must also create a practical environment where young members can use Vietnamese naturally and comfortably. Activities such as cultural performances, summer camps, and traditional Vietnamese cultural festivals should be organized regularly to give children opportunities to experience and practice their mother tongue. At the same time, Gia Đình Phật Tử must foster strong connections with families and communities to gain support and collaboration in educating the children. Parents play an essential role in maintaining the mother tongue in their children's daily lives, and Gia Đình Phật Tử must build close partnerships with them to achieve this goal together.

We cannot justify any reason for training programs for Youth Leaders to use only English while neglecting Vietnamese. This is not merely a mistaken decision but a retreat from the core mission of the organization. Gia Đình Phật Tử must understand that if Vietnamese is allowed to fade away in its activities, the organization will weaken itself, losing both its identity and the values it represents. The mother tongue is the foundation of Gia Đình Phật Tử's existence and growth. It is the bridge connecting generations, the invisible yet powerful thread linking every member to the roots and cultural heritage of the Vietnamese people.

Gia Đình Phật Tử must be a place that educates in Buddhist teachings and preserves and promotes the cultural, moral, and spiritual values of the Vietnamese people. In a world where national identity is easily diluted, this mission becomes all the more sacred and necessary. This is a responsibility that cannot be evaded—a mission that cannot falter. The Youth Leaders, as guides and educators, must recognize the importance of the mother tongue and commit to preserving it at all costs. Only when Gia Đình Phật Tử unites and remains steadfast in this mission can Vietnamese language and culture continue to thrive and endure through generations.

The mother tongue is the voice, soul, and identity of the Vietnamese people. If it is lost, we not only lose a part of ourselves but also harm the cultural heritage painstakingly built by our ancestors. Gia Đình Phật Tử must be a place where the mother tongue is protected, developed, and spread. This is a mission that cannot be neglected—a mission we must carry in our hearts and fulfill with all our dedication and responsibility.

Cởi trói

(Tập 2, tức Phương Trời Cao Rộng 5)

Truyện dài của

VĨNH HẢO

CHƯƠNG HAI MƯƠI BA

(tiếp theo)

Căn nhà có hàng rào gỗ bao quanh khoảng sân vuông nhỏ phía trước. Ánh đèn nê-ông trong nhà hắt ra cửa sổ cho tôi thấy thấp thoáng hai bóng người bên trong. Tôi đẩy nhẹ cánh cổng nhỏ, bước vào sát cánh cửa ra vào, bấm chuông. Một con chó nhảy chồm lên thành cửa sổ, sủa inh tai, rồi gầm gừ khi chủ nhà lên tiếng. Người ra mở cửa cho tôi là một người đàn ông trung niên, ốm, cao, để râu mép khá rậm. Tôi không nghĩ ông ta là anh Cường. Trong trí nhớ kém cỏi cũng như sự tưởng tượng của tôi, anh Cường hơi thấp người, không có râu, mặt hiền hòa phúc hậu, vui tính... chứ đâu có lầm lì vô cảm như người này. Người đàn ông chỉ ló nửa đầu ra cánh cửa mở hờ, lạnh lùng hỏi:

"Anh hỏi ai?"

"Xin hỏi có anh Tửu ở đây không?"

"Nhưng anh là ai?"

"Tôi... tôi là bạn của anh Tửu."

"Bạn ở chùa đó phải không?"

"Phải."

"Anh Tửu đi học Anh văn chưa về. Thường thì khoảng chín giờ rưỡi đêm mới có mặt ở nhà. Anh có thể trở lại vào ngày mai, khoảng sáng sớm thì dễ gặp hơn."

"Cám ơn," tôi nói nhỏ rồi rầu rĩ quay ra. Không biết có phải đó là anh Cường không. Nếu là anh Cường thì chắc là tôi sẽ không xin ở lại đâu. Dù sao, cũng phải gặp Tửu cái đã rồi hẵng tính.

Phương thấy tôi quay ra thì nói ngay:

"Không được phải không? Thôi, theo em về nhà em đi."

"Không phải không được. Bạn tôi đi vắng chưa về. Chắc phải chờ đến chín rưỡi."

Đạp cho nổ máy xe xong, Phương nói:

"Lên xe đi Khang. Mười giờ là giờ giới nghiêm công an có thể xét nhà và bắt những người cư trú bất hợp pháp vào giờ đó, anh trở lại đây nếu không có bạn anh, hoặc có nhưng bạn anh không dám cho anh ngủ lại thì anh đi đâu?"

"Vậy thì..."

"Đến chỗ em," Phương dứt khoát.

Tôi lại leo lên xe, vịn cứng thành yên. Xe chạy một khoảng đường xa mà cả hai chúng tôi

đều im lặng, chẳng ai nói với ai một lời nào. Tôi thấy lo quá. Cho đến lúc này, tôi vẫn chưa biết rõ Phương là ai, sẽ chở tôi đi đâu. Chuyện trả tự do cho tôi là chuyện của ông công an K4, tỉnh Đồng Nai; nếu công an Sài Gòn không đồng ý chuyện thả tôi, muốn bắt lại, họ cũng có quyền bắt lại, tôi nói gì được với họ!

"Phương à... nếu tôi gặp Tửu thì chắc chắn là Tửu sẽ nói với anh Cường cho tôi ở lại một đêm."

"Nhưng cái ông hồi nãy thấy có vẻ khó chịu quá. Ông ấy đâu muốn anh ở lại, bảo anh sáng mai trở lại mà!"

"Ông đó không phải anh Cường chủ nhà đâu, chắc là bà con nào của anh Cường đó. Hay là mình ghé vô quán cà phê nào ở đầu hẻm một lúc, để coi Tửu có chạy ngang không. Đến gần mười giờ mà không thấy Tửu về thì..."

"Sao anh không đến chỗ em, sáng mai đi hãy gặp Tửu?"

"Ơ... thấy ngại quá."

Phương im lặng dừng xe lại nơi một quán cà phê có đèn màu, bàn ghế bày ra choán cả lề đường rộng phía bên kia đường Ngô Tùng Châu. Chúng tôi chọn một cái bàn gần phía con hẻm nhất.

"Em quên hỏi Khang dùng tối chưa," ngồi vào bàn rồi, Phương nói.

"Chưa, nhưng không thấy đói, chỉ mong lo xong chỗ ngủ đêm. Ăn uống chẳng cần lắm đâu."

Phương nhìn tôi, đôi mắt long lanh, lộ vẻ thương cảm.

"Anh có dùng mặn được không?"

"Được. Mấy tháng cuối cùng ở tù, tự dưng gia đình gởi thức ăn mặn vào, từ đó ăn mặn luôn. Có lẽ do Tửu hay Như Tâm đề nghị như vậy vì sợ tôi thiếu dinh dưỡng. Thôi, đừng bàn chuyện ăn uống nữa," tôi bắt đầu muốn tìm hiểu Phương rõ ràng hơn, để ngộ nhỡ đêm nay không gặp Tửu, có thể tôi sẽ phải nhờ vả

đến cô.

"Phương đang đi học hở?"

"Khang nhìn em đoán em bao nhiêu tuổi mà bảo em còn đi học?"

"Mười chín hoặc hai mươi."

"Em đâu mà trẻ dữ vậy Khang. Em hai mươi lăm rồi, đã thôi học từ lâu."

"Vậy chắc Phương đang làm việc cho cơ quan... nhà nước?"

"Ô, hạng như em chỉ vô dụng đối với nhà nước thôi. Hiện thời, em tự sinh sống bằng cách chạy thuốc tây, tức là mua lại thuốc tây của những người lãnh hàng nước ngoài rồi đem bỏ cho vài mối quen ngoài chợ. Công việc chỉ có vậy. Còn anh, chắc cũng cỡ tuổi em hở?"

"Hơn Phương hai tuổi. Phương họ gì vậy?"

"Họ Hà. Hà Thị Nam Phương."

"Hà Thị Nam Phương? Tên hay quá! Ừm, tên em nếu chỉ đọc âm theo Hán-Việt thì có cái nghĩa lạ lắm."

"*Đâu là phương nam? Phương nam là gì?* Anh muốn nói vậy, phải không?"

"Ừ, phải rồi, em cũng biết chữ Hán?"

"Em học lóm mấy sư cô ở chùa thôi. Em quen hết mấy sư cô ở chùa Hoa Nghiêm đó."

"Thảo nào em cũng có nét gì giống như là sư nữ."

Phương cười phá lên một cách hồn nhiên, rồi bất chợt

giọng nàng chùng xuống, tay khuấy khuấy cái muỗng giữa với mấy cục đá lạnh, nói:

"Có thực em có nét giống ni cô không? Giống chỗ nào, ở mái tóc này sao?" vừa nói nàng vừa đưa hai tay vấn tóc lên thành một búi nhỏ sau ót, dùng cái trâm hay cái kẹp gì đó trong giỏ xách, kẹp lại.

Tôi cười không nói. Chúng tôi nhanh chóng trở thành bạn, gọi nhau bằng "anh, em" tự lúc nào không biết, nghe như thân nhau từ lâu. Nàng vừa có vẻ gì hồn nhiên như Như Như, lại vừa có vẻ gì lãng mạn một cách tinh nghịch như Mộng Huyền. Cả ba người đều ngang tuổi nhau và nhỏ hơn tôi hai tuổi. Cái tuổi đó không biết theo tướng số thì hợp hay khắc với tôi mà sao chỉ thấy phân cách, biệt ly... Hay chỉ vì chính tôi ngay từ cái tâm thức được trau luyện quen trong môi trường giới luật, đã tự cách ly, tự chối bỏ sự hiện hữu của tình yêu và nhan sắc?

Tôi vừa hớp cà phê vừa kín đáo nhìn kỹ lại nàng. Ngoại trừ đôi mắt ướt, tinh anh và rất đa tình, khuôn mặt nàng là hiện thân của một cái đẹp trong veo, đức hạnh. Cánh mũi cao, đầy đặn như là chừng mực để giảm chế và ngăn chặn không cho tình cảm bộc phát quá độ từ đôi mắt. Miệng cười rất từ bi, phóng khoáng. Nàng có vẻ là một sư nữ nhập thế, một người có đủ bản lĩnh nội lực để tự phác vẽ con đường và hướng đi của chính đời mình.

Phương im lặng khá lâu rồi bùi ngùi kể:

"Thực ra em có xuất gia ở chùa một thời gian, chẳng bao lâu đâu. Có tám năm thôi. Trước khi xuất gia, mỗi tháng em theo mẹ và bà nội đến chùa Hoa Nghiêm để sám hối. Sau, bà nội em mất, em thương nội nên đến chùa thường xuyên hơn để cầu siêu cho bà. Từ đó em quen quý sư cô nhiều hơn, được nghe giảng pháp, được đọc kinh sách, rồi dần dần nhận ra cái vẻ cao đẹp của con đường xuất gia... Em được ba mẹ cho xuất gia năm em mười bốn tuổi. Ở chùa Hoa Nghiêm cho đến năm em hai mươi hai, sắp sửa được thọ giới tỳ kheo thì gia đình em có chuyện," nàng ngưng một lúc, cúi mặt xuống như che giấu nước mắt. "Mẹ em đòi dẫn cả nhà đi vượt biên, kéo cả em đi theo, nhưng em không chịu. Vì sao anh biết không?"

"Ờ... vì em chỉ muốn tu ở Việt Nam, không muốn xuất ngoại chứ sao."

"Không phải," nàng lắc đầu nguầy nguậy. "Nếu đi được cả gia đình thì em mừng, bản thân em được qua Mỹ thì em cũng vui, cũng tu được bên đó chứ. Đàng này, em phải ở lại vì em không thể bỏ ba em trong trại cải tạo được. Đi hết thì ai thăm nuôi ba, tuốt ngoài Bắc. Cho nên, em nói mẹ cứ dẫn hai đứa em trai của em đi trước, em sẽ ở lại với ba. Đó, nguyên do là vậy. Ban đầu em phải về nhà sống một thời gian với gia đình trước khi mẹ và hai đứa em lên đường, để phòng hờ họ đi không thành công, đồng thời giữ lại căn nhà của ba. Đến khi biết chắc mẹ và hai đứa nhỏ qua được trại tỵ nạn Galang, Nam Dương một cách an toàn, em có ý định bán căn nhà để có thể rảnh tay trở lại chùa, lại có tiền thăm nuôi ba dài lâu, khỏi mất công coi giữ. Trong thời gian chờ bán nhà, mẹ em đem hai đứa nhỏ qua được Mỹ rồi bất ngờ cho biết bà không thể chờ đợi ba được nữa, và đã lấy chồng khác bên đó. Em giận quá, không nhận quà hay liên lạc thư từ gì với bà nữa. Rồi em dành dụm vốn, tự nuôi mình vừa lo thăm nuôi ba... Câu chuyện của em là như vậy. Nghe chán quá hở anh."

"Đừng nói vậy. Hoàn cảnh em đáng thương lắm. Em thật có hiếu với ba. Em có cơ hội báo hiếu, phụng dưỡng ba... em sẵn sàng bỏ đường tu để lo cho ba... Những việc em làm, anh không bao giờ làm được."

Phương im một lúc, nhìn tôi, có vẻ suy nghĩ. Nàng chưa hiểu tôi muốn nói gì. Nàng không biết tôi có người cha vừa mất, chỉ mới cách đây hai ngày thôi.

"Mấy giờ rồi vậy Phương?"

"Sắp chín giờ rưỡi rồi. Hay anh vào đó một lần nữa xem sao. Có thể nhắn bạn anh là sáng mai anh tới, được không?"

Tôi im lặng, đứng dậy. Phương lại chở tôi vào con hẻm, đậu ở trước cửa nhà anh Cường, chờ đợi. Tôi bấm chuông lần nữa. Lại gặp anh chàng râu mở cửa. Thấy tôi, anh nói ngay, không chờ tôi hỏi:

"Anh Tửu chưa về, không chừng chẳng về đêm nay đâu. Bây giờ sắp mười giờ rồi," vừa nói vừa đưa đồng hồ tay lên xem.

"Vậy xin hỏi anh có phải anh Cường không ạ?" tôi hỏi nhanh.

"Không, tôi là cháu của ổng. Ổng đi làm chưa về, phải mười giờ rưỡi mới có mặt ở nhà."

"Vậy thôi, cám ơn anh."

"Anh có muốn nhắn gì không?"

"Ơ... không cần đâu."

Tôi quay ra với Phương. Phương vui mừng ra mặt, liền nổ máy xe, nói:

"Cuối cùng em cũng rước được anh."

Tôi lại leo lên xe, ngồi phía sau, vịn thành yên. Nghe hương tóc nàng thơm bay. Phương thì vui lắm, bắt đầu nói huyên thuyên:

"Anh cứng đầu quá à! Phải chi nãy giờ anh đồng ý với em thì bây giờ anh đã đánh một giấc ngon rồi, đâu còn chạy ngoài đường như vầy. Ra tù từ sáng đến giờ mà anh còn chưa kịp nghỉ ngơi nữa. Thôi, quẳng hết gánh lo âu đi anh. Bây giờ về nhà em, nghỉ ngơi, đừng suy nghĩ gì nữa. Mọi chuyện ngày mai hãy tính. À, anh có nhớ những gì anh viết trong cuốn *Mây Hồng Nhẹ Bay (*)* không? Đọc cuốn đó từ ba năm trước, lúc

---

(*) *Mây Hồng Nhẹ Bay* tức tác phẩm "*Núi Xanh Mây Hồng*" của Vĩnh Hảo, viết xong từ năm 1982 tại Sài-gòn.

mới rời chùa, em đã ước gì có thể rước anh chàng tu sĩ trẻ lang thang khờ khạo trong truyện đó về nhà em từ lâu rồi. Em không muốn anh lang thang không có chỗ ăn chỗ ngủ như anh chàng tu sĩ trong truyện đâu. Khờ như anh... làm sao mà sống nổi trong xã hội này. Trước sau gì lại bị người ta gạt nữa! Em sẽ bảo vệ anh, không để ai gạt anh nữa đâu."

***

Nhà Phương là một căn lầu hai tầng, chiều ngang không rộng lắm, nhưng khá sâu vào phía trong. Phương mở cửa sắt, tôi đẩy xe vào. Nàng kéo cửa sắt khóa lại cẩn thận.

"Còn ai ở nhà này ngoài em ra không?" tôi e ngại hỏi.

"Dĩ nhiên là không rồi. Em ở có một mình, đã kể anh nghe rồi. Để em dẫn anh lên lầu. Ở dưới này là phòng khách với nhà bếp. Các phòng ngủ đều ở trên lầu. Đây, theo em. Nè, anh có thể nghỉ ở phòng này, hồi đó là của hai đứa em trai của em. Thỉnh thoảng có mấy sư cô bạn em ghé ngủ đêm cũng nghỉ ở phòng này. Phòng em kế bên. Phòng rộng bên kia là của ba mẹ. Xa hơn nữa là chỗ thờ Phật và ông bà tổ tiên. Anh không có đồ thay... em lấy tạm mấy bộ pi-gia-ma cũ của ba em hồi đó, được không? Hay là anh muốn mặc đồ tu của em cho thoải mái. Thường em vẫn mặc đồ vạt hò ở nhà đó anh."

"Thôi, thôi, cho anh mượn đỡ đồ của ba em rồi chỉ cho anh phòng tắm."

"Được rồi, chờ em tí."

Tôi ngồi trên một chiếc giường, chờ đợi Phương lấy áo quần. Phòng của hai cậu em trai Phương có hai giường nệm nhỏ, hai đầu giường kê hai cái bàn học. Cửa sổ ở giữa còn đóng kín. Phòng sạch sẽ như được quét dọn hàng ngày. Cách Phương hỏi chọn áo quần cho tôi có vẻ tự nhiên, vô tư, xem tôi như người anh lớn trong nhà khiến tôi yên lòng. Tôi đang có đại tang. Tôi không muốn một thứ tình cảm nào tấn công làm rung động tôi trong thời gian này. Tôi còn chưa kịp có thời giờ để tưởng nhớ hay tụng niệm cho ba tôi.

"Sao anh có vẻ buồn vậy. Đây, đồ này chắc anh mặc vừa. Khăn và bàn chải đánh răng này chưa xài qua. Em đưa anh qua phòng tắm nghe."

Nàng bước vào trước, dọn sơ ba cái đồ linh tinh gì đó, ôm gọn trong lòng rồi quay ra, nói:

"Từ ngày mấy ống vô, điện nước cúp hoài, mấy ống nước hư ở đâu chẳng rõ, chỉ có rô-bi-nê này là còn chảy, cho nên em hứng vào lu và thùng phuy để tắm chứ không xài vòi sen hay bồn tắm được nữa. Thôi, anh cứ tự nhiên há, để em đi làm thức ăn."

Dội nước lạnh vào người, tôi bắt đầu thấy tỉnh táo, nhẹ nhàng trong lòng. Hình như đến tận giây phút này, tôi mới thực sự ý thức được toàn vẹn nỗi hạnh phúc to lớn của sự tự do mà đáng ra tôi có quyền đón nhận từ hồi chiều. Trên đoạn đường từ Long Khánh về Sài Gòn, tôi đã mường tượng là sẽ được sự chia sẻ mừng vui của các chị trong gia đình hay của bạn bè thân, nhưng tôi đã không gặp ai. Niềm vui chưa kịp bùng vỡ ra đã phải nén lại bởi nỗi đau mất đi người cha hiền, cộng thêm nỗi lo âu về một chỗ nghỉ đêm. Bây giờ tôi đứng đây, một mình trong phòng tắm, quên khuấy luôn tất cả mọi người, tôi nhìn tôi trong kiếng và nhoẻn miệng cười một mình. Vâng, tôi phải sống. Cho dù ba tôi có nằm xuống bằng cách thế nào đi nữa, ông vẫn mong như thế. Tôi phải sống.

(còn tiếp)

Mời đọc trọn bộ *Phương Trời Cao Rộng 5 tập* trên trang
www.vinhhao.info

Đức Phật với người nghèo khổ

Soạn giả: THÍCH MINH CHIẾU

(trích Truyện Cổ Phật Giáo)

Một hôm Phật ứng thỉnh ông Cấp Cô Độc, đến Tịnh xá ông lập an cư 3 tháng. Phật thuyết pháp giáo hóa nhân dân thành Xá Vệ vô số, ai cũng cảm mến Ngài và được ánh đạo soi sáng đời sống. Nên sau 3 tháng an cư, khi Ngài ra đi, từ quan quân cho đến dân chúng ai cũng khóc thỉnh Đức Phật ở lại ít nhất là một tuần nữa. Nhưng Ngài không hứa nhận.

Bấy giờ trong nhà ông Cấp cô Độc có người tớ gái tên là Phước Lê, nàng rất nghèo khổ nhưng giàu lòng hướng thượng: Nghe Phật ra đi, nàng cũng như mọi người, lòng buồn tủi vô hạn, nhưng nàng nghĩ Đức Phật không phân biệt nghèo khổ như ai, nên đánh bạo đến trước Phật đảnh lễ và thỉnh Phật ở lại.

Phật liền nhận lời và ôn tồn bảo mọi người:

- Lòng ta không phân biệt, song chỉ muốn làm cho mọi người nghèo khổ mà nàng Phước Lê là một người được tắm gội ánh đạo từ bi. Ta nhận lời để mọi người thấy rằng người nghèo khổ không phải đáng khinh. Trí giác chỉ có ở nơi họ cũng như lửa chỉ có ở nơi cây khô.

Được Phật nhận lời và nghe Ngài dạy như vậy, mọi người đổi cái nhìn khinh thị ra cái nhìn biết ơn, nhìn nàng Phước Lê và nói với nhau:

- Người nghèo khổ nhất lại có thể gần đấng Trí Giác nhất.

MINH CHÂU

Không nên căn cứ vào địa vị xã hội hay là gốc tích cha mẹ bà con mà phán đoán một con người nào. Con người sinh ra là tuân theo cái nghiệp của mình. Nó khiến mình vào lòng người đàn bà sau mà đáp sự thừa thiếu ở đời trước vậy.