



# CHÁNH PHÁP

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

Địa chỉ tòa soạn: 803 S. Sullivan St., Santa Ana, CA 92704. U.S.A. — Tel.: (714) 571-0473 | Email: baivochanhphap@gmail.com

Chủ nhiệm: **HT. Thích Nguyên Trí**  
Trị sự: **ĐĐ. Thích Thánh Thanh**  
Thư ký: **ĐĐ. Thích Đồng Thiện**  
Thủ quỹ: **Ni sư Thích Diệu Tánh**

Chủ bút: **Vĩnh Hào**  
Với sự cộng tác của chư tôn đức Tăng Ni và văn thi hữu tán đồng chủ trương của Chánh Pháp.

Trình bày: **Tâm Quang**  
Hình bìa: **Nhật Giang**

**LIÊN LẠC:**

• Bài vở: [baivochanhphap@gmail.com](mailto:baivochanhphap@gmail.com)

• Quảng cáo / Phát hành:

**(714) 638-0989**

Trải hơn 25 thế kỷ, Chánh Pháp của Phật vẫn được tuyên dương và lưu truyền bởi hàng đệ tử xuất gia lẫn tại gia, đem lại giải thoát và giác ngộ cho những ai học hỏi và thực hành đúng đắn. Chánh Pháp ấy là thuốc hay, nhưng bệnh mà không uống thì chẳng phải là lỗi của thuốc. Trong kinh Di Giáo, đức Phật cũng ân cần huấn thị lần chót bằng những lời cảm động như sau: "Thế hiện lòng đại bi, Như Lai đã nói Chánh Pháp ích lợi một cách cứu cánh. Các thầy 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, rồi 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, mọi người sẽ tùy theo căn tánh và nhân duyên mà tiếp nhận hương vị.

[www.chanhphap.net](http://www.chanhphap.net)  
[www.chanhphap.org](http://www.chanhphap.org)  
[www.chanhphap.us](http://www.chanhphap.us)

## NỘI DUNG SỐ NÀY:

- ◆ THƯ TÒA SOẠN, trang 2
- ◆ TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI (Diệu Âm lược dịch), trang 3
- ◆ THÔNG BÁO KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 6 (2016) (Ban Tổ Chức) trang 8
- ◆ PHẬT GIÁO VÀ TƯƠNG LAI (TN Liên Hiếu dịch), trang 9
- ◆ CỐ ĐỒ TRÚC LÂM PHÁP PHÁI (thơ ĐNT Tín Nghĩa), trang 11
- ◆ THIÊN LÝ ĐỘC HÀNH (thơ Tuệ Sỹ), trang 12
- ◆ NGÔI CHÙA BÊN BỜ SÔNG (Nguyễn Siêu), trang 13
- ◆ XUÂN THIÊN (thơ Chúc Hiền), trang 15
- ◆ TRẢ TA SÔNG NÚI (thơ Vũ Hoàng Chung), trang 16
- ◆ TƯ TƯỞNG PHẬT GIÁO TRONG THI VĂN VĂN HẠNH, t.t. (HT. Thích Thắng Hoan), trang 18
- ◆ NHƯ NÓI VẤN XUÂN (thơ Mặc Phương Tử), trang 21
- ◆ CON ĐƯỜNG CỦA TÌNH THƯƠNG (Nguyễn Duy Nhiên), trang 22
- ◆ KINH KALAKA SUTTA: THẤY BIẾT MÀ KHÔNG DỰNG LẬP THẤY BIẾT (Nguyễn Giác), trang 24
- ◆ TUỆ TRUNG THƯỢNG SĨ (Nguyễn Lang), trang 27
- ◆ XUÂN TƯƠI, TUỔI MỚI, MỘNG ĐÀI (thơ Mãn Đường Hồng), trang 30
- ◆ MỘT LẦN CHỢT NGHE QUÊ QUÁN TÔI XƯA (Toại Khanh), trang 31
- ◆ BẢY CÁCH BỐ THÍ – Câu chuyện dưới cờ (Nhóm Áo Lam), trang 32
- ◆ BÓN TÂM VÔ LƯỢNG – Phật Pháp thứ Năm (Nhóm Áo Lam), trang 33
- ◆ NGHĨN NĂM LẦN QUÁN, HƯ ẢO, TỪ BI... (thơ Nguyễn Thanh Huy), trang 34
- ◆ THƯ MỜI THAM DỰ NGÀY HỘI NGỘ THỐNG HỢP GĐPTVN TẠI HOA KỲ (TK Thích Tín Nghĩa), trang 35
- ◆ CẢNH SÀU ĐONG NẤY LỘC ĐÊM XUÂN (thơ Huệ Trân), trang 36
- ◆ TRUYỆN NGÁN TRĂM CHỮ (Steven N.), trang 37
- ◆ SÁNG TẠO LÀ CON ĐƯỜNG THI SĨ (Tâm Nhiên), trang 38
- ◆ PHIẾU GHI DANH (TĂNG NI) KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 6 (2016) (Ban Tổ Chức), tr. 41
- ◆ THƯ MỜI & PHIẾU GHI DANH DÀNH CHO PHẬT TỬ (ENGLISH & VIET-NAMESE) KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN 6 (2016) (Ban Tổ Chức), tr. 42 - 45
- ◆ NĂM CŨ, NĂM MỚI (Huỳnh Kim Quang), trang 49
- ◆ GIỮA CỎ VÔ THƯỜNG (thơ Lê Bích Sơn), trang 51
- ◆ MỘT TÔN GIÁO CHO SỰ TIẾN BỘ THỰC SỰ CỦA NHÂN LOẠI (Thích Tâm Quang dịch), trang 52
- ◆ MƠ XUÂN ĐẤT VIỆT (thơ Trần Đan Hà), trang 56
- ◆ NẤU CHAY: CANH MĂNG CHUA NẤU THÌ-LÀ (Tuệ Lan), trang 57
- ◆ NĂM 2016 LÀ NĂM QUỐC TẾ PULSE (CÁC LOẠI ĐẬU) (Tịnh Thủy biên dịch), trang 58
- ◆ NGUYỄN XUÂN, CƯ SĨ, MƯU SINH... (thơ Đồng Thiện), trang 60
- ◆ LEV TOLSTOI VÀ ĐẠO PHẬT (Inna Malkhanova), trang 61
- ◆ CÁI BẦY KHỈ - NGUYỄN NHÂN CỦA KHỔ ĐAU (Tâm Minh Ngô Tăng Giao), trang 64
- ◆ LÒ VI BA, ĐO TỈ TRỌNG XƯƠNG, CHẤT XƠ (Bs. Nguyễn Ý Đức), tr. 65
- ◆ VÒNG XOAY THỜI GIAN (thơ Hàn Long Ẩn), trang 66
- ◆ ẮN CHAY CÓ LỢI LẮM (Tâm Lương Đào Mạnh Xuân), trang 67
- ◆ TÂM KINH (thơ Triều Hoa Đại), trang 69
- ◆ TÌNH ÂN ÁI LÀ GỐC CỦA SINH-TỬ (Thích Minh Chiếu), trang 70
- ◆ NƠ ĐỜI, GIÁC MỘNG ĐỜI (thơ Huỳnh Mai Hoa), trang 72
- ◆ PHƯƠNG TRỜI CAO RỘNG – chương 8 (Vĩnh Hào), trang 73
- ◆ STORY OF ANITTHIGANDA KUMARA (Daw Mya Tin), trang 76



Chi phiếu ủng hộ hoặc đặt báo, xin ghi:

**CHANH PHÁP**  
11502 Daniel Ave.  
Garden Grove, CA 92840

Báo Chánh Pháp số 52, tháng 03.2016, do Chùa Phật Đà & Tu viện Pháp Vương (CA) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro ủng hộ ấn phí. Tòa soạn xin thành tâm cảm tạ. Kính nguyện quý tự và chư Phật-tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.



# Thư Tòa Soạn

## TỰ DO KHỎI TỰ NGÃ

Những ngày Tết rộn ràng trôi qua thật nhanh; nhưng hoa xuân vẫn trên cành. Buổi sáng nơi vườn ríu rít tiếng chim. Cành mai chưa kịp ra hoa; các nụ vừa chớm, mუმ mუმ vươn lên từ những chồi lá xanh mướt; trong khi hoa đào thì khiêm nhường khoe sắc hồng tía nơi một góc hiên. Các nhánh phong lan kiều sa nhẹ nhàng đưa theo làn gió sớm. Bầu trời xanh biếc không gợn mây. Lòng bình yên, không muộn phiền...

Người ta vẫn thường cho rằng văn minh là tiến bộ, là đi tới. Dừng lại hoặc đi lui thì không văn minh. Thực ra, càng tiến bộ, con người càng tăng thêm nhiều nhu cầu; càng nhiều nhu cầu, càng tăng thêm nhiều gánh nặng và trói buộc.

Hãy tạm gác qua một bên định nghĩa điển chương của chữ *văn minh* (civilization) như là đỉnh cao thành tựu của một nền văn hóa (dân tộc hay nhân loại) trong một giai kỳ nào đó. Hãy nói về nền văn minh của con người trong ý nghĩa là thành tựu mục tiêu (hay ước vọng) đem lại phúc lạc thực sự cho mình, cho người, một cách bình an.

Trong ý nghĩa đó, nhân loại ngày nay quả thực là không có văn minh: kêu gọi tự do cho mình mà lại tước đoạt tự do của người; xóa bỏ giai cấp bằng đấu tranh giai cấp; muốn bình đẳng nhưng lại đối xử phân biệt (giới tính, chủng tộc, tôn giáo, đảng phái); chống độc tài mà lại muốn độc quyền độc tôn; nâng đỡ, ủng hộ những người này bằng cách cướp đoạt, đày đọa những người khác; mưu cầu hòa bình bằng khởi động chiến tranh... Chúng ta, loài người tân tiến, loay hoay đi tìm sự bình an bằng những phương tiện bất an; tìm hạnh phúc bằng con đường đau khổ.

Cho nên, không phải cứ nhắm mắt bước tới, bước lên, là văn minh. Có khi cần phải dừng lại. Có khi cần phải bước lui.

Dừng lại những manh động của tự ngã: hành động, lời nói và ý nghĩ nào nhằm tư lợi, vinh danh cá nhân (dù bằng hình thức tinh vi nhẹ nhàng nhất), đều không phải văn minh; ngược lại, chúng là đầu mối cho những xung đột, mâu thuẫn, làm rối loạn xã hội.

Bước lui để tự kiểm và tránh xa sự nuôi lớn bản ngã: tự hào, tự mãn, tự cao, tự tôn... đều là những biểu hiện lộ liễu và lộ bịch của con người trước những thành công lớn hay nhỏ trong cuộc sống; đặc biệt là đối với danh vọng—nó thường cho người ta ảo tưởng về sự vượt trội và vĩ đại. Hào quang danh vọng luôn làm mờ mắt và choáng ngợp những ai bước lên đỉnh cao (nơi họ nghĩ là tột cùng)—mà không tự biết rằng nơi ấy thường khi lại là chỗ xuất phát cho tiến trình sa đọa, đi xuống.

Có người sẽ hỏi, bằng hình ảnh cụ thể, một kẻ đã lên đến đỉnh đồi rồi thì đi đâu nữa? – Câu trả lời thông thường là người ta có khuyh hướng đi quanh, hoặc đi xuống.

Thực ra vẫn còn một lối đi cho kẻ chạm đến đỉnh đồi, đó là bước vào khoảng không. Có thể mượn lời của Thiền sư Cảnh Sầm mà nói rằng “*Bách trượng can đầu tu tiến bộ*,” nghĩa là đứng trên đầu sào trăm trượng, cũng nên bước thêm bước nữa. Bước vào hư không.

Đó không phải là con đường của mọi người. Cũng không phải là con đường dẫn đến văn minh vật chất, hữu thể.

Đó là con đường của kẻ thiên lý độc hành; là con đường siêu tuyệt vượt lên tất cả mọi nền văn minh, vượt qua tất cả mọi trói buộc của tự ngã, vượt qua cả sự vượt qua, đạt đến tự do tuyệt đối (mà kỳ thực cũng chẳng có gì để vượt qua hay đạt đến).

Chỉ có những gì rất thực và rất thường ở nơi này. Bầu trời không mây, tím sẫm. Đêm bình yên trong tiếng gió, nhẹ khua chiếc phong linh, và những giò lan âm thầm tỏa hương. Trăng đầu mùa lừng lừng lên cao. Lòng bình yên, thông thả chậm trà.



# TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

DIỆU ÂM lược dịch

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

## CAM BỐT: Học viện Phật giáo sẽ khởi động lại các diễn đàn về nghiên cứu

Sau hơn 10 năm ngưng hoạt động, Học viện Phật giáo Cam Bốt sẽ tái khởi động chương trình hàng tháng của các diễn giả để mang nghiên cứu mới nhất đến với công chúng.

Phat Chan Mony Ratha, trưởng phòng truyền thống và phong tục của học viện cho biết các diễn giả sẽ được chọn dựa vào chất lượng của nghiên cứu mà họ gửi đến về Phật giáo, ngôn ngữ, lịch sử và nhiều lĩnh vực nghiên cứu Khmer khác.

Kể từ khi chính thức được thành lập vào năm 1930, Học viện Phật giáo đã tiến hành nghiên cứu về văn hóa Cam Bốt, ngôn ngữ Khmer và Phật giáo.

Viện cũng xuất bản về nghiên cứu và thực hiện các chương trình giáo dục. Các quan chức đã không đưa ra một khung thời gian chính xác khi nào các bài thuyết trình hàng tháng sẽ bắt đầu, nhưng nói rằng việc này sẽ sớm được tiến hành.

(tipitaka.net - January 6, 2016)



Học viện Phật giáo Cam Bốt tại quận Chamkarmon, Phnom Penh  
Photo: Khmer Times

## TÍCH LAN: Tổng thống Tích Lan tuyên bố sẽ bảo vệ vị trí quan trọng nhất của Phật giáo trong hiến pháp

Colombo, Tích Lan - Ngày 10-1-2016, Tổng thống Tích Lan Maithripala Sirisena đã tuyên bố sẽ bảo vệ vị trí quan trọng nhất của Phật giáo trong hiến pháp mới và nói rằng ông sẽ không lãnh đạo đất nước mà không có sự tư vấn và hướng dẫn của Đại Tăng đoàn.

Phát biểu tại một sự kiện được tổ chức tại Chùa Sri Bodhiraja ở Colombo Fort, Tổng thống cho biết một nhóm gồm các phần tử cực đoan đang tạo ra những âm mưu nói rằng chính phủ sẽ tước đi vị trí của Phật giáo thông qua những sửa đổi trong hiến pháp mới.

Tổng thống nhấn mạnh rằng hiến pháp mới không hề bao gồm bất kỳ điều khoản nào gây tổn hại vị trí của Phật giáo hoặc sự thống nhất đất nước. Một số thành phần bị phá sản về chính trị đang cố đạt quyền lực trong vỏ bọc của lòng yêu nước hoặc sự trung thành với Phật giáo, ông nói.



Tổng thống Tích Lan tặng quạt cho Hòa thượng Trụ trì Chùa Sri Bodhiraja  
Photo: Colombo Page

Sự kiện nói trên được tổ chức để trao vị trí Trưởng

Tăng đoàn Nayaka của Colombo cho Hòa thượng Sri Seelarathana Pan-nasarabhidana Thero, Sư trưởng đương nhiệm của Chùa Sri Bodhiraja.

(Colombo Page - January 10, 2016)

## ẤN ĐỘ: Khánh thành Trung tâm Phật giáo đào tạo nghề và tâm linh tại Kopargaon

Mumbai, Ấn Độ - Phật Học viện KJ Somaiya có trụ sở tại Mumbai đã khánh thành một trung tâm thực hành tâm linh tại vùng nông thôn Maharashtra vào ngày 7-1-2016.

Cơ sở mới Jetavan này là một trung tâm phi môn phái dành cho sự phát triển toàn diện tại Sakarwadi, Kopargaon.

Jetavan hy vọng sẽ kết hợp tâm linh với sức khỏe thể chất cũng như đào tạo nghề, để giúp thanh niên địa phương trau dồi các kỹ năng mưu sinh và trở thành độc lập về tài chính. Trung tâm sẽ có một hội trường lớn dành cho thiền định và các nghi lễ tôn giáo.

Dự án này được truyền cảm hứng từ Thượng tọa Dhammadi-pa, một nhà sư đến từ Cộng hòa Czech. Thượng tọa phát biểu tại lễ khánh thành rằng trung tâm Jetavan là kết quả của lòng tốt và lòng hảo tâm của những người đến từ Ấn Độ, Trung quốc, Đài Loan, Tây Ban Nha, Hoa Kỳ, Đức và Cộng hòa Czech. Thượng tọa hứa sẽ đến Sakarwadi 2 năm một lần để hướng dẫn thiền định và giảng pháp từ kinh điển Phật giáo.

(TNN - January 8, 2016)

## **ĐÀI LOAN: Hội Phật giáo Từ Tế khởi động Ngày Ăn chay Thế giới**

Vào ngày 11-1-2016, Hội Phật giáo Từ Tế đã khởi động các hoạt động Ngày Ăn chay Thế giới nhằm thúc đẩy một chế độ ăn chay, và kêu gọi mọi người ủng hộ đợt vận động này bằng cách ký tên vào đơn thỉnh nguyện Ngày Ăn chay Thế giới của hội.

Trong Hội nghị Biển đổi Khí hậu Toàn cầu 2015 vào tháng 12-2015, một phái đoàn của Hội Từ Tế đã đề xuất chọn ngày 11-1-2016 là Ngày Ăn chay Thế giới và kêu gọi những người tham gia hội nghị ký vào đơn thỉnh nguyện trực tuyến để ủng hộ đợt vận động này, theo lời thỉnh nguyện viên Từ Tế Peng Chi-ming, một chuyên gia khí tượng.

Peng đã nói tại một buổi lễ để quảng bá đợt vận động rằng năm ngoái thế giới được cho là đã trải qua nhiệt độ trung bình cao nhất trong lịch sử ghi nhận.

Quảng bá các lợi ích gắn liền với việc áp dụng một chế độ ăn chay, phó chủ tịch Hội Từ Tế là Chen Shao-ming nói rằng điều này sẽ không chỉ giúp cắt giảm lượng khí thải carbon, duy trì sức khỏe tốt hơn và hỗ trợ cho việc bảo vệ môi trường, mà cũng sẽ làm giảm sự nóng lên toàn cầu.

(focustaiwan.tw - January 11, 2016)



*Các món chay do một bệnh viện đại học nấu dành cho Tết Âm lịch—Photo: Focus Taiwan*

## **PHÁP: Thiên sư Thích Nhất Hạnh trở về Làng Mai**

Tăng ni của cộng đồng và trung tâm thiền Làng Mai công bố rằng ngày 8-1-2016 Thầy

Thích Nhất Hạnh từ Hoa Kỳ đã trở về nơi ẩn cư của mình ở Dordogne, miền nam nước Pháp.

Vào tháng 11-2014, Thầy đã phải nhập viện tại Pháp sau khi bị xuất huyết não trầm trọng. Sau nhiều tháng phục hồi chức năng, ông từ dưỡng đường phục hồi chức năng ở Bệnh viện Đại học Bordeaux trở về Làng Mai vào tháng 4-2015, nơi các đệ tử và các chuyên gia thăm viếng tiếp tục giúp ông phục hồi. Vào ngày 19-7-2015, Thầy đã bay sang San Francisco (Hoa Kỳ) để trải qua một chương trình phục hồi chức năng chuyên sâu hơn tại Trung tâm Y Khoa UCSF. Tại đây, vào tháng 9-2015, Thầy đã nói được những lời đầu tiên của mình kể từ khi ông bị đột quỵ.

Một tin cập nhật được công bố trên trang web của Làng Mai cho biết kể từ đầu năm mới 2016, Thầy Thích Nhất Hạnh - người đã sang tuổi 89 từ tháng 10-2015 - đã bày tỏ rõ ràng mong muốn trở về nơi ẩn cư của mình tại Làng Mai.

(Buddhist Door - January 11, 2016)



*Thầy Nhất Hạnh đón Giao thừa Năm Mới 2016 cùng các đệ tử tại San Francisco  
Photo: plumvillige.org*

## **HÀN QUỐC: Các cổ vật Phật giáo thời Goryeo được xếp hạng Bảo vật Quốc gia**

Cục Di sản Văn hóa (CHA) Hàn quốc cho biết các tranh và kinh Phật giáo từ triều đại Goryeo với giá trị lịch sử và nghệ thuật nổi bật

đã được xếp hạng Bảo vật Quốc gia.

Cơ quan di sản văn hóa nhà nước này đã chỉ định 3 bức tranh Phật giáo quý hiếm và 2 bộ kinh Phật giáo được thực hiện vào thời kỳ hoàng kim trong triều đại Goryeo (918-1392) là các Bảo vật Quốc gia.

Phật giáo phát triển mạnh mẽ vào triều đại Goryeo, là vương triều công nhận đạo Phật là quốc giáo chính thức. Đây là thời có nhiều Phật phái và các tác phẩm đa dạng của nghệ thuật Phật giáo.

CHA cũng nâng vị thế của một tượng Phật có từ thời Vương quốc Silla lên cấp cao nhất trong hạng mục Bảo vật Quốc gia, công nhận sự cân xứng và hình dạng rất tinh vi của pho tượng.

Được tạo tác vào thế kỷ thứ 8, tượng này là điển hình của một sự thay đổi trong phong cách các tượng Phật, và cho thấy Phật giáo được truyền bá thông qua việc thương mại và trao đổi văn hóa tích cực giữa Vương quốc Silla (57 BC - 935 AD) và triều đại nhà Đường của Trung Hoa.

(tipitaka.net - January 13, 2016)



*Tranh Phật giáo thời Goryeo (ảnh trên)*



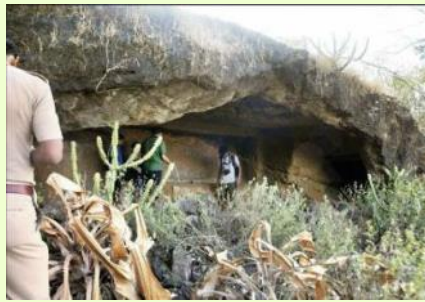
và tượng Phật thời Silla được tạo tác vào năm 766 AD (ảnh dưới) – Photos: CHA

### ẤN ĐỘ: Phát hiện 7 hang động Phật giáo cổ đại tại Mumbai

Mumbai, Ấn Độ - Bảy hang động đã được tìm thấy trong các khu rừng của Công viên Quốc gia Sanjay Gandhi, Borivli, ở rìa phía bắc của thành phố Mumbai. Đây là những tịnh xá Phật giáo, trong số đó chỉ có một hang cho thấy di tích của một lan can phần đỉnh của một bảo tháp. Các hang động này được cho là đã xây dựng trước các hang Kanheri ở gần đó, và có thể chúng đã phục vụ như nơi cư trú của chư tăng vào mùa mưa.

Trong khi chờ Cục Nghiên cứu Khảo cổ Ấn Độ chính thức chấp thuận về việc khám phá và lập tư liệu chi tiết, nhóm khai quật đã tìm thấy các hang nói trên xác định chúng có niên đại từ thế kỷ thứ 1 trước Công nguyên đến thế kỷ thứ 5-6 sau Công nguyên. Nhóm gồm 3 thành viên này đã khám phá các hang động vào tháng 2-2015 theo một chương trình khai quật được phối hợp thực hiện bởi Trung tâm Khảo cổ thuộc Đại học Mumbai và Khoa văn hóa Ấn độ cổ đại của trường Cao đẳng Sathaye.

(TNN – January 17, 2016)



Một trong các hang động Phật giáo mới phát hiện tại Công viên Quốc gia Sanjay Gandhi ở Borivli, Ấn Độ



Hai trong số bảy hang động cổ đại ở Borivli, Ấn Độ  
Photos: Sandeep Takke

### ÚC ĐẠI LỢI: Hoàn thành phần ngoại thất của ngôi chùa Thái ở Lyneham

Ngày 17-1-2016, gần 1,000 người, bao gồm đại sứ Thái Lan tại Úc Chrrachai Punksasin, đã tham dự lễ mừng việc hoàn thành giai đoạn 2 của ngôi chùa tại đền thờ Phật giáo Wat Dhammadharo ở Lyneham.

Mọi người tập trung để chứng kiến một căn cầu đặt ngọn tháp bằng vàng lên mái vòm chính của ngôi chùa, hoàn thành việc xây dựng ngoại thất của chùa này.

Chùa đã được xây dựng trong nhiều năm và được Quốc vương Thái Lan trao quyền để đánh dấu kỷ niệm 60 năm quan hệ ngoại giao Thái - Úc.

Tip Suthinee, nhân viên liên lạc dự án, nói rằng đây là ngôi chùa duy nhất có kiến trúc Thái tại Úc và nam bán cầu. Cô nói với chiều cao 24 m, nó cũng là chùa Phật giáo Thái cao nhất tại Úc.

(The Canberra Times – January 18, 2016)



Ngôi chùa Thái ở Lyneham đã được xây dựng một phần Vặn phần đỉnh vào ngọn tháp  
Photos: GrahamTidy



### ẤN ĐỘ: Ba ngày lễ hội Đức Phật tại Bồ đề Đạo tràng

Gaya, Bihar – Lễ hội Đức Phật đã bắt đầu diễn ra tại đền Đại Giác ngộ ở Bồ đề Đạo tràng vào ngày 17-1-2016.

Tín đồ và tăng sĩ thập nển, hát những bài đạo ca và chiêm bái Đức Phật tại đền Đại Giác ngộ. Sự kiện thiêng liêng này được đồng tổ chức bởi sở du lịch và chính quyền bang Bihar, với sự tham gia của tăng sĩ được mời từ Miến Điện, Thái Lan, Việt Nam, Bhutan và Cam Bốt.

Rất nhiều tăng sĩ, Lạt ma và Phật tử đã thực hiện một

cuộc tuần hành giác ngộ tại quận Gaya trước khi lễ hội bắt đầu.

Trong 3 ngày lễ hội, các nghệ sĩ từ Ấn Độ và các nước khác đã làm khán giả say mê với phần trình diễn ca nhạc của họ.

Bihar đã tổ chức Lễ hội Đức Phật trên quy mô lớn kể từ năm 1998. Lễ hội cũng giúp quảng bá du lịch trong bang, khi những nỗ lực được thực hiện để giới thiệu lễ hội văn hóa này ngang bằng với các sự kiện quốc tế.

(ANI – January 18, 2016)



*Bồ đề Đạo tràng, bang Bihar, Ấn Độ—Photo: Google*

### **NHẬT BẢN: Công việc phục hồi đại quy mô tượng Đại Phật ở Kamakura**

Công việc phục hồi đại quy mô pho tượng Đại Phật đã bắt đầu tại Kamakura ở tỉnh Kanagawa vào ngày 13-1-2016.

Đây là công trình sửa chữa đại quy mô đầu tiên kể từ “cuộc phục chế lớn thời đại Showa”, vốn được thực hiện từ 1959 đến 1961. Công chúng sẽ không được đến chiêm bái tượng Phật A Di Đà - được xem là một bảo vật quốc gia - này cho đến ngày 10-3-2016.

Là pho tượng chính của chùa Kotoku-in, tượng Đại Phật được đúc vào thế kỷ thứ 13. Trước đó, một phiên bản bằng gỗ cũng được tạo tác vào thế kỷ thứ 13 đã bị phá hủy trong một trận bão.

Công việc bảo trì đang được tiến hành để làm sạch những vết bẩn rỉ từ pho tượng cao 13,4 m này. Các biện pháp ngăn ngừa tượng bị hư hại do động đất cũng đang được xem xét.

Vào ngày 13-1, khoảng 20 công nhân đã trải những tấm nhựa màu đen lên mặt đất xung quanh tượng để tránh làm hỏng phần vữa bê tông. Sau đó sẽ là việc lắp đặt giàn giáo và bao phủ giàn giáo bằng những tấm bạt mờ.

(tipitaka.net – January 18, 2016)



*Công nhân đang phục hồi khu vực tượng Đại Phật ở Kamakura, Nhật Bản  
Photo: The Yomiuri Shimbun*

### **MIỄN ĐIỆN: Hội nghị Hòa bình Phật giáo Thế giới tại Học viện Phật giáo Quốc tế Sitagu**

Hội nghị Hòa bình Phật giáo Thế giới sẽ diễn ra ở cấp độ đại quy mô tại Học viện Phật giáo Quốc tế Sitagu ở vùng Sagaing, dự kiến từ ngày 22 đến 25-1-2016, tập trung vào việc làm cho thế giới được hòa bình hơn.

Chư tăng Tây Tạng sẽ mang đến hội nghị những xá lợi của Đức Phật từ vùng núi Hi Mã Lạp Sơn. Tại hội nghị, những người tham gia sẽ thảo luận về hòa bình theo quan điểm của Đức Phật.

Khoảng 700 học giả về tôn giáo từ các tín ngưỡng khác nhau và các nhà quan sát sẽ tập trung tại hội nghị này – bao gồm 200 chuyên gia từ 52 nước và 500 học giả trong nước.

Tổng cộng 200 đại biểu từ Hoa Kỳ, Anh, Nga, Iran và các nước châu Á khác đã đến nước Miến Điện chủ nhà để tham dự hội nghị.

Học viện Phật giáo Quốc tế Sitagu được thành lập từ năm 1994 để cung cấp, giảng dạy và đào tạo tăng sĩ truyền giáo.

(Global New Light of Myanmar – January 20, 2016)



*Học viện Phật giáo Quốc tế Sitagu (Miến Điện)  
Photo: Global New Light of Myanmar*

### **HOA KỲ: Bệnh viện Mayo: “Đức Đạt lai Lạt ma sẽ hồi phục hoàn toàn”**

Vào ngày 20-1-2016, các bác sĩ ở bệnh viện Mayo tại Rochester, Minnesota, nơi Đức Đạt lai Lạt ma đang trải qua điều trị tuyến tiền liệt, nói rằng không có điều đáng lo ngại lắm và rằng vị lãnh đạo tinh thần Tây Tạng sẽ phục hồi hoàn toàn.

“Các bác sĩ của ngài cho biết không có gì trầm trọng, và tiên đoán ngài sẽ đáp ứng tốt với việc điều trị và sẽ hồi phục hoàn toàn”, một nữ phát ngôn viên của Mayo nói.

Theo các bác sĩ, vị lãnh đạo Tây Tạng 80 tuổi đang được điều trị bệnh tuyến tiền liệt thường gặp.

“Ngài đang được điều trị bệnh tuyến tiền liệt phổ biến đối với nam giới trong độ tuổi của ngài”, nữ phát ngôn viên này nói.

Đức Đạt lai Lạt ma đã rời Dharamshala (Ấn Độ) để đến Hoa Kỳ vào ngày 19-1 và sẽ trở lại với lịch trình hoạt động thường xuyên của mình vào tháng 3 sau khi nghỉ ngơi một tháng.

Vào tháng 9-2015, ngài đã hủy toàn bộ chuyến đi Hoa Kỳ của mình theo lời khuyên của các bác sĩ tại bệnh viện này. Họ đã khuyên ngài nghỉ ngơi vài tuần sau khi kiểm tra y tế.

(Phayul – January 22, 2016)

### **NEPAL: Ủy ban Quốc hội chỉ thị chính phủ tổ chức hội nghị Phật giáo Quốc tế**

Ngày 21-1-2016 tại thủ đô Kathmandu, Ủy ban Quan hệ Quốc tế và Lao động của Quốc hội Nepal đã chỉ thị chính phủ thực hiện các sự chuẩn bị cần thiết để tổ chức Hội nghị Phật giáo Quốc tế vào ngày 21-5, ngày Đức Phật Cồ Đàm đản sinh.

Cuộc họp của ủy ban cũng quyết định chỉ đạo Ban Điều tra về Lạm Quyền để kiểm tra các cáo buộc về những sai phạm trong việc quản lý Quỹ Phát triển Lâm Tì Ni và có hành động cần thiết đối với những người bị kết tội.

Tương tự như vậy, Bộ Văn hóa, Du lịch và Hàng không Dân dụng đã được chỉ thị phải sửa đổi cho Đạo luật của Ủy thác trở nên được định hướng có kết quả và minh bạch.

Ủy ban cũng có chỉ thị với chính phủ để yêu cầu ủy ban quốc tế tại Liên Hiệp Quốc quảng bá Lâm Tì Ni là nơi Đức Phật Cồ Đàm đản sinh.

Ngoài ra ủy ban quốc hội còn yêu cầu Quỹ Phát triển Lâm Tì Ni trong vòng 15 ngày tới phải cung cấp thông tin chi tiết về thu nhập và chi tiêu của 5 năm qua.

(The Himalayan Times - January 22, 2016)

### **ẤN ĐỘ: 40 tượng cổ Phật giáo được khai quật tại Moghalmari chỉ trong một ngày**

Khoảng 40 vật tạo tác bằng đồng, có niên đại từ thế kỷ thứ 5 và 6, đã được phát hiện tại di tích cổ Moghalmari vào ngày 24-1-2016, khi cục khảo cổ bang Tây Bengal tái khởi động việc khai quật tịnh xá Phật giáo này sau 2 năm tạm ngừng. Công việc đào xới trùng hợp với Lễ hội Moghalmari diễn ra tại đây từ ngày 24 đến 25-1.

Khoảng 11 giờ sáng, tại đường rãnh giữa của di tích nằm cách vùng Dantan ở quận Tây Midnapur khoảng 2km này, một tượng Phật nhỏ có kích thước 7cmx5cm đã lộ ra đầu tiên trên mặt đất. Sau

đó, nhiều tượng khác có kích cỡ khác nhau (cao từ 7cm đến 20-25 cm, bề rộng từ 6 đến 12 cm) bắt đầu lộ ra trước sự reo vui của các nhà khảo cổ và cư dân địa phương.

Các nhà sư đến từ khắp Ấn Độ, vốn đang tập trung tại Moghalmari để tham gia các lễ cầu nguyện và các cuộc hội thảo đặc biệt tại lễ hội, đã say mê không kém trước khám phá tại tịnh xá được cho là một trong những di tích Phật giáo cổ xưa nhất tại đất nước này.

(TNN - January 26, 2016)

### **PAKISTAN: Các bản chữ khắc đá của thời kỳ Phật giáo tại huyện Swat**

Mingora, Swat - Có 3 bản chữ khắc đá của thời kỳ Phật giáo nằm sâu trong một thung lũng nhỏ ở làng Shakhora.

Theo Tiến sĩ Luca Maria Olivieri, trưởng nhóm Nhiệm vụ Khảo cổ của Ý tại huyện Swat, kiểu chữ của các bia ký này là chữ Nagari hay Tây bắc Gupta và ngôn ngữ là tiếng Phạn.

Người dân địa phương nói rằng họ không biết ý nghĩa của những chữ khắc nhưng hiểu rằng chúng có từ thời cổ đại khi các tín đồ Phật giáo hoặc Ấn giáo sống tại Swat.

Akbar Ali, một cư dân địa phương, nói rằng trước kia từng có nhiều người Nhật Bản và Trung quốc đến viếng nơi này để chiêm bái những dòng chữ khắc nói trên. Ông ta nói thêm rằng có nhiều địa điểm Phật giáo trong khu vực, nhưng phần lớn các di tích đã biến mất theo thời gian.

Thung lũng Swat, được gọi là vương quốc Uddiyana vào thời cổ đại, từng là một Phật quốc phát triển mạnh mẽ. Người ta vẫn còn thấy được trong thung lũng hàng nghìn phế tích Phật giáo.

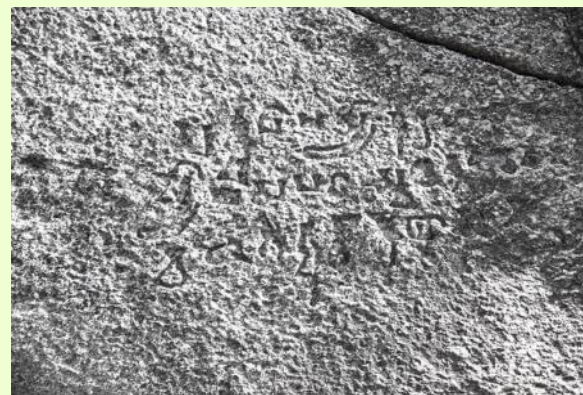
(dawn.com - January 26, 2016)



*Di tích Phật giáo Moghalmari, bang Tây Bengal (Ấn Độ)  
Photo: TNN*



*Hai trong số ba bản chữ khắc đá thời kỳ Phật giáo tại huyện Swat, Pakistan*



*Photos: IAM*





GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ - CANADA  
**KHOÁ TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ - LẦN VI**



## **THÔNG BÁO** **KHOÁ TU HỌC BẮC MỸ LẦN THỨ SÁU (VI)**

Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Kính Gởi Quý Thiện Nam Tín Nữ Phật Tử và Đoàn Sinh Gia Đình Phật Tử,  
Kính thưa quý vị,

Được sự chỉ dạy của Chư Tôn Đức trong Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ và Canada, Ni Chúng chúng tôi nhận lãnh trách nhiệm tổ chức Khóa Tu Học Bắc Mỹ lần thứ Sáu. Chúng tôi vừa lo lắng, vừa hoan hỷ vì được sự khuyến khích, thăm hỏi, và ủng hộ từ Chư Tôn Đức Tăng Ni và Quý Thiện Nam Tín Nữ trong mấy tháng qua. Với sự đồng tâm hiệp lực của Tăng Ni và Phật tử, chúng tôi tin rằng khóa tu học Phật Pháp này rất cần thiết cho Phật tử tại gia và xuất gia. Sự tu học nói lên sức mạnh của cộng đồng Phật Giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ và hải ngoại, đồng thời là điều kiện nhân duyên tốt nhằm phát huy ánh sáng trí tuệ do pháp học và pháp hành song song. Trong niềm vui của giáo pháp, Ban Tổ Chức chúng tôi kính mời Quý Thiện Nam Tín Nữ, và các em đoàn sinh gia đình Phật tử để dành thì giờ về tham dự khóa tu học:

**Địa điểm: HILTON ORANGE COUNTY / COSTA MESA**  
**3050 S. BRISTOL STREET, SANTA ANA, CALIFORNIA 92626**

**Thời gian: Từ Thứ Năm, ngày 21 tháng 7 đến Chủ Nhật, ngày 24 tháng 7, 2016**

**Nhận đơn ghi danh: từ ngày 12 tháng 12, 2015 tới ngày 12 tháng 6, 2016.**

Để trang trải chi phí phòng ở khách sạn và các thứ cần thiết cho khóa tu học, mỗi học viên hoan hỷ đóng **\$300.00**. Trong gia đình đi hai người trở lên, người thứ nhất \$300.00, mỗi người sau **\$200.00**. Trẻ em dưới 12 tuổi, xin đóng **\$150.00**.

Vui lòng gởi đơn ghi danh và học phí (check pay to: Khóa Tu Học Bắc Mỹ) tới:

- ♦ **Chùa An Lạc** 5249 E. 30th St., Indianapolis, IN 46218 - **(317) 545-1234**
- ♦ **Chùa Huyền Không** 14335 Story Road, San Jose, CA 95127 - **(408) 824-5696**
- ♦ **Chùa Lam Viên** 1606 Roy Road, Pearland, TX 77581 - **(832) 328-7825**
- ♦ **Thiền Tịnh Đạo Tràng** 11502 Daniel Ave., Garden Grove, CA 92840 - **(714) 266-4171**

Để tiến tu và được nhiều lợi lạc trong Chánh Pháp, chúng tôi thành tâm tán dương nhiệt tâm cần cầu học đạo của quý vị, đồng thời xin quý vị khuyến khích con em và giới thiệu đến bà con, thân hữu của mình để mọi người đều được thiện duyên tu học mỗi năm một lần trong những khóa tu hiếm hoi như vậy.

Thành kính cầu chúc Quý Thiện nam Tín nữ Phật tử thân tâm an lạc, bồ đề tâm kiên cố.

T.M. Ban Tổ chức,

**Thích Nữ Giới Châu và Thích Nữ Nguyên Thiện**

*(Xin xem Thư Mời và Phiếu Ghi Danh tiếng Anh & Việt từ các trang 41 — 45)*



# PHẬT GIÁO VÀ TƯƠNG LAI

FRANCIS STORY (Ven. Anagaarika Sugataananda)

Thích Nữ Liên Hiếu dịch



Chúng ta hãy đừng lừa dối chính mình, điều này tưởng chừng như không khó khăn nhưng thật sự đó là điều khó nhất trong tất cả các trạng thái mà chúng ta có thể đạt được. Bằng cách "không lừa dối chính mình," nghĩa là tôi muốn nói chúng ta hãy ngưng vẽ một bức tranh của thế giới ngày nay bằng những sai lầm với các màu sắc khoáí lạc, vì tiện nghi và an toàn cho riêng mình. Chúng ta, toàn thể giới, phải đương đầu với sự sai lầm này, thật là tệ. Chúng ta phải thật sự lưu tâm đến hoàn cảnh của chúng ta đang sống. Chúng ta cần phải truy nguyên tận căn để của tất cả các mối nghi ngờ và hiểu lầm của mình, và chúng ta có thể bắt đầu như thế nào để loại trừ nó một cách tốt nhất. Và chúng ta phải luôn luôn nhớ rằng, nếu chúng ta không thực hiện điều này, chúng ta phải đối đầu với các trở ngại đó.

Khi phân tích điều này, chúng ta thấy vấn đề không phải hoàn toàn do chính trị hay ngay cả kinh tế. Chiều sâu của vấn đề còn xa hơn thế nữa. Chính trị và kinh tế chỉ là những từ ngữ được con người vẽ minh dùng để che dấu các bản năng không văn minh của mình. Những gì làm cho tất cả chúng ta - toàn thể nhân loại phải khổ đau, đó là do họ luôn nghĩ rằng vật chất là nhu cầu cần thiết cho đời sống. Và chủ nghĩa duy vật chú trọng quá mức đến các tiện nghi đời sống vật chất, không màng đến giá trị đời sống tâm linh, hoặc rằng, cảm thấy đời sống vật chất tốt hơn các giá trị đạo đức. Cùng một lúc, chúng ta muốn ôm giữ những gì chúng ta có được, trong khi đó lại quyết định chộp lấy một cái gì mà một người khác đang ôm giữ. Thật là sai lầm khi chúng ta tin rằng hạnh phúc tùy thuộc vào vật sở hữu nhiều hơn những gì chúng ta cần hoặc những vật mà ta sử dụng.

Chúng ta chỉ vừa thoát khỏi một cuộc chiến tranh hủy diệt, nhưng một bầu không khí đầy mưu toan [chiến tranh] lại hiển hiện nữa rồi. Cùng lúc, tất cả chúng ta đều biết rằng điều này sẽ thay đổi không lường được, có thể làm cho thế giới chấn động với cường độ mà

trước đây chưa từng có. Tất cả điều đó là do chúng ta cho phép lòng tham và chất của mình phát triển trong nỗi lo âu và sân hận của đồng loại. Đó là luật rừng dựa trên bản năng được diễn đạt bằng những thuật ngữ mới - đó là, bom nguyên tử.

Tại sao chủ nghĩa duy vật lại bám chắc vào tâm trí của con người văn minh kỹ thuật như vậy? Đừng hiểu lầm ý tôi muốn nói, [ở đây tôi muốn nói rằng] - chưa có lúc nào đại đa số quần chúng thuộc chủ nghĩa duy vật cực đoan nhiều như ngày nay. Cho đến nay, tôn giáo đã nắm giữ một phần nào thể cân bằng giữa sự đối lập của chủ nghĩa duy vật và tâm linh, tuy nhiên vấn đề này vẫn còn bấp bênh. Nhưng càng về sau, đĩa cân này đã nghiêng nặng về phía chủ nghĩa duy vật - đến nỗi nó được các thế lực chính trị phê chuẩn và đã trở thành một tôn giáo.

Đối với hầu hết mọi người, nhân sinh quan duy vật dường như được khoa học ủng hộ; vì vậy họ đưa ra cân cân giá trị dựa trên một đồ biểu trắc lượng do khoa học cung cấp, và tôn giáo dường như không có giá trị gì đối với khoa học cả. Khoa học chẳng cung cấp cho họ đủ để thiết lập sự thăng bằng giữa những lợi ích trước mắt mà họ có được do tiện nghi của đời sống vật chất đem đến; hơn nữa, những tiện nghi vật chất này chỉ mang tính chất ngoạn mục và chỉ có sức hấp dẫn bên ngoài. Tinh thần hay tri thức của con người vẫn chưa trưởng thành, cũng giống như một đứa trẻ con chọn một bức ảnh màu loè loẹt và thô kệch, thay vì chọn một bảng điêu khắc bằng đá với đường nét sắc sảo và thanh nhã.

Và hơn thế, cũng cần nói về quan điểm của một người Tây phương không có cơ may hiểu biết về một tôn giáo cao cả đã phát hiện ra chân lý tối thượng, mà chúng ta gọi là Đạo Phật. Tôn giáo ở phương Tây đã không đáp ứng nỗi hạnh phúc cho con người - ngay cả cho người nghèo khổ; hạnh phúc mà con người có được nhờ điện ảnh, máy thu thanh và các sản phẩm của nền văn minh kỹ thuật khác chỉ là

phù du. Những năm gần đây, những tín ngưỡng tôn giáo ở phương Tây đã bị những phát minh của khoa học làm suy yếu dần, những phát minh này đã mở ra những chân trời kiến thức xa rộng hơn mà những nhà tiên tri xa xưa chưa từng mơ tưởng đến. Từng bước một, các tín ngưỡng xa xưa đã bị từ bỏ. Vị trí của những tín ngưỡng này đã bị các sự thật ác nghiệt của khoa học cướp đi, những sự thật này không chừa chỗ cho các học thuyết thần linh hay một linh hồn bất tử, vì những sự thật này chỉ vạch ra cách vận hành của định luật nhân quả vũ trụ, và định luật nhân quả này xác định con người với mối liên hệ vũ trụ bằng một quan điểm hoàn toàn khác biệt.

Những khám phá gần đây trong lãnh vực vật lý hạt nhân lại một lần nữa đã làm thay đổi sự cân bằng, thời đại này vượt xa các quan điểm duy vật tuyệt đối của các nhà khoa học trước đây. Thật sự, vẫn không có chỗ cho những tín ngưỡng vật linh hay hữu thần; không có một bằng chứng nào cho thấy sự tồn tại một đấng sáng thế hay một thực thể tồn tại bất biến trong bất cứ một sự vật hiện tượng nào. Nhà khoa học ngày nay có khuynh hướng quan tâm đến động lực cuộc sống như một cái gì đó tương tự với năng lượng điện tử, không có gì khác. Ngoài ra, khái niệm vật chất "tĩnh" cổ điển đã chuyển thành khái niệm "động". Tất cả thực thể vật chất bây giờ được xem như là không thực thể, đó là sự tập hợp của các động lực sinh diệt từng khoảnh khắc. Theo ông Arthur Eddington, "Định luật thứ hai của nhiệt động lực" (Second Law of Thermodynamics) vẫn là nền tảng căn bản nhất của tất cả các chân lý mang tính khoa học. Định luật này nói rằng mọi sự vật tồn tại đúng thời kỳ chắc chắn phải suy vi, hư hoại và cuối cùng bị huỷ diệt. Với các triết gia Tây phương, điều này được xem là "kết thúc khủng khiếp", nhưng đối với Phật tử, điều đó không có gì, chỉ là *Anicca* - định luật vô thường, một trong những chân lý nền tảng của Phật giáo.

Cấu trúc siêu vi của vật chất là nguyên tử; nó gồm có các điện tử (electrons) các phân tử (positrons) và các nơ-tơ-ron (neutrons), và khi khám phá được điều này, khoa học đang rút khỏi chủ nghĩa duy vật. Nó tách khỏi những niềm tin tôn giáo thông thường, nhưng nó càng lúc càng xích lại gần Phật giáo hơn. Để nắm bắt một ngành khoa học hiện đại khác như tâm lý học, chúng ta thấy rằng Giáo Sư William James - một nghiên cứu viên nổi tiếng nói rằng chúng ta có thể nhận ra tiến trình tâm lý và sự thay đổi liên tục của nó, nhưng không có nơi nào có thể tìm thấy một thực thể nổi kết thường hằng. Lại một lần nữa, kết luận này thật sự làm đảo lộn những người tin vào linh hồn bất tử, nhưng lại khá quen thuộc với Phật tử, những người đã nhận ra được điều đó như là chân lý nền tảng khác của tôn giáo mình, đó là định lý *Anatta* [vô ngã].

Bàn về sự tương tục nhân quả của đời sống, mà Phật giáo gọi là Nghiệp (*Kamma*), hay còn gọi là định luật nhân quả. Chúng ta nhận thấy rằng tự thân khoa học bây giờ phải chấp nhận khả năng của các nhân vận hành ở cấp độ khác với cấp độ mà chúng ta được biết ngang qua sự hiểu biết bình thường của mình. Tổng kết các bài nghiên cứu về cơ khí lượng tử của mình, nhà vật lý học nổi tiếng Max Planck nói rằng: "*Khái niệm của thuyết nhân quả là cái gì đó siêu việt, hoàn toàn không phụ thuộc vào những loại nghiên cứu, và nó sẽ có giá trị nếu như không có một chút nào nhận thức về đối tượng... Chúng ta phải phân biệt giữa tính giá trị của nguyên lý nhân quả và tính khả thi của việc ứng dụng nó.*" (The concept of causality is something transcendental - quite independent of the nature of the researches, and it would be valid if there were no perceiving subject at all... we must distinguish the validity of the causal principle and the practicability of its application). Nói cách khác, chúng ta phải thừa nhận những nguyên nhân vượt ngoài nhận thức của chúng ta, nhưng chúng chắc chắn là các nhân tuân theo một định luật gắn liền với bản thân chính nó. Chúng ta không thể nào cho rằng nguồn gốc siêu nhiên về các sự vật hiện tượng vượt ngoài lĩnh vực nhân quả, chỉ vì chúng ta không thể hiểu các định luật của nó. ý tưởng [nguồn gốc siêu nhiên về các sự vật hiện tượng vượt ngoài lĩnh vực nhân quả] đã tồn tại trong hầu hết các hình thức tư tưởng tôn giáo, [ngoại trừ Phật giáo].

Do đó, Phật giáo không đẩy nguyên lý nhân quả vào một vị trí đối lập với khoa học như trường hợp của các hệ thống tôn giáo khác. Mặc dù học thuyết tiến hoá của sinh vật học là chủ đề lớn gây tranh luận giữa tín đồ Thiên Chúa giáo và những người theo chủ nghĩa duy lý, nhưng nó chẳng có ý nghĩa gì dưới ánh sáng của Phật giáo. Trong những vấn đề như vậy, người Phật tử được yêu cầu là không xác định hay phủ nhận. Cũng cần nói thêm rằng khoa học đã đập đổ hầu hết các tín ngưỡng tôn giáo phương Tây, và thật là không may, cấu trúc đạo đức học lại dựa trên các tín ngưỡng tôn giáo này. Khoa học [ngày nay] đang xác nhận



theo cách riêng của mình về triết học sâu sắc đã được Đức Phật dạy trên 2500 năm về trước. Sự giải thích của khoa học có thể đi vào ngõ cụt, trong khi Chân Giáo pháp của Phật giáo thì vẫn có thể giải quyết được. Tự thân kiến thức của Phật giáo dựa trên những nguyên lý khoa học mà mọi người có thể kiểm duyệt bằng kinh nghiệm riêng của mình, không dựa trên giáo điều, vì khoa học có tiến bộ tới đâu đi nữa thì lại càng phù hợp Phật giáo tới đó.

Tôn giáo tương lai sẽ là Phật giáo, điều này không còn nghi ngờ gì nữa. Nếu điều ấy không phải như vậy, Phật giáo phải đoạt lại tinh thần tín ngưỡng của nhân loại được Đức Phật tuyên bố bằng những nguyên lý sống động, đó là: đạo đức, trí tuệ, lòng từ bi và tình hữu nghị đại đồng. Và chính vì vậy như tôi đã nói đoạn trước, vì chỉ có Phật giáo mới đề cập đến những vấn đề: chính chúng ta là người sáng tạo đời sống của chúng ta; những phiền não là do tử tham, sân, si; hoặc là do con người chưa nhận thức được bản chất thật của mình, và hạnh phúc vĩnh hằng thật sự nằm ở trong ta. Vì là một tôn giáo phù hợp với tri thức khoa học, Phật giáo có thể khôi phục các giá trị tinh thần đã mất và mở ra con đường trong giai đoạn tiếp theo cho sự tiến hoá của nhân loại.

Chúng ta biết rằng lời dạy của Đức Phật (*Buddha Sasana*) sẽ tồn tại như Ngài đã tiên đoán, cho đến khi dù chỉ có một số người duy trì chánh pháp, thì Đạo Phật vẫn còn ở đời. Nhưng chúng ta không được hài lòng với điều đó. Toàn thể nhân loại cần lời dạy của Đức Phật, nếu nền văn minh được cứu vãn.

Chúng ta đang tiến dần đến đỉnh cao vĩ đại của Giáo Pháp, và mặc dù có những nguy hiểm đáng sợ đang đe dọa thế giới chúng ta, trào lưu phục hưng tôn giáo vẫn đang có chiều hướng phát triển mạnh, mà trước đây phương Tây chưa từng biết đến. Bóng tối chỉ tồn tại khi bình minh chưa đến và chúng ta có thể sống để thấy Phật giáo khai quang thế giới bằng niềm hy vọng mới của thời đại huy hoàng. Nhưng điều này sẽ không bao giờ đến nếu chúng ta không nỗ lực; chúng ta phải ra sức hỗ trợ bằng cách trước hết hãy hồi sinh chánh pháp trong đời sống của chính chúng ta. "*Appamaadena sampaadetha!*" - Hãy nỗ lực tinh cần, Đức Phật dạy như vậy. Nếu các nước đã từng bảo tồn lời dạy của Đức Phật (*Sasana*) trong nhiều thế kỷ, như Miến Điện đã thực hiện, thì chúng ta hãy nỗ lực tinh cần làm cho Phật giáo trở thành nguồn cảm hứng và hãy chứng minh chân lý của Phật giáo đến toàn thể nhân loại, thì thế giới ngày mai sẽ mãi mãi mang ơn.



## 故都竹林法派

竹林聽望在故都,  
大學闡揚自斑初。  
密在意中心無著, (1)  
顯於相外體無殊。 (2)  
信心修念離塵垢,  
義達真詮到一如。  
流印慈光於塵世,  
和同法界造禪基。  
調御子信義  
花旗仲夏乙未

Âm:

## Cổ Đô Trúc Lâm Pháp Phái

*Trúc Lâm thịnh vọng tại Cổ đô,  
Đại học xiển dương tự ban sơ,  
Mật tại ý trung tâm vô trước, (1)  
Hiển ư tướng ngoại thể vô thù. (2)  
Tin tâm tu niệm ly trần cấu,  
Nghĩa đạt chôn thuyên đạo nhất như.  
Lưu ấn từ quang ư trần thế,  
Hòa đồng pháp giới tạo thiên cơ.*

## ĐIỀU NGŨ TỬ TÍN NGHĨA

Hoa Kỳ, Trọng hạ Ất mùi.

thơ

### Ghi chú:

- (1) Dựa theo ý Sư bà nữ sĩ Diệu Không.
- (2) Dựa theo ý Đại thần Hồ Đắc Trung, thân phụ của Sư bà Diệu Huệ và Diệu Không.

# thơ TUỆ SỸ

## THIÊN LÝ ĐỘC HÀNH



1.

Ta về một cõi tâm không  
Vẫn nghe quá khứ ngập trong nắng tàn  
Còn yêu một thuở đi hoang  
Thu trong đáy mắt sao ngàn nửa khuya

2.

Ta đi dẫm nắng bên đèo  
Nghe đau hồn cỏ rữ theo bóng chiều  
Nguyên sơ là dáng yêu kiều  
Bông đầu đảo lộn tịch liêu bến bờ  
Còn đây góc núi trơ vơ  
Nghìn năm ta mãi đứng chờ đỉnh cao

3.

Bên đèo khuất miếu cô hồn  
Lưng trời ảo ảnh chập chờn hoa dăng  
Cây già bóng tối bỏ lan  
Ta ôm cỏ dại mơ màng chiêm bao

4.

Đã mấy nghìn năm đợi mỗi mòn  
Bóng người cô độc dẫm hoàng hôn  
Bởi ta hồn đá phơi màu nắng  
Ôm trọn bờ lau kín nỗi buồn

5.

Từ thuở hồng hoang ta ở đâu  
Quanh ta cây lá đã thay màu  
Chợt nghe xao xuyến từng hơi thở  
Thấp thoáng hồn ai trong khóm lau

6.

Trên đỉnh đèo cao bát ngát trông  
Rừng, mây, xanh, ngát tạnh, vô cùng,  
Từ ta trái áo đường mưa bụi  
Tưởng thấy tiền thân trên bến không

7.

Khi về ngã nón chào nhau  
Bên đèo còn hẹn rừng lau đợi chờ  
Trầm luân từ buổi ban sơ  
Thân sau ta vẫn bơ vơ bụi đường

8.

Bóng tối sập mưa rừng tuôn thác đổ  
Đường chênh vênh vách đá dọa nghiêng  
ngiêng trời  
Ta lâm lũi bóng ma tròn thế kỷ  
Rủ nhau đi cũng tận cõi luân hồi  
Khắp phố thị ngày xưa ta ruổi ngựa  
Ngang qua đây mà quý khác thành bày  
Lên hay xuống mắt mù theo nước lũ  
Dẫm bàn chân lặn cát sỏi cùng trôi  
Rôi ngã xuống nghe suối tràn ngập máu  
Thân là thân cỏ lá gập ghềnh xuôi  
Chờ mưa tạnh ta trái trăng làm chiếu  
Nghìn năm sau hoa trắng trở trên đời

9.

Gởi lại tình yêu ngọn cỏ rừng  
Ta về phố thị bởi tình chung  
Trao đời hương nhụy phơi hồn đá  
Thăm thẳm mù khơi sương mấy từng

10.

Một thời thân đá cuội  
Nắng chảy dọc theo suối  
Cọng lau già trầm ngâm  
Hỏi người bao nhiêu tuổi

11.

Bước đi nghe cỏ động  
Đi mãi thành tâm không  
Hun hút rừng như mộng  
Chập chùng mây khói trông

12.

Thân tiếp theo thân ngày tiếp ngày  
Mù trong dư ảnh lá rừng bay  
Dõi theo lối cũ bên triền đá  
Sao vẫn còn in dấu lạc loài

13.

Khi về anh nhớ cài quai nón  
Mưa lạnh đèo cao không cõi người

# Ngôi chùa bên bờ sông

NGUYỄN SIÊU



Năm tháng trôi qua như lớp bụi mờ phủ lên kỷ ức, hình ảnh mái chùa từ thuở mới xuất gia tưởng chừng như bị đắm chìm trong lớp bụi thời gian ấy.

Bỗng dưng, tất cả những hình ảnh từ thời sơ tâm xuất gia lại kéo về thật rõ nét. Rõ từng chiếc lá, từng cánh hoa bên bờ sông. Rõ từng mái tôn cũ kỹ sau nhà bếp, từng tiếng mõ chuông khuya của ngôi chùa bên bờ sông ấy. Tuy không cố nhớ, nhưng hình ảnh ngôi chùa đã in đậm trong tâm thức, vì đây là mái chùa đầu đời, nơi mái tóc xanh đã được rũ bỏ bên bờ sông thuở nào, làm chạnh lòng nhớ lại bao hình ảnh khó quên.

Ngôi chùa ấy nếu đem so sánh với những ngôi chùa khác trong thành phố thì quả là một ngôi chùa hoang sơ, mộc mạc. Ngôi chùa trống trước đột sau, không phòng ốc. Kỷ niệm ủa về như sức sống thừa nào được nuôi dưỡng bằng tình thương tự nhiên của hương trầm, kinh kệ.

Giờ đây tuy không mơ có một ngày về để thăm lại mái chùa đầu đời ấy, vì một khoảng cách thời gian quá lớn, khoảng cách không gian quá mênh mông diệu vợi làm chùng bước chân muốn trở về thăm lại ngôi chùa xưa ấy. Nhưng lắm khi tâm thức vùng dậy, thì bao hình ảnh của thời hành điệu dưới mái chùa xưa lại kéo về như hiện đang sống nơi đó. Hình ảnh ngôi chánh điện nhỏ xíu, đức Bổn Sư cũng nhỏ xíu nghiêm tọa trên chiếc bàn cũng nhỏ xíu, tất cả đều rất nhỏ. Nhưng khi ấy bản thân cũng nhỏ xíu vì mới cạo tóc xuất gia, có lớn hơn ai đâu, cho nên nhìn chánh điện lúc bấy giờ cũng cảm thấy đủ cho thời kinh công phu buổi sớm.

Nói là ngôi chùa, nhưng thật ra được tạo dựng bằng vài ba tấm ván, vài miếng tôn để ngăn đôi chánh điện và phòng ngủ vậy thôi, phía sau là túp lều tôn làm nhà bếp. Tuy vậy, cho đến bây giờ ngẫm nghĩ lại, nếu không có ngôi chùa đơn sơ, nhỏ xíu ấy thì lấy đâu ra có được cuộc sống hôm nay? Mái chùa nhỏ xíu ấy đã nuôi dưỡng từ thuở đầu đời của người xuất gia, đã nuôi từng bữa cơm tương chao, dưa muối, từng bữa cơm rau do Phật tử cúng dường, để từ đó được lớn dần theo năm tháng. Từng buổi sáng cầm chổi quét sân mà vô tư theo làn chổi, chẳng nghĩ gì như hình ảnh chiếc lá khô lẩn nhẹ trên sân chùa.

Đêm mưa, ngày nắng làm tươi thắm lá hoa của vườn chùa thuở ấy, giờ đây chẳng biết

ra sao, có còn như thuở nào, những cây dừa xiêm sai trái, cây mận sai trái, cây sa-bô-chê cành lá sum xuê, cùng với dàn bầu phía sau bờ phủ mặt đất xanh tươi.

Tuy là ngôi chùa nhỏ nhưng dễ thương với cảnh sắc mộc mạc, hiền hòa, đơn sơ và rất hữu tình bên cảnh trí một dòng sông nước chảy lững lờ, làm tăng thêm vẻ thơ mộng vào những đêm trăng sáng, rọi xuống mái chùa, thoảng hiện hình ảnh đức Bổn Sư, vì nhà chùa không có cửa. Tháp thoảng trên lá dừa, lá mận, lá bầu đang ngủ yên, một không gian tĩnh lặng, nên thơ. Ngoài kia, trong ao trước chùa, chiếc thuyền nan im lìm nơi bến đậu, nằm chờ ai đó, với chiếc dầm đặt ngang khoang thuyền.

Mặc dù là ngôi chùa nhỏ, vách ván mái tôn, nhưng mỗi cuối tuần, thứ bảy, chủ nhật Phật tử trong thành phố lại qua thăm, đến chùa văn cảnh. Chiếc thuyền nan được bơi qua sông đón Phật tử, nhờ vậy mà có tương chao, đậu hũ, có tiền để chi dùng, thức ăn qua ngày tháng. Phật tử thương chùa, thương Phật nên chú điệu nhỏ được hưởng lây. Công đức, phước đức của Phật lớn lắm, công đức, phước đức ấy mấy nghìn năm mà vẫn tiêu dùng không hết và hẳn là mãi mãi ngàn sau đến vô tận. Ngày rằm, mồng một Phật tử lại đông hơn vì thế chú điệu nhỏ bận rộn hơn trong việc đưa rước, con thuyền nan tất bật với mái chèo cũ kỹ, xám xỉ. Như ông lão lái đò, đưa rước người sang sông, người sang sông, người đi không nhớ lại, nhớ lại bến đò có ông lão già ngồi đợi khách qua sông. Thế nhưng chú điệu nhỏ chèo đò không mong đợi người khác qua sông vì biết rằng Phật tử không bỏ chùa, không bỏ Phật, nên chú điệu nhỏ không ngồi bó gối như ông lão chèo đò ấy mà mong, mà đợi eo sèo như buổi chiều đông. Dù mưa, dù nắng, mùa đông, mùa hạ, Phật tử vẫn nhớ chùa mà về thăm Phật, lễ Phật, tụng kinh bái sám, tối thiểu mỗi tháng cũng một hai lần. Chừng ấy không thôi cũng đủ dưa, muối, rau quả cho chú tiểu được đầy đủ. Ấy là cái tình chân thật mà một thời chú đã sống dưới mái chùa bên dòng sông ấy. Một đời sống chân quê, mộc mạc, không đòi hỏi nhu cầu, phương tiện cao sang, nhất là khi đã thấm nhuần tinh thần tri túc của Phật giáo lại càng tri túc hơn.

Đời sống của một Thầy một trò sớm hôm nương tựa bên nhau, đôi khi Thầy đi làm Phật sự, chỉ còn lại một mình cũng cảm thấy quạnh hiu. Tụng kinh buổi chiều xong, leo lên căn gác

nhỏ, nằm quần chăn nghe mưa rơi đều trên mái tôn mà thấy mình một trời tâm sự, cái tâm sự da diết nhất ấy là nhớ Mẹ. Nhà Mẹ ở bên kia bờ sông. Chùa ở bên này bờ sông. Chỉ cách nhau có một dòng sông, một chuyến đò thể mà từ ngày xuống tóc đến nay chưa được gặp Mẹ. Chỉ có một dòng sông nhỏ mà bao nhiêu buổi chiều mưa rỉ rả, nằm co ro một mình ngóng qua bên kia sông nhớ Mẹ. Chú điệu nhỏ đâu biết rằng đi tu thì phải xa Mẹ, xa gia đình, đâu có nhớ cũng chẳng mong được về thăm. Thầy không cho. Đi tu mà còn nhớ Mẹ làm sao tu được. Cắt đứt tình cảm gia đình, tình cảm cá nhân nhỏ nhặt. Nhưng tình cảm nhớ Mẹ là tình cảm cao lớn quá đối với chú điệu nhỏ, vì khi còn ở nhà mỗi khi đau ốm, được Mẹ chăm sóc, sớm hôm khuya tối, Mẹ thức suốt đêm ngồi bên giường, thoa nắn bàn tay, bần chân, cho ăn cháo, uống thuốc... Tình Mẹ cao rộng như vậy đó, làm sao trời mưa không nhớ Mẹ cho được, có ai cắt đứt được tình cảm Mẹ con, cho dầu tiền muôn bạc vạn bao nhiêu cũng không đánh đổi được tình Mẹ. Tình Mẹ là tất cả. Có ai phải xa Mẹ khi còn ấu thơ mới hiểu được thế nào là tình Mẹ. Thế nào là lòng yêu thương của Mẹ. Tình yêu thương của Mẹ lớn lao lắm. Quá lớn đối với đời con.

Một đời đi tu, xa nhà từ năm 10 tuổi, cho đến khi trưởng thành, Mẹ đã chẳng rời được con, dù có đi học xa tận Saigon, Quy Nhơn, Bình Định... mỗi năm cũng phải về thăm Mẹ ba bốn lần, nếu không Mẹ nhớ, Mẹ trông. Mẹ thương nhiều lắm. Ngày Mẹ bệnh, cũng là những ngày cuối cùng của Mẹ, nằm trên giường bệnh mà Mẹ còn nói: "Ngày nào tui còn sống là ông không được đi đâu xa đó nghe. Đợi tui chết rồi, ông muốn đi đâu thì đi." Có lẽ vì cái tình cảm ấy mà khi Mẹ còn sống, dù muốn đi xa như bao nhiêu người khác, nhưng không có chuyến nào đi được, cho dầu có đến bến cũng xách giỏ trở về. Cho đến ngày Mẹ sắp mất, Mẹ hỏi thăm mọi người chung quanh để lo cho con đi xa. Sau ngày Mẹ mất vài tháng, cắp giỏ ra đi một lần trót lọt. Kể ra câu chuyện này để thấy tình Mẹ thăm đậm thế nào, có ai còn Mẹ thì xin được thương Mẹ nhiều hơn, gần gũi chăm sóc Mẹ nhiều hơn, để đừng mất Mẹ. Một khi Mẹ đã không còn thì không bao giờ có lại được. Giờ đây, cả người đau quá đối, thế nhưng có còn Mẹ đâu để Mẹ thoa chân, bóp tay, để Mẹ dỗ dành cho ngủ, dầu đã ngoài lục tuần. Nếu Mẹ còn, cho dù có bao nhiêu tuổi cũng được Mẹ ru cho ngủ, Mẹ rót nước cho uống, Mẹ nấu cháo cho ăn. Mẹ sẽ làm tất cả, chẳng từ nan việc gì khi con Mẹ đau bệnh.

Nhớ lại năm 1970, khi học ở Phật Học Viện Hải Đức Nha Trang, bị bệnh kiết lỵ, quý Thầy trong ban Y Tế đưa xuống bệnh viện Đa Khoa, Mẹ đã đi theo, tay xách bình thủy nước gạo rang, tay xách giỏ áo quần, thức suốt đêm để lo cho con. Khi ấy đã trưởng thành rồi, đâu còn nhỏ nhít gì nữa. Chừng ấy mới cảm nhận được câu nói: "Mẹ già trăm tuổi còn thương còn

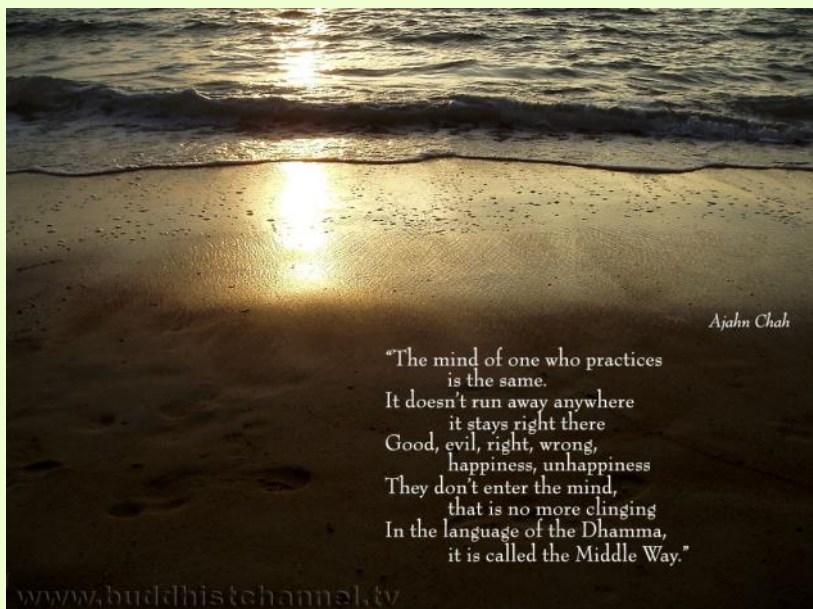
80." Tội nghiệp cho Mẹ ngồi bên cạnh giường, lâm râm niệm Phật, cầu nguyện cho con mau lành bệnh, chẳng quản thân già thức khuya, dậy sớm, nấu cháo, nấu nước cho ăn. Giờ đây kể lại chuyện xưa, chuyện của Mẹ mà nghe những hạt mưa rơi lạnh thấu tâm can vì không qua được dòng sông về thăm Mẹ.

Dòng sông bốc hơi nước làm mờ không gian, cũng là hình ảnh đầy nhớ nhung tâm sự. Bỗng dưng nhớ đến hai câu thơ của Thôi Hiệu:

*"Quê hương khuất bóng hoàng hôn  
Trên sông khói biếc thêm chôn lòng ai."*

Nhưng tình Mẹ, sự nhớ nhung về Mẹ có lẽ còn hơn cả tâm sự của Thôi Hiệu nhớ quê hương, để thấy lòng vơi vợi. Đến nay, mỗi lần nghĩ về mái chùa của gần 60 năm về trước, thời gian hành điều nơi đó, mà vẫn cảm thấy tâm sự đầy vơi kéo về. Hình bóng của vị Ân Sư cạo mái tóc xanh thời thơ ấu giờ không còn nữa. Rồi Mẹ cũng không còn nữa. Rồi mái chùa cũng chẳng biết ra sao, chắc cũng đã không còn hiện hữu, thời gian đã tàn phá tất cả. Chẳng còn ai chăm sóc giữ gìn, thời cuộc đổi thay, vô thường thiên lưu, thiên biến. Dầu biết rằng tất cả sự vật đều bị chi phối bởi vô thường, có cái gì không bị thay đổi theo năm tháng, dù ngắn hay dài, dù chậm hay mau đều biến đổi tất cả.

Giờ đây, nhớ về ngôi chùa xưa bên bờ sông của những năm tháng nào, rõ nét như in, bởi nơi đó đã đánh dấu một chứng tích quan trọng của đời mình. Một biển cổ đổi thay cả thân lẫn tâm, cả đời lẫn đạo, mà hơn nửa thế kỷ qua dù cuộc sống có thăng trầm xuôi ngược, nhưng tâm nguyện của người xuất gia có thăng mà chẳng trầm, có xuôi mà chẳng ngược. Nói như thế để thấy rằng từ nơi mái chùa đơn sơ của thuở đầu đời xuất gia đã mãi nuôi dưỡng sơ tâm luôn hướng thượng cho đến về sau, để nhớ lại mái chùa xưa như nhớ lại chí nguyện đầu đời xuống tóc đi tu.



Ajahn Chah

"The mind of one who practices  
is the same.  
It doesn't run away anywhere  
it stays right there  
Good, evil, right, wrong,  
happiness, unhappiness  
They don't enter the mind,  
that is no more clinging  
In the language of the Dhamma,  
it is called the Middle Way."

www.buddhistchannel.tv

Cơn mưa chiều nay như giận dữ, trút xuống từng cơn nặng hạt, lá dừa, lá mận rợp đầu, lá bầu, lá khoai trái mình hứng nước. Không gian một màu đục nặng trĩu, chính những lúc này mới cảm thông cho chú tiểu ở chùa. Tội nghiệp, một mình thui thủi. Giờ chỉ có nhìn Phật trên bàn, mà thấy mình bé nhỏ, cô độc, nhưng nhìn Phật càng lâu thấy Phật bất động, Phật ngồi vùng vàng. Phật không nhúc nhích. Dường như thân Phật dính liền với đài sen, dù ngoài kia mưa to gió lớn, Phật như đại định, tâm Phật không lay, thân Phật không chuyển, dù chỉ một lay động nhẹ cũng không thấy. Chú tiểu nhỏ cũng bắt chước Phật ngồi xếp bằng xuống nền nhà, tay để chồng lên nhau, mắt nhắm, lưng thẳng, hơi thở nhẹ nhẹ, đều sâu, chú có cảm giác 5 phút, rồi 20 phút, thời gian trôi qua thấy tâm bất động, thấy tâm lắng sâu, không còn suy nghĩ hay thấy mưa ngoài trời, gió lộng. Giờ này thân với tâm là một, đều chẳng động, nhập thành một khối, cho đến khi mở mắt choàng tỉnh thì chú thấy đang nằm ngủ nơi chánh điện, ngay dưới chân bàn Phật. Có lẽ Phật cũng nhìn thấy chú nằm nơi đó mà mỉm cười, thương cho chú tiểu cô độc. Ngoài trời cơn mưa cũng đã tạnh, vạt vật đầm chìm trong đêm mưa tới tã. Những tia nắng đầu ngày cũng hé dần, soi trên những hàng cây cao, làm tỉnh giấc cảnh núi đồi sau cơn mưa ngập thở. Chú xách chổi ra sân quét rác, nước mưa còn ướt đọng trên sân, những lá mận, sa-bô-chê, chùm ruột... rơi rớt đầy sân. Tội nghiệp cho lá hoa nát mình sau cơn mưa bão.

Đời sống chú tiểu nơi đây là như vậy, chú chèo thuyền đưa Phật tử thăm chùa, chú nấu cơm hầu Thầy ngày hai bữa. Mỗi cuối tuần, xách giỏ đi bộ về chùa Tỉnh Hội xin đậu hũ, rau trái, nước tương, xì dầu, chao muối... công việc không có gì nặng nhọc, nhưng bận bịu chiếm nhiều thời gian, không còn đủ giờ để học hai đường công phu, bốn quyển luật tiểu, mà Thầy đã nói, khi nào thuộc lòng hai đường công phu, bốn quyển luật tiểu ấy mới cho thợ sa di, sao mà khó quá. Nhưng rồi chú không dám nghĩ xa mà phải học, vì đó là bốn phận của người xuất gia thưở ban đầu và đó cũng là nền tảng vững chắc cho bước thứ hai, thứ ba sắp tới. Nếu nền tảng ban đầu không vững chắc thì bước thứ hai, thứ ba làm sao vững chắc được. Do vậy, Thầy bảo học thì phải học, không suy tư, lý luận gì hết. Cái thâm thúy uyên bác là ở chỗ đó. Còn lý luận, suy tư là chẳng ra đâu. Nhờ cái học từ chương thời ấy mà nay chú tiểu thời xưa đã đủ kiến thức diễn giảng, những bài kệ, câu kinh được trích dẫn thiết thực, cụ thể của nếp sống nơi chốn nhà Thiền. Một triết lý sống chân thật từ đó, hay nói một cách khác, nhà chùa là đời sống, Phật là ở đó, không tìm Phật đâu xa, Phật ở ngay trong sơ tâm của mình. Nếu giữ được cái tâm Phật đầu đời ấy thì cái chí nguyện của người xuất gia sẽ sớm được thành tựu ngay trong đời sống này, còn nếu mãi cứ lý luận,



## XUÂN THIÊN

*Xuân thiên chiếu tỏ rạng nhân thiên  
Phật ngự tòa sen toả nét hiền  
Khởi giới hương thơm dâng phụng cúng  
Đèn thiên lửa sáng thấp trao truyền*

*Chuông khuya thức tỉnh xưa niềm tục  
Mở sớm ngân vang lắng nghiệp duyên  
Nhỏ cội tham sân, xây Tịnh Độ  
Cắt vòng si ái, kết Hoa Nghiêm*

*Thong dong lối hạnh, vui định tuệ  
Thanh thản lòng không, giải muện phiền  
Năm tháng chan hoà cùng nhật nguyệt  
Xuân cười, năm mới, đất trời yên!*

thơ CHỨC HIỀN

chúng tỏ kiến thức thế gian thì Phật tâm càng mờ mịt, lâu xa mới hiển bày. Người tu Phật phải thấy Phật ở trong tâm, mà không mộng tưởng điên đảo. Do vậy, bao nhiêu năm tháng hành điếu cứ canh cánh bên lòng những gì Thầy dạy mà chẳng dám lơ là.

Giờ đây, hồi tưởng lại mái chùa xưa bên bờ sông của những ngày tháng trước mà thương cho một đời hành điếu theo nếp sống của chốn Thiền môn Phật giáo Việt Nam. Một Thầy, một trò, tương chao, dưa muối đạm bạc qua ngày, từ đó lớn khôn theo tinh thần Phật pháp để mang hành trang hóa độ vào đời làm lợi ích chúng sinh. Sự thật của một quãng đời người như một giấc mộng, thoáng chớp qua nhanh, lớp bụi thời gian khóa lấp tất cả. Ai rồi cũng qua trong vô thức, tận cùng một kiếp nhân sinh. Nhưng cái gì của chú tiểu ngày xưa dưới mái chùa đơn sơ, mộc mạc, ẩn dưới hàng dừa xanh, dưới tàng lá mận vẫn còn đó. Còn như là một tướng niệm đầu đời, tự thưở man nhiên, trong tiềm thức vô cùng.

**Nguyễn Siêu**

# thơ VŨ HOÀNG CHƯỜNG

## TRẢ TA SÔNG NÚI

*Trải bốn nghìn năm dựng nước nhà,  
Sông khoe hùng dũng, Núi nguy nga.  
"Trả ta Sông Núi!" Bao người trước  
Gào thét đòi cho bọn chúng ta.  
Trả ta Sông Núi! Từng trang sử  
Dân tộc còn nghe vọng thiết tha  
Ngược vết thời gian, cùng nhân nhũ:  
Không đòi, ai trả Núi Sông ta?*

*Cờ báo phục hai Bà khởi nghĩa  
Đuổi quân thù xưng Đế một phương  
Long-Biên sấm rập sa trường  
Ba thu xã tắc miếu đường uy nghi  
Xót nỗi giống quân chi thần bỏ liễu,  
Giòng Cám-Khê còn rẻo tinh anh  
Một phen Sông Núi tranh giành  
Má hồng ghi dấu sử xanh đời đời*

*Bể dâu mấy cuộc đổi dời,  
Lòng trăm họ vẫn dầu sôi bùng bùng  
Mai-Hắc-Đề, Phùng-Hung Bô-Cái  
Liều thế cô dằng lại biên cương  
Đầu voi Lê-Hải Bà-Vương  
Dù khi chiến tử vẫn gương anh hào*

*Tinh thần độc lập lên cao,  
Sài lang kia! Núi Sông nào của người?*

*Núi Sông ấy của người dân Việt  
Chống Bắc phương từng quyết thư hùng  
Ngô-Quyền đại phá Lưu-Cung,  
Bạch-Đằng-Giang nổi muôn trùng sóng reo  
Hồn tự chủ về theo lửa đuốc  
Chữ Thiên thư "Nam quốc sơn hà";  
Phá tan nghịch lỗ không tha  
Tướng quân Thường-Kiệt gan già mấy mươi!  
Gươm chiến thẳng trở vùi Đông-Bắc,  
Hịch Vải nêu tội giặc tham tàn,  
Dựng nhân nghĩa, vót lăm than  
Danh thơm ái ngoại, sấm ran biên thù.  
Khí thiêng lửa chói tư bề,  
Phường đô hộ có gai ghê ít nhiều? Cửa Hàm-*



*Tử vắng teo vết Cáo,  
Bên Chương-Dương cướp giáo quân thù.  
Trận Đà-Mạc dẫu rằng thua,  
Làm Nam quý, chẳng làm vua Bắc đình  
Chém kiêu tướng đồn binh Tây-Kết,  
Triều Phú-Lương gươm thét giang tân  
"Phá cường địch báo hoàng ân"  
Trẻ thơ giống máu họ Trần cũng sôi.  
Kìa trận đánh bèo trôi sóng dập,  
Sông Bạch-Đằng thấy lấp xương khô  
Những ai qua lại bây giờ,  
Nghe hơi gió thoảng còn nghe quân reo.  
Hịch Vạn-Kiếp lời khêu tướng sĩ,  
Hội Diên-Hồng quyết nghị toàn dân  
Khuông phù một dạ ân cần,  
Vó thiêng ngựa đá hai lần bùn rầy,  
Sơn hà mây độ lung lay  
Máu bao chiến sĩ nhuộm say màu cờ.*

*Cảm ý Núi ngôi mơ độc lập,  
Thuận tình Sông trôi gập tự do,  
Áy ai đâu dựng cơ đồ,  
Gấm thêu lời chiếu Bình Ngô thuở nào?  
Con nguy khôn ra vào sinh tử,  
Thân nằm gai lòng giữ sắt son  
Linh-Sơn lương chứa hao mòn  
Quân tan Côi-Huyện chẳng còn mây may.  
Chén rượu ngọt cùng say thấm thía  
Tình cha con mà nghĩa vua tôi.  
Thuận dân là hợp ý trời  
Sử xanh chói vót công người Lam-Son*



Quốc dân chung một mối hờn  
Cần câu đánh giặc mà hơn giáo dài!

Chống ngoại địch gươm mài quyết chiến,  
Voi Quang-Trung thẳng tiến kinh kỳ;  
Phá Thanh binh, trận Thanh-Trì,  
Sông Hồng khoảnh khắc lâm ly máu hồng.

Núi rập sấm cho Sông lè chớp,  
Cờ Tây-Sơn bay rợp Bắc-Hà  
Xác thù xây ngát Đống-Đa  
Bụi trường chinh hãy còn pha chiến bào.  
Tinh thần độc lập nêu cao,  
Sài lang kia, Núi Sông nào của người?

Cường quyền vẫn muôn đời cường áp  
Dưới bàn tay giặc Pháp càng đau  
Chúa tôi rõ lệ cùng nhau  
Khua chiêng hái ngoại rừng sâu kéo cờ  
Dạ Càn-Vương trợ trợ thiết thạch  
Kẻ Văn thân Hiệp khách cùng chung  
Hoàng-Hoa-Thám, Phan-Đình-Phùng  
Khởi reo Thanh Nghệ, lửa bùng Thái-Nguyên  
Hợp Nghĩa-thục kết liên đồng chí  
Xuất dương tìm tri kỷ Đông Đô,  
Phan-Sào-Nam, Phan-Tây-Hồ  
Long đong bốn bể mưu đồ cứu dân  
Vận nước chưa hết tuần bĩ cực  
Sức người khôn độ sức ông xanh

Mỗi phen gắng gỏi tung hoành  
Thương ôi, sự nghiệp tan tành mỗi phen!  
Nguyễn-Thái-Học gan bền chí cả  
Hợp đồng bang dóng dả nên đoàn  
Rừng xanh bụi đỏ gian nan  
Mong đem nhiệt huyết đội tan cường quyền  
Tổ chức việc tuyên truyền ám sát  
Khắp nơi nơi từng hạt từng châu  
Xiết bao hy vọng buổi đầu  
Một đêm Yên-Bái ngờ đâu tan tành.

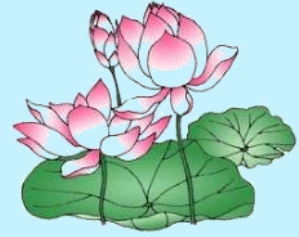
Ôi! Việt sử là tranh đấu sử  
Trước đến sau cầm cự nào ngơi  
Tinh thần Cách mạng sáng ngời  
Bao người ngã, lại bao người đứng lên.  
Ngày nay muốn Sông bền Núi vững  
Phải làm sao cho xứng người xưa  
Yêu nòi giống hiểu thời cơ  
Bốn phương một ý phụng thờ giang sơn  
Đừng lo yếu, hãy chung hờn  
Cần câu đánh giặc từng hơn giáo dài.

Trả Núi Sông ta! Lời dĩ vãng  
Thiên thu còn vọng đến tương lai  
Trả ta Sông Núi, câu hùng tráng  
Là súng là gươm giữ đất đai...  
Trông lên cao ngát phương trời  
Hồn thiêng Liệt sĩ bùng tươi sắc cờ.



# TƯ TƯỞNG PHẬT GIÁO TRONG THI VĂN VẠN HẠNH

HT. Thích Thắng Hoan



(tiếp theo kỳ trước)

## C)- GIÁ TRỊ THI KỆ THỊ TỊCH:

Bài Thi Kệ Thị Tịch của Thiền Sư Vạn Hạnh chỉ bày cho các đệ tử sau này cần phải đứng trên lập trường Tuệ Giác của Chân Tâm mà quán chiếu tánh không của vạn pháp để được giác ngộ lẽ sống hiện thực và chứng đắc chân không tự tại, cho nên bài thi kệ này được đề tựa với danh nghĩa là "Thị Đệ Tử" (chỉ bày cho đệ tử). Theo tinh thần của bài kệ Thị Đệ Tử mà trong nội dung Thiền sư Vạn Hạnh đã trình bày, con người và vạn pháp tất cả đều nằm trong hai lãnh vực: Pháp Tướng và Pháp Tánh. Một thiền sư được gọi là chứng đắc phải giác ngộ được hai lãnh vực này mà Thiền sư Vạn Hạnh sử dụng Thi Kệ sau đây làm đề tài Thoại Đầu để cho các đệ tử tu tập quán chiếu.

### 1. Lãnh Vực Pháp Tướng:

Pháp Tướng, nghĩa là hình tướng của vạn pháp. Hình tướng của vạn pháp tức là chỉ cho tất cả hiện tượng vạn pháp trong vũ trụ bao gồm cả hình sắc, màu sắc, ý nghĩa và cho đến khái niệm (tướng tượng) của Ý Thức, v.v... cũng đều gọi chung là Pháp Tướng. Nói về Pháp Tướng, Theo Phật Học Tự Điển của Đoàn Trung Còn, trang 1089 giải thích: "Phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng," nghĩa là vạn pháp có hình tướng đều là hư vọng. Bản chất của vạn pháp có hình tướng đều là sanh diệt, vô thường, như mộng huyễn như bào ảnh, như hạt sương như điện chớp, do nghiệp duyên mê vọng hiện ra với hình thức duyên sanh không thật thể. Vạn pháp có hình tướng trong thế gian theo Duy Thức Học đều thuộc loại Pháp Quả mà không phải là Pháp Nhân. Pháp Quả, nghĩa là vạn pháp đã được kết thành Quả Tướng. Còn Pháp Nhân của vạn pháp thì không có tướng (Thị chư pháp không tướng), cho nên không có vấn đề sanh diệt hư vọng vô thường, v.v...

Thí Du: Hạt đậu xanh thuộc loại pháp nhân thì không có hình tướng cây đậu xanh (vô tướng), cho nên để giồng bao lâu cũng được không bị hư hoại (không bị sanh diệt vô thường). Hạt đậu xanh một khi tác dụng (hữu tác) thì nảy mầm hiện tướng (hữu tướng) để kết thành hoa trái gọi là Quả Tướng. Hạt Đậu

xanh (vô tướng), một khi tác dụng (hữu tác) liền nảy mầm hiện tướng (hữu tướng) để kết thành hoa trái (quả tướng) thì nhất định phải bị sanh diệt, hư hoại, vô thường. Tất cả vạn pháp hiện có mặt trong vũ trụ đều bị nằm trong dạng thức này cả, không thoát khỏi định luật sanh diệt vô thường.

### 2. Lãnh Vực Pháp Tánh:

Pháp Tánh là bản tánh của vạn pháp và bản tánh này ở trạng thái nguyên nhân đơn thuần độc lập không có hình tướng (Vô Tướng) cho nên chúng hoàn toàn không có vấn đề sanh diệt, nguyên vì chúng không có tác dụng duyên danh để hiện tướng. Vì vạn pháp ở dạng thể tánh không có hình tướng cho nên Phật Giáo gọi là Tánh Không. Trạng thái chủng tử vô tướng của Pháp Tánh, bên Duy Thức Học gọi là Tánh Viên Thành Thật của vạn pháp. Giờ đây chúng ta thử xét nghiệm quan niệm tư tưởng như thế nào của Thiền sư Vạn Hạnh trong thi kệ Thị Đệ Tử:

### THỊ ĐỆ TỬ

*Thân như điện ảnh hữu hoàn vô,  
Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô,  
Nhậm vận thanh suy vô bổ úy,  
Thạnh suy như lộ thảo đầu phô.*

Thích Mật Thể dịch:

Thân như bóng chớp chiều tà,  
Cỏ xuân tươi tốt, thu qua rụng rời.  
Sá chi suy thịnh việc đời,  
Thạnh suy như hạt sương rơi đầu cành.

\*- Phần đông các nhà nghiên cứu đều đứng trên lập trường tuệ giác

Tánh Không của Pháp Tướng vạn pháp để giải thích bài thi kệ Thị Đệ Tử của Thiền sư Vạn Hạnh mà không đứng trên lập trường tuệ giác Chân Tâm của Pháp Tánh mà quán chiếu. Những nhà nghiên cứu đứng trên lập trường tuệ giác Tánh Không của Pháp Tướng giải thích bài thi kệ Thị Đệ Tử của Thiền sư Vạn Hạnh được thấy như sau:

Như nhà nghiên cứu Ngô Tất Tố trong *Văn Học Đời Lý*, trang 30 giải thích Thị Đệ Tử cho rằng: "Bài này ý nói cõi đời không có cái gì vĩnh viễn, thân của người đời, cũng như bóng chớp, có rồi lại biến thành không, các thứ cây

cối, mùa xuân tươi, mùa thu lại khô. Vận của cõi đời dù có lúc thịnh, lúc suy, nhưng cũng đừng sợ, sự thịnh suy đó chỉ là những việc tạm thời, cũng như giọt sương đọng trên ngọn cỏ vậy.” Bài thi Thị Đệ Tử được dịch giả phiên dịch sau đây:

### **Bảo Các Đồ Đệ**

*Thân như bóng chớp có rồi không,*

*Cây cối xuân tươi, thu nào nùng.*

*Mặc cuộc thịnh suy đừng sợ hãi,*

*Kìa kìa ngọn cỏ giọt sương đông.*

(Ngô Tất Tố)

Còn nhà nghiên cứu Nguyễn Đăng Thục, trong *Thiền Học Việt Nam*, trang 221 có cái nhìn đặc biệt về bài thi kệ Thị Đệ Tử của Thiền sư Vạn Hạnh như sau:

“Ở đây cái Tâm giác ngộ của Thiền sư đã mượn cái nguồn sống tuần hoàn điều lý bất tuyệt trường tồn của vũ trụ Dịch để nối liền hai phương diện của sự sống, sống Đời và sống Đạo, dung với thể dung hòa làm một thực tại toàn diện. Cũng cái nhìn này và tác giả đưa ra nguyên lý ‘Noi theo vận mệnh lên xuống tự nhiên không còn lo sợ, Lên xuống cũng ví như hạt sương phơi trên ngọn cỏ.’” Cũng như trên, Nguyễn Đăng Thục đứng trên lập trường tuệ giác tánh không của Pháp Tướng vạn pháp để giải thích bài thi kệ Thị Đệ Tử của Thiền sư Vạn Hạnh.

Riêng nhà nghiên cứu Nguyên Hào, tác giả lại dựa theo tinh thần bài kệ trong Kinh Kim Cang để nhận định giá trị thi kệ Thị Đệ Tử của Thiền sư Vạn Hạnh. Tác giả phủ định toàn diện các pháp thể gian và xuất thể gian ở trên lãnh vực Pháp Tướng cũng như trên lãnh vực Pháp Tánh, tất cả đều vô thường, giả huyễn, không thật... đúng như bài kệ sau đây của Kinh Kim Cang mà tác giả dẫn chứng:

*Hết thủy pháp hữu vi,*

*Như mộng huyễn bào ảnh,*

*Như sương, như điện chớp,*

*Nên quán chiếu như thế.*

(Nhứt thiết hữu vi pháp,

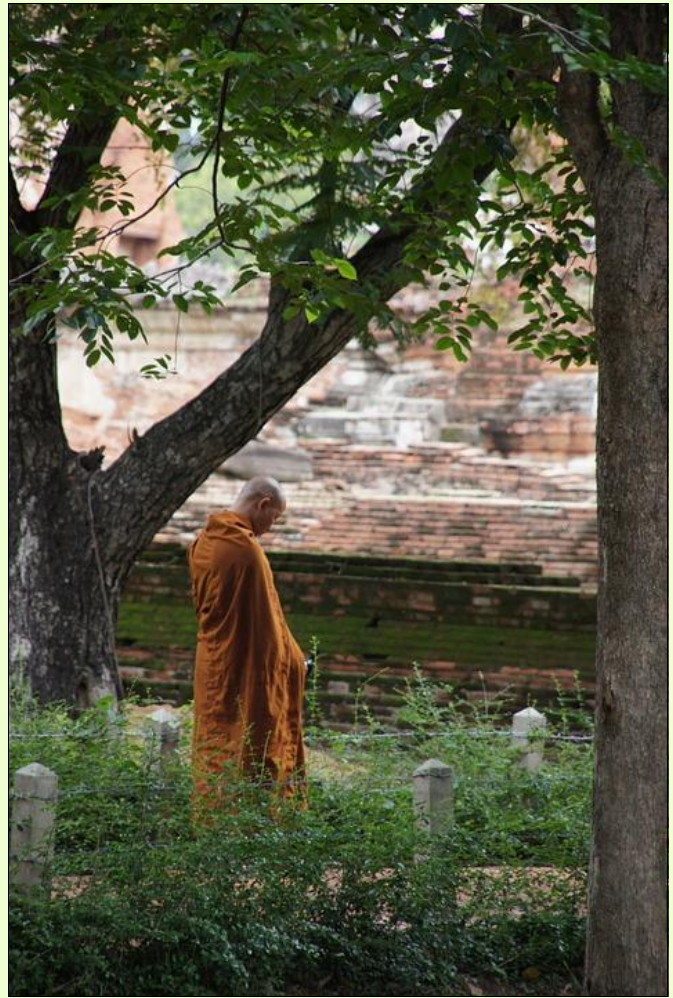
Như mộng huyễn bào ảnh,

Như lộ diệc như điện

Ứng tác như thị quán.)

Theo như trong Thơ Thiền Đời Lý, trang 67, tác giả Nguyên Hào nhận định rằng: “Thiền sư Vạn Hạnh đứng trên lập trường tuệ giác Tánh Không để quán chiếu các pháp thể gian và xuất thể gian. Quán chiếu rằng tất cả các pháp đều vô thường, không thật, giống như điện chớp, như sương mai. Khi quán chiếu như vậy thâm sâu, sẽ thấy được tánh chân thật của các pháp là huyễn, là không.” Còn đối với câu: “Mặc cuộc thịnh suy đừng sợ hãi,” tác giả dựa theo tinh thần Tâm Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa dạy: “Bồ Tát nương vào Bát Nhã Ba La Mật Đa, tâm không sợ hãi” để giải thích: “Dù đứng trước bao nhiêu sự đổi thay, biến dịch, được mất, hơn thua, tâm không còn sợ hãi.”

\*- Còn đứng trên lập trường tuệ giác



Chân Tâm của Pháp Tướng quán chiếu thi kệ Thị Đệ Tử của Thiền sư Vạn Hạnh thì nhận thấy:

1. Câu “Thân như điện ảnh hữu hoàn vô,” câu này ý của Thiền sư Vạn Hạnh trình bày: Thân thể con người và vạn pháp trong thể gian so sánh cũng giống như điện ảnh trên màn ảnh. Thân thể con người và vạn pháp trong thể gian đều do Chân Tâm tác dụng từ Pháp Tướng hiện hữu thành Pháp Tướng, cũng giống như hình ảnh vạn pháp trên màn ảnh đều do dòng điện dụng từ DVD để hiện hữu. Pháp Tướng con người và vạn pháp nương nơi Chân Tâm để hiện hữu thành Pháp Tướng cũng giống như hình ảnh vạn pháp trong DVD nương nơi dòng điện để hiện hữu trên màn ảnh. Pháp Tướng của con người và vạn pháp trong thể gian theo Thiền sư Vạn Hạnh không có vấn đề sanh và diệt mà chỉ vấn đề có hiện hữu (hữu) hay không có hiện hữu (vô) mà thôi. Sự hiện hữu của Pháp Tướng con người và vạn pháp đều do sự nhu cầu của Chân Tâm quyết định, cũng như sự có mặt hình ảnh vạn pháp trên màn ảnh đều do dòng điện quyết định. Khi có một nhu cầu chỉ định, Chân Tâm liền tác dụng khiến Pháp Tướng con người và vạn pháp hiện ra Pháp Tướng góp mặt trong thể gian để sinh hoạt, gọi là Hữu mà không gọi là sanh. Ngược lại khi nhu cầu đã mãn, Chân Tâm trở về nguyên thể thì

lúc đó Pháp Tướng con người và vạn pháp cũng liền trở về Pháp Tướng không còn điều kiện để hiện hữu nữa nên gọi là Vô mà không gọi là Diệt. Hơn nữa sự hiện hữu hay không hiện hữu của Pháp Tướng con người và vạn pháp trong thế gian không ảnh hưởng chút nào đến sự tồn tại con người và vạn pháp nơi Pháp Tướng cả, cũng như sự có mặt hay không có mặt hình ảnh vạn pháp trên màn ảnh không bị ảnh hưởng chút nào đến hình ảnh vạn pháp trong DVD. Từ ý nghĩa đây mới có câu: "Thân như điện ảnh hữu hoàn vô."

2. Câu "Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô": Câu thứ hai này với mục đích làm sáng tỏ thêm ý nghĩa và giá trị của câu thứ nhất. Ý nghĩa và giá trị của câu thứ hai nhằm diễn tả sự sinh hoạt của con người và vạn pháp trên lãnh vực pháp tướng trong thế gian. Sự sinh hoạt của con người và vạn pháp trong thế gian theo như trên đã giải thích đều do sự quyết định của Chân Tâm. Chân Tâm góp mặt thì con người và vạn pháp trở thành mùa xuân tươi mát và ngược lại nếu như Chân Tâm không góp mặt thì con người và vạn pháp trở thành thu tàn héo khô. Điều này cũng giống như dòng điện tác dụng góp mặt thì những hình ảnh trên màn ảnh sinh hoạt linh động và ngược lại nếu như dòng điện đình chỉ góp mặt thì những hình ảnh trên màn ảnh đều trở thành mất dạng.

Hơn nữa, nhờ sự chuyển động của Chân Tâm mà con người và vạn pháp trong thế gian mới biến tướng để nảy nở và phát triển và cũng vì sự không chuyển động của Chân Tâm mà con người và vạn pháp nói trên đều bị biến tướng theo dòng thác thời gian có, không, xuống, lên, thịnh, suy, được, mất... Chúng ta phải dùng tuệ giác quán chiếu để tỏ ngộ được vai trò của Chân Tâm đối với con người và vạn pháp trong thế gian đồng thời cũng thông suốt được giá trị hiện hữu và tồn tại của con người của vạn pháp đều theo nhu cầu của Chân Tâm quyết định tối hậu. Từ ý nghĩa trên mới có câu: "Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô."

3. Câu "Nhậm vận thịnh suy vô bổ úy": ý nghĩa câu thứ ba này dạy cho chúng ta khi đã tỏ ngộ được vai trò của Chân Tâm trong đó có bản Tâm chúng ta đối với vạn pháp trong thế gian và làm chủ được bản Tâm chúng ta trong mọi lãnh vực sinh hoạt thì khi đối diện trước sự biến tướng của con người và vạn pháp theo dòng thác thời gian có, không, thịnh, suy, còn, mất không cần phải lo sợ và hơn nữa và phải biết rằng, con người cũng như vạn pháp chỉ bị biến tướng theo dòng thác thời gian mà không bao giờ bị biến tấu, nghĩa là bản tánh của con người của vạn pháp luôn luôn hiện hữu và tồn tại trong thế gian; đồng thời nhận đó lợi dụng sự biến tướng theo dòng thác thời gian của con người và vạn pháp nói trên mà quán chiếu để tìm ra phương pháp sống tùy duyên khi đối diện trước mọi hoàn cảnh đổi thay, nghĩa là hoàn cảnh có thì tính theo có, không thì tính theo không, được thì tính theo được, mất thì

tính theo mất, v.v..., hay nói cách khác, con người phải biết sống thuận theo hoàn cảnh thăng trầm, biến đổi, thịnh, suy, v.v... của cuộc đời để chuẩn bị trước những hành trang cho lẽ sống và làm thế nào đời sống của mình khỏi bị mâu thuẫn là được an lành ngay, nguyên vì chính bản thân của mình cũng là một phần đơn vị trong vạn pháp biến tướng theo dòng thác thời gian nói trên. Đây là ý nghĩa của câu: "Nhậm vận thịnh suy vô bổ úy."

4. Câu "Thạnh suy như lộ thảo đầu phô": Câu thứ tư này là biện chứng cho câu thứ ba ở trên. Ý nghĩa câu này bảo rằng, sự thăng trầm, biến đổi, thịnh, suy, còn mất, có, không của con người và vạn pháp trong thế gian chỉ là sự biến tướng theo dòng thác thời gian và không ảnh hưởng chút nào đến Pháp Tướng Chân Tâm. Điều này cũng giống như Tánh Ướt của nước trong hạt sương đầu cành. Trạng thái của nước luôn luôn bị biến tướng theo hoàn cảnh, khi thành đám mây, khi thành giọt mưa, khi thì thành hạt sương, v.v... nhưng Tánh Ướt của nước không bị biến thể và vẫn tồn tại hiện hữu khắp các trạng thái trong nước, trong mây, trong mưa, trong hạt sương, v.v... Đã giác ngộ được điều đó, chúng ta không cần phải lo sợ trước sự thịnh suy, mất còn, v.v... của con người và vạn pháp trong thế gian và từ đó chúng ta tự tại thênh thang khắp nẻo đường trần, bể dâu mặc kệ, thăng trầm mặc bầy. Đây là ý nghĩa câu: "Thạnh suy như lộ thảo đầu phô."

Cụ thể hơn, theo đại ý của bài thi Thị Đệ Tử (chỉ dạy các đệ tử) này, Thiền sư Vạn Hạnh bảo các đệ tử rằng, Thầy không bao giờ sống (sinh) và chết (diệt), chỉ có mặt (hữu) và không có mặt (vô) trong thế gian mà thôi. Sự có mặt của thầy trong thế gian (sinh) là do Pháp Thân của thầy nơi Pháp Tướng Chân Tâm hiện khởi để độ sanh cứu đời. Giờ đây nhiệm vụ độ sanh cứu đời của thầy đã mãn, thầy trở về nơi Pháp Tướng Chân Tâm an nghỉ hay đi nơi khác, đó là sự vắng mặt của thầy (vô) nơi thế gian này chứ thầy không bao giờ chết (diệt).

Bản Tâm của thầy nơi Chân Tâm khi phát nguyện độ sanh cứu đời thì hiện hữu trong Pháp Thân của thầy để sinh hoạt là lúc đó bản Thân của thầy trở thành mùa xuân (thạnh) và khi hạnh nguyện của thầy đã mãn thì bản Tâm của thầy tuân tự rút lui để trở về nơi Chân Tâm là lúc đó bản Thân của thầy trở nên thu tàn héo (suy).

Sự có mặt của thầy hay không có mặt của thầy trong thế gian, các con đừng quan tâm lo sợ mà phải tu tập quán chiếu để được giác ngộ những nguyên lý trên và biết sống tùy duyên để được an lạc tự tại trong mọi hoàn cảnh. Các con nên biết rằng bản thân của thầy tuy vắng mặt trong thế gian, nhưng Pháp Thân của thầy vẫn hiện hữu với hình thức khác, cũng giống như sự có mặt Tánh Ướt của nước trong hạt sương phơi đầu ngọn cỏ.

Những nguyên lý này không chỉ dành

riêng cho thầy mà các con và tất cả chúng sanh đều nằm cả trong định luật đó. Các con nhất định phải giác ngộ cho được những nguyên lý nói trên và làm chủ cho được bản tâm mình trước sự đến đi, suy thịnh, còn mất trong cuộc đời thì các con mới thực sự là trưởng tử của Như Lai và cũng xứng đáng là người kế thừa sự nghiệp của thầy.

Tóm lại, qua những dữ kiện chứng tích vừa trình bày trên cũng đủ nói lên, Thiền sư Vạn Hạnh, chúng ta không cần ca ngợi mà ai cũng đều phải công nhận là nhân vật nổi bật phi phàm của lịch sử, một Quốc Sư thạch trụ kiên cố của triều đại nhà Lý, một viên ngọc sáng ngời của tông phái Thiền Mật Tỳ Ni Đa Lưu Chi và cũng là một trong những Thiền sư đặc pháp cao thâm của Phật Giáo Việt Nam. Thiền sư có tài năng xuất chúng, khổng chế được tất cả tư tưởng đa khuynh của xã hội, của chánh trị, của các tôn giáo đương thời để phục vụ chủ thuyết của ngài sớm đạt thành mục đích. Chẳng những thế, ngài còn biết sử dụng năng lực Mật Giáo phối hợp chặt chẽ với Dịch Biến của Kinh Dịch Lão Giáo tạo thành Sấm Ngữ Huyền Cơ mà xã hội thời bấy giờ đã đặt trọn niềm tin trên hết nhằm phục vụ cho ngài xây dựng kiên cố triều đại nhà Lý. Còn sâu thẳm hơn nữa, qua bài thi kệ Thị Đệ Tử, ngài quả thực đã chứng ngộ được tâm yếu mầu nhiệm của tư tưởng Đại Thừa Phật Giáo và còn làm chủ được bản Tâm của mình tự tại trên con đường nhập thế siêu phàm tùy duyên hóa độ quần sanh. Có thể xác định một lần nữa Thiền sư Vạn Hạnh chính là một Bồ Tát hóa thân của cõi Phạm Thánh Đồng Cư này.

#### Những sách tham khảo:

- Thiền Uyển Tập Anh
- Việt Nam Phật Giáo Sử Luận của Nguyễn Lang,
- Thơ Văn Lý Trần của Viện Văn Học, Ủy Ban Khoa Học Xã Hội Việt Nam do Nhà Xuất Bản Khoa Học Xã Hội- Hà Nội 1977,
- Việt Sử Toàn Thư của Phạm Văn Sơn,
- Văn Học Đời Lý của Ngô Tất Tố.
- Việt Nam Sử Lược của Thích Mật Thể,
- Từ Điển Phật Học Huệ Quang,
- Những Yếu Điểm của tư tưởng Duy Thức, tác giả Thích Thắng Hoan,
- Thiền Học Việt Nam của Nguyễn Đăng Thực,
- Thơ Thiền Đời Lý của Nguyên Hào.



## NHƯ' NÓI VẠN XUÂN

(Thân tặng các bạn thơ Đường)

*Người một phương trời, ta viễn phương  
Xa nhau chưa cạn chén "Hồ Trường"  
Nước mây hiu hắt nhòa nhân ảnh  
Hoa lá mơ màng mộng khói sương.  
Trăng gối đầu non về "Hiệp Phố"  
Mây nghiêng lối cỏ lạnh rêu tường.  
Mây mùa xuôi ngược bao ga trạm  
Là mấy mùa hương, nhớ cổ hương!*

*Là mấy mùa hương bước hải hồ  
Con thuyền thơ ghé bến vì lô  
Đàn buồn gõ nhịp men sầu rụng  
Trăng lạnh lũng chen sương khói mờ  
Áo bạc chưa phai hồn lữ thứ  
Vai gầy còn đợi bước tung hô.  
Mai đây nắng mới lên vườn cũ  
Ta nói vẫn xuân rục bóng cờ.*

(Atlanta, tháng 16.2.2016)

*thơ* MẶC PHƯƠNG TỬ

# CON ĐƯỜNG CỦA TÌNH THƯƠNG

*Nguyễn Duy Nhiên*

VĂN HỌC / NGHỆ THUẬT

Mỗi sáng sư Trí Dũng thức dậy thật sớm. Thầy có nhiệm vụ đánh chuông báo thức mọi người dậy vào lúc bốn giờ sáng. Trong không gian tĩnh mịch của vùng núi, tiếng chuông nhỏ nhưng ngân dài, vang thật sâu trên dãy hành lang im lặng. Bên ngoài cửa sổ trời vẫn còn mịt tối. Tôi bước ra ngoài phòng, theo dõi hơi thở và từng bước chân của mình, đi chậm rãi về phía thiền đường. Không khí lạnh miền núi thấm qua chiếc chăn quấn trên người. Trời vẫn còn tối đen. Khuya nay trời yên quá.

Tôi dừng lại, ngược lên cao, một bầu trời lấp lánh ngàn sao. Nhìn xa về phía bên kia sườn núi, thấp thoáng vài đóm đèn vàng leo lét của những căn nhà nghỉ mát nằm rải rác đầu đó. Không gian chung quanh đây vẫn còn ngủ yên, bí mật. Tôi nhẹ nhàng mở cửa bước vào thiền đường. Bên trong đã có một vài người ngồi thiền từ hồi nào. Tôi lặng yên bước đến chỗ ngồi thường ngày của mình.

## Từ Bi Quán

Như thường lệ, mỗi sáng Ngài U Silananda bắt đầu bằng tụng một bài kệ quán tâm từ cho chúng tôi nghe. Bài kệ bằng tiếng Pali dạy chúng tôi hãy quán tưởng, cầu mong cho mình luôn được an vui, hạnh phúc, đem tình thương ban rải đồng đều đến cho những người mình thương và những người mình ghét. Chúng tôi sẵn sàng tha thứ cho những ai đã làm mình đau khổ, và cũng xin được thứ tha nếu vô tình mình có gây khổ cho ai. Chúng tôi cầu nguyện cho mình và người khác luôn luôn được hạnh phúc, biết tha thứ và thương yêu, ít nhất là trong ngày hôm nay.

Ngài U Silananda khuyên chúng tôi nên bắt đầu mỗi ngày bằng bài kệ này. Ông nói, chúng ta sẽ khó có được một ngày an lành nếu trong tâm mình không nuôi dưỡng được một tình thương.

Tôi nhớ ở những tu viện Bắc tông, các thiền sinh có

những buổi công phu vào mỗi sáng sớm trong đó có tụng bài chú Lăng Nghiêm. Các thầy dạy, bài chú Lăng Nghiêm có công năng giúp chúng ta tự bảo hộ mình mỗi ngày, trước khi bước vào một cuộc đời đầy những đam mê và cám dỗ. Những ngày tu tập ở đây, mỗi sáng chúng tôi bắt đầu bằng bài niệm tâm từ, với tình thương ấy nó sẽ bảo hộ và che chở cho chúng tôi trong mọi khổ đau của thân tâm.

Theo tôi nghĩ, trong mỗi chúng ta ai cũng đều có sẵn một tâm từ, nhưng muốn thể hiện được tình thương ấy, mình phải có một tuệ giác.

Chúng ta không thể nào thật sự thương yêu được mình hay kẻ khác nếu ta không có được một cái nhìn rộng lớn. Tuệ giác ấy phải được nuôi dưỡng, phát triển bằng sự từ bỏ những thành kiến của mình, bằng những kinh nghiệm khổ đau, bằng một cái nhìn trong yên lặng...

Từ bi có nghĩa là nâng đỡ một người vừa vấp ngã, mà đôi khi cũng có nghĩa là ta phải

biết ngồi lặng thinh. Lòng từ bi không có một khuôn khổ nào nhất định, nó phải được áp dụng cho giây phút và hoàn cảnh của hiện tại. Dưới ánh mắt tuệ giác, đức Phật thấy rằng khổ đau của ta và của một người khác không có một ranh giới nào rõ rệt. Mà đó có phải là một sự thật không bạn? Những ngày ở đây tôi chỉ cố gắng nhìn lại cái ranh giới ấy để thấy rằng nó chỉ là một ảo tưởng. Và cái ranh giới ấy đang nằm ở ngay trong chính ta.

Tôi cũng như bạn, không bao giờ lại dại khờ gì mà đi mong cầu khổ đau. Nhưng dường như khổ đau là bản chất của cuộc đời này. Nó cần thiết cho sự tiến hóa về vật chất và tâm linh của con người. Cũng như sự chấm dứt cần thiết cho một sự bắt đầu.

Trong những ngày ở đây, khổ đau cũng được xem là một trong những đề mục quan trọng của thiền quán. Người ta thường cho rằng, những khó khăn ở đời thường làm ta trưởng thành và già dặn hơn xưa. Nhưng tôi nghĩ, khổ đau bao giờ cũng phải được nhìn với một con mắt của tuệ giác.

### Khổ Đau Nào Của Riêng Ai?

Sự sống của ta cũng chỉ là một phần nhỏ tí ti trong một thể giới mênh mông trùng điệp. Bạn có thể cho rằng cuộc sống của mình không có một ý nghĩa gì to tát hết. Nhưng nếu không có bạn thì có lẽ cũng sẽ chẳng có tôi, và cả vũ trụ này sẽ rơi rụng là tả.

Trong kinh có cho ví dụ về một màn lưới của trời Đế Thích. Trên cõi trời Đế Thích có một màn lưới rộng lớn phủ khắp nơi. Ở mỗi chỗ giao tiếp của hai sợi dây trong màn lưới ấy đều có một viên ngọc sáng, nó phản chiếu và chứa đựng hết tất cả mọi viên ngọc khác trong màn lưới ấy. Chúng ta là những viên ngọc sáng ấy. Bất cứ một sự thay đổi màu sắc nào của một viên ngọc cũng sẽ ảnh hưởng tới sắc thái của những viên ngọc còn lại.

Khổ đau của bạn sẽ ảnh hưởng tới, và cũng chịu ảnh

hưởng bởi, vô số muôn trùng những hạnh phúc và khổ đau xa gần khác. Bạn hãy ngồi xuống cho yên và dùng tuệ nhãn của mình nhìn vào màn lưới vi diệu tương quan mịt mù này, bạn có thể chỉ cho tôi thấy một nỗi khổ đau nào là chỉ của riêng bạn không?

Buổi sáng sớm trên núi, trời tháng mười một có nắng thật ấm. Không gian yên tĩnh, trời xanh mới và thật cao. Ở chốn này dường như không ai quan tâm đến thời gian. Tất cả tự nhiên như chuyện đến rồi đi của mặt trời và trăng sao, những chiếc lá vàng rơi và những mầm xanh mới.

Sáng hôm nay ngài U Silananda hướng dẫn tôi phải theo dõi từng cử động, mỗi bước chân của mình, chú ý đến hết mọi việc xảy ra và tập dùng phân biệt.

Tôi cẩn thận quan sát từng cử động của mình. Hôm vào trình pháp tôi có thưa rằng, "Thưa thầy, con thấy theo dõi mỗi bước chân của mình hơi khó, có thể nào con tập tập trung vào bước chân bên trái, hoặc bên phải thôi không. Đến khi quen rồi con có thể chú ý đến cả hai bước chân." Ngài nhìn tôi cười và nói, "Chân trái của con sẽ không vui lắm nếu thấy con chỉ chú ý đến chân phải mà thôi. Trong sự tu tập ta không có quyền kỳ thị!" Muốn hiểu cuộc sống này, ta phải hiểu ta trước, và người đầu tiên mà ta nên rũ lòng từ bi đến cho thật đồng đều phải chính là mình.

Có một câu chuyện kể rằng, có một anh chàng nọ nghe nói thượng đế đang sống trên một ngọn núi cao nhất trên rặng Hy Mã Lạp Sơn. Anh ta nhất quyết tìm mọi cách để đi đến đó. Sau ngày tháng ròng rã, lặn lội lên đến nơi thì anh mới hay rằng thượng đế đã đi xuống núi, sống lẫn lộn với con người từ lâu. Tôi nghĩ, những cuộc tầm đạo thường ít khi dẫn ta đến gặp chân lý, nhưng nó giúp ta mở rộng tầm mắt ra mà nhận thức

được rằng chân lý đang ở rất gần với mình. Thời gian tốt nhất để mình bắt đầu một việc gì là bây giờ và ở đây! Chúng ta nên thôi tìm kiếm và hãy bắt đầu với những gì mình đang có. Có chờ đợi lâu hơn nữa, bao nhiêu năm nữa, *vốn liếng tâm linh của ta cũng sẽ chỉ có bấy nhiêu thôi*. Bạn có nghĩ vậy không?

Mỗi sáng sư Trí Dũng đều thức dậy thật sớm. Buổi tối, khi tôi trở về phòng vẫn thấy thầy còn trong thiền đường, mà mỗi sáng sớm đã nghe thấy tiếng chuông thức chúng của thầy.

Trong khóa tu này, sư Trí Dũng có bốn phận đánh chuông để báo thức mọi người. Thầy im lặng làm mỗi động tác một cách chậm chạp và theo dõi tỉ mỉ mỗi cử động của mình.

Ngài U Silananda dạy chúng tôi duy có một điều: ý thức được những chuyện đang xảy ra, trong và ngoài, mà đừng để bị dính mắc, dầu tầm thường và đơn giản đến đâu.

Với sự kiên nhẫn, từ bi và trí tuệ tự nhiên sẽ hiện bày. Trong cái không gian lạnh lạnh và tươi mới của một buổi sáng đồi núi, tôi đứng nhìn sư Trí Dũng bước chậm chậm trên con đường mòn dẫn vòng về phía bên kia đồi. Mỗi bước chân của thầy là một hạnh phúc của tôi. Giữa ta và mặt đất ta đi, không khí ta thở, những người ta gặp, có thật sự có một ranh giới nào không bạn?



# KINH KALAKA SUTTA: THẤY BIẾT MÀ KHÔNG DỰNG LẬP THẤY BIẾT

*Nguyễn Giác*

Đức Phật chỉ đường Giới Định Huệ là để giải thoát khỏi Tham Sân Si, ba độc đã lôi kéo chúng ta nhiều đời. Từ giáo pháp nhà Phật, hiện nay, các nhà khoa học Tây phương đã chọn ra một phần thích nghi để sử dụng cho nhiều trường hợp có lợi cho nhân loại và xã hội – trong đó, chánh niệm, thường dịch là mindfulness, được quan tâm, ưa chuộng nhất.

Chánh niệm, hay mindfulness, được đưa vào trường học, bệnh viện, nhà tù. Những khái niệm Phật giáo bị nhiều người lược bỏ hẳn, vì nhu cầu của xã hội thể tục, và cũng vì luật pháp Hoa Kỳ cấm truyền giảng tôn giáo trong các trường công lập, nhà tù...

Đã từng có vị sư lạc quan - khi một nữ Phật tử tới thỉnh ý, rằng cô sắp kết hôn với một người đạo Ky Tô và phía bên chồng ép cô cải đạo - thầy đã khuyên cô rằng cải đạo cũng được, nhưng ráng giữ pháp chánh niệm tinh giác trong mọi thời. Lẽ ra, câu trả lời nên là lựa chọn theo hoàn cảnh và ước nguyện cá nhân, thay vì là lời khuyên cho mọi trường hợp.

Các ứng dụng của chánh niệm vào Hoa Kỳ đã đưa vào nhiều lĩnh vực, giúp cho các kỹ

sư nhanh nhẹn hơn, giúp học trò tăng trí nhớ, giúp tù nhân giảm bạo động, giúp bệnh viện chữa một số bệnh, giúp người ta ăn ngon hơn, giúp chúng ta hạnh phúc hơn trong khi rửa chén và một số bác sĩ còn đẩy cả mindfulness vào tình dục - vào Google.com sẽ thấy rất nhiều như thế. Nghĩa là, chánh niệm trở thành kỹ năng cho sinh hoạt đời thường, trong một số trường hợp chỉ làm sâu dày thêm tham sân si.

Thậm chí, nhiều nhà truyền giáo Ky Tô cũng tự biết phải đưa ra ngôn ngữ mới: rằng mindfulness có hai phương diện, ngồi thiền chánh niệm là lắng nghe Thượng Đế và cầu nguyện là nói với cõi trên đó.

Bởi vậy, coi chừng dậm dãi trăm nẻo lạ.

\*

Câu hỏi nơi đây là, chánh niệm để giải thoát là như thế nào?

Kinh Phật nói rằng chỉ có một hướng giải thoát là Giới Định Huệ. Trong đó, có một số lời dạy được Đức Phật gọi là giáo pháp ngắn gọn, nơi đó chủ yếu qua cửa vào là bằng Huệ, đặc biệt là "cần huệ" - tức "dry insight" - huệ khô, nghĩa là không cần tu định. Kinh Phật kể về nhiều đệ tử Phật đắc ba quả thánh đầu tiên không qua tu định. Nơi đây, nên hiểu một cách mặc định là phải giữ giới.

Như trong Kinh Bahiya, Đức Phật dạy rằng "trong cái thấy chỉ là cái được thấy..." và du sĩ ngoại đạo Bahiya tức khắc đắc quả A La Hán. Nghĩa là, quên hết các pháp và chỉ còn thấy trên đầu một chữ "Như"...

Hay như trong Kinh Khemaka, Đức Phật dạy y hệt Kinh Kim Cang là "ưng vô sở trụ... chớ trụ tâm vào đâu hết..."(1)

Và bây giờ, một lối khác để vào đạo, có thể tìm thấy ở Kinh Kalaka Sutta (AN 4.24 PTS: A ii 23), trong Anguttara Nikāya... Có thể gọi tắt là: thấy biết mà dựng lập thấy biết là rơi vào cội nguồn vô minh, và thấy biết mà không dựng lập thấy biết là hiện thân Niết Bàn.

Điểm xuyên suốt qua ba lời dạy vừa nêu, được dùng rất nhiều trong Thiền Tông. Hiểu ba lời dạy trên, sẽ hiểu được tại sao các Thiền sư thường nói những câu như: ...Ta không một pháp trao cho người... Không hề có một pháp





nào để tu hết... Giới định huệ đã sẵn đủ trước mắt... Còn khởi niệm gì nữa chỉ là trên đầu chấp thêm đầu... Toàn tướng tức tánh... Trong cái được thấy đã hiển lộ cái thấy...

\*

Kinh Kalaka Sutta gợi nhớ tới một lời dạy trong Kinh Lăng Nghiêm, và thường được nhiều thiền sư trích giảng:

Tri kiến lập tri, tức vô minh bổn; Tri kiến vô kiến, tức tứ Niết Bàn...

Nghĩa là:

Thấy biết mà dựng lập thấy biết, chính là cội gốc vô minh; Thấy biết, không dựng lập thấy biết, tức khắc là Niết Bàn.

Trong tác phẩm *Thiền Tông Cuối Thế Kỷ 20*, trong chương Yếu Chỉ Thiền Tông, Thiền Sư Thích Thanh Từ ghi về câu này trong Kinh Lăng Nghiêm:

"Sáu căn là gốc luân hồi, sáu căn cũng là gốc giải thoát, nguyên nhân tại sao sai biệt như vậy? Chúng ta hãy nghe Phật nói: "Tri kiến mà lập tri là gốc vô minh; tri kiến mà không kiến đây là Niết-bàn" (Tri kiến lập tri tức vô minh bổn, tri kiến vô kiến tức Niết-bàn). Trong cái thấy biết, chạy theo phân biệt là gốc vô minh; trong cái thấy biết, không phân biệt là Niết-bàn." (2)

Trong bản dịch chú giải Kinh Thủ Lăng Nghiêm Tông Thông, Thiền Sư Nhân Tế viết:

"Thông rằng: Các nhà chú giải xưa nói : kéo mỗi bên trái, bên phải là dụ cho sự nương y vào hai bên không, có, nên không thể mở nút. Nên cần phải ở trong Viên Quán, nơi Căn không sanh phân biệt, nơi Cảnh không sanh bám nắm, thì nút mở ra. Phàm đợi Quán rồi mới mở ra được, thế vẫn chỉ là kéo mỗi phải, mỗi trái mà thôi, nơi chỗ tâm của mỗi nút có ẩn nhằm gì? Chẳng như lời lẽ của nhà Thiền rất kín đáo nhiệm mầu vậy." (3)

\*

Lời dạy này trong Kinh Kalaka Sutta – tri kiến lập tri tức vô minh bổn; tri kiến vô kiến tức tứ Niết Bàn... diễn theo ngôn ngữ khác, là chữ Như -- được Đức Phật gọi là pháp cao nhất, tối thượng nhất, không gì bằng diệu hơn.

Trích Kinh Kalaka Sutta, lời Đức Phật:

...And I tell you: There's no other 'Such' higher or more sublime...

...Và Ta nói với quý vị rằng: Không có pháp "Như" nào cao hơn, cũng như không gì khác tối bằng hơn...

Kinh này cũng nói về thấy nghe hay biết.

Trong Kinh Kalaka Sutta, khi nói về cái thấy:

- bản dịch của Bhikkhu Bodhi là: "does not misconceive the seen" (chớ diễn dịch chệch hướng cái được thấy);

- bản của Thanissaro Bhikkhu: "doesn't construe an [object as] seen" (chớ dựng lập một vật như được nhìn);

- bản của Bhikkhu K. Nananda: "does not conceive of a visible thing as apart from sight" (chớ dựng lập một vật có thể thấy tách rời khỏi cái thấy).

Đó là âm vang của Kinh Lăng Nghiêm: khi thấy biết, chớ dựng lập cái thấy biết, đó là Niết Bàn... Cũng có thể ghi cách khác: rời cái được nghe, sẽ không có cái nghe. Tức cảnh, tức tâm. Toàn tướng, tức tánh... Toàn tánh, tức tướng.

\*



Duyên khởi Kinh Kalaka Sutta cũng lạ. Trong lời bình từ các trưởng lão ghi trong Tạng Pali, Đức Phật biết trước rằng, khi nói kinh này xong, những vị tăng nghe xong sẽ đặc quả A La Hán. Khi kinh tuyên thuyết xong, đại địa chấn động tới các biên cõi.

Gọi Kinh Kalaka Sutta là đặt theo tên ngài Kalaka, một thí chủ đại phú, là bố chồng của nữ Phật tử Cūlasubbhaddā (con gái của ngài Anāthapiṇḍika). Lúc đầu, ngài Kalaka là tín đồ ngoại đạo lửa thể, không biết gì về Đức Phật và Phật pháp. Cô Cūlasubbhaddā nài nỉ để ngài Ka-

laka mời Đức Phật và chư tăng tới dự một tiệc cúng dường.

Sau bữa ăn, Đức Phật nói một thời pháp, và ngài Kalaka nghe xong là chứng quả nhập lưu (stream-entry) – cũng là quả thánh đầu tiên, còn gọi là Tu Đà Hoàn, sau khi phá được ba kiết sử Thân kiến, Giới cấm thủ, và nghi. Sau đó, ngài Kālaka xây một tu viện trong vườn của ngài, và dâng cúng Đức Phật cả tu viện và khu vườn.

Một hôm, khi chư tăng bàn quán ở Sāketa ngồi trong giảng đường, nói về thành công của Đức Phật trong việc đưa ngài Kalaka vào Phật giáo, Đức Phật đọc được tâm của họ và biết rằng chư tăng đã sẵn sàng để nghe một thời pháp và nghe xong pháp này là sẽ đặc quả A La Hán. Đức Phật cũng biết rằng lúc đó, đại địa sẽ chấn động tới tất cả các cõi biên. Đó là nhân duyên có kinh này, một kinh chính Đức Phật gọi là tối thượng, vì chư tăng nghe xong là tức khắc đặc quả A La Hán, không còn dính mắc gì nữa.

\*

Sau đây, sẽ dịch toàn văn theo bản Anh

dịch của ngài Thanissaro Bhikkhu.

AN 4.24 PTS: A ii 23

Kalaka Sutta: Tại Vườn của Ngài Kalaka

Một hôm, Đức Phật đang ngụ ở làng Saketa, tại khu vườn của Kalaka. Nơi đó, Đức Phật nói với chư tăng, "Này các tỳ kheo!"

Các vị sư đáp, "Kính thưa Đức Phật, xin nghe."

Đức Phật nói:

"Các tỳ kheo, bất cứ những gì trong vũ trụ này – trong đó với chư thiên, các thiên ma, các Phạm Thiên, các thế hệ những người tu thiên và bà la môn, các thân tộc vương giả và người thường dân – được thấy, được nghe, được cảm thọ, được nhận biết, được thành tựu, được tìm kiếm tới, được suy tư lượng định bởi tri thức: Mà ta biết tới.

"Bất cứ những gì trong vũ trụ này – trong đó với chư thiên, các thiên ma, các Phạm Thiên, các thế hệ những người tu thiên và bà la môn, các thân tộc vương giả và người thường dân – được thấy, được nghe, được cảm thọ, được nhận biết, được thành tựu, được tìm kiếm tới, được suy tư lượng định bởi tri thức: Mà ta biết trực tiếp.

"Tất cả đã được nhận biết bởi Như Lai, nhưng trong Như Lai, nó không được dựng lập.

"Nếu ta nói rằng, 'Ta không biết bất cứ gì trong vũ trụ... được thấy, được nghe, được cảm thọ, được nhận biết, được thành tựu, được tìm kiếm tới, được suy tư lượng định bởi tri thức,' như thế sẽ không đúng trong ta.

"Nếu ta nói rằng, 'Ta vừa biết và vừa không biết bất cứ gì trong vũ trụ... được thấy, được nghe, được cảm thọ, được nhận biết, được thành tựu, được tìm kiếm tới, được suy tư lượng định bởi tri thức,' như thế cũng y hệt [không đúng trong ta].

"Nếu ta nói rằng, 'Ta không biết và cũng không không biết bất cứ gì trong vũ trụ... được thấy, được nghe, được cảm thọ, được nhận biết, được thành tựu, được tìm kiếm tới, được suy tư lượng định bởi tri thức,' như thế sẽ không đúng trong ta.

"Các tỳ kheo, do vậy,

"Như Lai, khi thấy cái được thấy, không dựng lập một [vật như] cái được thấy.

"Như Lai không dựng lập một cái không được thấy.

"Như Lai không dựng lập một [vật] dự kiến sẽ được thấy.

"Như Lai không dựng lập một người thấy.

"Khi nghe...

"Khi cảm thọ...

"Khi nhận biết cái sẽ được nhận biết, Như Lai không dựng lập một [vật như] cái được nhận biết. Như Lai không dựng lập một cái không được nhận biết. Như Lai không dựng lập một [vật] dự kiến sẽ được nhận biết. Như Lai không dựng lập một người nhận biết.

"Các tỳ kheo, do vậy, Như Lai – y hệt không khác trong khi đối cảnh với tất cả các hiện tượng [mà các hiện tượng này] có thể

được thấy, được nghe, được cảm thọ & được nhận biết – là "Như thế, Như thị, Như như."

"Và ta nói với các người rằng: Không có một cái "Như" nào khác cao hơn, cũng không có gì tối thẳng hơn.

"Bất cứ những gì được thấy, hay được nghe, hay được cảm thọ

và những gì bị cho như là thật bởi người khác,

Người đã sống được cái Như – giữa những kẻ tự làm phiền não

sẽ không cho gì là đúng, hay cho gì là sai.

"Đã thấy rõ trước rằng mũi tên đó

nơi nhiều thế hệ bị chấp vào và treo lên

-- 'Ta biết, Ta thấy, các pháp chỉ như thế!' Không hề có gì mà Như Lai chấp vào." (4)

## GHI CHÚ:

(1) Kinh Khemaka: Ứng Vô Sở Trụ

Link: <http://thuvienhoasen.org/a23991/kinh-khemaka-ung-vo-so-tru>

(2) Xem: <http://www.thientongvietnam.net/kinhsach-thike/dirs/ttvnctk20/unicode/p3-5a.html>

(3) Xem: <http://thuvienhoasen.org/a1226/quyen-v>

(4) Xem toàn văn bản Anh dịch Kalaka Sutta:

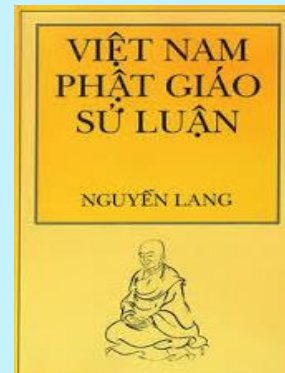
<http://www.accesstoinight.org/tipitaka/an/an04/an04.024.than.html> .



# TUỆ TRUNG THƯỢNG SĨ

(Chương XI, VIỆT NAM PHẬT GIÁO SỬ LUẬN, TẬP I)

*Nguyễn Lang*



## DIỆN MỤC TUỆ TRUNG

Sách Hoàng Việt Văn Tuyển nói Tuệ Trung thượng sĩ là Hưng Ninh Vương Trần Quốc Tảng, con lớn của Trần Hưng Đạo. Sự thực thì tuy Tuệ Trung thượng sĩ có tước hiệu là Hưng Ninh Vương, nhưng ông không phải tên là Trần Quốc Tảng, cũng không phải là Trần Hưng Đạo, và tên ông là Trần Quốc Tung[1]. Trần Nhân Tông, người khảo đính sách Tuệ Trung thượng sĩ Ngũ Lục, trong bài Thượng Sĩ Hành Trạng in ở cuối sách [2] có nói rõ "Tuệ Trung thượng sĩ là con đầu của Khâm Minh Từ Thiên Đại Vương và là anh cả của Hoàng Thái Hậu Nguyên Thánh Thiên Cảm. Khi Đại Vương mất, hoàng đế Trần Thái Tông cảm nghĩa phong cho thượng sĩ tước Hưng Ninh Vương".

Khâm Minh Từ Thiên Đại Vương là tước hiệu Trần Thái Tông ban cho anh ruột là Yên Sinh Vương Trần Liễu khi ông này mất. Đó là vào cuối năm 1251, cũng vào năm ấy Tuệ Trung thượng sĩ được 21 tuổi, và được phong tước Hưng Ninh Vương, Hoàng thái hậu Thiên Thánh Thiên Cảm là con thứ năm của Yên Sinh Vương Trần Liễu, tên là Thiệu, là vợ của vua Trần Thái Tông. Trần Hưng Đạo có một người con gái là Trần Quốc Tảng, nhưng tước hiệu là Hưng Nhượng Vương, chứ không phải là Hưng Ninh Vương. Theo Trần Nhân Tông, Tuệ Trung là một con người có khí lượng thâm trầm, phong thần nhàn nhã. Từ lúc nhỏ, ông đã tỏ ra có bẩm chất cao sáng, thuần hậu, và yêu mến đạo Phật. Lớn lên, Tuệ Trung được cử trấn đất Hồng Lộ, tức là Hải Dương bây giờ. Ông có công hai lần trong việc ngăn giặc Bắc xâm lăng. Sau được thăng chuyển giữ chức tiết độ sứ trấn giữ hải đạo Thái Bình. Sau ông lui về ấp Tịnh Bang (nay là huyện Vĩnh Lại, làng Yên Quảng) và đổi tên là Vạn Niên, tự hiệu là Tuệ Trung. Tại thực ấp của ông, ông có dựng lên Dưỡng Chân Trang làm nơi tọa thiền và tu niệm.

Là anh vợ của vua Trần Nhân Tông, ông cũng là người bạn thân thiết của vua. Vua Thánh Tông sợ hãi con là Trần Nhân Tông cho ông dạy dỗ. Ông được Thánh Tông xưng là sư huynh. Tháng hai năm 1278 hoàng hậu

Thiên Cảm qua đời, vua Thánh Tông cúng chay ở trong cung, bảo con là Nhân Tông đi mời Tuệ Trung đến dự. Có mặt trong lễ khai đường là nhiều vị tôn túc, trưởng lão của thiền môn. Thánh Tông thỉnh mỗi vị làm một bài kệ ngắn để tỏ bày kiến giải về Phật pháp của mình. Trong lúc tư tưởng các vị còn như "nước đọng vũng bùn" chưa được khai thông thì vua mang giấy bút tới trước mặt Tuệ Trung. Ông viết liền bài kệ sau đây:

*Viết kệ trình kiến giải  
Như dụi mắt thấy quái  
Dụi mắt thấy quái xong  
Lại rờ ràng tự tại.*

Vua Thánh Tông đọc xong phê tiếp như sau:

*Rờ ràng và tự tại  
Cũng một thứ thấy quái  
Thấy quái mà không quái  
Thì quái ấy tự hoại*

Tuệ Trung đọc, rất bằng lòng. Thánh Tông rất khâm phục đạo học của Tuệ Trung, chính vua là người đầu tiên gọi ông là Thượng Sĩ [3]. Thượng Sĩ cũng có nghĩa tương đương với bồ tát. Hồi em gái Tuệ Trung hoàng hậu Thiên Cảm còn sống, một hôm ông bà mời vào cung ăn tiệc. Trên bàn có những món mặn và món chay, ông đã gắp thức ăn một cách không phân biệt. Hoàng hậu hỏi: "Anh tu thiền mà ăn thịt cá thì làm sao mà thành Phật được?" Ông cười đáp: "Phật là Phật, anh là anh; anh không cần thành Phật. Phật không cần thành anh. Em chẳng nghe cổ đức nói "Vấn Thủ là Vấn Thủ, giải thoát là giải thoát "đó sao?" Vua Nhân Tông hỏi đó cũng có mặt trong bữa tiệc, và vua không quên câu chuyện này, định một ngày kia sẽ hỏi Tuệ Trung cho ra lẽ. Năm vua 29 tuổi, mẹ mất. Vua Thánh Tông đang bối rối về cái chết của Hoàng hậu lại còn bận tâm đối phó với một cuộc xâm lăng của quân Nguyên do Áo Lỗ Xích Ô Mã Nhi và Phàn Tiếp chỉ huy, mới sai Nhân Tông đi đón Tuệ Trung, trước khi lên đường về cung, Tuệ Trung trao cho Nhân Tông, lúc ấy đã lên ngôi gần 9 năm, hai bộ ngữ lục Tuyết Đậu và Dã Hiên, để đem về cung học tập những lúc rỗi rảnh. Vua nhớ lại chuyện ăn thịt cá và tính cách "hòa lẫn thể tục" của Tuệ

Trung, liền làm bộ ngây thơ hỏi một cách gián tiếp:

“Bạch thượng sĩ, chúng sinh quen cái nghiệp ăn thịt uống rượu thì làm thế nào mà thoát khỏi tội báo?”

Tuệ Trung đã trả lời như sau về vấn đề tội báo:

“Nếu có người đang đứng xây lưng lại, thành linh vua đi qua sau lưng, người ấy không biết, cầm một vật gì ném nhắm vua. Thử hỏi: người ấy có sợ không, ông vua có giận không? Nên biết hai việc ấy không dính líu gì với nhau vậy.”

Rồi ông đọc hai bài kệ sau đây cho vua nghe:

*Vạn pháp vô thường cả  
Tâm ngộ tội liền sinh  
Xưa nay không một vật:  
Chẳng hạt, chẳng mầm xanh.  
Hàng ngày, khi đổi cảnh  
Cảnh đều do tâm sinh  
Tâm, cảnh đều không tịch  
Khấp chốn tự viên thành [4].*

Nhân Tông thưa với Tuệ Trung rằng ông đã hiểu lời dạy về tội phúc. Nhưng Tuệ Trung biết là Nhân Tông còn thắc mắc. Ông đọc tiếp bài kệ sau đây:

*Có loài thì ăn cỏ  
Có loài thì ăn thịt  
Xuân về thảo mộc sinh  
Tìm đâu thấy tội phúc? (60)*

Nhân Tông liền hỏi câu hỏi ông đã dành sẵn trong tâm tư lâu nay: “Như vậy thì công phu giữ giới trong sạch không chút xao lãng là để làm gì?” Tuệ Trung cười không đáp. Vua cố nài. Tuệ Trung đọc hai bài kệ sau đây:

*Trì giới và nhân nhục  
Thêm tội chẳng được phúc  
Muốn siêu việt tội phúc  
Đừng trì giới, nhân nhục.  
Như người khi leo cây  
Đương yên tự chuốc nguy  
Nếu đừng leo cây nữa  
Trăng gió làm được gì? [5]*

Và dặn kỹ Nhân Tông “đừng bảo cho người không ra gì biết”. Ta nên nhớ rằng lúc bấy giờ Tuệ Trung đã 57 tuổi, và tư tưởng thiền của ông đã đến giai đoạn chín chắn siêu việt. Ông mất năm 62 tuổi, vào năm 1291.

Vua Nhân Tông một hôm hỏi về tông chỉ thiền phái của Tuệ Trung. Ý của Nhân Tông là muốn tìm hiểu bí quyết giác ngộ mà Tuệ Trung đã được thiền sư Tiêu Diêu trao truyền, Tuệ Trung nói:

“Hãy quay về tự thân mà tìm lấy tông chỉ ấy, không thể đạt được từ ai khác”.

Lời nói ấy khiến Nhân Tông thấy được ánh sáng của thiền đạo. Ngày thị tịch, Tuệ Trung không nằm trong phòng riêng mà cho kê giường nằm ở Dưỡng Chân Trang, giữa thiền đường lớn. Ông nằm xuôi theo kiểu cát tường, mắt nhắm. Những người hầu hạ và thê thiếp khóc rống lên Ông mở mắt ngồi dậy, bảo lấy nước rửa tay súc miệng rồi quở nhẹ rằng:



“Sống chết là lẽ thường nhiên, sao lại buồn thảm luyến tiếc để cho chân tính ta nao động?” Nói xong thì tịch một cách êm ái. Đó là vào ngày mồng một tháng tư năm Tân mao (1291).

### HÒA QUANG ĐỒNG TRẦN

Vua Nhân Tông viết: “Thượng sĩ sống giữa lòng thế tục, hòa ánh sáng mình trong cuộc đời bụi bặm; trong mọi cuộc tiếp xúc thượng sĩ luôn luôn giữ thái độ hòa ái nên chưa bao giờ gặp phải những trường phiền nghịch. Do đó, ngài có thể làm tiếp nối được hạt giống chánh pháp, diu dắt được những kẻ mới học. Ai đến tham cứu tìm học với ngài cũng được ngài chỉ dẫn sơ lược cho thấy phần cương yếu của đạo pháp khiến tâm họ có chỗ nương tựa. Thượng sĩ không bị ràng buộc bởi hình thức; khi thì ẩn tàng, khi thì lộ diện, ngài không chấp vào hình thức và danh từ”.

Hòa quang đồng trần là danh từ của Lão Giáo mà giới Phật tử đã dùng để diễn tả thái độ dẫn thân và hòa mình của các vị bồ tát trong cuộc đời để phụng sự. Đối với một nhân cách như Tuệ Trung, những hình thức xuất gia và tại gia đã trở thành không quan trọng. Dù không được Tuệ Trung trao truyền y bát. Nhân Tông cũng nhận Tuệ Trung là bậc thầy đã khai sáng cho tâm linh mình. Dù không phải là một vị xuất gia, Tuệ Trung vẫn được gọi là “thầy” (sư) một cách cung kính trong sách Thượng Sĩ Ngữ Lục [6]

Đọc những đoạn đối thoại giữa Tuệ Trung và hoàng hậu Thiên Cảm với vua Nhân Tông về chuyện ăn chay, thành Phật và quả báo, ta thấy được ngay là những bề ngoài hình thức không còn quan trọng với ông nữa.

Nhưng Tuệ Trung không phải là vị “Thiền sư tại gia” đầu tiên trong lịch sử Phật Giáo Việt Nam, Tuệ Trung là đệ tử của thiền sư Tiêu Diêu, mà thiền sư Tiêu Diêu lại là học trò đặc pháp với một vị thiền sư cư sĩ khác rất nổi tiếng ở kinh đô Thăng Long, đó là Ứng Thuận, ta thấy còn có quốc sư Nhất Tông, thiền sư Giới Ninh và thiền sư Giới Viên, mà uy thế tâm linh cũng ngang hàng với thiền sư Tiêu Diêu vậy.

Truyền thống hòa quang đồng trần có lẽ có thể tìm thấy từ thiền sư Thường Chiếu ở chùa Lục Tổ, người làm gạch nối giữa Phật Giáo bát-tông-phái đời Lý và Phật Giáo một-tông-phái đời Trần. Thường Chiếu đã truyền dạy cho các

đệ tử mình nguyên tắc “tùy tục” nghĩa là làm giống như cuộc đời. Hồi Thường Chiêu sắp viên tịch, ông đã giảng dạy cho Thần Nghi về nguyên tắc này. Thần Nghi là đệ tử lớn của Thường Chiêu và là người có sở đắc tâm linh sâu sắc nhất trong số các đệ tử của Thường Chiêu. Ông tu phạm hạnh, giữ giới luật nghiêm minh. Nhưng không cao đầu mà lại để tóc dài.

Nhân cách của Tuệ Trung ta có thể nhận ra được phần nào trong thái độ của ông đối với cuộc đời, và trong những lời nói và những câu thơ ghi lại trong sách Thượng Sĩ Ngữ lục. Thiền sư Pháp Loa (1284 -1330) đã viết một bài kệ ngắn có tên sau đây có thể là nói lên được tính chất của con người Tuệ Trung:

Á!

*Gang ròng nhồi lại  
Sắt sống đúc thành  
Thước trời, tất đất  
Gió mát, trăng thanh  
Ồ!*

(Trúc Thiên dịch)

Á!

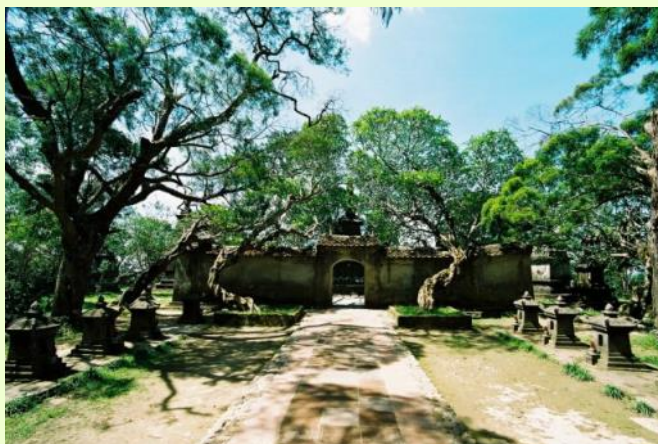
Thần cương đã tấu  
Sinh thiết chú thành  
Xích thiên thốn địa  
Nguyệt bạch phong thanh  
Đốt!

Một thiền sư khác tên Pháp Cổ, đồng thời với Pháp Loa, đã làm bài kệ sau đây để nói về đạo nghiệp của Tuệ Trung:

*Xưa quốc sư*

*Nay thượng sĩ*

*Một thể trượng phu mà hai vị  
Dưới gió, Tỳ gia đứng thể cao  
Một trái cà xưa nhà Bàn Ẩn  
Khí giới tam huyền phá ngục tù  
Trên mắt lông nheo ngừng tư tưởng  
Mí mắt khép lấy núi Tu Di  
Há miệng uống liền hết biển cả  
Xâu ngọc lỵ dưới cằm Ninh Long  
Liêng sợi tơ Sen trời mãnh hổ.  
Pháp vương hay vương pháp, tùy cơ  
Nắm tay cùng về quên bỉ thử  
Khi nhân độc tấu đàn không giấy  
Tình tang ca vũ rên thôn xóm  
Tĩnh tình tang*



*Tang tịnh tình*

*Đâu cần theo giốc, chùy, cung, thương*

*Thầy ta nổi khúc Ôn Như Cũ*

*Cách điệu phi thường hoa mỹ thêm*

*Tử Kỳ đi rồi, tri âm thiếu*

*Mênh mông trời nước cũ còn đâu*

*Người sau tiếp nổi húc hư truyền*

*Bắt chước như xưa sai lạc hết.*

(Cổ quốc sư

Kim thượng sĩ

Nhất cá trượng phu phân bỉ thử

Tỳ gia tác giả lập hạ phong

Ngốc lão Bàn Công thậm gia tử

Tam huyền qua giáp phá lao quan

Trát thượng mi mao hươu nghĩ nghĩ

Nhận bỉ cái khước Tu Di lô

Khẩu lý hoành thôn đại hải thủy

Ninh Long hàm hạ xuyên lý châu

Phóng xuất ngũ ti phước Hồ nhi

Pháp vương vương pháp nhậm hoành hành

Ba thủ đồng đồ vong nhữ nhĩ

Đẳng nhân hí lộng một huyền cầm

Xã vũ thôn ca thả ra rị

Rị ra ra

Ra rị rị

Bất thuộc cung thương giốc vũ chùy

Ngô sư thanh Ôn Như điệu

Cách tương thù thường hựu tăng mỹ

Tử kỳ dĩ hỷ tri âm hy

Kỷ cả dương dương tị hồ nhĩ

Hậu nhân tiếp hưởng thừa kù hư

Nhận thức y tiền hoàn bất thị

Ý!)

Tùy tục hay không tùy tục, trộn lẫn với đời hay không trộn lẫn với đời, hành tung của Tuệ Trung chỉ có thể là hành tung của Tuệ Trung, chẳng ai có thể bắt chước mà trở nên Tuệ Trung được.

(còn tiếp)

[1] (56) Con cả của An Sinh Vương là Tung. Sách Đại Việt Sử Ký Toàn Thư trong phần nói về vua Trần Minh Tông, có ghi lời bàn của Ngô Sĩ Liên như sau:

“Vua vốn là người hậu với thân thuộc trong họ, đối với người vãi vế trên mà quý hiển lại càng tôn kính lắm. Phạm kẻ thần hạ người nào có tên trùng với những người ấy đều đổi cho tên khác. Như người tên là Độ đổi thành Sư Mạnh vì tên Độ trùng với tên Thượng Phụ (Trần Thủ Độ), tên là Tung thì đổi thành tên Thúc Cao, vì tên Tung trùng với tên Hưng Ninh Vương con trưởng của An Sinh Vương”. Có những bản in lầm An Sinh Vương thành An Ninh Vương. Ta chưa từng nghe ai có tước hiệu là An Ninh Vương bao giờ. Hưng Ninh Vương là con của An Sinh Vương Trần Liễu. Chữ sinh trong An Sinh Vương đã bị khắc lầm thành chữ Ninh chỉ vì trước đó đã có chữ ninh trong Hưng Ninh Vương.

[2] (57) Trúc Thiên tiên sinh, trong bản dịch Thượng Sĩ Ngữ Lục (Đại Học Vạn Hạnh xuất bản,

1969) nói rằng bài Thượng Sĩ Hành Trạng là do Pháp Loa viết. Thực ra, chính Nhân Tông đã tự tay viết tài liệu này trong đó vua gọi Trần Thánh Tông là Dụ Lăng và hoàng hậu Thiên Cảm là mẫu hậu. Chính vua lúc ấy 29 tuổi, đã tự mình đi thỉnh Thượng Sĩ (thầy học của mình) đến dự tuần trai tăng cầu siêu cho mẹ. Pháp Loa, hội Tuệ Trung mất (1291) mới lên bảy tuổi. Pháp Loa sau này chỉ làm công việc biên chép sách Thượng Sĩ Ngữ Lục từ những tài liệu do Nhân Tông trao lại. Nhân Tông đã hiệu khảo và viết về hành trạng Thượng Sĩ, bởi chính vua là người gần gũi và sống với Thượng Sĩ nhiều năm với tư cách là một người học trò thân yêu của Thượng Sĩ.

[3] (58) Tuệ Trung cũng rất khâm phục đức độ và đạo đức của Thánh Tông. Sách Tuệ Trung Thượng Sĩ Ngữ Lục còn giữ lại một bài thơ của Tuệ Trung để ca ngợi đạo học của Thánh Tông.

[4] (59) Vô thường chư pháp lành  
Tâm nghi tội tiền sinh  
Bản lại vô nhất vật  
Phi chủng diệc phi manh  
Nhật nhật đối cảnh thì  
Cảnh cảnh tông tâm xuất  
Tâm cảnh bản lai vô  
Xử xử ba la mật  
Nghiết thảo dữ nghiết nhục  
Chúng sinh các sở thuộc  
Xuân lai bách thảo sinh  
Hà xử kiến tội phúc?

[5] (61) Trì giới kiêm nhẫn nhục  
Chiêu tội bất chiêu phúc  
Dục tri vô tội phúc  
Phi trì giới nhẫn nhục  
Như nhân thượng thụ thời  
An Trung tự cầu nguy  
Như nhân bất thượng thụ  
Phong nguyệt hà sở vi?

[6] (62) Tuệ Trung Thượng Sĩ Ngữ Lục, Pháp Loa biên tập, Trần Nhân Tông khảo đính, Trần Khắc Chung đề bạt. Tác phẩm này được in nhiều lần đời Trần. Bản hiện có là bản in năm 1943 do sa môn Thanh Cừ chùa Pháp Vũ viết vào năm ấy. Các bản in này đều có mang một bài lược dẫn của Tỳ Khưu Huệ Nguyên chùa Long Động núi Yên Tử viết trong một dịp trùng sang năm 1763. Sách gồm có bốn phần:

Phần I: Đối Cơ (tương đối từng căn cơ), gồm những mẫu đối thoại giữa Tuệ Trung với môn đệ học giả.

Phần II: Cử Công Án, gồm có 13 công án, mỗi công án có lời niêm (nhận xét) và một bài kệ tụng của Tuệ Trung.

Phần III: Thi Tụng, gồm có 49 bài vừa thơ vừa kệ của Tuệ Trung.

Phần IV: Thượng Sĩ Hành Trạng (con người và sự nghiệp của Thượng Sĩ), do Trần Nhân Tông viết. Sau bài của Trần Nhân Tông là một số bài kệ ca tụng đạo học của Tuệ Trung do các vị đệ tử nổi danh của Trần Nhân Tông viết.

Hiện có một bản dịch quốc ngữ của Trúc Thiên, do Viện Đại Học Vạn Hạnh, Sài Gòn, xuất bản năm 1969.

## XUÂN TƯƠI, TUỔI MỚI, MỘNG DÀI

*Không vui, cũng chẳng thấy buồn  
Rửa tay gác bút về vườn sớm chẳng?  
Qua rồi năm tháng lãng xăng  
Rời qua một thưở vượt tầng mây cao  
Tìm ta chẳng thấy nơi nào  
Trở về dòng sông dạt dào thi ca  
Chén thù chén tạc cùng ma  
Trà sâm cùng áo cà sa vườn chùa  
Nửa khuya bóng vách nhạt mờ  
Gẫm tình thâm kín tươm thơ ruột mềm  
Bút còn rạo rức trong tim  
Phẩy ngòi da diết nổi chìm tâm tư  
Mộng dài  
Tuổi mới  
Xuân tươi  
Tréo chân tự tại  
Khẩy cười  
Lại đi.*

*thơ* MÃN ĐƯỜNG HỒNG



# MỘT LẦN CHỢT NGHE QUÊ QUÁN TÔI XƯA

*Toại Khanh*

nghi thức màu mè thì không thể quyến rũ quần chúng. Thế rồi những phương tiện thầy thím kia chỉ đem về cho Phật giáo những chuyện gia xin xăm thính nhang khói nhưng luôn luôn tránh những cơ hội văn kinh thánh pháp. Họ sợ nghe giảng như ai kia sợ thần chú!

Có người không hiểu Phật, cho rằng cứu cánh Niết-bàn gì mà buồn quá đời. Cái họ cần đến là một nơi chốn thơm ngát mát mẻ có thể tung tăng vọng niệm, hoặc thanh cao hơn một tí là có chỗ để họ ngồi... tụng kinh!

Có người không hiểu Phật, than các pháp môn tu hành truyền thống khô khan quá. Họ bày biện nhiều trò nghe qua đã thấy hấp dẫn. Có điều là sau mấy chục năm tu vui kiểu đó, một ngày kia họ phát hiện mình vẫn đứng yên ở chỗ xuất phát.

Có người không hiểu Phật, than lời Ngài có vẻ khó theo, bèn tự kiếm ra một con đường xem chừng ngắn hơn, dễ dàng hơn, dễ hiểu hơn. Cuối đời, họ giật mình ngó lại, mình chẳng còn là một Phật tử nữa, món duy nhất còn giữ lại được chỉ là cái pháp danh sư phụ đặt cho ngày trước. Nhìn lên ảnh tượng Thế Tôn họ bỗng thấy xa lạ quá chừng!

Vậy thì trong mấy mươi năm hoằng pháp, đức Phật đã nói những gì? Nói kiểu ồm ồm ở thì Ngài chẳng từng nói một câu nào hết. Nếu nói cận nhân tình một chút thì suốt cuộc độ sinh đức Phật chỉ nói đến hai chuyện: Cái gì là khổ đau và thế nào là con đường thoát khổ.

Chưa thấy được việc trầm luân sinh tử là một gánh nặng thì có bốn ba, đôn đáo cách mấy cũng quẩn quanh trong những hình thức hiện hữu cách này hay cách khác. Nhà Phật gọi đó là samsāra – tức là hành trình của những tái hiện, trùng phục, lặp lại những thứ đã diễn ra từ vô thủy như những bèo bọt trên sóng nước.

Chưa thấy được lý tưởng căn bản của đường tu là thấu suốt, buông bỏ và lợi tha thì mọi đạo lộ đều có thể là những lối mòn quẩn quanh. Chưa thấy chán ngán những trò đùa hí lộng của nhân gian thì người ta vẫn còn đắm lụy những thứ màu mè trẻ con không thật sự cần thiết cho hành trình trưởng thành của bản thân. Bao nhiêu bày vẽ, bay nhảy, tô điểm, thêm thắt đều chỉ làm mất thời gian trước cái gọi là nội dung Phật pháp ấy.

(Nguồn: luylau.com)

Ảnh: Chơn Quán

Có người không hiểu Phật, than Phật giáo tiêu cực, nói toàn chuyện không vui. Từ đó Tăng ni chỉ được nhớ tới trong những ngày buồn như đám tang, cúng thất, cầu an cho người sắp đi. Rồi thì người ta còn đi xa hơn, xuống thấp hơn một tí, là khi nói đến Tăng ni là họ tưởng ngay đến những người mất sạch, một cọng tóc cũng không có. Thậm chí họ cho mình cái quyền châm chọc khiếm nhã khi nhìn thấy Tăng ni đâu đó. Một chuyện mà có uổng mặt gấu họ cũng không dám làm đối với những người thể tục cạo trọc.

Có người không hiểu Phật, bảo Phật giáo Nguyên thủy là cục bộ, cũ kỹ, đóng khung, thiếu năng động. Rồi thì tự cho mình sứ mệnh làm mới mọi thứ. Có những cái MỚI đáng xem là tối tân hiện đại, nhưng cũng có những cái MỚI chỉ là thứ sản phẩm nửa chim nửa chuột, vừa đủ tạo ra một loài dơi.

Có người không hiểu Phật, đọc đâu đó về cái gọi là thời Mạt Pháp rồi thì nỗ lực làm cái việc mà họ gọi là bảo vệ chánh pháp bằng tất cả phương cách thế tục nhất. Nói như ai đó, Phật giáo cần được hiểu đúng chứ không cần đến một vành đai sắt tự vệ. Chánh pháp là những gì rất thật, như nắng gió, mưa sương, luôn cần được thấu đáo chứ không cần ai bảo vệ theo cách làm rào đui gà. Hiểu được thiên nhiên cũng là bảo vệ thiên nhiên. Không bị ngộ nhận thì Phật pháp tự đứng hưng phát. Lo ngọn quen gốc là một chuyện đáng buồn cho nhiều người hôm nay.

Có người không hiểu Phật, trách Phật pháp không có những phát minh khoa học, trách Phật im lặng về những vấn đề nóng bỏng mà khoa học hiện đại đang cố tìm hiểu. Gì mà quanh năm bốn mùa cứ Lục Căn, Tam Độc, Tam Học, Tứ Đế. Chán chết được!

Có người không hiểu Phật, cho rằng thiếu

# BÀY CÁCH BỐ THÍ

(*Câu Chuyện Dưới Cờ* — bài viết hàng tuần của GDPT  
do Nhóm Áo Lam thực hiện)



Thưa Anh Chị Em Huynh Trưởng bốn phương,

Lâu nay chúng ta quen dạy các em (ngành Thiếu) về bố thí có 3: Tài thí, Pháp thí và Vô úy thí. Thật ra có tới 7 cách bố thí đó là: Nhan thí, Ngôn thí, Tâm thí, Nhãn thí, Thân thí, Tọa thí, Phòng thí. Chúng ta cùng nhau ôn tập lại nha.

**Nhan thí**, là bố thí / cho / tặng ai một nụ cười, một nét mặt vui vẻ, hân hoan làm cho người nhận cũng thấy an tâm, vui theo cái vui của người đối diện.

**Ngôn thí**, là nói với ai những lời ái ngữ, dễ thương, dịu dàng, để an ủi khích lệ họ, để nâng cao lòng tự tin cần phải có của họ. Người có khả năng thực hành “ngôn thí” là người không nói dối, không nói hai lưỡi, không nói độc ác, không nói lời dư thừa, mà chỉ nói những lời lợi ích cho người nói lẫn người nghe.

**Nhãn thí**, là bố thí ánh mắt thẳng thắn, hiền từ làm cho đối phương cảm nhận được một tình thương đi vào tâm, làm tươi mát tâm; xin nhắc lại “Từ nhãn thị chúng sanh” [mắt từ nhìn chúng sanh] là một trong những công hạnh của đức Quán Thế Âm

**Tâm thí**, là đem cho người ta sự hiểu biết thương yêu, cho cái tâm hòa ái hiền lành, làm cho tâm người ta trở nên tươi mát, tràn đầy lòng biết ơn, dẹp bỏ giận hờn, thù oán...

**Thân thí**, đây là những sự bố thí do thân thực hiện, đó là: Tài thí, Pháp Thí, Vô úy thí. Tài thí là bố thí tiền bạc, thức ăn, áo quần... của cái vật chất. Pháp thí là giảng Phật Pháp, đạo lý, điều hay lẽ phải cho người ta nghe để người ta có

thể tự chuyển hóa từ tối ra sáng, từ phiền não ra an lạc; Vô úy thí là đem lại lòng tin cho người ta, đem lại sự không sợ hãi, đây cũng là một công hạnh của đức Quán Thế Âm.

**Toạ thí**, là nhường chỗ cho một người già, người khuyết tật, người bệnh... ở những nơi công cộng hay trên xe đò / giảng đường, đó cũng là một cách bố thí.

**Phòng thí**, là bố thí lòng bao dung, dễ tha thứ, dễ bỏ qua những khuyết điểm, lỗi lầm của người khác, rộng lượng, bao dung, không khắt khe, không buộc tội...

Về bố thí, có câu chuyện kể: Một hôm vua Ba Tư Nặc hỏi đức Phật rằng “Bạch Thế Tôn, trong thế gian này có ai bố thí / cúng dường Phật và Tăng đoàn nhiều bằng con hay hơn con không?” Đức Phật đáp: “Có” làm mọi người ngạc nhiên vô cùng. Vua Ba Tư Nặc bạch Phật: “Người đó là ai vậy bạch Thế Tôn, họ đã bố thí cúng dường như thế nào mà Thế tôn cho rằng hơn con? Xin ngài cho con biết để con học hỏi.” Đức Phật nói: “Đó là chàng thanh niên ở xóm nghèo dưới kia, có

lần ta đi khất thực ngang qua, anh ta đã đem chén cơm để dành ăn buổi trưa ra cúng dường. Một lần khác, nghe tin sắp cất tinh xá cho chư Tăng trú ngụ, anh ta giở một nửa cái nhà đang ở đem tới cúng dường. Đại vương! Ngài đã cúng dường chư Tăng rất nhiều lương thực, y áo, tọa cụ, y dược, v.v... nhưng đã bao giờ ngài cúng dường đến phải bị đói chưa? Đã có lần nào trong đời, ngài nhịn ăn để cúng dường chưa? Đã bao giờ ngài cúng dường cho ai một nửa giang sơn của ngài chưa? Thế cho nên ta nói chàng thanh niên kia đã cúng dường Như Lai và Tăng đoàn nhiều hơn Đại vương là vậy.”

Thưa Anh Chị Em Huynh trưởng,

Bài học về bố thí thật đáng cho ACE chúng ta quán chiếu, suy gẫm... Bố thí cúng dường không phải chỉ dành riêng cho người giàu, mà cốt ở tấm lòng. Có khi chỉ cần một nụ cười, một câu nói, một lời khuyên... mà giá trị hơn ngàn vàng...

Thân kính chúc Anh Chị Em thân tâm thương lạc.

Trân trọng,  
**BBT**







# BỔN TÂM VÔ LƯỢNG

(Phật Pháp Thứ Năm — bài viết hàng tuần của GDPT  
do Nhóm Áo Lam thực hiện)

Thưa Anh Chị Em Áo Lam,  
Chúng ta đã biết rằng con người là một chúng sanh kỳ diệu hơn bất cứ loại chúng sanh nào, bởi vì con người, bằng chính năng lực của mình, có thể trở nên một vị Thánh cao thượng nhất hay một kẻ sát nhân, tồi tệ nhất trần gian.

Những yếu tố nào, những đức tính nào đã dự phần chuyển đổi con người từ phạm phu trở nên một vị Thánh? — Xin thưa, đó là 4 Tâm Vô lượng: Từ, Bi, Hỷ và Xả.

Chúng ta cũng đã biết đức Bồ Tát Quán Thế Âm tượng trưng cho Hạnh Từ Bi và đức Phật Di Lặc tượng trưng cho hạnh Hỷ Xả. Từ Bi đã được nói đến nhiều rồi; hôm nay chúng ta hãy nói qua về đức Phật Di Lặc và tượng Phật Di Lặc với 2 đức tính Hỷ và Xả.

Như chúng ta đều biết, hóa thân của Đức Phật Di Lặc qua Hòa thượng Bồ Đai (Happy Buddha), được Phật tử kính ngưỡng tạc tượng Ngài phương phi, hồng hào, mạnh

khỏe, mệnh luôn cười toe dù chung quanh ngài có 5 đứa bé không ngừng quấy phá: đứa thì móc mắt, đứa thì móc mũi, đứa thì ngoáy tai, đứa leo lên mình, v.v... Nếu là người thường thì đã la lối, đánh đuổi bầy con nít phá phách đi xa từ lâu rồi... Nhưng có 2 ý nghĩa để chúng ta hiểu về tượng hóa thân Phật Di Lặc:

Thứ nhất, 5 đứa bé là tượng trưng cho 5 giác quan (Mắt, Tai, Mũi, Lưỡi, Thân) đáng lẽ có 6 mới đúng (có Ý nữa — nhưng Ý là vô hình chứ không phải cụ thể như mắt, tai, mũi, lưỡi, v.v... nên chỉ tạc 5 đứa bé chứ không phải 6 vì đứa bé tượng trưng cho Ý không thể thấy được—thường gọi là Lục Tặc). Lục Tặc là 6 tên giặc làm chướng ngại đường tu. Ở đây, tại sao 6 giác quan lại gọi là lục tặc? Muốn hiểu rõ, chúng ta hãy nhớ lại lời Đức Phật đã dạy đệ tử của ngài: “Mắt là biển lớn mà người phải vượt qua.” Tại

sao? — Xin thưa: Mắt giúp ta nhìn sắc, nghĩa là những loại vật chất, như con người, cây cối, vàng bạc, châu báu, v.v... Từ cái thấy, lòng tham nổi dậy, ham muốn thúc đẩy con người làm việc bất thiện. Trong lịch sử nhân loại đâu thiếu những ví dụ: 2 người bạn thân đi kiếm vàng, khi đứng trước mỏ vàng, tâm trí mờ tối, chỉ muốn làm sao để giành cho được kho báu về phần mình không còn tình bạn gì nữa, có khi đi đến thanh toán nhau để chiếm đoạt mỏ vàng... Nếu mắt nhìn thấy mà tâm không khởi lên sự tham đắm thì đâu có gì xảy ra, nói theo ngôn ngữ Phật Pháp, nếu cái thấy của MẮT chỉ là cái THẤY thuần túy, thì tội lỗi không bao giờ phát sinh. Nhưng cái thấy lại đi liền với phân biệt: Thấy cái này đẹp, cái kia xấu, người này hay người kia dở, v.v... Thế là thị phi xuất hiện và phiền não kéo tới! Tương tự, tai nghe âm thanh, nếu cái NGHE chỉ thuần túy là cái nghe, thì mọi việc đều trôi chảy tự nhiên, nhưng thói thường nghe khen thì vui, nghe chê thì buồn, nghe hợp ý mình thì khen, nghe trái ý mình thì chê v.v... Thế là cố chấp, thành kiến xuất hiện, thuận nghịch xảy ra, tranh chấp kéo tới, làm sao mà có an lạc được? Đức Phật Di Lặc thì an nhiên tự tại trước những điều mắt THẤY, tai NGHE; ngài không thích cũng không ghét, không lấy, không bỏ, không chê, không khen, vì Tâm ngài thanh tịnh, cái thấy cái nghe thuần túy chỉ là thấy và nghe nên Tâm không động.

Thiền có câu:

“Đối cảnh không tâm khởi  
hỏi Thiền”

có nghĩa là: khi 6 Căn



(mắt, tai, mũi, lưỡi...) tiếp xúc với 6 Trần (Sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) mà không khởi tâm phân biệt thì đó chính là Thiền.

Thứ hai, Đức Phật Di Lặc là biểu tượng của đức Hỷ Xả; HỖ (Muditā) và XẢ (Upekkhā). HỖ không phải là trạng thái vui vẻ, thoả mãn, sung sướng, hạnh phúc, hay vui với một người nào. HỖ đây là tâm vui thích hoan hỷ trước hạnh phúc của người khác, trước danh dự dành cho người khác, trước sự thành công của người khác v.v... Vì vậy, lòng ganh tị, đố kỵ là "kẻ thù trực tiếp" của tâm Hỷ; nói cách khác, HỖ là niềm vui làm tiêu tan lòng ganh tị. XẢ là tâm vô tư, nhận xét đúng đắn, không yêu thích, không ghét bỏ, không ham muốn, không bất mãn, không tham cũng không sân. Người có tâm Xả không phải lạnh lùng bất cần đời, mà là luôn giữ tâm bình thản không dao động trước mọi thăng trầm, được mất, hơn thua, thành bại v.v... trong cuộc đời. "Kẻ thù trực tiếp" của tâm Xả là luyến ái (rāga).

Học theo hạnh Hỷ Xả của đức Phật Di Lặc, anh chị em chúng ta luôn giữ Tâm vô tư bình đẳng trước mọi biến chuyển của cuộc đời, không sẵn đón, dính mắc, cũng không xa lánh, dứt bỏ... Chúng ta hãy cùng nhau thể hiện tinh thần Hỷ Xả bằng cách:

### **SỐNG HÒA THUẬN TIN YÊU VUI VẺ VỚI THA NHÂN!**

Trân trọng,  
**Nhóm Áo Lam**



## **Nghìn Năm Lăn Quấn**

*Kể từ vào chốn tử sinh,  
Tám thân tứ đại vô minh phủ đầy,  
Nẻo về hun hút chân mây,  
Nghìn năm lăn quấn cõi này trăm luân,  
Ta bà vạn ngã mệnh mông,  
Xa xa bến giác buồn trông ngậm ngùi.*

## **Hư Ảo**

*Thuyền trôi một chiếc cuối sông,  
Người đi áo mỏng chiều đông lạnh lùng.  
Mây sầu giăng mắc không trung,  
Mơ xa hư ảo một vùng nước trôi.*

## **Từ Đi**

*Từ đi giữa chốn phàm trần,  
Chiều nghiêng bóng đỏ theo chân người về.  
Khom lưng nhật hạt bò đê,  
Hỏi tâm mới thấy tỉnh mê kiếp người.*

## **Xác Thân Rời Cũng Xa**

*Người qua rồi một thuở,  
Ta mất đi hình hài  
Cõi lòng ta tan vỡ  
Đêm buồn giữa trần ai.*

*Từ khi ta thấy có,  
là không đang đợi chờ  
Vốn chẳng dừng lại đó,  
Nên đời mãi ước mơ.*

*Thời gian thì vẫn thế,  
Chỉ có ta thấy già,  
Đêm buồn ngồi kể lể,  
Một mình ta với ta...*

*Lửa tàn theo điệu thuốc,  
Khói buồn chẳng bay xa,  
Có không rời cũng vậy,  
Nghĩ chi cho mau già.*

*Lời xưa thầy đã dạy  
Đây là cõi ta bà,  
Hơn thua gì cho mệt,  
Xác thân rời cũng xa...*



*thơ*

**NGUYỄN  
THANH  
HUY**

## CẢNH SÀU ĐÔNG NẤY LỘC ĐÊM XUÂN

Tọa thiền, quán chiếu  
Dưới cội sâu đông  
“Tôi, con chó nhỏ,  
Có Phật tánh không?”

Sầu đông trụi lá,  
Suốt mùa thu qua  
Lặng thinh hứng chịu  
Gió tuyết mưa sa.

Lìa cây, lá hát  
Chuyển hóa thiên ca  
Lá bồi thêm đất  
Cây lại trở hoa.

Giọt sương vừa đọng  
Long lanh trắng ngà  
Dâu biết giây phút  
Nắng rơi, sương nhòa!

Đóa quỳnh hương nở  
Trà thơm gọi mời  
Nao nao trắng khuyết  
Bên thềm, hoa rơi!

Tuần hoàn vạn hữu  
Thanh thân đến, đi  
Bước nào hội ngộ  
Bước nào phân ly

Tôi, con chó nhỏ  
Tôi thấy, tôi nghe  
Tôi nhận, tôi biết  
Chẳng vương bận chi!



Cái thấy, cái biết  
Tự tánh thường hằng  
Người có, tôi có  
Không giảm, không tăng

Chuông khuya Bát Nhã  
Mở rộng cửa Không  
Hoa-tâm tôi nở  
Thơm cảnh sâu đông

Mùa xuân chợ giải  
Công án Triệu Châu  
“Người cùng vạn hữu  
Phật tánh như nhau”

Thuyền nan bước xuống  
Qua bờ,  
Trước,  
Sau.

(Tào Khê tịnh thất, đón nụ mai đầu)

thơ HUỆ TRÂN

# Truyện ngắn trăm chữ

STEVEN N.



## CHỈ MANG THEO NGHIỆP

Thầy từ bi, tha thiết sách tấn:

- Các con ăn ở cho phải đạo, đời vô thường lắm, một mai đi là bỏ lại hết chỉ mang theo nghiệp thiện-ác thôi!

Trong chúng có người thắc mắc:

- Một khi cách ăm thì quên hết, cứ sao cái nghiệp nó lại còn?

Thầy bèn dụ:

- Có anh nông phu cùng anh bác sĩ qua sông, chẳng may tàu chìm, cả hai sống sót dạt vào bờ nhưng tài sản mất hết. Để mưu sinh kẻ thì trồng trọt, người lại chữa bệnh...

Thầy chưa dứt lời thì tiếng vỗ tay vang như pháo nổ.

## CỐI TA BÀ

Họ lấy nhau đã lâu, không biết nhờn duyên thế nào mà cứ cứ cãi hoài mà chẳng thể bỏ nhau. Một hôm người vợ đọc sách có gì đó hợp tâm cảnh bèn thán lên:

- Cối này khổ nhiều sướng ít, kham nhẫn chịu đựng thật không ngoa là cối Ta-Bà.

Người chồng hóm hỉnh:

- Đúng là cối Ta-Bà thật! Ta với bà chịu đựng nhau từng ấy năm rồi.

Cả hai cùng cười cảm khái gì đâu!

## NHĂM NHÒ GÌ

Dân nghèo quá đã vậy thiên tai, nhân tai hoành hành dữ dội. Gần xa gửi viện trợ giúp đỡ. Ấy vậy mà bị quan lại xà xẻo hết, đến tay dân chẳng là bao. Truyền thông đưa tin,

khắp nơi phần nộ:

- Thật là vô lương tâm! Chút quà cho người bất hạnh vậy mà cũng ăn được!

Dân chúng mỉa mai:

- Nhăm nhò gì! Vàng, bạc, xi măng, sắt thép... mấy ống còn ăn được nữa kia!

## TƯỚNG QUÂN

Giặc đã nhập quan vậy mà triều đình vẫn thờ ơ và có ý thần phục. Dân quân thỉnh cầu ngài. Ngài ở thế kẹt tiến thoái lưỡng nan nên suy nghĩ lung lắm. Sau đêm trắng ngài tuyển bổ:

- Quốc quý triều đình khinh.

Triều đình kết án phản loạn và cắt chức. Lập tức dân chúng bày hương án, treo phan tế sống và phong ngài:

- Hộ quốc đại tướng quân.

## KÝ KẾT

Cuối năm rồi táo thần khắp nơi về thiên đình báo cáo với Ngọc Hoàng. Các quốc độ khác cũng bình an riêng táo cối Sa-Bà thì có nhiều điểm mới:

- Người cối này càng ngày tham -sân quá nặng. Họ tàn sát nhau, khai phá đến độ hủy môi trường sống của muôn loài, khí hậu biến đổi may mà cũng đã thức tỉnh. Họ kéo về Ba-Lê phó hội và ký kết bảo vệ thiên nhiên.

Các táo vỗ tay rào rào vậy mà Ngọc Hoàng vẫn trầm ngâm, hồi lâu ngài nói:

- Ta biết rõ những kẻ tham tàn, giết chúng cũng kỹ nhưng chẳng chịu làm.

## KHÔNG BIẾT HƯỜNG

Ngày Valentine hai vợ chồng đi ăn tiệm. Có cô gái đến mời mua hoa, anh mua hoa vừa tặng vợ vừa có ý giúp cô gái nghèo. Người vợ gắt:

- Vẽ chuyện! Mua chi cho mắc, nhiều tiền đó ra chợ mua cả tá.

Sau khi vợ nói thế, anh thấy trong ánh mắt cô gái đó lạ lắm nhưng không tiện hỏi. Tuần sau đi ăn với bạn anh gặp lại cô gái nọ, anh hỏi:

- Hôm trước anh thấy ánh mắt em có gì đó lạ lắm!

Cô gái thưa:

- Em bán hoa bao năm nay, mong có ai tặng một cành hoa mà chẳng thấy. Vợ anh chỉ vì mấy đồng bạc mà không biết hưởng vị ngọt cuộc đời!

## KHÔNG CHẮC AI TRƯỚC

Bao tử đau đón than vãn:

- Chắc tui sụi trước đó, ngày nào cậu chủ cũng tọng vào bao nhiêu là rượu, thịt!

Tim-mạch ì ạch khổ sở nói trong làn hơi:

- Không chắc ai trước đâu bạn! Thịt nhiều quá tui giờ nhiễm mỡ, cao máu... không chắc còn vận oxy lên não nổi!

Các khớp rệu rạo đồng thanh:

- Đạm dư quá, đang tàn phá anh em nhà khớp chúng tôi.

Đến đây cả bọn giật mình nghe cậu chủ và bạn bè:

- Vô trăm phần trăm, mừng mỗi mới!

Atlanta, Feb.2016

# SÁNG TẠO LÀ CON ĐƯỜNG THI SĨ

## TÂM NHIÊN



Thơ là gì? Thi ca là cái chi? Có người cắt cổ hỏi Bùi Giáng như vậy. Thi sĩ khề khà trả lời: *"Con chim thì ta biết nó bay, con cá thì ta biết nó lội, thằng thi sĩ thì ta biết nó làm thơ, nhưng thơ là gì, thì đó là điều ta không biết."* (1) Tuy nói thế, nhưng suốt bình sinh trong cuộc sống, thi sĩ chỉ dốc chí làm thơ và sống phiêu bồng, lãng tử như thơ mà thôi.

Đó là một cách trả lời mà không đáp ứng gì cả, giống như một tục khách đến hỏi thiền sư: *"Thiền là gì?"* Đáp: *"Hôm nay thời tiết chưa tốt lắm."* Trả lời mà chẳng giải thích, vì thiền sư biết căn cơ của khách tục chưa đủ chín muồi, dù có nói nhiều điều cao siêu đi chẳng nữa thì cũng không lãnh hội chi đâu. Tốt nhất là nên im lặng.

Im lặng để cho kẻ thắc mắc kia còn có cơ hội khám phá ra vẻ đẹp tuyệt trần chân thiên mỹ của thiền. Khi tự tỏ ngộ thì đương nhiên, họ không còn chạy đây đó tìm học, tham vấn vu vơ gì nữa. Từ đó, thơ và thiền tự nhiên hiển lộ, lung linh, kỳ ảo vô ngần trong phương lòng quang minh của chính họ rồi.

Lúc ấy sẽ bùng vỡ ra cái thấy tinh khôi, mới lạ và làm tiêu tan hết mọi mệt mỏi, chán chường, như thi hào Rainer Maria Rilke phát biểu: *"Nếu đời sống thường nhật trở nên nhạt nhẽo, nghèo nàn đối với anh thì anh đừng bao giờ quy trách nó. Anh hãy tự trách chính anh rằng, anh không đủ tâm hồn thi nhân để mà có thể gợi dậy trong lòng mình tất cả sự phong phú, miên man của đời sống thường nhật, vì đối với một con người sáng tạo, một thi sĩ thì chẳng có gì là nhạt nhẽo, nghèo nàn, chẳng có một nơi chốn nào là khô khan, lãnh đạm."* (2)

Đúng như vậy, với kẻ sáng tạo thì họ có khả năng làm sinh động lại những tiêu điều, hiu hắt, biết chuyển hóa nỗi đau buồn thành niềm hân hoan tối thượng. Bước đi trên con đường sáng tạo là bước đi vô sở trú, vô sở cầu, vô sở đắc, thi sĩ kẻ không cửa, không nhà, kẻ cô đơn sâu thẳm, tâm hồn dồn về nẻo chân lý, hướng về ngõ uyên nguyên, khơi mở mạch suối nguồn.

Cuộc lữ khởi sự băng qua những sa mạc, hư vô đời khô khốc, những địa ngục sục sôi, cháy đầy lửa bỏng, những hố thẳm âm u, mịt

mù tăm tối... Rồi cuộc lữ mở ra một con đường phong quang sáng tạo, ngút ngàn mây trắng với những phương trời bát ngát bao la, để cho thi sĩ chợt thấy mình không là chi cả: Không tên tuổi, không gia đình, không sự nghiệp, không địa vị, không trách nhiệm, không bổn phận, không mục đích, không chỗ trú cư trong thời gian và không gian.

Không chỗ trú vào bất cứ đâu, nên thanh thang vô sự theo cách điệu tiêu dao du ngoạn cái đang là luôn luôn mới lạ và mới lạ giữa như thị, như nhiên, phiêu bồng không chấp.

Âm thầm, tuyệt nhiên lặng lẽ, người thi sĩ thờ cùng thơ, sống cùng thơ, trọn vẹn, tuyệt đối thủy chung với nàng thơ bát ngát. Họ không bận tâm nhiều tới quần áo, ăn uống, ngủ nghỉ, chẳng thiết chi chuyện truyền giống, nối dõi tông đường hay bảo vệ đất nước, duy trì quốc gia, nhất là không thích làm giàu để hưởng thụ mà trái lại, ưa sống đạm bạc, thanh bần, đơn sơ, giản dị. Họ chỉ quan tâm tới sáng tạo và chân lý như đại văn hào Henry Miller tuyên bố một câu bất hủ: *"Từ chút ít sách vở tôi đã đọc, tôi nghiệm ra rằng, những người lặn lội sâu nhất trong cuộc đời, những người nhồi nặn cuộc đời, những người chính là cuộc đời đều ăn ít, ngủ ít, sở hữu ít hay không có gì cả. Họ không có bất kỳ một ảo tưởng nào về bổn phận, hoặc nối dõi tông đường hay duy trì quốc gia. Họ chỉ quan tâm tới chân lý và chân lý mà thôi. Họ chỉ chấp nhận một hình thức hoạt động là sáng tạo. Không một người nào có thể chỉ huy công việc họ, bởi vì họ tự nguyện cho tất cả. Họ cho không, bởi vì đó là cách duy nhất để cho."* (3)

Dĩ nhiên cái gọi là cho ấy của thiền sư, nghệ sĩ, thi nhân, không phải là của cải vật chất tầm thường mà là tinh túy, tinh hoa kết đọng thành tư tưởng vô hình, vô tướng. Chỉ những tâm hồn đồng điệu, đồng thanh tương ứng mới cảm được, mới thấy được giá trị vô lượng của tặng phẩm tinh thần thâm thúy đó, để diệu dụng cùng cung bậc đời thường, thanh thản tự do.

Cho nên đi vào cõi thơ là dẫn thân vào cõi mộng không lời, là phiêu lưu mạo hiểm xuống hố thẳm không đáy, là bay lên những phương

trời vô xứ cùng tuyệt thiên thanh. Đòi hỏi kẻ lữ hành độc đạo, phải buông xuống sạch sành sanh tất cả những thứ cặn bã của xã hội loài người như được mất, hơn thua, tốt xấu, giàu nghèo, danh lợi, khen chê, đúng sai, phải quấy... Bước nhảy trọng đại đó là bước nhảy chấp chùng sinh tử. Có vượt qua gập ghềnh sinh tử được hay không là còn tùy công phu hàm dưỡng của mỗi người.

Đường của thơ là không lộ, đầy cuồn phong, bão táp, đầy lao đao khổ lụy, đọa đày. Tuy bị đày đọa như thế nhưng vẫn có cái thi vị tuyệt vời, như thiển sư Tuệ Sỹ nhận định: *"Người làm thơ, cuộc đời bị đày ải truân chuyên, trong đó cũng có cái ảo diệu của vị chua, vị mặn. Suốt đời học Thiền, suốt đời vẫn đày đọa thân tâm, đày đọa trong cái Không và cái Tính. Đày đọa đó mà kỳ thực không là đày đọa. Cũng vậy, suốt đời làm thơ thì suốt đời khổ lụy lao đao, nhưng không là khổ lụy lao đao. Chỗ ảo diệu đó, chưa đạt đến cõi thượng thừa của thi ca, làm sao hiểu nổi?"* (4)

Cõi thượng thừa của thi ca ở đâu? Phải chăng, đó là công án mà mỗi thi nhân phải tự mình đốn ngộ, chứ đừng ngớ ngẩn chạy đôn chạy đáo thừa hỏi, tìm kiếm lung tung. Cứ nhập cuộc chơi, ném mình vào những phương trời gió loạn, cúi sâu xuống tận đáy lòng hun hút cô liêu, diệu vợi của mình, may ra sẽ bùng vỡ mặt nghĩa cái chân lý muôn đời.

Trên tinh thần phóng khoáng, tự do đó, người thi sĩ tự bao giờ vẫn nhất thiết kiên trì, vô cùng nhẫn nại. Bước đi lầm lũi khai phá, dốc chí bền gan sáng tạo và sáng tạo kỳ cùng, song hành cùng nàng thơ độc đáo, vô song, như triết gia, nhà thơ Phạm Công Thiện có lần tâm sự: *"Làm thơ là hố thẳm xoáy tròn vào cơn bão tố rùng rợn của thơ và chỉ nhìn thấy thơ trên trời, thơ ở dưới đất, thơ trong tim, thơ trong óc não, thơ trong mạch máu, thơ trong hơi thở, thơ trong đời sống, thơ trong cái chết, thơ trong hiện thể, thơ trong vô thể, thơ trong hư vô... Chỉ có thi sĩ mới sống tận bản thân mình, sống phóng tới đằng trước tất cả những khả tính sắp hiện của dân tộc mình."* (5)

Thi nhân là kẻ tiên tri thấu thị, một bậc siêu phàm hay một tên khùng điên rồ dại, gọi gì cũng được, họ chẳng bận tâm mà chỉ lao mình vào cuộc đại hòa điệu chơi với đủ mọi hình thức: Tình yêu, đau khổ, điên cuồng... như thi sĩ Rimbaud bộc bạch: *"Thi nhân tự biến mình thành tiên tri thấu thị bằng một sự hỗn loạn của tất cả mọi giác quan lâu dài, rộng lớn, phi thường và hợp lý. Tất cả mọi hình thức tình yêu, đau khổ, điên cuồng: Hấn tim kiếm chính hấn, hấn nuốt trọn mọi độc tố trong hấn để giữ lại tinh túy. Cục hình khôn tả, trong đó hấn cần tất cả sức mạnh siêu nhân, trong đó hấn trở*

*thành kẻ bệnh nhân vĩ đại, kẻ tội nhân vĩ đại, kẻ bị nghiền rủa vĩ đại và nhà bác học siêu phàm. Bởi vì hấn đi tới cái vị trí."* (3)

Cái vị trí mở ra những phương trời mây trắng bông bành, thênh thang bát ngát, tiêu dao lồng lộng trên cảnh giới bất khả tư nghì. Thi sĩ và thiển sư cùng lao đao và cùng tiêu sái trong cõi trầm mặc phiêu nhiên. Tuyệt thay là phong cách nhào lộn tồn sinh, rớt rảo tột độ của những tâm hồn kỳ dị đã nếm được hương vị vô cực, vô vi: *"Thi sĩ rơi xuống cõi đời bơ vơ, bơ ngỡ và lạ lùng. Không có lấy một người hiểu mình... Tôi đã sống mãnh liệt và đầy đủ. Sống bằng tim, bằng phổi, bằng máu, bằng lệ, bằng hồn. Tôi đã phát triển hết cả cảm giác của tình yêu. Tôi đã vui buồn, sướng khổ, giận hờn đến gần đứt sự sống."* (5)

Thi sĩ Hàn Mặc Tử đã nói như thế và Phạm Công Thiện diễn giải: *"Khi nào mình "đến gần đứt sự sống" rồi thì mới biết Thơ là cái gì, mới biết làm thơ, mới biết đọc thơ. Khi mình chưa "đến gần đứt sự sống" thì không được quyền nói bất cứ điều gì về Thơ, về Thi Ca, về Thi Sĩ, về Thi Nhân..."* (5)

Phải chăng, đó là một thái độ vô cùng cẩn trọng đối với Thơ, được phát biểu bởi một thiên tài kỳ tuyệt? Trong khi bây giờ, có một số người thiển cận tỏ ra xem nhẹ,

rẻ rúng, xuyên tạc thi ca truyền thống ngàn đời của dân tộc. Chúng tổ chức thành hội này, nhóm nọ, cố tình phá hoại nền văn nghệ đích thực, băng đủ mọi hành vi đen tối, rồi còn ra mặt hỗn láo, vô lễ, sùng sộ với tổ tiên, tiền bối, lôi cả thi hào Nguyễn Du ra bôi bác, lại dám cả gan sửa đổi hàng ngàn từ ngữ trong kiệt tác Truyện Kiều nữa chứ! Hỡi ôi! Cái bọn hồ đồ ấy còn lên giọng chê bai, chửi bới, đã kích, khinh thường những thi sĩ, những người làm thơ, coi thơ như một thứ gì vô bổ, vô ích, vô nghĩa, đáng ném vào sọt rác, vị lạc điệu giữa cuộc sống thực tế đầy xô bồ, hỗn độn, gần như máy móc, vô cảm hôm nay.

Vậy đó mà Phạm Công Thiện vẫn mặc kệ, vẫn trọn lòng tin cậy vào sự huyền nhiệm của thi ca và kiên nhẫn, kiên nhẫn ba la mật, khuyến khích chúng ta một cách đọc thơ như trì tụng kinh điển, để tự thâm nhập sâu xa cái thâm mật ở chính trong hồn sâu thẳm của mình: *"Đọc thơ cũng giống như đọc kinh. Phải thọ, trì, đọc, tụng, Đọc không phải để hiểu mà để biết. Biết cái thâm mật của một giây phút thoáng qua nhanh chóng hơn ánh sáng và biết cái thâm mật của tam thiên đại thiên thể giới, của vô số hằng hà tít tít thiên hà trong lòng ta và ngoài kia không gian phiêu dật..."* (5)

Không những thế, Phạm Công Thiện còn hồn nhiên tụng ca Thơ, tán thán Thi Ca bằng một niềm tin tưởng tuyệt đối: *"Nói đến Thơ*



PHẠM CÔNG THIÊN  
(1941—2011)

không khác gì nói đến Thượng đế. Phê bình Thơ là làm việc phạm thánh, là "blaspheme." Những thi sĩ không phải là loài người, họ là những thiên thần, những thánh hoặc những quý ma. Nếu ta không chấp nhận họ được thì thôi, ta không được quyền có thái độ của học giả hay giáo sư hoặc nhà phê bình. Phải giết hết những kẻ phê bình để cho Keats sống, để cho Chatterton đừng chết lúc mới 18 tuổi xuân xanh!

Anh không thể cảm thơ người ta thì hãy im lặng, còn nếu cảm được thì anh hãy tha thiết ca ngợi, đừng e dè, giữ gìn gì cả. Không nên có những nhà phê bình thơ mà chỉ nên có những kẻ ca tụng thơ. Thơ là của riêng từng người, không có ai làm thầy ai cả." (6)

Giữa thời buổi nhiễu nhương, văn chương, văn nghệ hầu như không còn giá trị gì nữa mà vẫn còn người yêu thi ca như vậy, quả thật là hy hữu phải không? Buồn quá! Sa mạc, hư vô đang lan dần trên đất mẹ, quê hương, trên khắp cả quả địa cầu hoang vu này rồi, bọn quý dữ, ác ma đã xuất hiện rầm rộ, chúng giết người hàng loạt, dùng mọi thủ đoạn, lừa đảo, ám sát, khủng bố, đầu độc không trừ một thứ chi hết. Toàn bộ nền văn minh nhân loại của thế kỷ XXI đang gieo rắc sự chết, tiền bộ gieo sự chết, khoa học gieo sự chết, tôn giáo gieo sự chết, chủ nghĩa gieo sự chết, xã hội gieo sự chết, chính trị gieo sự chết, kinh tế gieo sự chết, văn hóa gieo sự chết, giáo dục gieo sự chết...

Hầu hết loài người trong thời hiện đại đều đang quay cuồng trong cơn túy sinh mộng tử, điên rồ cố giành giật đất đai, lãnh thổ, cỡ mở rộng, bành trướng tôn giáo, cổ truyền truyền chủ nghĩa, đảng phái, học thuyết và tất nhiên là xung đột quyết liệt. Họ cố tàn sát đẫm máu lẫn nhau, bằng đủ mọi âm mưu thâm hiểm, độc ác, tinh vi như lời thơ tiên tri của Nguyễn Du, bậc đại thi hào dân tộc:

*Mặt ngoài thơ thốt nói cười*

*Mà trong nham hiểm giết người không dao*

Chao ơi! Sống trong thời buổi điêu linh như vậy, một cõi nhân gian bi đát, tan hoang như thế, hỏi sao người thi sĩ không cảm thấy lạc lõng, bơ vơ cho được? Họ vô lượng thương cảm, xót xa, đành rời quê nhà, bỏ xứ sở, làm kẻ lang thang tuyệt mù viễn xứ như Phạm Công Thiện, muốn điên cuồng kỳ dị như Bùi Giáng, hay tuyệt nhiên im lặng, mặc như lồi như Tuệ Sỹ và cuối cùng, chỉ còn biết âm thầm sáng tạo, lặng lẽ làm thơ như muốn thắp lên một ngọn lửa tình yêu diệu huyền, xanh biếc thiết tha trên sa mạc khô cằn của nhân loại.

Nói như văn hào Hermann Heese: "Dù có bị đau đớn, quằn quại, tôi vẫn yêu thương trần gian điên dại này." (7) Cho nên thi nhân vẫn hạo nhiên chi khí, tự nguyện đi vào địa ngục trần gian, đốt bùng lên đuốc lửa tuệ quang, sáng ngời vô úy, thổi vào hồn tồn lưu một ngọn lửa tình thương yêu vô điều kiện và hòa âm thâm mật trên cung bậc thi ca.



**BÙI GIÁNG (1926—1998)**

Thi ca là suối nguồn bất tận, chảy hoài từ thiên vạn cổ đến nay, như nhà thơ Saint John Perse tỏ bày trong dịp nhận giải thưởng Nobel văn chương năm 1960: "Người thơ đã có trong con người ăn lông ở lỗ, người thơ vẫn sẽ có trong con người thời nguyên tử, vì người thơ là một phần tử bất khả phân của con người. Chính từ sự đòi hỏi của thơ, của tâm, làm phát sinh tôn giáo và nhờ duyên thơ mà tia lửa thiêng sống mãi trong khối đá người. Khi mọi thần thoại sụp đổ hết thì thơ là chỗ ẩn cuối cùng của cái tối linh." (8)

Tình yêu, tình thương là điệp khúc, là bản trường ca miên viễn, bất tuyệt của thơ mà sứ mệnh người thi sĩ sáng tạo phải giữ gìn, xiển dương, làm cho phục hồi, sống dậy mãnh liệt, ý lực bùng lên huy hoàng, sáng suốt, tuôn trào vô lượng vô biên. Hãy đốt hồn thơ thiêng liêng, cháy rực ngời ngọn lửa cảm xúc, rung động thiên thu, để nghe nhịp thở bồi hồi giữa bầu khí hậu thanh tân, phấn chấn, hân hoan yêu đời trong tiếng hát đại bi tâm. Tiếng hát đại tử, đại bi, đại hỷ, đại xả ấy mãi hoài ngân vọng trong lòng người từ muôn thuở đến muôn nơi, trên mặt đất trần gian vẫn còn thơ mộng này.

## Tâm Nhiên

(1) Bùi Giáng. Sa Mạc Trường Ca. An Tiêm xuất bản, Sài Gòn 1970

(2) Rainer Maria Rilke. Thư Gởi Người Thi Sĩ Trẻ Tuổi. Hoàng Thu Uyên dịch. An Tiêm xuất bản, Sài Gòn 1969

(3) Nguyễn Hữu Hiều. Con Đường Sáng Tạo. Hồng Hà xuất bản, Sài Gòn 1973

(4) Tuệ Sỹ. Tô Đông Pha Những Phương Trời Viễn Mộng. Ca Dao xuất bản, Sài Gòn 1973

(5) Phạm Công Thiện. Một Đêm Siêu Hình Với Hàn Mặc Tử. Trần Thi xuất bản, California 2006

(6) Phạm Công Thiện. Ý Thức Mới Trong Văn Nghệ Và Triết Học. An Tiêm xuất bản, Sài Gòn 1966.

(7) Hermann Hesse. Câu Chuyện Dòng Sông. Phùng Khánh dịch. An Tiêm xuất bản, Sài Gòn 1969

(8) Huyền Giác. Chứng Đạo Ca. Trúc Thiên dịch. Lá Bối xuất bản, Sài Gòn 1970.



**GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ - CANADA  
KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ VI**

*Tại Hilton Orange County / Costa Mesa, 3050 Bristol Street, Costa Mesa, CA. 92626, USA*

*Từ Thứ Năm 21 tháng 7 đến Chủ Nhật 24 tháng 7 năm 2016*

## **THƯ MỜI**

### **NAM MÔ BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT**

**Kính gửi: Quý Thiện Nam Tín Nữ Phật Tử và Đoàn Sinh Gia Đình Phật Tử,**

Được sự chỉ dạy của Chư Tôn Đức trong Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ và Canada, Ni Chúng chúng tôi nhận lãnh trách nhiệm tổ chức Khóa Tu Học Bắc Mỹ lần thứ VI. Chúng tôi vừa lo lắng, vừa hoan hỷ vì được sự khuyến khích, thăm hỏi và ủng hộ từ Chư Tôn Đức Tăng Ni và Quý Thiện Nam Tín Nữ trong mấy tháng qua. Với sự đồng tâm hiệp lực của Tăng Ni và Phật tử, chúng tôi tin rằng Khóa Tu Học Phật Pháp này rất cần thiết cho Phật tử tại gia và xuất gia. Sự tu học nói lên sức mạnh của cộng đồng Phật Giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ và phát huy ánh sáng trí tuệ do pháp học và pháp hành song song. Trong niềm vui của giáo pháp, chúng tôi trong Ban Tổ Chức kính mời Quý Thiện Nam Tín Nữ và các anh chị em đoàn sinh gia đình Phật tử để dành thì giờ về tham dự khóa tu học.

**Thời gian:** Từ ngày Thứ Năm 21 đến ngày Chủ Nhật 24 tháng 7 năm 2016

**Địa điểm:** Khách Sạn HILTON ORANGE COUNTY / COSTA MESA,

3050 Bristol Street, Costa Mesa, CA. 92626. T: (714) 540-7000 / D: (714) 513-4993.

Nhận đơn ghi danh từ ngày 12 tháng 12, 2015 tới ngày 12 tháng 6, 2016.

Để trang trải chi phí phòng ở tại khách sạn và các thứ cần thiết cho khóa tu học, mỗi học viên hoan hỷ đóng \$300.00. Trong gia đình đi hai người trở lên, người thứ nhất \$300.00, mỗi người sau \$200.00. Trẻ em dưới 12 tuổi, đóng \$150.00.

Vui lòng tải xuống phiếu ghi danh tại blog <http://khoatubacmy.blogspot.com/> để điền và gửi cho chúng tôi đến một trong các địa điểm sau:

- Chùa An Lạc, 5249 E. 30<sup>th</sup> Street, Indianapolis, IN 46218 - (317) 545-1234
- Tu Viện Huyền Không, 14335 Story Road, San Jose, CA 95127 - (408) 824-5696
- Tu Viện Lam Viên, 1606 Roy Road, Pearland, TX 77581 - (832) 328-7825
- Chùa Quang Minh, 10660 Rosalie Dr., Northglenn, CO 80233 - (303) 350-7252
- Thiền Tịnh Đạo Tràng, 11502 Daniel Ave., Garden Grove, CA 92840 - (714) 266-4171

Thành tâm cầu chúc Quý Thiện nam Tín nữ Phật tử sức khoẻ dồi dào, thân tâm an lạc và hoan hỷ ghi danh tham dự khóa Tu Học.

TM. Ban Tổ Chức

Tỳ Kheo Ni Giới Châu

Tỳ kheo Ni Nguyễn Thiện

*\* Vui lòng ghé thăm blog <http://khoatubacmy.blogspot.com/> để biết chi tiết về khóa tu.*





**GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ - CANADA  
KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ VI**

*Tại Hilton Orange County / Costa Mesa, 3050 Bristol Street, Costa Mesa, CA. 92626, USA*

*Từ Thứ Năm 21 tháng 7 đến Chủ Nhật 24 tháng 7 năm 2016*

**PHIẾU GHI DANH**

*(dành cho quý vị Phật Tử)*

Địa chỉ: \_\_\_\_\_ Thành Phố: \_\_\_\_\_  
 Tiểu bang: \_\_\_\_\_ Zip Code: \_\_\_\_\_ Quốc gia: \_\_\_\_\_  
 Email: \_\_\_\_\_  
 Home Phone: \_\_\_\_\_ Cell Phone: \_\_\_\_\_  
 Liên lạc trong trường hợp khẩn cấp: \_\_\_\_\_ Điện thoại: \_\_\_\_\_

**DANH SÁCH NHỮNG NGƯỜI GHI DANH**

STT	HỌ VÀ TÊN	PHÁP DANH	NAM/NỮ	TUỔI	LỆ PHÍ
1					
2					
3					
4					
5					
<b>TỔNG CỘNG</b>					

*\* Lệ phí Khách sạn trong suốt khóa tu; người thứ nhất \$300, những người kế tiếp trong gia đình \$200, trẻ em dưới 12 tuổi \$150. | Chi phiếu xin ghi: **KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ.***

**\*Phương tiện đi chuyên:**

- Tự túc

- Đưa đón tại sân bay (miễn phí):  Los Angeles - LAX (cách vị trí Khóa tu 50 phút xe ô tô)

John Wayne - SNA (cách vị trí Khóa tu 10 phút xe ô tô)

▪ Ngày giờ đến: \_\_\_\_\_ Chuyến bay: \_\_\_\_\_ Hãng bay: \_\_\_\_\_

▪ Ngày giờ đi: \_\_\_\_\_ Chuyến bay: \_\_\_\_\_ Hãng bay: \_\_\_\_\_

**\*Check-out khách sạn:**  07:00 PM ngày Chủ Nhật (24/7/2016)  09:00 AM ngày Thứ Hai (25/7/2016)

....., ngày .....tháng ..... Năm 20...

**NGƯỜI ĐĂNG KÝ**

*(ký và ghi rõ họ tên)*

*\* Vui lòng gửi phiếu ghi danh này kèm chi phiếu về một trong các địa chỉ sau:*

- Chùa An Lạc, 5249 E. 30<sup>th</sup> Street, Indianapolis, IN 46218 - Tu viện Huyền Không, 14335 Story Rd, San Jose, CA 95127

- Tu viện Lam Viên, 1606 Roy Rd, Pearland, TX 77581 - Chùa Quang Minh, 10660 Rosalie Dr., Northglenn, CO 80233

- Thiên Tịnh Đạo Trang, 11502 Daniel Ave., Garden Grove, CA 92840

*\* Vui lòng ghé thăm blog <http://khoatubacmy.blogspot.com/> để biết chi tiết về khóa tu.*



**GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ - CANADA**  
**KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ VI**

Tại Hilton Orange County / Costa Mesa, 3050 Bristol Street, Costa Mesa, CA. 92626, USA

Từ Thứ Năm 21 tháng 7 đến Chủ Nhật 24 tháng 7 năm 2016

**PHIẾU GHI DANH**

(Dành cho quý vị Tăng Ni)

Đơn vị Chùa: \_\_\_\_\_  
Địa chỉ: \_\_\_\_\_ Thành Phố: \_\_\_\_\_  
Tiểu bang: \_\_\_\_\_ Zip Code: \_\_\_\_\_ Quốc gia: \_\_\_\_\_  
Email: \_\_\_\_\_  
Home Phone: \_\_\_\_\_ Cell Phone: \_\_\_\_\_  
Liên lạc trong trường hợp khẩn cấp: \_\_\_\_\_ Điện thoại: \_\_\_\_\_

**DANH SÁCH NHỮNG NGƯỜI GHI DANH**

STT	PHẨM VỊ	ĐẠO HIỆU	THẺ DANH
1			
2			
3			
4			
5			
6			

\* Phẩm vị bao gồm: Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức, Sư Bà, Ni Sư, Sư Cô, Thích Xoa, Sa Di và Sa Di Ni. Thẻ Danh là tên trên ID để check-in phòng khách sạn.

**\*Phương tiện đi chuyển:**

- Tự túc

- Đưa đón tại sân bay:

Los Angeles (cách vị trí Khóa tu 50 phút xe ô tô)

John Wayne (cách vị trí Khóa tu 10 phút xe ô tô)

▪ Ngày giờ đến: \_\_\_\_\_ Chuyến bay: \_\_\_\_\_ Hãng bay: \_\_\_\_\_

▪ Ngày giờ đi: \_\_\_\_\_ Chuyến bay: \_\_\_\_\_ Hãng bay: \_\_\_\_\_

\* **Check-out khách sạn:**  07:00 PM ngày Chủ Nhật (24/7/2016)  09:00 AM ngày Thứ Hai (25/7/2016)

....., ngày .....tháng ..... Năm 20...

**NGƯỜI ĐĂNG KÝ**

(ký và ghi rõ họ tên)

\* Vui lòng gửi phiếu ghi danh này về một trong các địa chỉ sau:

- Chùa An Lạc, 5249 E. 30<sup>th</sup> Street, Indianapolis, IN 46218

- Tu viện Lam Viên, 1606 Roy Rd, Pearland, TX 77581

- Thiên Tịnh Đạo Trang, 11502 Daniel Ave., Garden Grove, CA 92840

- Tu viện Huyền Không, 14335 Story Rd, San Jose, CA 95127

- Chùa Quang Minh, 10660 Rosalie Dr., Northglenn, CO 80233

\* Vui lòng ghé thăm blog <http://khoatubacmy.blogspot.com/> để biết chi tiết về khóa tu.



## Năm cũ, năm mới

HUYỀN KIM QUANG

Tôi nhớ lúc còn bé ở miền quê Việt Nam hể nghe nói đến Tết là lòng rộn ràng, nao nao mong cho mau tới. Cái đêm trừ tịch tôi không tài nào ngủ được, cứ chờ cho tới trời sáng để mặc áo mới và đi chơi. Trời tờ mờ sáng, người lớn lục đục thức dậy thì mình cũng thức theo, lẳng xẳng đủ thứ kiểm quần áo mới đóng vô. Trong xóm tôi ở, đám nhỏ đứa nào cũng mang cùng tâm trạng đó. Mà thiệt ra áo mới thì có gì đâu. Chỉ là một bộ pijamas mới mà mẹ may cho bằng vải thường, màu sọc hay ca rô, có 3 cái túi và một đôi dép nhựa. Vậy mà đã thấy bảnh, thấy sang trọng hết cỡ rồi. Sáng Mừng Một Tết mẹ cho mấy đồng bỏ túi rồi theo mẹ đi chùa, đi dạo trong xóm hay đi xe ngựa lên thị xã để xem người ta đánh bầu cua cá cạp, hay xem hô lô tô, hát bài chòi. Đi rong rong như vậy trong ba ngày Tết, cứ sáng đi tới chiều tối về, thì đã thấy vui và mãn nguyện.

Không biết con nít Việt Nam ở trong nước ngày nay còn có tâm trạng vui Tết như

vậy không. Chứ ở đây dường như con nít không có được không khí vui đùa và nao nức của con nít ở trong nước vào mấy ngày Tết âm lịch vào thưở bé thơ của tôi. Con nít Việt ở ngoại quốc chỉ vui mấy ngày lễ Nô En, hay Tết Tây, mà không khí và tâm trạng khác hẳn với cái vui ngày Tết Việt Nam ở quê nhà.

Hồi còn nhỏ tôi cứ thắc mắc mãi, tại sao Tết vui như thế mà lại nghe mấy người lớn nói chuyện với nhau thì than thở, rầu rầu đủ thứ. Thì ra càng lớn lên càng hiểu được tâm trạng của ông bà cha mẹ mình. Tết đến phải lo trăm thứ mà thứ nào cũng đòi có tiền. Dù nghèo cỡ nào cũng phải chạy tiền để lo mâm cơm cúng ông bà, lo quần áo, giày dép cho mấy đứa nhỏ, lo bánh mứt trà lá để cúng kiếng và tiếp đãi bà con họ hàng tới nhà. "Dầu nghèo cũng thế," mẹ tôi hay nói câu này mỗi khi Tết đến.

Mấy chục năm ở Mỹ, chưa một lần về ăn Tết ở quê nhà, nên không khí và hương vị ngày Tết truyền thống cũng

đã lần lần nhạt đi. Chỉ là nhạt thôi, chứ không phải mất hết. Ở đây mỗi khi Tết đến thì lòng cũng cảm nhận được điều gì đó nôn nao. Và khi đi ngang qua mấy khu chợ Việt trên đường Bolsa, Brookhurst tại Little Saigon nhìn những quày hàng hoa quả, bánh mứt và người mua sắm ra vô tận thì cũng thấy vui vui, có chút rộn ràng xao xuyến với ngày xuân đang tới, dù ở đây hiện là mùa đông!

Có điều, đối với tôi, cũng vào dịp Tết như vậy mà tâm trạng mỗi năm mỗi khác. Dường như càng lớn lên những cảm nghĩ về Tết của mình càng nghiêng về thân phận làm người, về thực trạng cuộc sống và xã hội chung quanh nhiều hơn là về những thú vui của ngày hội đón xuân sang qua hình thức bề ngoài. Phải chăng càng lớn lên, càng chung đụng và trải nghiệm với thực tế cuộc đời mà vốn dĩ gian truân, mất mát và khổ lụy nhiều hơn hạnh phúc, may mắn, và thành đạt đã làm cho mình suy nghĩ nhiều hơn ý nghĩa đích thực của kiếp

người! Phải chăng vì vậy mà càng lớn tuổi con người ta càng sống nặng về nội tâm, về tâm linh nhiều hơn, và như một hệ quả, càng cần đến niềm tin tôn giáo nhiều hơn!

Nói đến thực trạng khổ đau của cuộc đời thì ở đâu cũng có. Nhưng chỉ mới mấy ngày gần cuối năm nay thôi tôi đã chứng kiến hai sự việc làm mình suy nghĩ nhiều về ý nghĩa của cuộc đời trong không khí sắp Tết.

Tối hôm nọ, cũng khoảng 8 giờ, một bà cụ bước vào tòa soạn Việt Báo hỏi mua mấy số báo của mấy ngày trước. Vì cô tiếp khách ở bàn ngoài đã về, nên tôi ra để tiếp bà. Bà cụ đi lom khom với lưng còng kéo nửa phần trên thân hình quặp xuống. Bà cố gắng bước tới và ngược cổ nhìn tôi trong dáng vẻ rất khó khăn và đau đớn. Mà lạ, thân hình bà cụ thì gầy gò, lom khom, nhỏ bé thể kia, nhưng giọng bà thì sang sảng, vừa trong, vừa ấm, vừa rõ mồn một. Tôi lục đủ 4 số báo và mang đưa cho bà. Bà để xách tay lên chiếc ghế nhỏ, rồi lấy ví tiền ra, trong đó có túi nhỏ, trong túi nhỏ đựng tiền cất. Bà cầm túi tiền cất nhìn quanh kiếm chỗ cao hơn để đồ tiền ra. Vừa đi bà vừa giải thích, "Cái lưng của tôi bị chúng nó đánh gãy nên phải kiếm chỗ cao để đồ tiền ra mà đếm đưa cho cậu. Chứ đứng lom khom như thế này thì đau lắm." Tôi dẫn bà đến cái bàn bên trong văn phòng cao hơn. Vừa đồ tiền ra, bà vừa nói như phân bua, "Tôi lại quên mang theo tiền một đồng để trả cho cậu. Cảm phiền!" Tôi chỉ cười và phụ đếm tiền cất với bà cho đủ một đồng. Rồi chợt nhớ đến cái lưng khom của bà nên tôi hỏi ai đánh bà ra nông nỗi này. Bà kể, vài năm trước, có mấy tên cướp xông vào nhà không những lấy hết đồ đạc và tiền bạc mà còn đánh đập bà tới gãy xương sống, rồi chúng bỏ đi. Tôi hỏi bà ở với ai, con cháu bà đâu. Bà bảo, "Chúng nó bỏ tôi một mình sống chết mặc kệ!" Tôi không dám hỏi thêm nữa vì sợ đụng đến nỗi đau gia cảnh bất hạnh

của bà. Mua báo xong, bà đi mà quên lấy xách tay. Tôi nhắc. Bà cười, "Thấy chưa, tôi lại quên bằng nữa rồi. Cậu mà không nhắc thì tôi đi luôn thôi. Cái tật hay quên nên cứ mất đồ mãi." Lúc đưa bà ra ngoài tôi không thấy xe nên hỏi bà đi bằng gì. Bà chỉ chiếc xe đẩy cho người khuyết tật vừa có tay cầm cho vững, vừa có chỗ để đồ ở trước cửa tòa soạn. Bà cho biết ở cách đây xa lắm, phải đi xe buýt. Bà nói mỗi ngày phải đọc thật nhiều, đọc mấy tiếng đồng hồ, không đọc thì sống không nổi. Cho nên bà mới đi mua báo thường xuyên để đọc. Tôi đứng trông theo bà đi, lùm khum, chậm chạp dưới bầu trời đêm đông lạnh thấu xương.

Mấy hôm nay, trên lề đường nhỏ gần tòa soạn, có một người vô gia cư ở đó cả ngày lẫn đêm. Người đó đẩy theo một chiếc xe đẩy hàng của siêu thị với đủ thứ đồ đạc được đựng trong nhiều cái bao vừa chất, vừa treo lủng lẳng đầy cả xe. Ở một bên đường còn có tấm nệm cũ mềm màu xanh dương bỏ lăn bỏ lóc ra đó đã mấy ngày. Người đó, có vóc dáng đàn ông, trạc chừng chưa tới năm mươi, tóc tai dài phủ vai và bù xù rối bời, mặc bộ đồ màu đen lếch thếch, và dơ bẩn. Có hôm đi làm về khuya tám chín giờ tối tôi còn thấy ông đi tới đi lui thất tha thất thui trên lề đường. Trời thì lạnh căm căm, cả đêm phải nằm ngoài sương gió như thế thì làm sao chịu đựng nổi.

Trong khi bên ngoài kia, cách đó không xa, trên đường Bolsa ở khu chợ Tết trước Phước Lộc Thọ bao nhiêu người tấp nập đi mua sắm Tết tưng bừng, thì ở đây, ở một cái góc nhỏ của trần gian này cũng có những người thăm lặng gánh chịu nỗi đau khổ ngút ngàn của thân phận. Với bà cụ mua báo, với người vô gia cư, không biết họ có nghĩ đến cái Tết không, và nếu có thì cảm nghĩ của họ như thế nào! Nhưng theo lẽ thường thì nếu

có nghĩ tới Tết chắc họ cũng không cảm thấy có gì vui, bởi như cụ Nguyễn Du viết trong Truyện Kiều:

*"Cảnh nào cảnh chẳng đeo sầu,*

*Người buồn cảnh có vui đâu bao giờ."*

Thật ra trong tâm của người đàn ông vô gia cư và bà cụ kia có đau khổ không, hay họ không hề nghĩ cuộc sống của họ như thế là buồn phiền!

Cố lần ban đêm tôi ngừng xe lại đến gần người đàn ông vô gia cư để biểu cho ông ít tiền mua thức ăn. Lạ thật! Ông không lấy. Tôi hỏi sao ông không nhận tiền tôi biểu để mua thức ăn. Ông nói có đi chùa làm công quả và được cho ăn rồi. Tôi lại hỏi sao ông không đến những chỗ tạm trú của chính phủ dành cho người vô gia cư mà ở đây trời lạnh làm sao ngủ và dễ bệnh. Ông cười bảo là không sao và kêu tôi đừng lo cho ông, đi về đi, lái xe cẩn thận. Lần đầu tiên trong đời tôi nhìn thấy nụ cười của một người vô gia cư! Nói ông không khổ thì chắc là không đúng, vì với cảm thức của một người bình thường thì hoàn cảnh sống như thế không thể là điều mong ước. Nhưng sống trong tình cảnh như vậy mà còn nở được nụ cười là điều rất lạ. Nghĩ đến nụ cười của người đàn ông vô gia cư này bỗng nhiên tôi lại nhớ hai câu thơ của Thiền Sư Mãn Giác đời nhà Lý:

*"Mạc ví xuân tàn hoa lạc tận,*

*Đình tiền tạc dạ nhất chi mai."*

Chớ bảo xuân tàn hoa rụng hết,

Đêm qua sân trước một cành mai.

(Hòa Thượng Thích Thanh Từ dịch Việt)

Nhưng hai người đó không phải là những người Việt duy nhất chịu đựng nỗi khổ đau trong cuộc đời trước những ngày sắp hết năm cũ và bước qua năm mới. Rất nhiều người Việt trong và ngoài nước hiện đang đau khổ như thế hay nhiều hơn thế nữa. Chưa hết, còn hàng chục triệu người

trên Trái Đất này hiện đang gánh chịu vô vàn đau thương và thống khổ vì thiên tai, nhân họa, chiến tranh, thù hận, đói nghèo, và số phận hẩm hiu.

Trong những người đang vui vẻ đón Tết như tôi, chắc cũng không ít người mà trong đó có tôi có lẽ vui xuân là cách để quên đi năm cũ nhiều bất an, đau khổ và mong một năm mới bình an, vui vẻ hơn! Bởi vậy cho nên mới có tục lệ chúc nhau phát tài phát lộc, sống lâu trăm tuổi, hạnh phúc và vui vẻ cả năm. Mà chắc cũng vì vậy nên có nhiều cấm kỵ lạ đời, như ngày Tết không quét rác ra ngoài, không nói điều xui xẻo, ngay cả không dám tới nhà những người có thói quen kỹ lưỡng xông đất đầu năm.

Mong điều tốt đẹp đến trong năm mới là chuyện nên làm, vì ngay khi nghĩ tới điều tốt thì chính mình đã tự làm tốt mình, ít nhất bằng suy nghĩ trong tâm thức. Nhưng để điều tốt đẹp mà mình mong muốn thực sự xảy ra thì chắc chắn con người cũng phải biết làm, biết tạo điều kiện, tạo duyên cho những điều tốt đẹp ấy thành hiện thực. Điều đó đơn giản thôi, vì theo luật nhân quả, có tạo nhân thì mới có kết quả, không tạo nhân thì kết quả không đến. Muốn có quả tốt đẹp thì phải tạo nhân tốt đẹp. Giống như đức Phật nói trong Kinh Pháp Cú (Dhammapada):

"Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác. Nếu nói hoặc làm với tâm ô nhiễm, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo. Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác. Nếu nói hoặc làm với tâm thanh tịnh, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng theo hình." (Kinh Pháp Cú, Phẩm Song Yếu, bản dịch Việt của Cổ Hòa Thượng Thích Thiện Siêu)

Làm điều tốt đẹp không những cho mình mà còn cho tha nhân, cho xã hội nữa thì hoàn cảnh sống của mình mới thật sự tốt đẹp. Chẳng hạn, nếu chung quanh mình có nhiều người còn khổ đau, bất hạnh thì mình cũng không thể sống bình an và vui vẻ được. Vì vậy cá nhân cần góp phần vào việc xây dựng xã hội tốt đẹp, lành mạnh, phú cường để được sống an cư lạc nghiệp. Trong thế giới toàn cầu hóa ngày nay, nguyên tắc này đã được nhân loại cổ vũ thực hiện để cùng nhau sống hòa bình, an ổn và phú cường. Các nước giàu không thể tiếp tục làm giàu nếu phần còn lại của thế giới nghèo khổ, vì khi có nhiều người nghèo khổ thì mức tiêu thụ sẽ thấp khiến cho mức cầu giảm và mức cung sẽ ảnh hưởng theo. Cũng vậy, khi nạn khủng bố lan tràn khắp nơi thì cả thế giới trở nên bất ổn nghiêm trọng.



## GIỮA CÔI VÔ THƯỜNG

*Ta ngồi đó bên khung trời đỏ nát  
Nhìn mây trời vẫn vũ điệu "sắc - không"  
Chim mỗi cánh bay về nơi vô định  
Cây trơ xương ủ rũ giữa mùa Đông...*

*Ta ngồi đó giữa buồn - vui nối tiếp  
Giữa chập chùng hờn giận với chờ mong  
Giữa thương - ghét trăm năm đời mộng mị  
Giữa khổ đau - hạnh phúc đã bao lần...*

*Ta ngồi đó nhịp đời buông tiếng hát  
Khúc vô thường: thành, trụ, hoại, không  
Trăm năm sống - một lần qua cõi mộng  
Sao chân ta chưa thể bước thong dong?*

(North Carolina - Hoa Kỳ, January 2016)

*thơ* LÊ BÍCH SƠN

Ngày hết Tết đến nhìn thấy còn những người đau khổ chung quanh thì lòng mình không thể đứng đưng mà không nghĩ tới những phận người bất hạnh và cả ngày mai của mình nữa! Năm mới mong rằng nhiều người bớt khổ hơn.

**Huỳnh Kim Quang**

# MỘT TÔN GIÁO CHO SỰ TIẾN BỘ THỰC SỰ CỦA NHÂN LOẠI BẢN CHẤT, GIÁ TRỊ VÀ SỰ CHỌN LỰA NIỀM TIN TÔN GIÁO

Ven. K. Sri Dhammananda  
*Thích Tâm Quang dịch*

## CON NGƯỜI VÀ TÔN GIÁO

Con người là chúng sinh duy nhất trong thế giới này đã khám phá ra tôn giáo, biết thờ phụng và cầu nguyện.

Con người phát huy tôn giáo hầu toàn mãn lòng mong muốn biết đời sống bên trong chính mình và thế giới bên ngoài mình. Những nền tôn giáo sơ khai khởi nguyên thuyết vật linh, khiến con người sợ hãi về những cái họ không biết và mong xoa dịu những sức mạnh mà họ nghĩ rằng đang ẩn tàng trong các vật vô tri vô giác. Thời gian trôi qua, những tôn giáo này dần biến đổi theo môi trường địa lý, lịch sử, kinh tế xã hội, chính trị, và tinh thần hiện hữu trong thời gian ấy.

Nhiều tôn giáo trở thành có tổ chức và hưng thịnh cho đến ngày nay do các tín đồ hậu thuẫn mạnh mẽ. Nhiều người bị lôi cuốn vào các tôn giáo có tổ chức do hình thức long trọng và nghi lễ, trong khi một số người lại thích tu tập theo tôn giáo riêng của họ, trong thâm tâm sùng kính các vị đạo sư của họ và áp dụng nguyên tắc đạo đức trong đời sống hàng ngày. Vì sự quan trọng của việc tu tập, tôn giáo nào cũng tự cho là một cách sống chứ không phải chỉ thuần túy đức tin mà thôi. Nhìn lại nguồn gốc và con đường phát triển của nhiều tôn giáo đã trải qua, điều đáng ngạc nhiên là các tôn giáo của loài người đã khác biệt nhau về phương pháp giải quyết, về sự hiểu biết và giải thích của các tín đồ, về mục tiêu và phương cách đạt được, và về khái niệm thưởng phạt đối với những hành vi đã làm.

Trong phương diện giải quyết, các lỗi hành trì có thể căn cứ trên đức tin, lòng sợ hãi, sự lý luận và tính vô hại: Đức tin hình thành căn bản của nhiều cách thức tu tập được khai triển để con người khỏi bị sợ hãi và đáp ứng được những nhu cầu của họ. Một tôn giáo của những quyền năng thần thông, hay huyền bí thì khai thác lòng sợ hãi phát xuất từ vô minh và hứa khả các lợi lạc vật chất căn cứ vào tâm

tham ái. Một tôn giáo của sùng bái thì căn cứ trên cảm xúc và sợ hãi đối với siêu nhiên và do tin như vậy, có thể được trấn an bằng nghi thức và nghi lễ. Một tôn giáo của đức tin thì căn cứ trên lòng mong muốn đạt được sự tự tin khi phải đương đầu với đời sống và thân phận mong manh của con người.

Một số cách thức tu tập nảy nở do kết quả của sự phát triển kiến thức, kinh nghiệm và trí tuệ của con người. Phương pháp giải quyết hữu lý về tâm linh đã được áp dụng trong trường hợp này, kết hợp những nguyên tắc về giá trị con người và các định luật của thiên nhiên hay vũ trụ. Phương pháp này căn cứ vào tinh thần nhân đạo và tập trung vào sự trau dồi nhân phẩm. Một tôn giáo của luật nhân quả hay nghiệp báo căn cứ trên nguyên tắc tự lực cánh sinh và cho rằng cá nhân tự mình chịu trách nhiệm về hạnh phúc cũng như đau khổ và về sự giải thoát của chính mình. Một tôn giáo của trí tuệ căn cứ trên sự vận dụng lý trí và tìm hiểu đời sống cùng thực chất của những điều kiện thế gian qua kiến thức có tính cách phân tích.

Tính vô hại và thiện chí là những yếu tố thông thường hay thấy trong tôn giáo. Một tôn giáo của hòa bình căn cứ vào nguyên tắc không hại mình và hại người, các tín đồ phải trau dồi một đời sống hài hòa, phóng khoáng và an lạc. Một tôn giáo của thiện chí hay từ-ái căn cứ vào sự hy sinh và phục vụ cho lợi lạc và hạnh phúc của người khác.

Đạo giáo khác nhau theo khả năng hiểu biết của tín đồ và theo những sự giải thích của các chức sắc giảng dạy qua giáo lý và cách thức tu tập. Trong một số tôn giáo, giới chức có uy quyền ban hành luật lệ tôn giáo và tiêu chuẩn đạo đức, trong khi một số tôn giáo khác họ chỉ có thể khuyên giảng về nhu cầu và phương cách để hành theo các tiêu chuẩn ấy. Mỗi tôn giáo đều đưa ra những lý do về những khó khăn của con người, những bất bình đẳng

và phương cách đối trị. Bằng cách giải thích, một số tôn giáo cho rằng con người phải đương đầu với những khó khăn ấy vì con người đang bị xét xử trên thế giới này. Khi cách giải thích như vậy được đưa ra, người khác có thể hỏi: "Để làm gì?" Làm sao con người có thể bị xét xử trên căn bản chỉ một kiếp sống khi mà mỗi người đều khác nhau về kinh nghiệm, thể chất, tinh thần, xã hội, kinh tế, các yếu tố và điều kiện về môi sinh?

Mỗi tôn giáo đều có quan niệm riêng của mình về những gì được coi là mục tiêu của đời sống tâm linh. Đối với vài tôn giáo thì đời sống bắt diệt nơi cõi trời hay thiên đường với vị Thượng Đế là cứu cánh cuối cùng. Đối với một số khác, mục tiêu chủ yếu của đời sống là sự hội tụ của một tâm thức bao quát tất cả (đại ngã) vì tin tưởng rằng mỗi kiếp sống là một đơn vị của tâm thức (tiểu ngã) và nó phải quay trở về với tâm thức nguyên thủy. Một số tôn giáo tin rằng chấm dứt khổ đau hay chấm dứt vòng sanh tử là mục đích tối hậu. Đối với tôn giáo khác, cả đến hạnh phúc thiên đường hay sự hòa nhập với Phạm Thiên (Đấng Tạo Hóa) chỉ là phụ thuộc trước cái mong manh của cuộc sống dù dưới bất cứ hình thức nào. Và cũng có một số tin là đời sống hiện tại chính nó thừa đủ để chứng nghiệm chủ đích của cuộc đời.

Muốn đạt được mục tiêu cứu cánh, mỗi tôn giáo đưa ra một phương pháp. Một số tôn giáo bắt các tín đồ phục tùng Thượng Đế hay tùy thuộc mọi thứ vào Thượng Đế. Một số khác chủ trương khổ hạnh tuyệt đối là những phương tiện để tự mình thanh lọc tất cả tội lỗi bằng cách tự hành xác. Một số khác nữa chủ trương giết thú vật, và nhiều loại nghi thức và nghi lễ cũng như tụng đọc các loại thần chú để thanh lọc hầu đạt mục tiêu cuối cùng. Cũng có tôn giáo hành trì nhiều loại khác nhau về phương pháp và tâm thành tín, cách chứng nghiệm chân lý, và tập trung tâm ý bằng con đường thiền định.

Mỗi tôn giáo có ý niệm khác nhau về hình phạt các hành vi tội lỗi. Theo một số tôn giáo, con người bị Thượng Đế đày đọa vĩnh viễn vì sự phạm tội của mình trong kiếp sống này. Một số khác nói rằng nhân và quả tác động do định luật thiên nhiên và hậu quả của hành vi chỉ sẽ chứng nghiệm trong một thời gian nào đó. Một số tôn giáo xác nhận kiếp sống này chỉ là một trong nhiều kiếp sống, và ai ai lúc nào cũng có cơ hội để tu sửa qua nhiều giai đoạn tiến triển cho đến khi đạt được mục đích là Hạnh Phúc Tối Thượng.

Trên đây cho thấy một loạt rộng lớn các phương pháp giải quyết, lập luận và mục tiêu khác nhau của các tôn giáo mà con người đã áp dụng. Điều rất hữu ích để ta không nên khư khư giữ chặt quan điểm giáo điều về tôn giáo của mình mà nên rộng mở và khoan dung với những quan điểm tôn giáo khác.

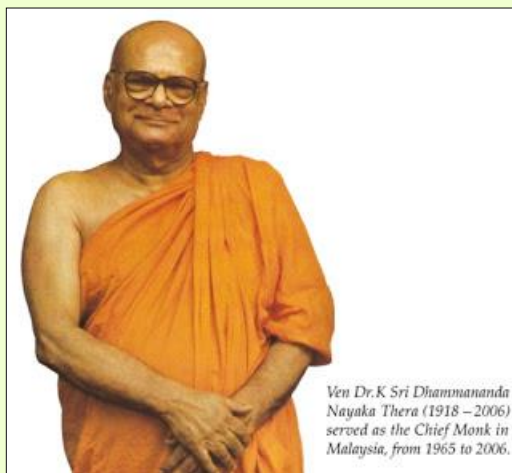
Đức Phật dạy: "Không nên chấp nhận giáo lý của Như Lai chỉ vì lòng tôn kính Như Lai, mà trước nhất hãy trải nghiệm giáo lý ấy giống như đem vàng thử vào lửa."

Sau khi nhận mạnh sự quan trọng của việc luôn luôn mở rộng tâm ý đối với tất cả các học thuyết tôn giáo, phải nên nhớ rằng một tôn giáo phải được thực thi cho phúc lợi, tự do và

hạnh phúc của tất cả chúng sinh. Đó là nguyên tắc đạo giáo phải được sử dụng tích cực để cải tiến phẩm chất đời sống của tất cả chúng sinh. Tuy nhiên ngày nay nhân loại đang suy sụp và đã đi lạc khỏi những nguyên tắc đạo lý căn bản. Những hành động vô luân và tội lỗi trở nên càng ngày càng nhiều, và những người có tâm đạo gặp nhiều khó khăn khi muốn duy trì một số nguyên tắc đạo lý trong đời sống hiện đại. Đồng thời tiêu chuẩn về nguyên tắc đạo lý căn bản cũng bị hạ thấp để thỏa mãn đòi hỏi của những đầu óc ô nhiễm

và ích kỷ. Con người không nên vi phạm tiêu chuẩn đạo đức tổng quát cho hợp với lòng tham ái hay ham mê của riêng mình. Tốt hơn con người nên tự điều chỉnh theo những giới luật mà tôn giáo đã chỉ dạy. Giới luật được tuyên giảng do các bậc đạo sư giác ngộ đã nhận thức con đường cao thượng của đời sống dẫn đến an lạc và hạnh phúc. Những ai vi phạm những giới luật ấy là vi phạm định luật vũ trụ, mà theo Phật Giáo, sẽ đem lại hậu quả xấu do hành hoạt của nguyên nhân tinh thần.

Mặt khác, việc này không có nghĩa là ta phải mù quáng tuân hành theo mọi điều trong tôn giáo của mình, bất chấp có nên áp dụng vào thời đại tiên tiến hay không. Luật lệ tôn giáo và giới luật giúp cho con người sống một cuộc đời có ý nghĩa chứ không phải là để trói buộc con người vào lối hành trì cổ lỗ hay những nghi lễ và mê tín dị đoan. Một người giữ vững những nguyên tắc đạo lý căn bản phải tán dương trí thông minh của nhân loại và phải sống đúng đắn với nhân phẩm. Có một vài thay đổi trong hoạt động tôn giáo của chúng ta cho phù hợp với giáo dục và bản chất thay đổi của xã hội mà đồng thời không phải hy sinh những nguyên tắc cao thượng chung nhất. Nhưng phải nhận định rằng thay đổi bất cứ cách thức tu tập nào của tôn giáo bao giờ cũng khó khăn vì một



Ven. Dr. K. Sri Dhammananda  
Nayaka Thera (1918 - 2006)  
served as the Chief Monk in  
Malaysia, from 1965 to 2006.

số người bảo thủ chống đối lại sự thay đổi, dù rằng những sự thay đổi này mang lợi ích hơn. Quan điểm bảo thủ này giống như một vũng nước tù hãm, trong khi những ý kiến trong sạch giống như thác nước và nước tại thác luôn luôn đổi mới nên khả dụng.

### XUYẾN TẠC TÔN GIÁO

Mặc dù giá trị của tôn giáo trong việc nâng cao đạo đức, nhưng cũng không sai khi nói rằng tôn giáo là mảnh đất phì nhiêu cho sự phát triển dị đoan và giả đạo đức thành tín, được che đậy trong lớp áo choàng tín ngưỡng (đôi lốt tôn giáo). Nhiều người dùng tôn giáo để trốn tránh những thực tế của đời sống, khoác áo tôn giáo và các biểu tượng đạo pháp. Tuy những người này cũng hay thường cầu nguyện tại các nơi thờ phượng nhưng thực ra họ không có đạo tâm và không hiểu được ý nghĩa tôn giáo là gì. Khi một tôn giáo bị mất phẩm cách vì ngu si, tham quyền lực và ích kỷ, dân chúng sẽ chỉ thẳng ngay vào tôn giáo này và nói đó không phải là chánh đạo. Nhưng "Tôn Giáo" (chỉ sự thực hành nghi lễ bên ngoài của bất cứ giáo lý nào) phải được phân biệt từ chính giáo lý của đạo ấy. Trước khi phê bình, ta phải nghiên cứu giáo lý nguyên thủy của người khai sáng và xem có điều gì sai quấy trong đó không.

Tôn giáo khuyên người làm thiện và sống thiện, nhưng con người không quan tâm hành động như thế. Thay vì vậy họ thích bám víu vào những hình thức hành trì khác chẳng có giá trị đạo lý thực sự gì. Nếu họ cố gắng trau dồi tâm trí bằng cách diệt trừ ganh tị, ngã mạn, độc ác, ích kỷ, thì ít ra họ cũng tìm thấy đường lối đúng đắn để thực hành tôn giáo. Bất hạnh thay, họ lại làm tăng trưởng lòng ganh tị, ngã mạn, độc ác và ích kỷ thay vì đoạn trừ chúng. Nhiều kẻ tu cho rằng mình là người tu hành, nhưng lại phạm tội ác lớn nhất dưới danh nghĩa tôn giáo. Nhân danh đạo pháp họ chiến đấu, kỳ thị, và tạo bất ổn làm lạc mất mục đích cao đẹp của tôn giáo. Từ sự gia tăng nhiều cái được gọi là hoạt động tôn giáo, chúng ta có

cảm tưởng là tôn giáo đang tiến triển nhưng thực sự là trái lại bởi vì ngày nay chỉ có một số rất ít tính chất thanh tịnh và hiểu biết là còn được đem hành tập đúng nghĩa.

Tu hành không có gì hơn là mở mang sự tỉnh thức nội tâm, tử bi và hiểu biết. Những khó khăn sẽ phải đối mặt trước tiên nhờ vào sức mạnh tinh thần của chính ta. Trốn chạy khó khăn dưới danh nghĩa duy tâm là thiếu can đảm. Trong những hoàn cảnh đầy dao động ngày nay, cả nam lẫn nữ giới đang nhanh chóng tuột giốc rơi vào sự tự hủy hoại. Trở trêu là họ lại tưởng tượng mình đang xúc tiến thực hiện một nền văn minh thật huy hoàng.

Trong cảnh rối loạn này, nhiều quan niệm đạo lý sáng tạo linh hoạt đã được quảng bá để tạo thêm cảm dỗ và xáo trộn trong tâm con người. Tôn giáo hiện đang bị lạm dụng để tranh đạt lợi lộc và quyền lực riêng tư. Một số pháp môn trái đạo đức như tự do nhục dục, đã được khuyến khích bởi một nhóm tôn giáo vô trách nhiệm mong đem đạo của họ đến giới trẻ. Bằng cách khơi dậy những cảm giác dục vọng, những nhóm này hy vọng quyến rũ được trai gái theo tôn giáo của họ. Ngày nay trong thị trường đạo giáo, có tôn giáo thoái hóa thành một loại hàng rẻ tiền không mấy quan tâm gì đến giá trị đạo đức và những gì mà mình đại diện. Một số nhà truyền giáo lập luận rằng những hình thức thực hành về luân lý, đạo đức và giới luật không quan trọng bằng một người có đức tin và cầu nguyện Thượng Đế mà người đó tin rằng sẽ đủ sức cứu rỗi mình. Mục đích một số chức quyền tôn giáo đã lừa dối bịt mắt tín đồ ra sao tại Âu Châu, Karl Max đưa ra một nhận xét châm biếm: "Tôn Giáo là tiếng thờ dãi của sinh vật bị áp bức, là những cảm nghĩ của một thể giới vô tâm, chẳng khác gì là linh hồn của những vật thể không linh hồn. Tôn Giáo là thuốc phiện của con người".

Con người cần đạo không phải vì đạo cho mình một giấc mơ về kiếp sau hay ban cho mình một số giáo điều để hành trì, theo cách như vậy thì con người phải từ bỏ trí thông minh của mình và trở nên mỗi ưu phiền cho đồng loại. Một tôn giáo phải là một phương pháp đáng tin cậy và hợp lý dạy cho con người biết sống "tại đây và ngay bây giờ" như một chúng sinh trí thức và hiểu biết, trong khi nêu gương tốt cho người khác theo. Nhiều tôn giáo đã làm cho con người chuyển tư tưởng của mình ra khỏi mình để hướng về một một đấng tối thượng. Nhưng Phật Giáo hướng dẫn con người tìm an lạc nội tâm bên trong những tiềm năng ẩn nấp trong chính con người. "Pháp" (có nghĩa là giữ) không phải là điều mà ta tìm kiếm bên ngoài mình, vì trong lý giải cuối cùng thì con người là Pháp, và Pháp là con người. Cho nên, một tôn giáo thực sự tức là Pháp vốn không phải điều gì chúng ta đạt được từ bên ngoài nhưng là sự trau dồi và chứng ngộ được trí tuệ, tử bi và thanh tịnh được phát triển chính trong chúng ta.





## TÔN GIÁO NÀO ĐÍCH THỰC?

Nếu tôn giáo nào có Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo thì có thể coi là một tôn giáo đích thực.

Con người thật rất khó tìm ra tại sao lại có quá nhiều tôn giáo khác nhau và tôn giáo nào là một tôn giáo đúng nghĩa. Tín đồ của mỗi tôn giáo cố gắng trình bày sự siêu việt của tôn giáo mình. Tính đa dạng thường tạo ra một số tính đồng dạng, nhưng trong vấn đề tôn giáo, con người lại nhìn nhau bằng ganh tị, sân hận và khinh khi. Những pháp môn được kính trọng nhất của một tôn giáo lại bị một tôn giáo khác cho là lỗi lạng. Để giới thiệu những thông điệp thiêng liêng và hòa bình của mình, một số người lại dùng đến vũ khí và chiến tranh. Họ có làm ô nhiễm danh từ đẹp đẽ của tôn giáo không? Hình như có một số tôn giáo chịu trách nhiệm về sự chia rẽ thay vì đoàn kết nhân loại.

Muốn đi tìm một tôn giáo chân chính và đích thực, chúng ta phải cân nhắc bằng một đầu óc vô tư xem cái gì đúng là một tôn giáo giả hiệu. Tôn giáo hay triết lý giả hiệu gồm có: duy vật chủ nghĩa phủ nhận sự sống còn sau khi chết; chủ nghĩa phi luân lý chối bỏ thiện và ác; tôn giáo nào khẳng định con người được cứu rỗi hay bị đọa đày bằng thần thông, thuyết tiến hóa hữu thần chủ trương là mọi thứ đều do tiền định và mọi người có thể được cứu rỗi nhờ đức tin đơn thuần mà thôi.

Phật Giáo không xây dựng trên những nền tảng bất toàn và bất ổn. Phật Giáo rất thực tế và có thể xác minh được. Chân lý của Phật Giáo đã được kiểm chứng bởi Đức Phật, kiểm chứng bởi các đệ tử của Ngài, và lúc nào cũng mở rộng cho bất cứ ai muốn kiểm chứng. Và ngày nay, Giáo lý của Đức Phật, đang được xác minh bởi những phương pháp nghiên cứu khoa học khắt khe nhất.

Đức Phật dạy rằng bất cứ hình thức tôn giáo nào cũng chân chính nếu chứa đựng Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo. Việc này cho thấy rõ ràng Đức Phật không muốn thiết lập một tôn giáo đặc biệt. Cái mà Ngài muốn là làm hiển lộ Chân Lý Tuyệt Đối của đời sống con người và thế giới. Mặc dù Đức Phật giảng dạy Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo, những phương pháp này không phải tài sản độc quyền của người Phật Tử. Đó là Chân Lý chung của tất cả.

Hầu hết họ thấy cần phải đưa ra các lập luận để "chứng minh" giá trị tôn giáo mà họ đang theo. Một số cho rằng đạo giáo của họ lâu đời nhất cho nên tích lũy chân lý. Số khác cho rằng đạo giáo của họ là tôn giáo cuối cùng

hoặc mới nhất cho nên tóm tắt chân lý. Một số cho rằng tôn giáo của họ có nhiều tín đồ nhất cho nên bao gồm chân lý. Tuy nhiên không một lập luận nào trên đây có giá trị xác đáng để thiết lập chân lý cho một tôn giáo. Chỉ cần sử dụng lương tri và hiểu biết, ta cũng có thể đánh giá được một đạo giáo.

Một số truyền thống tôn giáo bắt con người phải phục tùng một quyền lực cao hơn họ, có khả năng kiểm soát sự sáng tạo, hành động và sự giải thoát cuối cùng của họ. Đức Phật không chấp nhận quyền năng ấy. Ngài cho rằng quyền năng ở chính nơi con người và xác nhận mỗi người là vị sáng tạo của chính mình, và chịu trách nhiệm về sự giải thoát của chính mình. Cho nên tại sao người ta nói: "Không có gì vô thần và không có gì hữu thần bằng Đức Phật". Tôn giáo của người Phật Tử cho con người ý nghĩa to lớn về phẩm giá, và cũng đồng thời cho con người trách nhiệm to lớn. Người Phật Tử không thể đổ lỗi cho sức mạnh bên ngoài khi tội lỗi xảy ra cho mình. Người Phật Tử có thể đương đầu với bất hạnh

trong trầm tĩnh vì hiểu rằng mình có sức mạnh để thoát ra khỏi tất cả thống khổ.

Một trong những lý do tại sao Đạo Phật lỗi cuốn được những người trí thức và có giáo dục vì Đức Phật thường khuyến tín đồ của Ngài là không nên chấp nhận điều được nghe thấy (ngay cả điều do chính Ngài nói) mà chưa trải nghiệm qua giá trị của nó. Giáo pháp của Đức Phật được duy trì và tồn tại chính xác vì nhiều nhà trí thức đã thử nghiệm mọi khía cạnh của giáo pháp ấy và đã kết luận rằng Đức Phật lúc nào cũng nói lên Chân Lý không thể phủ nhận được. Trong khi những nhà tôn giáo khác cố gắng "bảo đảm lại" giáo lý của vị khai sáng ra tôn giáo của họ dưới ánh sáng của kiến thức hiện đại về Vũ Trụ thì Giáo lý của Đức Phật đã được chính các khoa học gia xác chứng.

## PHÁT TRIỂN ĐẠO ĐỨC VÀ TINH THẦN

Không được giáo dục về tinh thần con người sẽ không có trách nhiệm đạo đức: Con người không có trách nhiệm đạo đức là mối nguy cơ cho xã hội.

Đạo Phật là một ngọn hải đăng tuyệt vời hướng dẫn nhiều người thuần thành đến hạnh phúc trường cửu. Nhất là hiện nay Phật Giáo rất cần thiết cho thế giới đang bị phân hóa bởi các ngộ nhận về chủng tộc, kinh tế và ý thức hệ. Những sự hiểu lầm đó không bao giờ có thể xóa tan được trừ phi tinh thần từ-ái khoan dung được rộng mở đối với nhau. Tinh thần này chỉ



có thể được trau dồi tốt nhất dưới sự hướng dẫn của Đạo Phật, một đạo luôn nhấn mạnh vào tinh thần cộng tác trong luân lý-đạo đức cho sự tốt đẹp của toàn thể vũ trụ. Chúng ta biết rằng rất dễ dàng học điều xấu mà không cần đến thầy dạy, nhưng trái lại học điều tốt cần phải có gia sư. Cho nên hết sức là cần thiết cho việc dạy đức hạnh bằng các giới luật và gương mẫu.

Không được giáo dục về tinh thần, con người sẽ không có trách nhiệm đạo đức : con người không trách nhiệm đạo đức là mối nguy cơ cho xã hội.

Trong giáo lý của Đức Phật, sự phát triển tinh thần của con người quan trọng hơn sự phát triển phúc lợi vật chất. Lịch sử đã dạy chúng ta là không thể nào mong đạt cả hai cùng một lúc Hạnh Phúc thế gian và Hạnh Phúc vĩnh cửu . Đời sống của hầu hết mọi người thường được điều hòa bởi các giá trị tinh thần và nguyên tắc đạo đức mà chỉ tôn giáo cống hiến mới có hiệu quả. Sự can thiệp của chính quyền vào đời sống của người dân tương đối sẽ không cần thiết nếu mọi người, nam cũng như nữ, có thể hiểu được giá trị của tâm thành tín, và có thể thực hành được những lý tưởng cho chân lý, công bằng và phục vụ.

Giới đức cần thiết để đạt giải thoát, nhưng giới đức không thôi chưa đủ. Giới đức phải được kết hợp với trí tuệ. Giới đức và trí tuệ giống như đôi cánh của con chim. Trí tuệ cũng có thể so sánh với đôi mắt của con người; còn giới đức như đôi chân. Giới đức giống như một chiếc xe mang con người đến cổng giải thoát. Nhưng trí tuệ là cái chìa khóa thật sự mở cổng ấy. Giới đức là một phần về phương cách sống tinh tế và cao thượng. Không có một kỷ luật giới đức nào thì không thể thanh lọc được những ô nhiễm của kiếp sống hữu tình.

Phật Giáo không phải chỉ là nghi lễ lễ lễ hay một huyền thoại được kể lại để giải trí hay để thỏa mãn cảm xúc của con người, nhưng là một phương pháp phóng khoáng và cao thượng cho những ai thực tình muốn hiểu và chứng nghiệm thực chất của cuộc sống.

(trích VÌ SAO TIN PHẬT  
của Ven. K. Sri Dhammananda  
Thích Tâm Quang dịch Việt 2007  
Nguyên tác: What Buddhists Believe,  
Malaysia, 1987)



## MƠ XUÂN ĐẤT VIỆT

*Thế giới đón Xuân huy hoàng  
Tung bùng pháo nổ hoa đăng ngập trời  
Nghĩ thương dân Việt như tôi  
Còn lênh đênh mãi bên trời tha hương*

*Với băng tuyết lạnh trù không  
Làm sao sưởi ấm chiều đông xứ người  
Chiếc thân còn mãi nổi trôi  
Lênh đênh không biết đến nơi an bình*

*Ngày đi buồn bã lặng thinh  
Làm cây cỏ cũng hư linh nhuốm sầu  
Đâu yêu khuất nẻo đêm sâu  
Đường chia hai lối biết đâu quê nhà*

*Đến bây giờ vẫn cách xa  
Tuổi buồn hiu hắt nhạt nhòa hồn đau  
Thôi thì ngày tháng qua mau  
Đã xanh ngọn tóc ngã màu phai*

*Chưa về nên vẫn còn hoài  
Niềm thương nỗi nhớ trên vai nào nề  
Cõi sầu mưa rụng tái tê  
Ngày dài đằng đẵng đêm về đau hay*

*Én còn bay lượn từng mây  
Mang mùa xuân thắm cỏ cây đất trời  
Xin xuân đến với nụ cười  
Thắp tình lên sáng khung trời Việt Nam!*

thơ

TRẦN ĐAN HÀ

**MỖI KỲ MỘT MÓN CHAY**

# CANH MĂNG CHUA NẤU THÌ-LÀ

Đây là món ăn thuần Bắc, người Bắc gọi là nấu riêu. Rau thì-là nêm vô canh rất ngon và thơm.

**Cách làm:**

Măng chua cắt, bào hoặc tước mỏng, luộc sôi 5-7 phút cho bớt chua và đắng.

Cà chua cắt nhỏ. Xào cà chua và măng, nêm bột nêm chay từ từ và xào lâu một chút cho gia vị thấm vào măng. Nếu có nấu với cá chay thì cũng xào cùng luôn.

Đổ nước ngập mặt măng đun nhỏ lửa khoảng 7-10 phút, nêm nêm lại cho vừa ăn.

Rau thì-là (và hành lá nếu không kiêng) cắt nhuyễn, cho vào nồi rồi tắt bếp.

Nếu ăn cay được thì thái vài lát ớt sẽ càng ngon hơn. Món này không nên nấu lỏng lẻo bông ăn không ngon, nấu vừa nước thối và nêm đậm đà một chút, có thể ăn kèm rau sống cũng rất ngon.

Chúc các bạn ngon miệng.

**Tuệ Lan**



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

# NĂM 2016 LÀ NĂM QUỐC TẾ PULSES (CÁC LOẠI ĐẬU)

*Tịnh Thủy* biên dịch

Do vì Pulses (tạm dịch là các loại đậu) là nguồn thực phẩm giàu dinh dưỡng, sạch và an toàn, ngày càng được đánh giá cao về vai trò cải thiện sức khỏe cho con người, nên trong khóa họp khoáng đại thứ 68 Đại Hội Đồng Liên Hợp Quốc đã tuyên bố **năm 2016 là năm Quốc tế Pulses (2016 International Year of Pulses)**.

Tổ chức Lương thực và Nông nghiệp của Liên hợp quốc (FAO) đã được đề cử để tạo thuận lợi cho việc thực hiện đề án hợp tác với Chính phủ các nước, các tổ chức có liên quan, các tổ chức phi chính phủ và các bên liên quan khác.

Mục đích của IYP 2016 là nâng cao nhận thức của mọi người dân toàn cầu về lợi ích dinh dưỡng của các loại đậu như là một phần của sản xuất lương thực bền vững nhằm hướng tới an ninh lương thực và dinh dưỡng.

Năm 2016 sẽ tạo ra một hội duy nhất để khuyến khích các kết nối thông qua các chuỗi thức ăn để **tận dụng protein trong các loại đậu**, tiếp tục sản xuất và sử dụng luân canh cây trồng cùng là giải quyết những thách thức trong việc thương mại các loại đậu.

Thuật ngữ "**Pulses**" chỉ các loại cây họ đậu thu hoạch hàng năm. Pulses được giới hạn cho các loại **cây trồng thu hoạch chỉ duy nhất cho hạt khô**, do đó **không bao gồm các loại cây trồng thu hoạch xanh tươi cho thực phẩm, được phân loại như vegetable crops, cũng như những loại cây trồng chủ yếu dùng để khai thác chất dầu và các loại cây họ đậu được sử dụng dành riêng cho mục đích làm giống** (dựa trên định nghĩa của "Pulses và các sản phẩm có nguồn gốc" của Tổ chức Lương thực và Nông nghiệp).

Các loại đậu (Pulses) như đậu lentils,

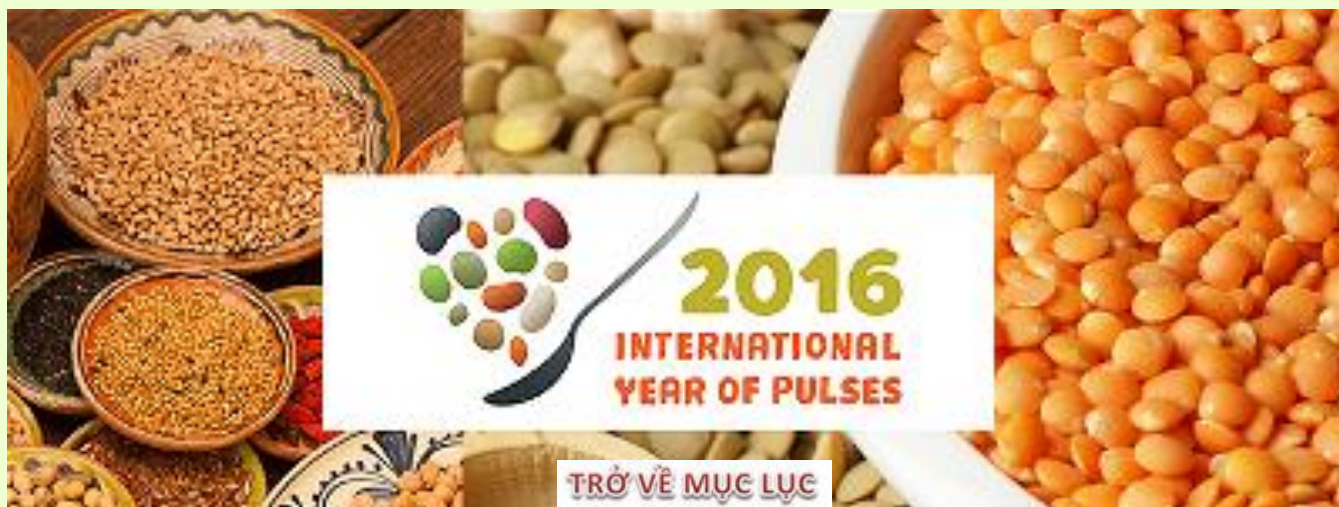
beans, peas and chickpeas là một phần tối quan trọng của giỏ thực phẩm tổng quát. Pulses là một nguồn protein thực vật và các amino acids quan trọng cho mọi người trên toàn cầu và cần được ăn như một phần của một chế độ ăn uống lành mạnh để giải quyết các bệnh béo phì, cũng như để ngăn chặn và giúp quản lý các bệnh mãn tính như tiểu đường, bệnh mạch vành tim và ung thư; chúng cũng là một nguồn protein thực vật quan trọng cho động vật.

Thêm vào đó, Pulses là loại cây họ đậu có chứa đạm tố Nitrogen có thể góp phần làm tăng độ màu mỡ của đất và có tác động tích cực đến môi trường.

Pulses được cho là loại **siêu thực phẩm** (superfood) có chứa nhiều chất dinh dưỡng và là một **nguồn tuyệt vời chất đạm** (protein). Bởi vì hàm lượng dinh dưỡng cao, Pulses là một yếu tố trong giỏ lương thực khẩn cấp. Pulses được tạo thành từ khoảng 20-25 phần trăm protein tính theo trọng lượng, mà là gấp đôi hàm lượng protein trong lúa mì và gấp ba lần trong lúa gạo.

Pulses có hàm lượng chất béo thấp và không có cholesterol. Chỉ số glycemic (một chỉ số về đường trong máu) cũng là thấp, và chúng là một nguồn quan trọng cho chất xơ. Vì không chứa gluten, chúng là một thực phẩm lý tưởng cho bệnh nhân loét dạ dày. Ngoài ra, Pulses rất giàu khoáng chất và vitamin B-tất cả đều đóng một vai trò quan trọng trong sức khỏe.

Pulses có nhiều lợi ích sức khỏe. Chất sắt cao và hàm lượng kẽm đặc biệt có lợi cho phụ nữ và trẻ em có nguy cơ bị thiếu máu. Chúng cũng chứa các hợp chất hoạt tính sinh học cho thấy một số bằng chứng về việc giúp đỡ để chống ung thư, tiểu đường và bệnh tim. Một số nghiên cứu chỉ ra rằng nếu ăn Pulses thường



xuyên có thể giúp kiểm soát, chống béo phì. Có 5 lợi ích sau:

### 1. Giàu đạm, giàu chất xơ

Pulses chứa một loại chất xơ gọi là pectin. Chất xơ này có khả năng hút nước và nở ra trong dạ dày khiến người ta có cảm giác no lâu giúp kiểm soát cảm giác thèm ăn. Ăn pulses thường xuyên làm chậm tiến trình hấp thụ thực phẩm trong ruột, giúp những người mắc bệnh tiểu đường tránh được sự gia tăng đột xuất của đường trong máu (mà trước đây khiến cơ thể phải phản ứng bằng cách tiết ra insulin nhiều hơn), vì vậy ăn pulses rất tốt cho việc hỗ trợ điều trị bệnh tiểu đường. Pulses giúp đại tiện đều đặn từ đó giảm thiểu được các nguy cơ ung thư ruột già và trực tràng.

### 2. Giàu dinh dưỡng

Lượng đường thấp và lượng calories vừa phải nhưng giàu vitamin (A, B1, B3, B6, B12, C, E, K...) giàu amino acid thiết yếu, các chất khoáng quan trọng, đặc biệt là lượng acid folic tuyệt hảo. Pulses là nguồn thực phẩm tốt cho bệnh nhân tim mạch, rất tốt cho việc ăn chay, ăn kiêng, giữ vóc dáng, làm đẹp da, tốt cho trẻ em biếng ăn và phụ nữ sau khi sinh.

### 3. Chất oxy hóa cao: Phòng, chống ung thư

Gần đây các nhà khoa học tìm ra một tác dụng vô cùng bổ ích của pulses, đó là khả năng chống ung thư của đậu. Vì đậu có chứa một chất acid gọi là phytic acid, một chất chống oxy hóa rất mạnh.

Chất phytic acid đặc biệt hữu hiệu trong việc ngăn cản các gốc tự do hydroxyl (free radicals hydroxyl) (OH) oxy hóa các tế bào có chứa mỡ. Do khả năng ngăn chặn tác hại của các gốc tự do, chất phytic acid trong đậu có thể chặn đứng tiến trình ung thư hóa của các tế bào.

Các cuộc thử nghiệm vào thú vật trong phòng thí nghiệm cho thấy các pulses như đậu "bean", đậu "pea" và đậu lăng "lentil" có chứa những thành phần gọi là protease inhibitors (các chất ức chế enzyme protease) là chất có khả năng phòng chống ung thư da, vú và gan của thú vật. Các thử nghiệm ở người cũng thấy có những tác dụng tương tự về phòng chống ung thư vú và niếp hộ tuyến.

### 4. Là thực phẩm không biến đổi gen (NON-GMO)

#### 5. Không cholesterol, không gluten

Cơ thể chúng ta tự sản xuất tất cả cholesterol cần dùng nên bất cứ cholesterol nào chúng ta ăn vào đều dư thừa. Khi cholesterol trong máu dư thừa thì chúng sẽ đóng thành mảng mỡ trong mạch máu và các mảng này gây trở ngại cho dòng máu lưu chuyển trong các động mạch. Máu mang oxygen sẽ không lưu thông đủ tới tim và như vậy nguy cơ bị lên cơn đau tim sẽ tăng. Nếu máu chạy lên não mà thiếu thì sẽ gây ra đột quỵ (stroke).

Một trong những yếu tố làm pulses trở nên cần thiết cho sức khỏe con người là hàm lượng

rất cao chất chống oxy hóa. Các chất chống oxy hóa cũng là những vi chất giúp bảo vệ cơ thể chống lại các gốc tự do. Các gốc tự do này thường tấn công các tế bào khỏe mạnh, gây ra bệnh tật và những ảnh hưởng không mong đợi như sự lão hóa và ung thư.



**Tịnh Thủy** biên dịch theo:  
*Food and Agriculture Organization of the United Nations*  
*International Year of Pulses 2016*

Tổ chức Lương thực và Nông nghiệp của Liên Hợp Quốc (FAO) phân loại 11 pulses như sau:

- 1/Dry beans  
Kidney bean, navy bean, pinto bean, haricot bean  
Lima bean, butter bean  
Azuki bean, adzuki bean
- 2/Dry broad beans  
Horse bean  
Broad bean  
Field bean
- 3/Dry peas  
Garden pea  
Protein pea
- 4/Chickpea, garbanzo, Bengal gram
- 5/Dry cowpea, black-eyed pea, blackeye bean
- 6/Pigeon pea, Arhar/Toor, cajan pea, Congo bean, gandules
- 7/Lentil
- 8/Bambara groundnut, earth pea
- 9/Vetch, common vetch
- 10/Lupins
- 11/Minor pulses, including:  
Lablab, hyacinth bean  
Jack bean sword bean  
Winged bean  
Velvet bean, cowitch  
Yam bean



## ĐỒNG THIÊN

### NGUYỄN XUÂN

Mùa xuân ngút ngát sơn hà  
Cánh hoa lay khẽ Sa-Bà nguyên sơ  
Này em tao ngộ tình cờ  
Một trăm con bướm hồn ngơ ngẩn sầu  
Trùng trùng một cõi xanh dâu  
Giang hà cô quận lên màu nguyên xuân  
Tình ơi ta chữa một lần  
Mắt xanh em vẫn nguyên thân sâu xưa  
Tình nào dài cuộc tiễn đưa  
Mà xuân bất tận mấy mùa nguyên hương  
Nhu lai hằng trụ nguyên thường  
Đào hoa khai nụ cứng đường Phật thân  
Trời xuân phương ngoại nguyên tân  
Lôi hoa thôi lại mấy lần hẹn hoa  
Một ngày nguồn cội xa xa....



### CƯ SĨ

Công phu niệm Phật hai thời khoá  
Cuối tuần rảnh rồi ấy việc ta  
Thỉnh thoảng xem kinh hoan hỷ lạ  
Ngoài vườn thường lẫm lá cỏ hoa

### MƯU SINH

Mưu sinh vất vả lắm người ơi  
Kiếm được xu hào mệt bẽ hơi  
Dầu biết vô thường bao giả tạm  
Nhưng đời chẳng thể phạm cuộc chơi.

### MẸ BỆNH

Con ở ngoại phương mẹ cố hương  
Nghìn trùng xa cách vạn dặm trường  
Hay tin mẹ bệnh không về đặng  
Đau lắm lòng con nặng vắn vương

Sanh dưỡng bao năm chữa đáp đền  
Quê người lưu lạc mãi lênh đênh  
Mẹ ơi! Thương mẹ vô bờ bến.  
Dù chẳng thăm nom ở cạnh bên

Dâng hương lễ Phật cầu gia hộ  
Bỏ Tát từ bi sẽ độ trì  
Mẹ mau khỏi bệnh tâm an lạc  
Ngày tháng bình yên tuổi hạc cao

Nhớ mẹ lòng con lắm lúc đau  
Phước mỏng nên đời mãi lao đao  
Biết ở quê nhà mong mỏi lắm  
Mẹ là ánh sáng một vì sao.

### DU SĨ HỒN

Thế gian thường cầu thọ  
Ôi chao thật khù khờ  
Trường thọ là thụ khổ  
Hay là ta ngộ ngộ?  
Sống trong cuộc đời này  
Phước mỏng mà nghiệp dày  
Bao nhiêu là phiền não  
Nhọc nhằn cùng đắng cay  
Mong một ngày gần đây  
Hoá làm một làn mây  
Bay ngang qua bầu trời  
Mặc tình mà rong chơi  
Bình an và thánh thời  
Vui bất tận đêm ngày  
Du sĩ hồn chẳng đợi  
Muôn đời còn mê say.

Atlanta những ngày đầu xuân 2016

# LEV TOLSTOI VÀ ĐẠO PHẬT <sup>(1)</sup>

*Inna Malkhanova*



Nếu nghiên cứu tiểu sử của nhà đại văn hào Nga Lev Tolstoy, người đã sáng tác nên những bộ tiểu thuyết tuyệt mỹ nổi tiếng khắp toàn thế giới như *'Chiến Tranh và Hòa Bình,' 'Anna Karenina,' 'Phục Sinh,'* v.v... thì ta có thể phát hiện ra nhiều điều lý thú thật bất ngờ. Chẳng hạn, những năm gần đây, nhiều người Nga chúng tôi vừa vui mừng vừa ngạc nhiên được biết là suốt đời nhà văn, nhà tư tưởng và người tìm tòi chân lý đó, từ thuở ấu thơ cho đến lúc già cả đã gắn bó chặt chẽ với phương Đông, còn khi tuổi hạc đã cao thì ông đặc biệt quan tâm nghiên cứu giáo lý đạo Phật và cuộc đời của chính đức Phật. Những điều vừa nói trên đã được những sự kiện tiểu sử, những cuốn nhật ký, thư từ và các tác phẩm của nhà đại văn hào Nga minh chứng rõ ràng.

Tolstoy đã sống một cuộc đời sáng tạo với những tìm tòi không ngừng về mặt tâm linh. Ông thuộc dòng dõi bá tước, sinh năm 1828 và qua đời năm 1910, hưởng thọ 82 tuổi. Khi chàng niên thiếu Tolstoy mới 16 tuổi, hồi năm 1844, chàng đã vào học ở trường đại học tổng hợp ở Kazan tại khoa ngôn ngữ A rập - Thổ Nhĩ Kỳ, nhưng chỉ học được một năm thôi và không tỏ ra xuất sắc lắm về ngôn ngữ đó. Đến 23 tuổi, tức là vào năm 1851, chàng thanh niên Tolstoy bắt đầu quan tâm đến Ấn Độ: trong các thư tín của ông, lần đầu tiên thấy nói đến Ấn Độ vào năm đó.

Đối với nước Nga, Tolstoy là một trong những người đầu tiên viết về cuộc đời đức Phật. Chính nhờ Tolstoy, hồi năm 1905, khi ông 77 tuổi, đã viết và cho xuất bản tiểu luận nhan đề *'Phật-đà,'* (còn đầu năm 1910, lúc ông 82 tuổi, đã viết lời nói đầu cho tác phẩm của P.Bulanje *'Tất-đạt-đa (Siddhartha),'* còn gọi là *'Phật-đà (Buddha) có nghĩa là bậc Thánh Giác Ngộ. Cuộc đời và giáo lý của Ngài'*), mà người Nga hồi đó đã biết được về cuộc đời của Thái tử Tất-đạt-đa từ khi ra đời đến khi thành đạo, về lời khuyên làm việc thiện, giữ tâm ý trong sạch và năm giới cấm của đạo Phật: không được sát sinh, không được trộm cắp, không được tà dâm, không được nói dối và vu khống, không được uống rượu. Nhưng thật là đáng buồn, những người xô-viết chỉ có thể được đọc tác phẩm *'Phật-đà'* 82 năm sau (!) mà thôi, khi nó

được in lại hồi năm 1987 dưới thời perestroika, tức là 4 năm trước khi Liên Xô tan rã, trong một tuyển tập với số lượng không lớn. Điều rất rõ ràng là thuyết bất bạo lực của Tolstoy chịu ảnh hưởng trực tiếp vừa của đạo Chúa, vừa của đạo Phật và có quan hệ mật thiết với tư tưởng của M.Gandhi (1869-1948), người mà ông đã từng trao đổi thư từ.

Ảnh hưởng của đạo Phật đối với Tolstoy còn thể hiện rõ trong việc nhà đại văn hào Nga đã say sưa thuật lại bằng một lối văn giản dị, ngắn gọn, dễ hiểu những chuyện ngụ ngôn Phật giáo rất thâm thúy và hồn nhiên như *'Đầu và đuôi rắn,' 'Chia gia tài,' 'Con khỉ và những hạt đậu,' 'Con bò sữa,' 'Hai thương nhân,' 'Con vịt và mặt trăng,' 'Con cò, đàn cá và con tôm càng,' 'Người mù và sữa,'* v.v...

Nhưng ông cảm thấy như thế vẫn còn chưa đủ, ông còn có một dự định to lớn hơn: viết một cuốn sách về đức Phật Thích Ca dài đến 22 chương. Trong tập 27 bộ *Toàn Tập Các Tác Phẩm* của Lev Tolstoy (có tất cả 90 tập), đã in lại dàn bài của cuốn sách định viết đó, như *'Nỗi buồn về những đau khổ của con người,' 'Hãy tìm ra Chân lý,' 'Giảng pháp về sự bình đẳng của mọi người,' 'Từ bi đối với thú vật,' 'Sự ăn chay,'* v.v... Chỉ xem qua cái dàn bài ấy, ta cũng thấy được sự gần gũi của tư tưởng Tolstoy với giáo lý của đạo Phật. Tiếc thay, ước mơ viết một cuốn sách về đức Phật, nhà văn đã không kịp thực hiện được. Nhưng trước khi qua đời, ông đã hướng dẫn P. Bulanje viết cuốn sách về đức Phật. Đáng tiếc là khi cuốn sách của P.Bulanje ra mắt bạn đọc hồi năm 1911, thì nhà đại văn hào Lev Tolstoy đã từ trần rồi.

Nghiên cứu tiểu sử của Tolstoy, chúng tôi được biết thêm rằng ngoài M.Gandhi ra, ông còn trao đổi thư từ với nhà đại thi hào Ấn Độ Rabindranat Tagor (1861-1941). Nhà văn đã đặt mua sách báo Ấn Độ và đã chăm chú nghiên cứu những tác phẩm của các nhà tư tưởng Ấn Độ. Vào cuối đời, hồi năm 1910, ông còn ước mơ viết *'Cuốn Sách Phổ Thông Về Ấn Độ và Trung Hoa,'* nhưng cả ước mơ này nữa cũng không thực hiện được.

Thật đáng buồn là những người Nga chúng tôi, trong nhiều thập niên chỉ biết và yêu

mến những bộ tiểu thuyết tuyệt trần của Tolstoi, mà không có điều kiện hiểu biết về triết lý đầy lòng nhân ái và những tìm tòi về mặt tâm linh của con người vĩ đại đó, vì nhiều tác phẩm của ông đã bị cấm và thế hệ lớn tuổi ở đất nước chúng tôi còn nhớ rõ những vụ án xử những môn đồ của Tolstoi. Bây giờ đây, khi tiếp xúc được với di sản tinh thần và tâm linh của Tolstoi, chúng tôi vô cùng kinh ngạc về sự cao thượng, độ thâm thúy, đạo lý vĩnh hằng và tính chất cấp thời kỳ lạ của những tư tưởng Tolstoi đối với thời đại hiện nay. Và bây giờ thì không ai còn nghi ngờ gì nữa là nhiều tư tưởng, nhất là thuyết bất bạo lực của ông được hình thành nên nhờ ảnh hưởng của đạo Phật.

Để kết thúc bài viết ngắn này, tôi xin trích dẫn vài câu ngắn gọn của Tolstoi để bạn đọc thấy được sự suy tư của ông về mặt tâm linh: *'Tôi cảm thấy rằng việc nghiên cứu và quan sát cuộc sống, nhất là cuộc sống tâm linh, của tất cả các dân tộc trên trái đất, có tác dụng rất tốt đẹp đến tâm hồn'* (trích nhật ký ngày 18.5.1910).

*'Cuộc đời chúng ta thật ngắn mà sức mạnh trí tuệ trong chúng ta thì thật lớn, vì thế không nên sống và hành động một cách không đúng đắn'* (trích thư của Lev Tolstoi gửi Rabindranat Tagor).

\* \* \*

Sau đây, tôi xin dịch **một** trong nhiều **chuyện ngụ ngôn của Tolstoi**:

*Cô bé Varya có con chim họa mi. Họa mi ở trong lồng, không hót bao giờ cả. Varya đến bên lồng nói: 'Họa mi ơi! Lớn rồi, đã đến lúc mày hãy hót đi!' Họa mi đáp: 'Cứ thả ta ra! Ngoài tự do, ta sẽ hót suốt ngày.'*

Và đây là **mấy chuyện ngụ ngôn Phật giáo** mà Tolstoi đã thuật lại, chắc bạn đọc sẽ hình dung được nhà văn tư duy và cảm nhận chân lý như thế nào qua những chuyện thật giản đơn, hồn nhiên mà sâu sắc:

### **Đầu và đuôi rắn (2)**

Đuôi rắn cãi nhau với đầu rắn xem nó hay đầu phải đi trước. Đầu rắn bảo: 'Mày chẳng đi trước được đâu, vì mày không có mắt, không có tai'. Đuôi rắn cãi: 'Nhưng tao lại có sức, chính tao đẩy mày đi đấy chứ, còn nếu tao muốn thì tao quấn quanh thân mày, thế là mày chẳng tài nào nhích lên được'. Đầu rắn bảo: 'Thế thì chúng ta 'chia tay' nhau vậy!'

Thế là đuôi rắn rời khỏi đầu và bỏ đi. Nhưng chỉ bỏ đi được một đoạn ngắn thì gặp một khe nứt và rơi lọt thỏm vào đó.

### **Chia gia tài**

Ông bố có hai cậu con trai. Có một bận, ông dặn hai con: 'Bố mà chết đi, thì các con cứ chia đôi gia tài bố để lại'. Khi ông bố chết, hai cậu con chia gia tài mà không thể không tranh cãi nhau. Hai chàng mới đến nhờ người hàng xóm phân xử. Người hàng xóm hỏi: 'Thế cụ

nhà đã dặn các cậu chia như thế nào?' Họ nói: 'Bố cháu dặn chia đôi tất cả'. Người hàng xóm bèn nói: 'Thế thì các cậu cứ xé đôi tất cả quần áo, đập vỡ đôi tất cả bát đĩa và mổ thịt chia đồng đều cả đàn gia súc'. Hai anh em nghe lời người hàng xóm, thế là gia tài tan hoang cả.

### **Con khi và những hạt đậu (2)**

Con khi bốc được hai nắm đậu đầy tay. Bỗng một hạt rơi ra. Con khi muốn nhặt, thì hai mươi hạt đậu rơi xuống. Nó chạy lại cố nhặt, thế là tất cả các hạt trong tay đều rơi xuống cả. Nó giận quá, đá tung tóe các hạt đậu khắp nơi, rồi bỏ chạy.

### **Con bò sữa (2)**

Một người có con bò sữa. Mỗi ngày, anh ta vắt được một bình sữa. Có một bận, anh định mời khách đến nhà. Để có được nhiều sữa đãi khách, mười ngày liền anh không vắt sữa, nghĩ bụng là mười ngày nữa thì con bò sẽ cho anh được mười bình sữa.

Nhưng bò bị kiệt sữa sau mười ngày không vắt, và lượng sữa vắt được hàng ngày ít hẳn hơn trước.

### **Vác nặng**

Hai người cùng vác vật nặng trên vai và đi cùng đường. Một người vác liền một lều không nghỉ. Còn người kia thì hay dừng lại, đặt vật nặng xuống và ngồi nghỉ. Nhưng mỗi lần anh ta lại phải nhắc vật nặng lên vai. Và thế là người hay bỏ vật nặng xuống lại mệt hơn là người vác đi một mạch không nghỉ.

### **Hai thương nhân**

Trước khi lên đường đi buôn, một thương nhân nghèo đã gửi toàn bộ số hàng sắt lại cho một nhà buôn giàu cất giữ. Khi quay trở về, anh đến để lấy lại hàng đã gửi.

Nhà buôn giàu đã bán sạch trơn số hàng sắt, bèn tìm cách đánh trống lảng: 'Hàng sắt của bác quả đã không gặp may'.

- Thế nào?

- Tôi xếp nó trong vựa lúa. Trong đó chuột vô thiên lủng. Thế là chúng gặm hết sắt của bác rồi. Chính mắt tôi trông thấy chúng nó gặm mà. Không tin, xin mời bác vào xem.

Thương nhân nghèo chẳng buồn cãi. Anh nói: 'Xem làm gì! Bác nói thế thì tôi tin chứ. Tôi biết mà, lũ chuột bao giờ cũng gặm sắt cả. Thôi chào bác'. Nói xong, anh ra về.

Trên đường về, anh thấy thằng bé tha thần chơi bên hàng gạo, đó là con lão nhà buôn kia. Anh vuốt ve nó, bỗng lên và bế về nhà.

Hôm sau, lão nhà buôn gặp anh thương nhân nghèo kể sự tình chuyện đau buồn mất con của lão, rồi hỏi: 'Thế bác có thấy cháu nó ở đâu không?'

- Thấy chứ! Hôm qua, từ nhà bác đi ra, tôi thấy có con điều xẹt xuống, quắp thẳng bé và tha đi.

Lão nhà buôn tức giận la lớn:





- Giấu tớ thế mà không biết xấu hổ ư? Làm sao mà con điều có thể tha nổi thẳng bé được?!

### Ba cái bánh rán và một cái bánh quy (2)

Có một anh nhà què, đang lúc đói bụng, mua một cái bánh rán. Ăn xong, vẫn còn đói, anh mua cái thứ hai. Ăn hết cái bánh rán thứ hai, vẫn chưa nguôi cơn đói. Lại mua cái thứ ba, ăn hết cái bánh rán thứ ba mà anh vẫn còn thấy đói. Thế là anh mua thêm cái bánh bích quy nhỏ nhỏ, ăn vào, thấy no ngay. Lúc đó, anh chàng mới vỗ tay vào trán, thốt lên:

'Chà, ngốc ơi là ngốc! Sao mà ta ngốc thế, việc gì phải xơi đến ba cái bánh rán kia chứ? Lẽ ra chỉ cần ăn một cái bánh quy thôi là đủ no rồi'.

### Những quả lê ngon nhất

Ông chủ bảo người đầy tớ đi mua lê và dặn: 'Hãy mua cho tao những quả ngon nhất đây nhé'. Đến cửa hàng, anh đầy tớ hỏi mua lê. Người bán đưa lê cho anh, nhưng anh bảo:

'Không, ông phải đưa cho tôi những quả ngon nhất'.

Người bán bảo:

'Thì cậu cứ nếm thử một quả, tất biết mà'.

'Làm thế nào tôi biết được, - anh đầy tớ nói, - là tất cả đều ngon cả, nếu tôi chỉ nếm thử một quả thôi'. Anh ta bèn cắn mỗi quả một tí để nếm, rồi mang lê về cho chủ. Ông chủ nổi giận đuổi anh đi.

### Con Cò, Đàn Cá Và Con Tôm Càng

Có con cò già sống cạnh ao. Già yếu rồi, không còn đủ sức bắt cá nữa, nó mới nghĩ cách kiếm sống bằng mưu gian. Nó bảo với đàn cá: 'Lũ cá kia ơi, chúng mày có biết không, tại họa sắp đến nơi rồi: tao nghe được bọn người bàn nhau sẽ tát cạn cái ao này để bắt sạch cá đấy. Và tao cũng biết là đằng sau cái gò kia kia có một cái ao khác tốt lắm. Tao cũng muốn giúp chúng mày, nhưng tao già rồi, bay cũng mệt lắm'. Lũ cá nghe nói, liền khẩn khoản van xin cò giúp cho.

Con cò mới nói:

'Thôi được, tao sẽ cố giúp cho chúng mày, đưa chúng mày đến cái ao kia, nhưng nhớ ra tao không đủ sức, thôi tao cứ đưa từng đứa một vậy'.

Đàn cá nghe bùi tai, tranh nhau van xin: 'Đưa tớ đi, đưa tớ đi!'

Thế là cò bắt đầu đưa lũ cá đi: nó quắp từng con một, mang đi đến cánh đồng, rồi ăn thịt. Và nó ăn được nhiều cá lắm.

Trong cái ao ấy có con tôm càng già. Thấy cò đưa cá đi thì tôm cũng nói:

'Cò ơi, cậu cũng đưa tớ đến chỗ ở mới nữa nhé!'

Cò quắp tôm vào mỏ rồi bay đi. Khi bay đến cánh đồng, định vớt con tôm càng xuống. Nhưng tôm thấy bao nhiêu xương cá rải rác trên cánh đồng thì tôm đưa hai càng quắp cổ cò, siết chặt cho đến chết, rồi bò trở lại ao và kể chuyện cho lũ cá nghe.

### Ông Già Và Con Chó Sói

Ông già đến cảm hóa con chó sói để nó không còn đi ăn cướp nữa. Sói ta lúc đó đang no bụng, nằm nghe. Ông già khuyên nhủ nó hồi lâu. Sói lắng thính nghe.

Nhưng chỉ vừa thấy đàn cừu từ dốc cao đi xuống, sói liền chồm tai lên nghe ngóng. Ông già mới nói: 'Sói ạ, bây giờ thì tao thấy mày đã hiểu tao rồi, chắc là mày sẽ tỉnh ngộ mà thay đổi cuộc đời mày đi chứ. Lẽ nào sống lương thiện không tốt hơn là đi ăn cướp sao? Mày hãy nói cho tao rõ nào!' Sói đứng lên và nói: 'Bổ già ơi, tôi chẳng có thì giờ đâu, nếu bỏ lỡ cơ hội thì lũ cừu nó tụ tập lại, thế là mất... ăn'. Rồi ba chân bốn cẳng chạy đuổi theo đàn cừu.

### Người Mù Và Sữa

Có một người mù từ lúc sơ sinh đến hỏi người sáng mắt:

- Sữa màu gì?

Người sáng mắt nói:

- Màu của sữa giống như tờ giấy trắng.

Người mù hỏi:

- Thế thì màu đó cũng sệt soạt dưới ngón tay ta như giấy à?

Người sáng mắt đáp:

- Không, sữa trắng như bột mì trắng.

Người mù hỏi:

- Thế thì nó cũng mịn và tươi như bột sao?

Người sáng mắt nói:

- Không, nó chỉ trắng như con thỏ rừng trắng thôi.

Người mù hỏi:

- Thế thì nó đầy lông tơ mềm mại như thỏ rừng à?

Người sáng mắt đáp:

- Màu trắng của nó giống như tuyết.

Người mù lại hỏi:

- Thế thì nó cũng lạnh như tuyết à?

Mặc dù người sáng mắt đưa ra bao nhiêu ví dụ, nhưng người mù vẫn không thể nào hiểu được màu trắng của sữa ra sao cả.

1. Bài này đã đăng trên tạp chí **Viên Giác** (ở Hannover, nước Đức), số 85, tháng 2/1995.

2. Chuyện này có trong **Kinh Bách Dụ**.

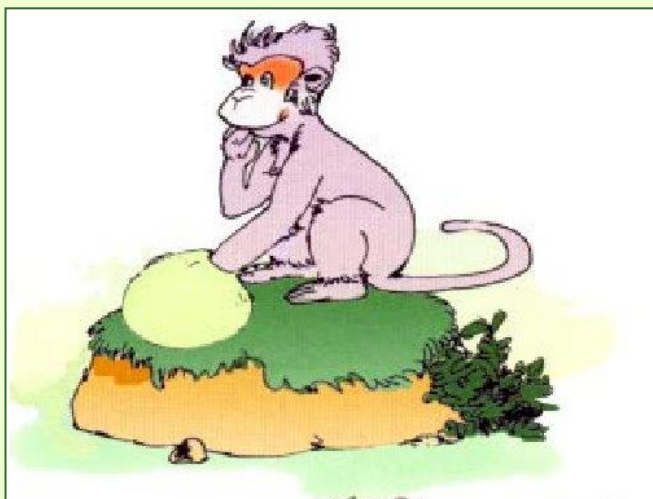
NĂM BÍNH THÂN NÓI CHUYỆN KHỈ  
**CÁI BÃY KHỈ**  
 NGUYÊN NHÂN CỦA KHỔ ĐAU  
 TÂM MINH—NGÔ TÀNG GIAO

Ở Trung quốc, những con khỉ bị bắt một cách rất đặc biệt. Thoạt tiên người đánh bẫy lấy một quả dừa. Rồi ông ta đục một cái lỗ bên hông vừa đủ cho tay thò vào khi tay không nắm lại. Rồi ông bỏ ít đậu phộng vào trong trái dừa và đặt trái dừa vào một nơi mà khỉ thường hay tới. Trước khi bỏ trái dừa lại, ông rắc một ít đậu phộng ở chung quanh trái dừa.

Sớm muộn gì một chú khỉ tò mò sẽ mò tới. Thoạt tiên nó sẽ ăn những hạt đậu phộng trên mặt đất. Rồi nó sẽ tìm thấy quả dừa và thấy dừa chứa đầy đậu phộng. Khi khỉ thò tay vào lỗ để lấy những hạt đậu, nó sẽ không thể rút tay ra vì tay nó bây giờ đang nắm giữ đầy các hạt đậu. Dù cố gắng để xoay sở và rút tay ra nhưng nó không thể thoát được. Nó sẽ kêu gào lớn tiếng và trở nên rất lo lắng.

Điều các con khỉ phải làm là hãy buông bỏ các hạt đậu để được tự do, nhưng nó sẽ không muốn làm điều đó. Trong tình trạng như vậy, khỉ bị người đánh bẫy tóm bắt dễ dàng.

***Chúng ta giống như con khỉ. Chúng ta muốn thoát khỏi khổ đau, nhưng chúng ta lại không muốn buông bỏ những ham muốn của chúng ta, những ham muốn đó thường gây cho chúng ta nhiều rắc rối.***



**The Monkey Trap**  
 THE CAUSE OF SUFFER

In China, monkeys are caught in a very special way. The trapper first takes a coconut. He then makes a hole on its side just big enough for a hand to go through when it is not clenched into a fist. He then places some peanuts in the coconut and puts it in a spot where monkeys usually visit. Before leaving the coconut behind, he would scatter some peanuts around the coconut.

Sooner or later, a curious monkey would come along. It would first eat the peanuts on the ground. Then, it would find the coconut and see that it is full of peanuts. When it puts its hand into the hole to help itself to the peanuts, it would be unable to withdraw its hand, which is now a fist full of peanuts. No matter how hard it struggles and pulls, it would not get free. It would cry out loud and become very anxious.

All the monkey has to do is to let go of the peanuts to get free, but it would not want to do that. In this situation, the monkey is easily caught by the trapper.

***We are like the monkey. We want to be free from suffering, but we are not willing to let go of our desires, which so often get us into trouble.***

# LÒ VI BA MICROWAVE - ĐO TỶ TRỌNG XƯƠNG - CHẤT XƠ

*Bác Sĩ Nguyễn Ý-ĐỨC*



## Lò Vi Ba (Microwave oven)

Lò Vi Ba hay là lò nấu dùng sóng cực ngắn, hiện nay đã rất phổ biến. Nhà giàu có thì mua một lò gắn vào tường với đủ nút bấm tối tân. Nhà nghèo cũng có thể mua được một lò vi ba cỡ nhỏ để trên mặt bàn, rất giản dị, dễ sử dụng.

Nấu thực phẩm bằng lò này đã trở thành một nhu cầu hàng ngày vì tiện lợi, mau chóng lại tốn ít nhiên liệu. Nhưng, như mọi sáng chế của khoa học, việc sử dụng lò cũng có một số điểm rủi ro, bất lợi.

Sau đây là một số điều cần lưu ý khi sử dụng microwave oven:

- Không nấu khi cửa lò không đóng kín hoặc bị vênh.
- Không hâm nóng các đồ nấu bịt kín vì áp suất lên cao bình sẽ nổ .
- Không mở lò khi không có thực phẩm trong lò.
- Luôn luôn có nước hoặc thực phẩm ướt khi dùng lò, để tránh cho ống magnetron khỏi bị hư hao.
- Khi món ăn quá khô, có thể để một ly nước trong lò. Nhiều người còn cẩn thận giữ ly nước trong lò dù không dùng, phòng hồ có người bất cẩn cho lò chạy khi không định nấu nướng. Nước có mục đích hút năng lượng điện tử trường, tránh cho ống magnetron bị cháy.
- Không chiên ngập mỡ (deep fries) trong lò vì chất béo quá nóng gây cháy phồng.
- Tránh mọi hư hao cho cửa lò như đè lên



cửa hoặc nhấc lò lên bằng cánh cửa lò.

- Vài năm kiểm tra lò một lần, coi có bị thất thoát sóng ra ngoài.

- Lau chùi và giữ cửa lò sạch sẽ để cửa luôn luôn khép kín, tránh thất thoát sóng vi ba ra ngoài.

Lò vi ba cũng thường được dùng để hâm sữa cho trẻ em. Vài điều cần để ý là:

- Sự phân phối sức nóng trong lò vi ba không đồng đều, nên nhiều khi bên ngoài bình sữa thấy lạnh mà sữa trong bình lại nóng quá. Trước khi cho trẻ bú, đập nắp, dốc ngược bình sữa vài lần cho nóng đều.

- Tháo núm bình sữa trước khi hâm, tránh phồng miệng con vì núm cao su quá nóng.

- Hâm sữa bằng bình nhựa an toàn, trong suốt, không màu. Tránh bình bằng thủy tinh vì có thể nứt.

- Trước khi cho con bú, thử vài giọt sữa trên mu bàn tay coi có nóng quá.

Một điểm cần lưu ý là Lò vi ba hiện nay rất an toàn cho người mang máy điều hòa nhịp tim (pacemaker) vì các y cụ này đều được che chắn chống lại phóng xạ hoặc sóng vi ba.

## Đo tỷ trọng xương

Về phương diện cấu trúc, xương là một cái sườn do chất đạm tạo thành. Trên chiếc sườn đó calci bám kín vào. Calci càng nhiều thì xương càng đặc, chắc.

Khoảng 99% calci trong cơ thể được dùng để tạo xương và răng. Phần còn lại lưu hành trong máu và có vai trò trong sự đông máu, co giãn cơ thịt, chức năng enzym . Khi lượng calci cho các nhu cầu thứ hai này thiếu thì sinh tố D sẽ lấy calci từ xương để đáp ứng. Trong suốt đời người, calci liên tục được đưa tới và lấy đi ở xương.

Vào thời kỳ thiếu niên, calci tới xương nhiều hơn là rời khỏi xương. Tới tuổi trung niên thì số lượng đến và đi bằng nhau. Nhưng khi lên tới tuổi già thì calci già từ xương nhiều hơn là tới với xương và xương sẽ mềm, đưa tới bệnh loãng xương (osteoporosis). Xương trở nên dễ gãy.

Đo tỷ trọng xương (densitometry) giúp tìm ra bệnh loãng xương trước khi có triệu chứng

bệnh như gãy xương, giảm chiều cao, lệch xương sống. Đây là một kỹ thuật khá chính xác để ước lượng nguy cơ gãy xương và để theo dõi việc điều trị bệnh này.

Những người nên làm thử nghiệm tỷ trọng xương là:

- Phụ nữ dưới 65 tuổi ở trong thời kỳ mãn kinh mà có một hay nhiều nguy cơ bị loãng xương;

- Tất cả phụ nữ trên 65 tuổi;

- Phụ nữ đã hết kinh mà bị gãy xương;

- Phụ nữ đang được điều trị với kích thích tố thay thế, với thuốc cortisone lâu ngày và phụ nữ thiếu estrogen;

- Người đang được điều trị bệnh loãng xương.

### Chất xơ

Chất xơ là một hỗn hợp carbohydrates nằm trong màng tế bào của thực vật.

Có 2 loại chất xơ:

- Loại không hòa tan trong nước có trong các loại hạt nguyên trạng, vỏ các loại hạt, rau, trái cây. Các chất này hút rất nhiều nước.

- Loại hòa tan trong nước có trong rau trái, gạo đỏ, yến mạch oats, lúa mạch (barley).

Nói chung, chất xơ có nhiều trong:

- Lá xanh của các loại rau. Cuống lá có nhiều xơ hơn rễ và củ;

- Thực vật tươi, không chế biến;

- Vỏ các loại hạt và vỏ rau trái cây;

- Hạt nảy mầm (giá đậu).

Các chất này đều không được tiêu hóa và có rất ít giá trị dinh dưỡng. Tuy nhiên khi ăn vào thì chất xơ có một số tác dụng tốt được nhiều người tin theo và khoa học thực nghiệm cũng phần nào đồng ý.

Riêng với táo bón thì sau đây là mấy điều cần lưu ý:

Vì không hòa tan trong nước và khi được ăn với nhiều nước, chất xơ có thể là môn thuốc an toàn và hữu hiệu để phòng tránh bệnh táo bón. Nó làm mềm và tăng lượng phân để bộ tiêu hóa dễ dàng thải ra khỏi cơ thể. Ngoài ra, khi vào đến ruột già, nó được vi sinh vật tranh nhau ăn, tạo ra nhiều hóa chất có hơi (gas). Các hơi này kích thích ruột già làm người ta mót "đi cầu." Một nhận xét cụ thể là trâu bò ăn cỏ, rơm rất nhiều chất xơ nên phần rất to và mềm.

Ngoài ra, cần để ý là coi xem mình cần ăn bao nhiêu mỗi ngày rồi tăng dần dần chứ không nên ăn quá nhiều ngay từ lúc ban đầu; nhớ uống thêm nước vì chất xơ hút nước rất mạnh; dùng vừa đủ với nhu cầu và nên ăn nhiều loại chất xơ khác nhau.



## VÒNG XOAY THỜI GIAN

*Sáng nay vô tình mở  
Bản nhạc thiên không tên  
Chợt giật mình tỏ ngộ  
Thấy điều gì quen quen*

*Ngộ không vì bài hát  
Mà là nhìn cuốn băng  
Nếu bên này cuộn chặt  
Bên kia mở thật nhanh*

*Thời gian cũng như thế  
Cuốn tuổi mình qua mau  
Rêu phong, đời hưng phế  
Tóc bồng chốc ngả màu*

*Nhưng đầu kia ngược lại  
Ta có bao niềm vui  
Có tình yêu đồng loại  
Có ngày về tỉnh khôi*

*Mùa thu, ôi lá rụng!  
Mùa đông dài lạnh căm  
Nhưng xuân về nắng ấm  
Hoa nở cả vườn tâm.*

## thơ HÀN LONG AN

Ngày cuối năm Tết Dương lịch, 2016  
Chùa Thiên Trúc, California, USA



[www.bsnguyenyduc.com](http://www.bsnguyenyduc.com)

# ĂN CHAY CÓ LỢI LẮM

*Tâm Lương Đào Mạnh Xuân*



Tại sao ta phải ăn chay?

Lý do ăn mặn, hằng ngày sát sinh (1)

Con vật cũng có tánh linh,  
Ham sống, sợ chết như mình chẳng sai.

Giết chúng ăn, thật ác thay!

Thần nhân đấy, Phật dạy bày, biết không ? (2)

Vì do nghiệp chướng chất chồng,  
Phải đọa làm kiếp có lông, có sừng, ...!  
Biết vậy, giết vật phải ngưng!

Nếu không, nhân quả chẳng dừng lại đây:  
Có ngày họ sẽ bằm (phanh, xé,...) thầy, (3)

Ăn ta thỏa hân, những ngày bị ăn.

Hại vật: què quặt tay chân, (4)

Có người già cả: một thân một mình. (5)

Mồ côi còn nhỏ, sơ sinh. (6)

Tất cả chỉ bởi vô minh tạo thành.

Thêm nữa, cũng nên nhớ rằng:  
Cúng chay ngày giỗ được tăng phước nhiều,  
Vong linh thân thuộc tiêu diêu,

Về cảnh giới tốt là điều không ngoa.

(còn) Thịt thân nhân kiếp lâu xa, (7 )

Đem lên dâng cúng ông bà,... đời nay.

Ôi quả thật trở trêu thay!

Người làm mang tội, tới ngày nào thôi!?

Thần thức người nhà nổi trôi,  
Trong ba đường ác biết hồi nào ra.

Ăn chay, ít bệnh hơn mà! (8)

Khoa học minh chứng, chắc là chẳng sai.

Lại thêm tuổi thọ kéo dài,

Nghiệp chướng diệt, mau ăn chay đợi gì!

Làm được: hiểu thảo nhớ ghi! (9)

Thân được khỏe mạnh, còn chi sướng bằng.

Lòng từ như Phật phát sanh.

Lúc mạng chung, về cảnh lành Tây phương./.

Xin mời quý vị đọc thêm bài sau đây lấy từ nguồn: "phatphap.orgfree.com/57.htm" để biết thêm sự lợi ích của việc Ăn Chay và tránh được những quả báo từ việc hại vật:

## CÔNG ĐỨC ĂN CHAY

+ Trong kinh Phạm Võng Phật nói: "Người ăn thịt chúng sanh mất lòng Từ Bi, dứt giống Phật tánh, mắc vô lượng tội."

Ăn, giết hại, sát sanh hiện đời chịu nhiều tật bệnh, tàn tật, chết yểu, nhiều tai họa, cốt nhục chia lìa; sát sanh là góp phần gây họa chiến tranh, thiên tai, lũ lụt, hạn hán v.v... Chết đọa ba đường ác (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh) chịu vô lượng thống khổ.

\* Sát sanh và những hành vi tương tự:

Tự tay mình giết, xúi người khác giết, giúp đỡ, khen ngợi việc giết hại, cung cấp dụng cụ giết, chỉ phương pháp giết, thích ăn thịt động vật, bắt và ăn thai trứng động vật.

\* Sát sanh và quả báo:

a) Nằm căn không được đầy đủ (mắt, tai, mũi, lưỡi, tay chân bị tàn phế) là do đời trước bắn, ném chim thú; hoặc chặt đầu bê chân, bê cánh chim, thú.

b) Già cả cô độc không con cái nương nhờ là do bắt trứng chim hoặc chim con, khiến cho chim mẹ mất con.

Chú thích:

c) Mồ côi từ nhỏ, không có người thân là do bắt súc sinh, trói buộc hoặc giam nhốt chúng, khiến cho chúng phải xa rời cha mẹ, anh em, đồng bọn.

d) Sanh làm trâu, cày bừa khổ còn bị đánh đập là do tham lam của người.

e) Hai tay cong queo không làm gì được, hai chân tàn phế, lưng gù, thân thể bại liệt do đời trước phá hoại nơi ở của thú, giăng lưới bắt cá, chim, thú hoặc bẻ tay chân làm tổn thương chúng.

+ Những ngày đám cưới, giỗ, tiệc tùng...chớ nên hại vật, sát sanh để ăn uống hoặc cúng tế. Vì sát sanh là tạo ác nghiệp, mà mong cầu sự an lạc, niềm vui hạnh phúc là điều không có thể. Tốt nhất, những ngày đó nên tổ chức chay; và việc cúng tế tuyệt đối cũng phải cúng chay. Được như vậy thì việc cúng tế mới được phước, để cảm ứng và linh nghiệm hơn, đồng thời không tạo tội lỗi.

Đức lớn của trời đất là sự sống. Đạo lớn của Như Lai là Từ Bi.

\* Người Ăn Chay Có Những Lợi Ích:

1) Là thuận lòng Từ Bi của Phật nên dễ cảm thông được Phật độ.

2) Có lòng Bồ Đề nên nghiệp chướng mau tiêu diệt.

3) Không vay nợ mạng nên không bị quả báo sau này.

4) Thân thể tinh khiết nhẹ nhàng, ít tật bệnh, tuổi thọ kéo dài.

5) Cuối cùng được sanh về cảnh giới an lành của Phật.

+ Phật thương chúng sinh hơn cha mẹ thương con, thấy chúng sanh đau khổ Ngài tìm

những cách để cứu khổ ban vui. Nếu chúng ta ăn chay trường, phóng sanh chim, cá là chúng ta có lòng Từ Bi giống Phật, thì Phật sẽ rất hài lòng. Lại nữa chúng ta đang tu niệm cầu sanh về cõi Cực Lạc để mau chứng quả cùng Phật độ sanh thì lòng từ của chúng ta hợp với Phật nên rất dễ độ, tu trì dễ được vắng sanh.

Nam Mô A Di Đà Phật.



### Chú thích:

(1) Đôi khi những người ăn mặn không tự tay mình giết vật để ăn, tức mình không trực tiếp làm. Nhưng mình ăn thịt chúng, mình phải chịu tội gián tiếp sát sinh.

(2) Trích từ: **PHẬT THUYẾT THẬP THIÊN NGHIỆP ĐẠO KINH (tập 38)**

**Người giảng: Lão Pháp Sư Tịnh Không**

Chúng sanh ở trong đường nào cũng đều có quan hệ mật thiết với ta, ngày nay chúng ta gọi là quan hệ thân thuộc. Nếu như chúng ta giết hại chúng sanh, ngược đãi chúng sanh, coi thường chúng sanh, Phật nói rất hay, là giống như đối xử với chư Phật, cha mẹ của mình vậy. Chúng ta với tất cả chúng sanh, với chư Phật Như Lai, trong quá khứ vô lượng kiếp đều có quan hệ thân thuộc, làm cha con lẫn nhau.

(3) Theo luật nhân quả, mình ăn thịt súc vật sẽ bị quả báo ở một kiếp nào đó về sau. Có nghĩa lúc ấy mình bị đọa làm súc sanh, họ sẽ ăn lại ta.

(4) "Sát sanh và quả báo" có ghi: Hai tay con queo không làm gì được, hai chân tàn phế, lưng gù, thân thể bại liệt do đời trước phá hoại nơi ở của thú, giăng lưới bắt cá, chim, thú hoặc bẻ tay chân làm tổn thương chúng.

(5) "Sát sanh và quả báo" có ghi: Già cả cô độc không con cái nương nhờ là do bắt súc sinh chim hoặc chim con, khiến cho chim mẹ mất con.

(6) "Sát sanh và quả báo" có ghi: Mồ côi từ nhỏ, không có người thân là do bắt súc sinh, trói buộc hoặc giam nhốt chúng, khiến cho chúng phải xa rời cha mẹ, anh em, đồng bọn.

(7) Lời giảng của Pháp sư Tịnh Không tại chú thích 2) ở trên: *Chúng ta với tất cả chúng sanh, với chư Phật Như Lai, trong quá khứ vô lượng kiếp đều có quan hệ thân thuộc, làm cha con lẫn nhau.*

8) Dẫn chứng sau đây lấy từ nguồn: (chỉ tóm lược lấy những phần cần thiết) <http://monchaythanhtinh.blogspot.com/2013/07/20-loi-ich-cong-uc-phuoc-bao-cua-su-chay.html>

\* người ăn chay có nguy cơ ung thư khoảng 5% tỷ lệ rất thấp, trong khi người ăn thịt cá có nguy cơ ung thư lên đến hơn 30%

\* Ăn chay xương sẽ dai hơn và ít vôi hóa, không bị đau lưng, nhức cột sống. Ăn chay không bị bệnh Gout và mọc mụn ở ruột già.

\* nhiều chất độc hại từ thịt cá gồm có thủy ngân, chì Cadmium, acid Arsenic... thấm vào người dễ gây ung thư Gan, Phổi và lá lách, cũng như bệnh hay dễ quện (lãng trí)

(9) Cúng chay ngày giỗ: cha mẹ, ông bà, tổ tiên mau về cảnh giới tốt: đó là Hiếu thảo.

### Phần ghi thêm:

(1) **Bệnh Alzheimer:** Bệnh lãng trí hoặc lú lẫn. Bệnh này người già thường mắc phải. Nếu quý cụ thường niệm Phật để cầu sinh về cõi Cực Lạc mà giờ phút lâm chung đầu óc không còn nhớ gì là trở ngại lớn. Để ngăn ngừa bệnh này từ bây giờ, xin đề nghị: (a) Hằng ngày nên làm một trong những động tác sau: Lạy Phật, đi bộ, tập thể dục, làm vườn. Giữ áp huyết ở mức 115/75 là lý tưởng và phải hít thở mạnh thật nhiều, để máu đưa lên não dễ dàng. (b) Về ăn uống: ăn nhiều rau tươi, trái cây tươi, ngũ cốc, nuts, dầu olive, uống trà, rượu nho, cà phê, nước xay sinh tố. Giữ đứng để bị bệnh tiểu đường. Bệnh này có nguy cơ mắc bệnh Alzheimer cao.

(2) **Sản phẩm từ đậu nành:** Lâu nay nhiều người có định kiến sai lầm về sản phẩm từ đậu nành. Họ nói rằng ăn các loại này nam giới sẽ mất khả năng sinh con. Vì vậy nhiều ông ăn chay không bao giờ dám đụng tới nó. Xin mời đọc bài viết sau đây để thay đổi quan niệm cũ, có tựa đề: "Đậu nành không ảnh hưởng sức khỏe sinh lý nam" lấy từ nguồn: <http://suckhoe.vnexpress.net/tin-tuc/cac-benh/dau-nanh-khong-anh-huong-suc-khoe-sinh-ly-nam-3221860.html> Lên website, có rất nhiều bài viết nói về Sản phẩm từ đậu nành. Cuối cùng, chúng tôi chọn bài này vì có **những thông tin đáng tin cậy được phát biểu từ** những chuyên gia dinh dưỡng và các nhà khoa học Việt Nam, Mỹ, Nhật bản tại hội thảo Quốc tế: "Dinh Dưỡng Đậu Nành và Sức Khỏe Nam Giới" được tổ chức ở TP.HCM ngày 20/05/2015. Sau đây là những thông tin đem lại kết quả tốt từ đậu nành:

(2.1) Tiến sĩ Mark Messina, giáo sư đại học Loma Linda (California, Mỹ) và cũng là Giám đốc Viện Dinh dưỡng đậu nành Mỹ cho rằng thực phẩm từ đậu nành sẽ góp phần giảm thiểu

nguy cơ phát triển ung thư, đột quỵ, tim mạch và tiểu đường.\*Hàm lượng tinh bột thấp trong đậu nành phù hợp cho bệnh nhân tiểu đường đang cần hạn chế hấp thụ tinh bột. \*Chất béo trong đậu nành rất có lợi cho tim.

\*Đạm đậu nành giúp giảm trực tiếp nồng độ cholesterol máu và giảm huyết áp.

\* Một phân tích các nghiên cứu dịch tễ học châu Á phát hiện mức tiêu thụ đậu nành cao giúp giảm đến 48% nguy cơ phát triển ung thư tiền liệt tuyến.

(2.2) Bác sĩ Chuyên khoa II Đỗ Thị Ngọc Diệp, Giám đốc Trung tâm Dinh dưỡng TP HCM khẳng định: "Tiêu thụ đậu nành giúp chống lão hóa, bảo vệ da, kiểm soát cân nặng, giảm nguy cơ ung thư vú ở nữ và ung thư tiền liệt ở nam giới, giảm nguy cơ bệnh tim mạch như xơ mỡ động mạch, tăng huyết áp, đột quỵ, giảm nguy cơ loãng xương. Đậu nành hoàn toàn không gây tác động đến chức năng sinh dục của nam giới",

(2.3) Tiến sĩ Bác sĩ Chisato Nagata đến từ Khoa Dịch tễ và Y tế Dự phòng Đại học Y khoa Gifu, Nhật Bản cũng đưa ra nhiều nghiên cứu có ý nghĩa tích cực về việc sử dụng đậu nành với sức khỏe nam giới tại đất nước mặt trời mọc.

### **(3) Đề nghị cách làm sữa đậu nành thủ công:**

(3.1): Đậu nành nguyên hạt: vừa đầy 01 chén ăn cơm.

(3.2): Rửa sạch, bỏ ngâm trong nước từ 7-8 tiếng (sao cho mềm hạt đậu).

3.3): Đúng giờ đem rửa sạch lần nữa. Không bỏ vỏ.

(3.4): Chia làm 2.// Bỏ vào máy xay sinh tố xay 1 nửa. Nước 3 ly loại 16 ounce. Khi đậu đã nhuyễn nát hết, đem lọc trong cái lọc bằng lưới.

- Một nửa còn lại, làm như lần đầu.

- Bã của 2 lần đổ chung vào máy xay, nước 3 ly, cũng lọc qua lưới.

- Lần cuối, bỏ bã vào xay lại lần nữa, nước 2 ly, cũng lọc qua lưới.

(3.5): Nước đậu đã lọc, đổ lọc lần cuối qua một bao may bằng vải thô cốt không cho có cạnh nhiều. Đun sôi. Không cần khuấy. Cho sôi chừng 15 phút là tắt bếp. Đoán sao lấy được 8 tới 9 ly là vừa độ đậm đặc. Dùng cho 2 người, 4 ngày. Có thể làm lượng đậu nành gấp đôi. Nhưng chứa trong ly thủy tinh 16 ounce. Để trong tủ lạnh có thể dùng tới 8 ngày. Đựng trong can lớn rất mau bị hư. Uống với mật ong càng tốt. Bã đậu đem cho chim ăn.



## **TÂM KINH**

*tìm hoài chẳng thấy Tâm đâu  
mỉm cười PHÁT báo: phía sau của người  
ngựa nào ăn cỏ đằng đuôi  
sao Tâm con lại  
nằm ngoài trần gian?*

*lang thang khắp xóm, cùng làng  
Tam Thanh chùa cổ  
rộn ràng lời kinh  
đất, trời luôn mãi phân minh  
cái không, cái có  
muôn hình vạn kia  
gương soi nên bóng  
mới nhờ  
nếu gương không có  
bóng chờ đợi chi  
cũng vậy  
khi bóng khuất đi  
vẫn gương còn đó lấy gì gương soi  
Thọ, Tướng, Hành, Thúc  
thế thôi  
đều là không cả  
muôn đời là không  
cho nên khi nói về Tâm  
là nói những chuyện  
nằm trong Biên, Trời  
cái muôn trùng ở trăm nơi  
cái Tâm nằm ở  
muôn ngoài dặm xa*

*thơ* **TRIỀU HOA ĐẠI**  
(Nhuận Minh)

# Tình ân ái là gốc của sinh-tử

Soạn giả: THÍCH MINH CHIÊU  
(trích Truyện Cổ Phật Giáo)



Bóng hồng vừa gác núi. Chim chóc từng đàn lũ lượt bay về tổ, kêu la rộn rịp. Trên con đường mòn khúc khuỷu, các bác tiêu phu vội vã cất gánh củi lên vai trở về làng mạc. Tiếng náo động vắng dần. Quang cảnh rừng rú mỗi lúc càng tĩnh mịch.

Thình thoảng một vài tiếng chuông chùa ngân nga từ xa vọng lại, dường như để thúc hối những người còn chậm bước chưa ra khỏi cảnh hoang liêu ghê rợn của núi rừng. Một vài tiếng hú kêu vang và sâu tận trong hốc núi càng làm cho những kẻ lạc loài khiếp đảm. Các loài thú dữ đã bắt đầu cuộc săn mỗi thường bữa, chốc chốc điểm lên những tiếng rống ghê người của chúa tể sơn lâm.

Từ trong thảo am bên mé núi, một vị Thiên sư lưng mang dây bồ, tay chống gậy tre, lần bước trên con đường mòn, tiến dần về phía xóm nhà cạnh mé rừng. Trời vừa sắp tối, vị Thiên sư đến nơi và đi ngay vào cổng, tìm lại nhà hai vợ chồng vị cư sĩ đã thọ giáo với Ngài.

Sau những lời chào hỏi, hai vợ chồng vị cư sĩ trải chiếu hoa mời Ngài an tọa. Trà nước xong, Thiên sư liền bảo:

"Từ ngày hai ông bà đã thọ giáo theo Phật đến giờ, tôi thường tới lui để thúc nhắc. Độ này việc tu niệm của ông bà được khá lắm, thật tôi rất lấy làm vui mừng. Song sự đời có hiệp phải có tan, hôm nay tôi đến đây để thăm và cũng để tỏ lòng từ giã hai ông bà. Ngày mai này tôi sẽ lên đường đi giáo hoá một nơi khác. Có lẽ cách nhau lâu, vì vậy tôi không dám hẹn ngày tái ngộ. Trước khi lên đường, tôi xin dặn lại ít

lời rất thiết, có thể là châm ngôn tu tập hằng ngày. Hai ông bà phải cố gắng niệm Phật đừng để lãng quên, nếu chẳng may có gặp việc gì xảy ra chênh lệch trong gia đình, ngoài xã hội, nên kiên nhẫn bỏ qua, tự an ủi lấy lòng. Giả như một trong hai người lâm bệnh nặng sắp đến giờ hấp hối, người mạnh cần nhất phải cho tỉnh tâm, sửa sang Phật tượng, hộ niệm cho nhau đến phút cuối cùng; đừng nên than khóc, van kêu, làm cho người chết phải bối rối, loạn niệm, khó được vãng sanh. Đây là một việc khó, mà nhiều người tu hành đã vấp phải. Nên tôi căn dặn hai ông bà hãy ghi nhớ. Được vậy, dù tôi ở cách xa, vẫn yên tâm hóa đạo."

Dặn dò, chỉ bảo đâu đó xong xuôi, rạng ngày vị Thiên sư lên đường...

Ngày tháng qua mau, phút chốc đã được hai thu. Nhờ y theo lời dạy của vị Thiên sư mà thời gian qua, hai vợ chồng vị cư sĩ ăn ở với nhau rất thuận hòa, hằng ngày làm phước, bố thí tưng kính niệm Phật chuyên cần, lối xóm nhiều người cảm mến.

Một hôm người chồng bị chứng thương hàn đau nặng, người vợ chạy thuốc tìm thầy đã hết hơi mà bệnh đầu vẫn còn nguyên đấy. Cuối cùng, có một vị danh y đại tài đã được mời đến do công lao của người anh họ chẳng ngại xa xôi rước về. Sau khi bắt mạch xong, vị danh y bảo:

"Bệnh này không qua khỏi ngày nay, vì mạch đã hết. Vậy bà đừng nên chạy chữa làm gì nữa cho tốn công

hao của, hãy lo liệu những vật dưỡng già mà thôi."

Người vợ lúc bấy giờ đã tuyệt vọng, tâm thần bà rối loạn, quên hẳn lời dặn bảo của vị Thiên sư, còn người chồng cứ nằm mê man mãi. Trong tình cảnh này, vì thương chồng, vì tủi phận, người vợ chỉ có nước gục mặt bên chồng khóc kể liên miên. Mãi đến khi người chồng mở đôi mắt thất thần nhìn vợ lần cuối cùng, mà người vợ còn ghé mặt sát mặt chồng nức nở van kêu:

"Mình ơi! Mình nữ nào chết đi để một mình tôi ở lại sống cô độc lẻ loi; hồi nào khổ sở có nhau, vui buồn cùng chịu, ngày nay mình bỏ tôi mình đi một mình! Mình ơi!"

Tội nghiệp người chồng vì nghe lời lẽ quá bi ai của vợ, cảm tình ân ái bất giác nổi lên, nhìn vợ mà hai hàng lệ thấm tuôn ra, nghẹn thở... rồi trút hơi cuối cùng.

Thần thức ông xuất ra nơi mắt. Người vợ vì gục mặt vào mặt chồng mà khóc, nên thần thức chui ngay vào lỗ mũi vợ, hóa thành một con sâu.

Chồng mất rồi, vợ lo tròn bốn phận, chôn cất xong xuôi, đám ma cũng khá lớn, những ơn nghĩa lối xóm cũng lo tròn. Đến khi bà con ai về nhà nấy, bấy giờ bốn bề lặng ngắt, người vợ vì thương chồng bạc





phận xét nỗi cô đơn hiu quạnh, lại thêm lỗ mũi mỗi ngày một lớn và đau nhức vô cùng. Nàng cứ ngày đêm kêu gào than khóc, làm cho những kẻ ở gần, ai cũng phải động lòng thương xót kẻ xấu duyên bạc phận.

Rồi một hôm, vị Thiên sư trở lại và ghé thăm. Người vợ vừa thấy bóng Ngài đã hồi hả chạy ra khóc than, kể lể... Vị Thiên sư ôn tồn bảo:

"Bà hãy nín, sống chết là lẽ thường, hễ có sanh là có tử. Người tu hành khi bỏ được thân khổ này như quặng được cái gánh nặng, bà nên mừng giùm chớ sao lại khóc? Bà còn than khóc thế là bà chưa hiểu đạo. Xin khuyên bà hãy nghe tôi, có thương nhớ nên để lòng, lo tu hành cho khuây lãng, nếu còn nặng lòng ái ân thì kiếp sau lại gặp nhau nữa, vay trả, trả vay thành một chuỗi oan gia vô cùng tận."

Sau khi nghe vị Thiên sư khuyên bảo, như giải được sự đau buồn, bà liền sửa lại mái tóc, rồi tình cờ khịt mũi mạnh văng ra một con sâu khá lớn.

Thiên sư cả cười bảo:

"Ở đời ít ai có nghĩa hơn bà, ai đời thương chồng mà

khóc đến có sâu trong lỗ mũi."

Bà then quá, toan lấy chân dậm chết con sâu. Vị Thiên sư vội vàng khoát tay bảo:

"Đừng, bà đừng nên làm thế, vì con sâu ấy là chồng bà đó!"

Bà lấy làm lạ lùng, hỏi: "Bach thầy, chồng tôi suốt đời niệm Phật, làm phước, tại sao chết lại sanh vào loài sâu bọ như thế?"

Thiên sư bảo:

"Bà đã quên lời tôi dặn, khi chồng bà chết và không lo tụng kinh niệm Phật và khuyên bảo chồng bà khởi chánh niệm, bà lại còn đem tình ân ái kể lể khóc than, nên chồng bà khi sắp mất, bị lòng thương vợ, nặng tình ân ái mà lãng quên chánh niệm. Vì vậy nên thần thức luyến ái không thể vượt lên cao, mà phải chui vào mũi bà thành sâu bọ. Than ôi! Uống một kẻ tu hành, đã mong thoát kiếp luân hồi lại còn bị ái ân cột chặt. Thật có khác nào con cò muốn cất cánh bay cao để thoát ngoài dò, bầy; nhưng khổn nỗi nó có bị sợi dây vô tình cột chặt vào chân. Thế

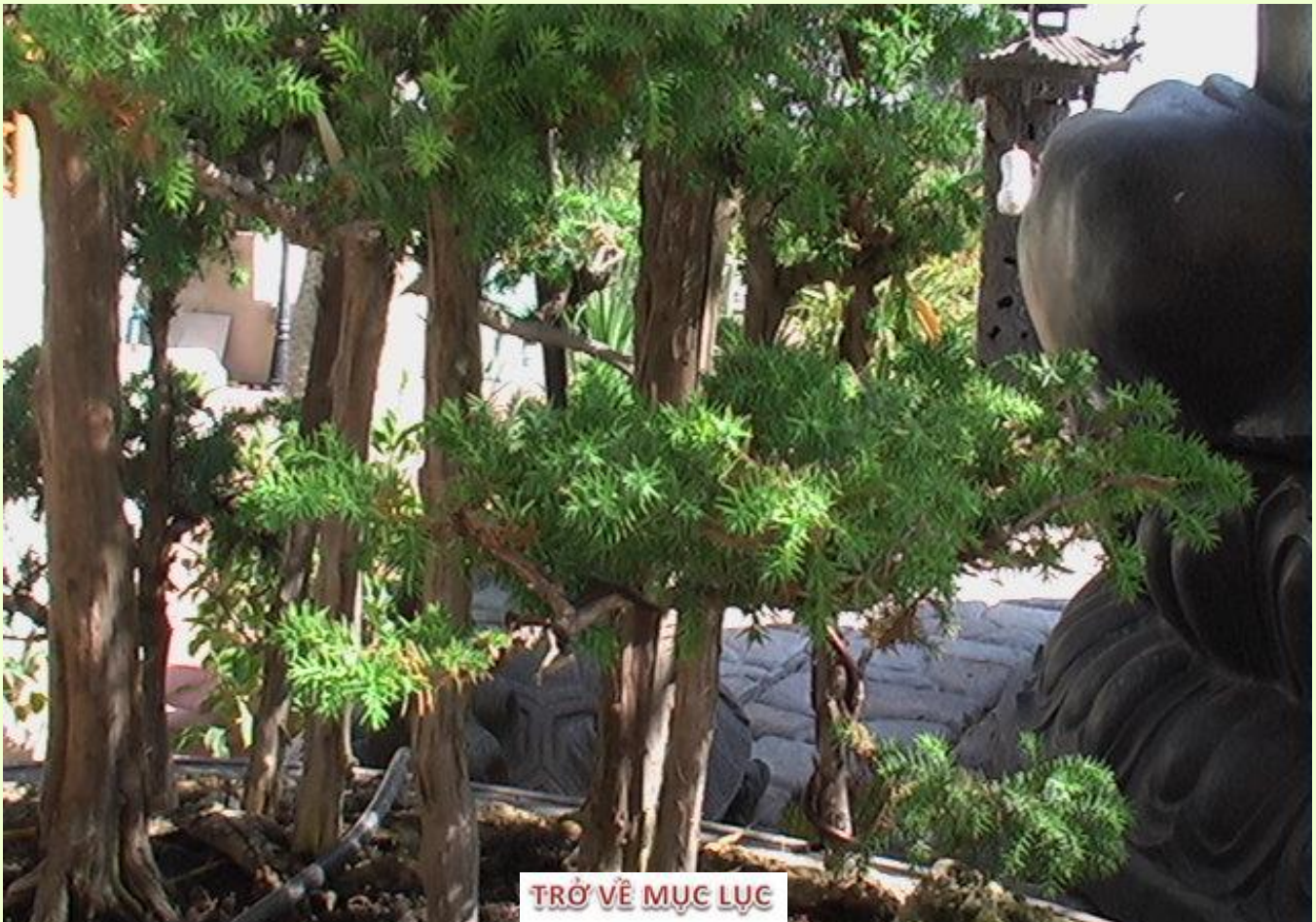
có tội nghiệp không?"

Thiên sư lại đến gần con sâu khẽ bảo:

"Người trước cũng nghe lời ta chăm chỉ tu hành lẽ ra thời đã được công đức lành mà sanh thiên hay vãng sanh Cực Lạc, song vì tình ân ái của vợ chồng người có con sâu thắm ngàn trùng, thành ra khi trút hơi cuối cùng mà còn gây nghiệp chướng nặng nề phải thành loài sâu bọ, thật đáng thương thay!"

Con sâu nằm im từ nãy giờ, dường như nó cũng tự biết hổ then ăn năn. Thiên sư chú nguyện cho và nhờ công đức lành đã tạo từ trước, nên con sâu quẩn quại một lúc rồi chết, thần thức lại sanh vào cõi người. Người vợ đã tự hồi và phát nguyện tu hành, niệm Phật, trì chí không thối lui, kết quả bà được vãng sanh.

Người ta cũng không phải chỉ có một đời sống ngắn ngủi mở đầu trên cái nô và chấm hết trên cái mồ. Lọt lòng và nhắm mắt chỉ là bình minh và đêm tối của một thời gian lặng lẽ trôi, không bao giờ tạm ngừng, không có đầu, không có đuôi.



thơ

HUỲNH MAI HOA

## NỢ ĐỜI

*Khi đã sanh ra một kiếp người  
Mấy ai đời sống được thành thời  
Tuổi xanh trả nợ cho đèn sách  
Tuổi lớn bon chen trả nợ đời*

*Nợ đời gồm có nợ áo cơm  
Làm cho người vất vả sớm hôm  
Tiện nghi đời sống luôn đòi hỏi  
Cứ mãi lo toan cũng mỗi mòn*

*Còn có nợ tình thật khó khăn  
Đó là nợ lớn nhất trần gian  
Suốt đời cứ phải loay hoay mãi  
Lo lắng làm sao vẹn mọi đàng*

*Cũng bởi người ta có tình thương  
Nên lòng cứ mãi bị tơ vương  
Đường tơ dính chặt vào mọi lối  
Để nhận vào người những xót thương*

*Thương mẹ cha gần đất xa trời  
Lo ngày mai đến chịu chia phối  
Thương con tuổi trẻ nhiều đại đột  
Không biết nên hư, để khổ đời*

*Thương anh, chị, em gặp khổ nghèo  
Phải lo giúp đỡ cảnh gieo neo  
Có khi phải gánh nhiều hệ lụy  
Cốt nhục đau buồn, ta khổ theo*

*Khổ nhất là mạng nợ vợ chồng  
Ở thì cũng khổ, bỏ không xong  
Tháng ngày không thấy đâu hạnh phúc  
Bạc cả đầu xanh, héo cả lòng*

*Biết phải làm sao dứt nợ đời  
Cũng là do nghiệp chướng mà thôi  
Phải lo trả mãi cho bằng hết  
Cố gắng tu hành mới thành thời.*

Sacto, 10-2-2015

## GIÁC MỘNG ĐỜI

*Khi mái tóc đã điểm màu sương tuyết  
Khi xác thân in hằn nét phong trần  
Khi tâm hồn mệt mỏi cuộc trăm luân  
Là đến lúc người xa dần cuộc sống*

*Lời cổ nhân: Đời người như giấc mộng  
Có qua rồi mới thấm ý người xưa  
Đã mộng rồi thì một thoáng thôi đưa  
Chuyện trong mộng có đáng gì để nói*

*Như nắng sớm rồi chiều sang rất vội  
Có ai mà níu được bước thời gian  
Như hoa kia sáng nở tối phai tàn  
Dù nuôi tiếc cũng ngậm ngùi chấp nhận*

*Mới thấy đó là ngày rằm trăng sáng  
Thoáng qua rồi ngày tăm tối ba mươi  
Mới hôm qua còn tiếng hát, nụ cười  
Mà nay đã đầm đìa dòng suối lệ*

*Chuyện còn, mát, vui, buồn, nào đáng kể  
Là chuyển xoay của giấc mộng vô thường  
Mộng tan rồi người cứ mãi vẫn vương  
Muốn giữ lấy những điều không có thật*

*Suốt cuộc sống, mộng này sang mộng khác  
Người miệt mài, gắng sức, để chạy theo  
Cho đến khi đời đã ngã bóng chiều  
Thân rời rã mới hay là ảo ảnh*

*Giác mộng cuối là thân này mất hẳn  
Người ra đi không thấy nữa bao giờ  
Mới hay rằng tất cả chỉ là mơ  
Mơ từ lúc chào đời cho đến chết.*



# Phương trời cao rộng

Truyện dài của VĨNH HẢO

## Chương tám

Phật học viện Hải Đức là trường đào tạo học tăng trong lứa tuổi và trình độ của thầy Châu, thầy An, thầy Thông Chánh... chứ không phải cho bọn tiểu loại choai như chúng tôi. Vì vậy, tiểu ở viện chỉ đếm được trên đầu ngón tay. Sung lại bỏ về, bây giờ chỉ còn Sang, Thỏa, Thiệt, Xuân, Dũng, Kính, Thông, Sáng và tôi. Chín người. Trong số chín người đó, chỉ có bốn là xin theo học lớp Sơ đẳng Phật học tại Phật học viện Linh Sơn. Việc tham gia lớp học Sơ đẳng này không bị bắt buộc. Các chú Sang, Xuân, Thỏa thì thuộc lứa tiểu lớn; còn Thiệt và Thông (tuy cũng lớn nhưng trình độ thấp ngang chúng tôi) thì không muốn đi. Cho nên, mỗi chiều vào giờ phóng tham, chỉ có bốn đứa chúng tôi (Dũng, Kính, Sáng và tôi) cùng cuộc bộ từ viện Hải Đức đến viện Linh Sơn ở Cầu Dứa. Hai viện cách nhau chừng bốn cây số. Đi bộ khoảng hơn nửa giờ thì tới nơi. Ngồi nghỉ mệt đầu chừng nửa giờ nữa thì đến giờ học.

Ngày đầu, thầy quản chúng đưa chúng tôi vào lớp, những ngày kế, chúng tôi tự động đi học. Nhưng Phật học viện Linh Sơn có gần một trăm chú tiểu với nhiều lứa

tuổi khác nhau, từ năm sáu tuổi cho đến mười sáu mười bảy tuổi, nên trình độ học của các chú rất chênh lệch, khó có thể có được một trình độ học thống nhất và hoàn hảo. Ban giám học Phật học viện đã chia các chú tiểu ở đây thành hai, ba lớp. Có môn học chung, có môn học riêng. Thầy quản chúng của viện Hải Đức đảm trách môn Lịch sử Phật giáo tại đây vào một tối trong tuần. Ngày thầy ấy dạy, bọn tiểu ở Hải Đức chúng tôi theo thầy đi, rồi theo thầy về; còn những ngày không có thầy, chúng tôi đến học rồi xin ở lại cho đến trời mờ sáng mới về lại Hải Đức. Nguyên do phải xin ở lại chẳng gì khác hơn là sợ ma. Phật học viện Linh Sơn nằm ở vùng quê, chung quanh là ruộng. Từ quốc lộ vào đến viện Linh Sơn cũng mất gần một cây số trên một con đường ngoằn ngoèo không có điện đường mà chỉ có những bụi tre hay những bụi rậm um tùm. Lúc đi thì mặt trời sắp lặn, hãy còn sáng, chúng tôi đâu có sợ gì nhưng lúc về thì đã tám, chín giờ tối, con nít như chúng tôi thực tình là chẳng dám đi. *Rừng nào cọp nấy thôi!* Ở viện Hải Đức cũng có những khoảng núi rừng rậm rạp, rần rít, khi, sóc v.v... nhưng

chúng tôi đã quen, không thấy sợ. Các chú tiểu ở Linh Sơn thì quen thuộc với cảnh đêm của vùng Cầu Dứa. Cũng may là mỗi tuần chúng tôi cũng chỉ học có ba đêm với các môn Hán văn, Luật Sa-di và Lịch sử Phật giáo. Một đêm theo thầy quản chúng về, hai đêm kia mới ở lại. Tuy vậy, cũng có lúc mặt trời lặn sớm hay vì chúng tôi đi hơi trễ nên mới ngang khúc đường ruộng gần viện Linh Sơn thì mặt trời đã lặn hẳn, đường đi mờ mờ mịt mịt, chúng tôi phải nín thở niệm Phật, niệm thần chú mà bước.

Có lần, Sáng đi chậm quá cứ lọt mãi phía sau, chúng tôi đi một chặp lại phải đứng chờ; Kính và Dũng bức quá liền bàn nhỏ với tôi là hè nhau chạy để Sáng sợ mà chạy theo cho mau. Lúc đầu tôi không đồng ý, nhưng thấy chuyện này cũng là trò vui chứ chẳng hại gì nên khi Kính và Dũng vừa la lên "Ma" rồi vụt chạy trước, tôi cũng chạy theo. Ba đứa vừa chạy vừa cười, vừa ngoái đầu nhìn lại coi Sáng thế nào. Nhưng ông Phật con có tên là Sáng này cũng lì lẫm. Thấy bọn tôi bỏ chạy trước, ông hơi nhớm chân một chút, tính chạy theo rồi lại đổi ý, cố gắng giữ bình tĩnh, niệm "An ma ni bát di hồng" mà thủng thỉnh bước. Kính và Dũng thấy chuyện dọa ma không kết quả

(vì chữ “ma” hãy còn trừu tượng, khái quát quá thì phải!) nên đứng lại từ xa, gợi lên những hình ảnh rõ rệt hơn:

“Có ai ngồi trong bụi tre ngó ra kia!”

Ông Phật con chưa nao núng, vẫn bước từ từ, nhưng niềm chú dôn dập hơn:

“An ma ni bát di hồng, án ma ni bát di hồng...”

Dũng bèn chêm vào thêm một câu:

“Có con ma ngồi dưới ruộng le lưỡi lên kia!”

Ông Phật con vẫn chưa chịu chạy, nhưng chân bước nhanh hơn một chút, miệng niệm thầy chú lia lia:

“An ma ni bát di hồng, An ma ni bát di hồng, An ma ni bát di hồng...”

Kính lại thêm vào hình ảnh khác:

“Có bà già ẵm con khóc sau lưng kia!”

Ông Phật con dợm mình một chút, niệm thật to câu thần chú để trấn át sợ hãi, “AN MA NI BÁT DI HỒNG!”, nhưng rồi hình ảnh một mẹ già ẵm con chạy theo phía sau, đưa bàn nhăn nheo ra khều ngoắc, có vẻ ghê khiếp quá khiến ông Phật con không sao bình tâm nổi, bèn... chạy. Thần chú cũng rơi rớt theo bước chân thỉnh thoảng. Kính và Dũng thấy Sáng chạy thì khoái trá lắm, vừa vười nắc nẻ vừa chạy mau hơn vào cổng viện Linh Sơn. Tôi cũng phải bật cười theo, không sao kèm nổi.

Đó là trời chỉ hơi mờ tối thôi mà còn vậy. Sau giờ học là chín giờ đêm rồi, làm sao chúng tôi dám về. Đành phải ngủ lại đêm với gần một trăm chú tiểu khác.

Chùa Linh Sơn vốn là ngôi chùa do thầy Như Ý làm trụ trì. Sau, thầy vận động một số thầy khác cùng thành lập một Phật học viện Sơ đẳng để nuôi dạy các chú tiểu. Từ đó, chùa Linh Sơn trở thành Phật học viện Sơ Đẳng Linh Sơn; và thầy trụ trì nhận chức giám sự cho Phật học viện. Ngoài chánh điện và Tổ đường đường rộng lớn, viện Linh Sơn còn có dãy hậu tổ, trai đường dành cho cách thầy và các chú sa-di



lớn tuổi, có ba phòng khách tầng năm phía sau; bên trái chánh điện là một tịnh thất có gác của thầy giám sự; bên phải chánh điện, cách một khoảng sân là phòng học và một dãy nhà nhỏ gồm hai phòng ngủ; đi sâu vào trong là nhà bếp và phòng ăn nhỏ cho các chú tiểu. Phía sau dãy hậu tổ là một dãy phòng dài chia làm nhiều gian, mỗi gian có bốn giường ngủ nhỏ ở bốn góc; các gian được ngăn cách bởi một vách tường, nhưng các vách đều được chia làm hai để chừa một cửa cái không có cánh nằm ở giữa. Như vậy, từ đầu dãy có thể nhìn tới cuối dãy, không gì ngăn ngại. Vị quản chúng có thể đi tuần tra dễ dàng qua lối đi ở giữa dãy phòng này.

Các chú tiểu ở Linh Sơn quá đông, có nhiều chú hào hao giống nhau làm tôi lẫn lộn hoài. Có vài chú mới bốn, năm tuổi. Chú lớn nhất là mười lăm, mười sáu tuổi. Sau giờ học, tôi ngồi ở thềm chánh điện nhìn sinh hoạt của viện Linh Sơn, thấy chú này chạy ra chú kia chạy vô, kêu réo, chọc ghẹo, cười giỡn, nạt nộ, la khóc, thưa kiện nhau... thật là lằng xằng, rộn ràng đến nhức đầu. Thầy giám sự ở đây ắt phải có tình thương bao la và tính nhẫn nại kinh khiếp lắm mới có thể chịu đựng nổi cả trăm đứa bé *quần thảo* thầy suốt ngày đêm. Thầy cũng phải tài giỏi lắm mới đưa viện Linh Sơn với trăm chú tiểu đủ lứa, đủ thành phần con cháu xã hội vào nề nếp thiền môn. Nhìn qua, thấy các chú ra vào tấp nập, xem có vẻ như không trật tự, nhưng kỳ thực, những sinh hoạt của các chú đều nằm trong khuôn khổ cả rồi.

Sinh hoạt ở Phật học viện nào cũng vậy, giống như một trại lính. Kỷ luật, nội quy rất gắt gao. Tên lính ba gai nhất cũng phải vào khuôn mà tên lính hiền nhất, có khi cũng nổi máu ba gai, phá kỷ luật như ai vậy. Nhưng phạm nội quy, phá kỷ luật, đôi lúc lại là cái dễ thương nhất của con người trong một trường hợp và thời gian nào đó trong đời.

Đêm đầu tiên ở lại, đang ngồi quan sát các chú, bỗng nghe keng báo ba tiếng. Có một chú lớn hơn tôi vài tuổi—chắc là chịu trách nhiệm “*tiếp khách*” với chức tri khách hay chúng trưởng, phòng trưởng gì đó của một dãy phòng—đến mời chúng tôi vào phòng tầng để ngồi thiền niệm Phật trước khi ngủ. Chúng tôi theo chú ấy vào dãy phòng lớn nhất của chúng tiểu tại đây. Nơi đó, chúng tôi được sắp xếp nhường cho chỗ ngủ—vì chúng tôi ngủ lại đêm phải chiếm mất chỗ ngủ của vài chú tiểu nơi đây. Dù sao chúng tôi cũng là “*khách tiểu*” nên được nhường cho hai cái giường. Như vậy, Kính và Dũng chung một giường, tôi và Sáng chung một giường (Dũng và Kính không thích Sáng, còn tôi và Sáng dù sao cũng có ngủ chung trong phòng thầy tôi ở viện Hải Đức rồi). Chẳng có mừng gì cả. Ban đầu thấy các chú nhường chỗ cho chúng tôi phải lau nền xi-măng mà nằm, chúng tôi cũng ái ngại. Nhưng sau đó mới biết rằng không phải chỉ hai chú nhường chỗ mới nằm đất mà nhiều chú khác cũng bỏ giường xuống đất mỗi đêm vì các chú thích nằm vậy cho mát; hoặc có chú biết phận mình ngủ mê hay té xuống đất nên đã dọn sẵn nền đất mà nằm để khỏi mất công té đi đâu nữa. Cho nên chuyện mừng mừng cũng chẳng phải ở viện thiếu thốn gì. Chỉ tại các chú muốn vậy mà thôi. Có nhiều lý do để khỏi giăng mừng lắm: thứ nhất, lười biếng; thứ hai, mỗi chú chỉ được cái giường nhỏ, nằm xoay qua xoay lại là đứt giầy mừng mà khi giăng lại thì đinh mắt, giầy thiếu (có chú khác

ăn cắp đình và gỡ giây của mình rồi!); thứ ba, phòng đông người lại kín gió, ngủ trong mùng nục nội không chịu nổi; thứ tư, nếu ngủ có đái dầm thì chỉ cần lau cái nền đất thôi, khỏi phải lau giường hay giặt mùng.

Tôi hỏi hai chú nằm dưới đất gần chỗ mình nằm:

"Mấy chú nhường mùng cho tui tui nên không có mùng hả?"

Một chú trả lời:

"Đâu có, trong kho còn dư mùng để dành cho khách nữa mà. Treo mùng chi cho mệt!"

"Nhưng muỗi cắn chết đó!"

Chú khác nói:

"Xí, ở đây có bao nhiêu muỗi đâu. Trăm người ngủ ngoài mùng, muỗi chia nhau mỗi con một người thì cũng đâu có sao!"

Chú kia lại thêm vào:

"Vớ! Lại tui này giăng mùng cũng như không thôi, ngủ mê rồi tay chân cũng thò ra khỏi mùng cho muỗi đốt. Vậy giăng làm gì cho phiền chứ!"

Tính kỹ tới mức đó thì tôi cũng chịu thua, còn ý kiến gì để mà bàn góp nữa.

Nhưng chuyện mà tôi chẳng bao giờ quên được nơi mái viện Linh Sơn là trò chơi nghịch ngợm của các chú tiểu tại đây mà tôi chứng kiến trong một đêm ngủ lại.

Trò chơi này không biết có xảy ra thường xuyên không. Chỉ biết là vào một trong những đêm tôi ngủ lại, trò chơi đã diễn ra sau giờ tham thiền niệm Phật, tức là đã đến giờ chửi tịnh (ngủ). Có lẽ trò chơi này chỉ được bày ra trong dãy phòng lớn cách xa phòng thầy giám sự và các vị trong ban lãnh đạo Phật học viện. Bọn "khách tiểu" chúng tôi lúc đầu chẳng hiểu gì, nhưng trò chơi cứ tái đi tái lại, nên khờ mầy cũng thành quen thôi.

Đêm ấy, sau giờ niệm Phật, chúng tôi nằm xuống, nói chuyện nho nhỏ đôi lời rồi ngủ. Bỗng thấy đèn thật sáng lên khắp dãy phòng. Đèn của các gian buồng bắt chung một công tắc nên chỉ cần bật một cái là có thể thắp sáng hết cả dãy. Tôi tưởng là vị quản

chúng hay chúng trường vào phòng tuần tra gì đó. Nhưng một chú tiểu nằm dưới đất, kê giường nằm của tôi, vọt chồm lên nói nhỏ với tôi:

"Chuẩn bị nghe, khi nào đèn tắt thì xích sát vào vách chứ không thôi tui nó *uỳnh* đó."

Tôi chưa kịp mở miệng hỏi lại cho rõ thì đèn tắt cụp một cái, tối thui, chẳng thấy gì nữa. Cũng lúc đó, có tiếng thụi nhau nghe bình bịch, thùm thụp... thỉnh thoảng lại có tiếng la lên "ui chao," "ái da!" Rồi nhiều tiếng chân chạy rần rật qua lại trong phòng. Tôi đẩy Sáng xích vào góc tường rồi ngồi che ở ngoài để bảo vệ chú ấy. (Sáng là ông Phật con lúc nào cũng lim dim niệm Phật bất ẩn mà, cho nên không bảo vệ ông thì ông bị đòn oan tội nghiệp!). Đâu chừng hai, ba phút thì đèn bật sáng trở lại. Tôi chỉ kịp thấy mấy chú nằm gần nhất rút người lại, giả đồ nằm ngủ. Vị trí ai nấy giữ. Có vài chú lui về chỗ nằm của mình không kịp, đứng xớ rớ giữa đường hoặc giả đồ chậm rãi đi ngang qua các gian buồng, miệng cười tùm tùm. Rồi bỗng thấy mấy chú đầu từ cuối dãy cùng đi ngang, nhìn rõ từng mặt người ở mỗi gian. Tôi đoán là những chú này bày đầu và kiểm soát trò chơi. Các chú ấy đang đi một vòng để nhìn xem ai nằm chỗ nào, người mình muốn đánh đang nằm ở đâu. Các chú đi dần đến chỗ cái công tắc điện. Ở đó có hai chú khác đứng sẵn, chắc là để bảo vệ và kiểm soát cái công tắc khi muốn bắt đầu hay kết thúc trò chơi. Các chú đứng lại nói chuyện to nhỏ với nhau gì đó. Tôi hỏi Hưng-chú tiểu khi nãy báo tui biết về trò chơi-để biết tình hình thế nào:

"Xong chưa vậy?"

"Chưa đâu. Mới thử thôi. Chút nữa còn ác liệt hơn nữa, kéo dài hơn nữa."

Nghe vậy, tôi ngó qua Kính và Dũng, dặn nhỏ:

"Nếu đèn tắt, hai chú ngồi sát vô góc kia nghe, còn không thì qua đây, bốn đứa

ngồi chung một góc này, chẳng ai đụng đến đâu. Đi lộn xộn ở ngoài mới bị đòn."

Nhưng Kính và Dũng cứ cười cười, nói nhỏ với nhau gì đó, trông chú nào cũng có vẻ thích thú và sẵn sàng để tham gia trò chơi. Bỗng nghe cụp một cái. Đèn lại tắt, trong phòng tối như mực, vài tiếng la ó lên như sợ hãi, chắc là tiếng của các chú nhỏ nhất (bốn, năm tuổi). Các chú ấy thì chẳng ai đánh đập đầu, nhưng biết có chuyện đánh nhau xảy ra trong phòng, các chú la lên để khỏi bị đánh nhầm mà thôi. Tiếng chân người chạy. Tiếng đấm nhau nghe thỉnh thoảng. Và những tiếng "ai da," "ui chao" lại vang lên. Tôi và Sáng cứ ngồi yên một góc. Các chú nằm đất hình như đã chạy đi đâu rồi, chẳng nghe thấy tiếng. Dũng và Kính cũng rút vào góc thủ thế hay sao mà tôi chẳng thấy động tĩnh gì phía bên giường của hai chú. Tôi cố nhướn mắt soi thủng bóng tối để ít nhất cũng nhìn thấy những gì xảy ra gần chỗ mình nhất mà vô hiệu. Tối quá. Tôi đưa tay sờ thử trong góc xem Sáng có còn ngồi đó không hay đã bị tha đi rồi. Còn. Ông Phật con hãy còn ngồi trong góc, chắc là đang lim dim niệm Phật cho tai qua nạn khỏi! Bỗng có người quơ tay đấm vào ngực tôi. "Bịch, bịch". Tôi lấy hai cánh tay ôm che lấy mặt và phần trước ngực. "Bịch, bịch," lại đấm nữa, thấu trên lưng tôi. Tôi hơi ngửa người ra sau, vung tay loạn xạ, đấm về phía trước. "Hự!" Hình như trúng ai đó. Kê trước mặt chắc là bỏ chạy rồi, nhưng một người khác, rồi một người khác nữa xông vào, một kẻ chụp lấy chân tôi mà kéo, một kẻ đấm thỉnh thoảng trên đầu, trên vai, trên lưng tôi. Cha! Đến nước này thì chắc là không cần phải nhìn nữa rồi. Tôi ráng chịu đòn, quờ quạng một lúc mới bầu được hai tay vào thành giường, tung mạnh hai chân về phía trước. Rầm! Nghe như tiếng có người té ngựa thì phải. Nhưng một người khác hãy còn xông vào đấm tôi. Lại

thiệt! Tôi đứng dậy, vừa gạt vừa đỡ lung tung, hướng về phía có hai cánh tay hăng hái vung về phía mình, một tay che ngang mặt, một tay đâm thẳng. Đăm theo kiểu các võ sĩ quyền anh. Đăm thẳng, chẳng quơ quào làm gì yếu lắm. Hự, hự. Đối thủ chịu không nổi, rút lui ngay. Tôi vội lui về phía góc giường, lại đưa tay sờ vào trong, kiểm tra ông Phật con còn ngồi đó không. Không! Chết rồi, ông Phật bị khiêng đi rồi! Tôi hốt hoảng kêu lên:

“Sáng! Sáng! Chú đâu rồi?”

Vừa lúc đó thì đèn lại bật lên, chói cả mắt. Tôi đảo mắt nhìn quanh thật nhanh trên giường mình và giường kế bên của Dũng và Kính. Chẳng thấy ai cả. Nhưng ông Phật con tên là Sáng kia thì đang đứng ở lối đi chính, tức là phía đầu giường tôi, hai mắt ông nhắm nghiền, hai tay quơ hung hồ về phía trước như hai cặp chong chóng. Đèn bật lên rồi, chiến tranh đã kết thúc rồi, mà ông hãy còn nhắm mắt, quơ tay, miệng cười rất vui như thể chẳng còn gì trên đời vui bằng. Tôi kêu lớn:

“Sáng!”

Sáng giật mình mở mắt ra, thấy thiên hạ chung quanh ai cũng đã “ngưng chiến” hết rồi thì mắc cỡ, chạy về lại chỗ nằm. Miệng hãy còn cười khoái trá. Một phút sau, Dũng và Kính mới khom người chạy về đến chỗ nằm, leo nhanh lên giường giả đồ nằm ngủ. Chắc là hai cậu đi *chinh chiến* ở phương xa mới về tới. Và chắc là có thầy nào nghe ồn, xuống kiểm tra. Cả phòng im phăng phắc. Có tiếng thầy la ở đầu dãy phòng. Tôi nằm xuống mà trong lòng hãy còn bàng hoàng. Té ra trận chiến trong cõi u u minh minh này lại lôi kéo được cả ông Phật con tham gia. Chẳng qua đó là một trò chơi thôi mà. Trò chơi thì phải vui, phải tích cực tham dự, ai đăm mình chẳng biết; trò chơi nó vô tư như vậy đó, đâu phải vì thù hận ganh ghét gì nhau đâu, chơi xong thì ngủ, có gì mà bận tâm chứ! Có tôi mới là kẻ lạc hậu chỉ biết thu vào một góc để tự vệ mà thôi. Tôi nằm im ngẫm lại chuyện đã qua, bật cười một mình.

(mời đọc tiếp chương 8, kỳ 2)

**Vĩnh Hào**

## The Story of Anitthigandha Kumara

### *Dhammapada—Verses 215*

While residing at the Jetavana monastery, the Buddha uttered Verse (215) of this book, with reference to a youth, named Anitthigandha.

Anitthigandha lived in Savatthi. He was to marry a beautiful young girl from the city of Sagala, in the country of the Maddas. As the bride was coming from her home to Savatthi, she became ill and died on the way. When the bridegroom learned about the tragic death of his bride he was brokenhearted.

At this juncture, the Buddha knowing that time was ripe for the young man to attain Sotapatti Fruition went to his house. The parents of the young man offered alms-food to the Buddha. After the meal, the Buddha asked his parents to bring the young man to his presence. When he came, the Buddha asked him, why he was in such pain and distress and the young man related the whole story of the tragic death of his young bride. Then the Buddha said to him, "O Anitthigandha ! Lust begets sorrow; it is due to lust for things and lust for sensual pleasures that sorrow and fear arise."

Then the Buddha spoke in verse as follows:

Verse 215: Lust begets sorrow, lust begets fear. For him who is free from lust there is no sorrow; how can there be fear for him?

At the end of the discourse Anitthigandha attained Sotapatti Fruition.



Translated by **Daw Mya Tin, M.A.**,  
Burma Pitaka Association, Rangoon, Burma 1986.