



CHÁNH PHÁP

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



“DÙ PHẢI CHỊU MUÔN NGÀN GIAN KHÓ
CON GIỘC LÒNG VĨ ĐẠO HÝ SINH...”

HT. Thích Trí Thủ

17

THÁNG 4.2013



CHÁNH PHÁP

HOẲNG 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: **ĐD. Thích Đồng Trực**
Thư ký: **ĐD. Thích Chúc Thiên**
Thủ quỹ: **Ni sư Thích Diệu Tánh**

Chủ biên: **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: **Vĩnh Hào**
Hình bìa: **Anarchy (pixabay.com)**

LIÊN LẠC:

- Bài vở: 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 hữu duyên trong cả thế giới của trời và người. Chánh Pháp ấy là thuốc hay, nhưng bệnh mà không uống thì chẳng phải là lỗi của thuốc. Trong kinh Di Giáo, đức Phật cũng ân cần huấn thị lần chót bằng những lời cảm động như sau: "Thể hiện lòng đại bi, Như Lai đã nói Chánh Pháp ích lợi một cách cứu cánh. Các thầy chỉ còn nỗ lực mà thực hành... Hãy tự cố gắng một cách thường trực, tinh tiến mà tu tập, đừng để đời mình trôi qua một cách vô ích, và sau này sẽ phải lo sợ hối hận."

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

www.chanhphap.us

NỘI DUNG SỐ NÀY:

- THƯ TÒA SOẠN, trang 2
- TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI (Điều Âm lược dịch), trang 3
- TÍN TÂM NIỆM PHẬT VẤN CÓ CÔNG HIỆU (HT. Thích Trí Thủ), trang 8
- TIÊU SỬ VÀ CÔNG HẠNH CỔ ĐLHT. THÍCH TRÍ THỦ (THGL soạn), trang 9
- QUỖ TRƯỚC ĐIỆN (sám nguyện HT. Thích Trí Thủ), trang 10
- BA THIÊN DUYÊN VỚI ÔN GIÀ LAM... (ĐNT. Tín Nghĩa), trang 12
- NHỮNG GIỌT NƯỚC MẮT (Thích Thái Hòa), trang 15
- CHƯƠNG TRÌNH VÀ THÔNG BÁO LỄ HỘI PHẬT ĐẢN (Ban Tổ Chức) tr. 16
- CƠN ĐƯỜNG DẪN ĐẾN CHÂN HẠNH PHÚC - tiếp theo (HT. Thích Trí Chơn dịch), trang 18
- PHÁP ÂM ĐỒNG VỌNG (Thích Phước Sơn), trang 22
- BUÔNG (thơ Vĩnh Hào), trang 23
- HÌNH ẢNH LỄ HỦY KỶ HT. THÍCH ĐỨC NIỆM (TV Hộ Pháp), trang 24
- THÔNG BÁO AN CƯ KIẾT HẠ NĂM 2013 (TV Tăng Sự), trang 25
- ĐỨC PHẬT VỚI NHỮNG NGƯỜI TRẺ TUỔI TRONG KINH TRUNG A-HÀM - tiếp theo (Thích Phước An), trang 26
- DẰNG TỪ TRÊN ĐÔI TRẠI THỦY (Thích Nguyên Siêu), trang 29
- CHUYỆN PHIÊN ĐÁ ĐỀ THI (Tâm Tấn), trang 32
- TẢN MẠN TÂM TƯ (Toại Khanh), tr. 33
- NIỆM PHẬT THẬP YẾU (Duyên Hạc - Lê Thái Ất), trang 34
- XUÂN VỌNG (thơ Chân Minh Trí), tr. 35
- PHƯƠNG PHÁP TRUYỀN ĐẠT TRONG PHẬT GIÁO VÀ TRONG MÔI TRƯỜNG GDPT (Tâm Minh Vương Thúy Nga), trang 38
- TU SĨ VÀ LUẬT DI TRÚ TẠI HOA KỲ - Đơn I-360 (Huỳnh Tấn Lê), trang 40
- CÓ MỘT NGÀY, QUA SÔNG, CÓ KHÔNG... (thơ Kha Nguyệt), trang 41
- GIỚI THIỆU SAKYA CARE FOUNDATION (Viên Minh Đỗ Châu Oanh), tr. 47
- HÔI HAY ĐÁP ĐÚNG - song ngữ, chương 6 (Thích Nguyên Tạng dịch), trang 48

- ÂN ĐỨC GIÁO DỤC CỦA ÔN GIÀ LAM (Huỳnh Kim Quang), trang 51
- LÀ AI? SỢI NẮNG, NGUYỆT HẠ, NỖI RIÊNG (thơ Yên Chi), trang 54
- BỆNH ZONA - THÂN KINH (Bs. Nguyễn Ý Đức), trang 55
- MIỄN VIỄN (thơ Diễm Chi), trang 56
- MẮM CHAY (Điều An), trang 57
- NHỮNG MÁU CHUYỆN NHỎ VỀ THẦY (Phước Hải), trang 58
- GIỌT NƯỚC MẮT NÀY CHO TÂY TẠNG... (thơ Hiền Nguyên), trang 59
- MOONLIGHT SONATA 14 VÀ THIÊN TRẮNG (Huệ Trân), trang 60
- CHIỀU LẠN (Vĩnh Hiền), trang 61
- ĐÀO XUÂN, THƯƠNG MÁ QUÊ NHÀ... (thơ Đồng Thiện), trang 62
- ĐỘC THOẠI (thơ Lê Phương Châu), trang 62
- ƯỚC MƠ ĐƠN GIẢN (Nguyễn Nguyên An), trang 63
- PHẬT PHÁP CHO TRẺ EM - 7. The Four Noble Truths / Bốn Chân Lý Cao Quý (Tâm Minh Ngô Tăng Giao dịch), trang 64
- THE STORY OF THERA GODHIKA (Daw Mya Tin translated), trang 72
- VÀO CẢNH GIỚI NIẾT BÀN, SIÊU THOÁT TƯỚNG NHÂN GIAN (Tịnh Minh soạn dịch), trang 73
- MÙA SEN NỞ 2557 (TN. Giới Định), trang 74
- TẮT BẠT, MỘT CHUYẾN ĐI VỀ, BIÊN NGẪU (thơ Huyền Vũ), trang 75

Đón đọc:

**CHÁNH PHÁP SỐ 18,
THÁNG 5.2013: KỶ NIỆM
PHẬT ĐẢN PHẬT LỊCH 2557**

**CHÁNH PHÁP SỐ 19,
THÁNG 6.2013: MÙA AN
CƯ—TƯỜNG NIỆM BỒ-TÁT
QUẢNG ĐỨC**

Chi phiếu ủng hộ xin ghi:

CHANH PHAP
11502 Daniel Ave.
Garden Grove, CA 92840

Báo Chánh Pháp Số 17, tháng 3 năm 2013, do Tổ Đình Từ Đàm (Dallas, Texas) 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

Trên bầu trời vằn vù mây đen, mấy con quạ đen lượn đuổi một con chim ưng lớn. Chuyện cũng lạ! Nhưng ngẫm cho kỹ thì cũng không lạ. Đã từng có bầy dã can rượt đuổi sư tử trong rừng già châu Phi. Đó là chuyện thật được thấy trong phim tài liệu, chẳng phải chuyện kể trong thần thoại, cổ tích.

Chim ưng đã làm gì khi bầy quạ ồn ào xua đuổi để giành một khoảnh không gian trên bầu trời bát ngát? - Chẳng làm gì cả. Chỉ bay cao hơn, cao hơn, tuyệt tích vào nơi thình lặn, nơi mà bầy quạ không thể với đến. Có vẻ như là một sự thua trận. Trong khi đó, bầy quạ hả hê, vui say chiến thắng, rồi hạ cánh xuống mặt đất, tiếp tục tranh giành với nhau những miếng mồi tanh hôi, rữa nát.

Bậc đại sĩ gánh trọng nhiệm với đời, với đạo, nhiều khi bị đặt vào những cảnh huống khó xử, khó làm hài lòng tất cả. Cân nhắc việc lợi/hại, sinh/tử, còn/mất... có khi phải bạc trắng cả đầu trong một đêm hay nhiều đêm không ngủ (trong khi mọi người say giấc, rồi thức dậy thì đòi hỏi câu trả lời, câu quyết định, xem có vừa ý mình hay không).



Năm 1981, Hòa thượng Thích Trí Thủ đã kinh qua việc ấy. Quyết định của ngài làm xôn xao Phật giáo cả nước. Quyết định chịu nhục. Quyết định làm cây cầu, bắc qua hai bờ sinh/tử, bắc ngang cái cũ/mới. Chỗ then chốt nhất trong hành xử của ngài vào thời điểm ấy—mà nếu không tinh tế thì khó mà hiểu nổi—đó là, không có bất cứ lập ngôn hay chứng từ nào để khai tử cái cũ. Trong cương vị lãnh đạo tối cao của giáo hội, nắm cả hai viện (Phụ tá Đức Tăng Thống và Viện trưởng Viện Hóa Đạo), ngài đã không ban hành bất cứ một giáo chỉ, thông bạch, thông tư, quyết định nào để ép toàn thể thành viên phải chịu nhục sát nhập, hoặc phải giải tán. Nhờ vậy mà 11 năm sau, năm 1992, Hòa thượng Thích Huyền Quang mới có cơ hội để đơn thân đứng dậy, đòi hỏi pháp lý và quyền phục hoạt cho Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất; và nhờ vậy, 11 năm tiếp theo, năm 2003, mới có Đại hội Bất Thường tại Tu viện Nguyên Thiều để dựng lại Hội đồng Lưỡng viện một cách vẻ vang, điệu thường.

Những điều ngài làm được trong cuộc đời, nhiều người cũng làm được: nêu những ý tưởng cao xa, bảo vệ danh dự và phẩm giá của mình trước nghịch cảnh, bày tỏ được khí tiết của kẻ sĩ trước vũ lực.

Nhưng trong hoàn cảnh tế nhị, khó xử, liên quan đến vận mệnh của số đông, của cả một truyền thống dài lâu, hiếm người có đủ cái dũng để chịu nhục, đưa vai lưng của mình ra cho những người sau dẫm lên mà tiến bước. Cái dũng ấy, không có từ bi thì không thể biểu hiện, mà thiếu trí tuệ cũng không sao vận dụng.

Nhưng hành xử thượng thừa ấy, cũng chỉ là một vốc nước trong biển đức bao la của đời ngài.

Biển có cần phải đong đếm? Đức có thể nào khai ngôn, ghi chép?

Thôi thì, hãy cứ vọng nhìn đường bay siêu tuyệt của chim bằng trên trời cao thẳm. Đường bay ấy, chim quạ nào mà hiểu nổi!

TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

DIỆU ÂM lược dịch

ĐÀI LOAN: Hội Phật giáo Từ Tế biến rác nhựa thành chăn mền, búp bê

Tại một trạm tái chế ở Đài Bắc được điều hành bởi Hội Từ Tế, tổ chức từ thiện lớn nhất của Đài Loan, hàng trăm tình nguyện viên giúp phân loại và tái chế chất thải nhựa, cùng với chai thủy tinh và thiết bị điện tử đã qua sử dụng.

Một phát ngôn viên của Hội là Chien Tung-yuan nói, "Chai nhựa sẽ không bị phân huỷ cho dù chúng bị chôn cả ngàn năm. Vì vậy chúng tôi đã bắt đầu tái chế và tái sử dụng chúng để làm giảm rác thải và ô nhiễm".

"Các chai nhựa đã dùng rồi đang được xử lý trong quy trình 13 bước để làm chúng thành hàng dệt may như chăn mền, áo quần và cả búp bê nữa".

Hội Từ Tế điều hành 5.400 trạm tái chế trên khắp Đài Loan, với sự giúp đỡ của hơn 76.000 tình nguyện viên. Từ năm 2007 đến nay, Hội đã phân phối trên 460.000 chăn mền làm từ chai nhựa để dùng cho việc cứu trợ trong và ngoài nước.

(mysinchew.com – March 1, 2013)



Tình nguyện viên Hội Từ Tế phân loại chai nhựa tại một nhà máy tái chế ở Đài Bắc, Đài Loan



Một hội viên Hội Từ Tế xem áo quần tái chế tại một nhà máy tái chế ở Đài Bắc, Đài Loan - Photos: AFP

MIỄN ĐIỆN: Hoa Kỳ trao trả một tượng Phật bị đánh cắp từ Miến Điện

Một tượng Phật bị đánh cắp từ Miến Điện - vốn thu hồi được tại một cuộc đấu giá ở Hoa Kỳ - đã được bàn giao cho Bảo tàng Quốc gia Miến Điện.

Đây là tượng Phật đứng bằng đá sa thạch, có từ thế kỷ 11. Tượng bị lấy cắp từ chùa Kyaukgu Umin ở Bagan vào năm 1989.

Tượng Phật này bị cắt rời từ phần chân và vận chuyển sang thị trường cổ vật tại Hoa Kỳ.

Phần dưới của tượng đã được dời khỏi chùa để cất giữ tại Bảo tàng Nghiên cứu Khảo cổ học Bagan. Hiện nay cả hai phần đang được trưng bày tại Bảo tàng Quốc gia.

Tượng được Hoa Kỳ trao trả cho Miến Điện sau một nỗ lực phối hợp trong khuôn khổ của một thoả thuận UNESCO 1970. Kyaw Swa Min, một đại sứ thường trực UNESCO, và Giáo sư Catherine Raymon của trường Đại học Bắc Illinois đã đi cùng với pho tượng Phật này từ Hoa Kỳ đến Miến Điện và tham dự một lễ bàn giao vào ngày 24-2-2013.

(Buddhist Art News – March 1, 2013)

THÁI LAN: Du khách chơi đùa với hổ tại Chùa Hổ

Chùa Hổ ở tỉnh Kanchanaburi – cách thủ đô Bangkok khoảng 80 km – là một trong những điểm du lịch lớn nhất của Thái Lan.

Chùa Hổ nguyên thủy được thành lập như một khu bảo tồn rừng, nhưng đã chuyển hướng khi một con hổ con được mang đến cho các nhà sư vào năm 1999.

Kể từ đó, chùa phát triển để trở thành nhà của khoảng 90 con hổ.

(dailymail.com.uk – March 4, 2013)



Một nhà sư Thái chơi đùa với một con hổ được nuôi-bằng-tay tại Chùa Hổ. Được các nhà sư nuôi-bằng-tay, các con hổ quen với sự tiếp xúc với con người



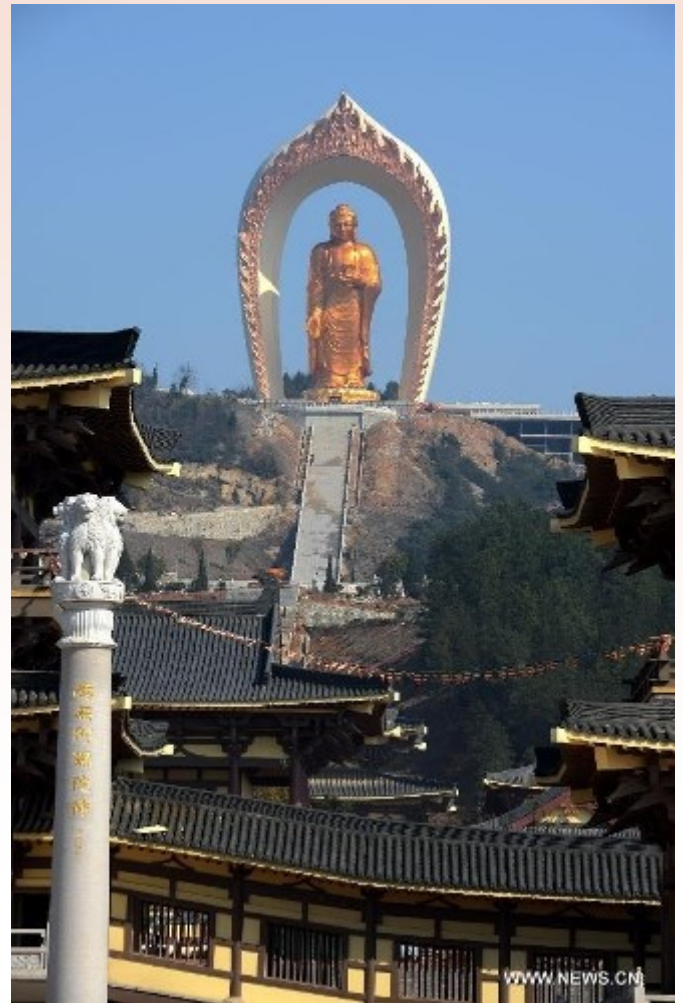
Du khách cho hổ con tại Chùa Hổ bú chai. Chùa Hổ là một điểm thu hút du lịch, và tiền được dùng để giúp chăm sóc đàn hổ.

**TRUNG QUỐC: Tượng Phật A Di Đà lớn nhất thế giới
đã cơ bản hoàn thành**

TIN ẢNH: Xinhua – March 6, 2013



Ảnh chụp tượng Phật tại Chùa Donglin ở Quận Xingzi của thành phố Cửu Giang, tỉnh Giang Tây vào ngày 6-3-2013



Dự án, với tổng chi phí khoảng 1 tỉ nhân dân tệ (161 triệu usd), đã được cơ bản hoàn thành. Dự án được tài trợ hoàn toàn bởi sự cúng dường của tư nhân



Tượng Phật A Di Đà bằng đồng tại Chùa Donglin cao 48 m, được cho là cao nhất của hình tượng này trên thế giới



Ảnh chụp cổng vào dẫn đến đại Phật tượng của Chùa Donglin

NEPAL: Phật tử phục dựng những bích họa tại Tu viện Thubchen

Lo Manthang, Nepal – Hàng chục họa sĩ ngồi trên đỉnh các giàn giáo được dựng về hướng mái của một tu viện cổ. Với sự làm việc cật lực bằng cọ vẽ của họ, những màu sắc hiện ra cho bức tranh Phật: màu nhũ vàng cho da, màu đen cho đôi mắt, màu cam cho áo choàng.

Được tài trợ bởi Quỹ Hi Mã Lạp Sơn của Hoa Kỳ, dự án này nhằm mục đích phục dựng lại vẻ sinh động của tác phẩm nghệ thuật của 2 trong số 3 tư viện chính tại Lo Manthang. Giám đốc của dự án là Luigi Fieni, một người Ý vốn ban đầu đến đây làm việc sau khi tốt nghiệp một chương trình bảo tồn nghệ thuật tại La Mã. Ông Fieni và những người Tây phương khác đã đào tạo cho cư dân địa phương về hội họa, lập ra một đội 35 thành viên trong đó có 20 phụ nữ và một nhà sư.

“Tại Nepal, không ai biết làm việc này như thế nào, vì vậy chúng tôi phải học”, một họa sĩ tham gia dự án là Tashi Gurung nói.

(Mahabodi IP – March 7, 2013)



Một phụ nữ địa phương đang phục chế một bích họa lịch sử tại Tu viện Thubchen ở Lo Manthang, Nepal - Photo: Gilles Sabrie

THÁI LAN: Các lãnh đạo Phật giáo cầu nguyện cho hàng chục nghìn con voi bị săn trộm hàng năm

Bangkok, Thái Lan – Ngày 9-3-2013, tại chùa Wat That Thong ở trung tâm thành phố Bangkok, các vị lãnh đạo Phật giáo Thái đã tổ chức lần đầu tiên lễ cầu nguyện cho hàng chục nghìn con voi bị săn trộm mỗi năm.

Họ đã kêu gọi các giáo hội và các chùa khác từ chối việc sử dụng và mua bán ngà voi. Họ đã thuyết giảng về việc bảo tồn và về vai trò của Phật tử trong việc cứu loài voi khỏi loại tội phạm về động vật hoang dã.

Được tài trợ bởi Quỹ Động vật Hoang dã Thế giới (WWF), lễ cầu nguyện này nhằm mục đích giáo dục công chúng Thái sùng đạo về mối liên quan giữa ngà voi và tội phạm động vật hoang dã, và khuyến khích sự lãnh đạo của chùa chiền và các giáo hội để ngừng sử dụng và mua bán ngà voi.

Nhân sự kiện này, họa sĩ vẽ phấn hàng đầu là Remko van Shalk đã sáng tác tranh 3D về voi tại sân chùa Wat That Thong.

(WWF & DEMOTIX – March 9, 2013)



Tranh vẽ voi 3D bằng phấn của họa sĩ Remko van Shalk tại sân chùa Wat That Thong



Chư tăng rắc hoa lên tranh voi



Lễ cầu nguyện cho hàng chục nghìn con voi bị săn trộm mỗi năm - Photos: John Vincent

HOA KỲ: Phim tài liệu “Những linh hồn của Thiên” về Phật giáo Nhật Bản sau thảm họa sống thần năm 2011

“Những linh hồn của Thiên – Phật giáo, Tổ tiên và sống thần năm 2011 tại Nhật Bản” là một phim tài liệu mới về Phật giáo Nhật Bản. Phim nhìn vào cách mà tôn giáo này đã thay đổi trong sự trôi chảy của thảm họa. Các đạo diễn Tim Graf và Jakob Montrasio đã đi từ Tokyo đến những quận bị ảnh hưởng nặng nề nhất ở phía đông nước Nhật. Họ đã phỏng vấn các học giả, tu sĩ và tín đồ thuộc các truyền thống Tiệm Ngộ Thiên và Tịnh Độ Chân tông.

Phim cung cấp một chân dung phức tạp của Phật giáo trong hậu quả của 3 thảm họa, và nhìn vào những thay đổi đã xảy ra trong Phật giáo Nhật Bản do thiên tai cũng như do những thay đổi nhân khẩu học và đa nguyên tôn giáo.

“Những linh hồn của Thiên” đã được chiếu tại một số liên hoan phim trên toàn thế giới, và bây giờ đang được chiếu tại một số địa điểm chợ lọc trên khắp Bắc Mỹ.

(Buddha Dharma – March 11, 2013)

HÀN QUỐC: Trường Phật giáo Nghiên cứu Quốc tế của Tông phái Tào Khê tổ chức lễ tốt nghiệp đầu tiên

Seoul, Hàn quốc – Sau 2 năm mở cửa, Trường Phật giáo Nghiên cứu Quốc tế của Tông phái Tào Khê đã tổ chức lễ tốt nghiệp đầu tiên với 9 sinh viên tốt nghiệp từ tu viện. Buổi lễ diễn ra tại chùa Hwaunsa ở tỉnh Gyeonggi vào ngày 22-2-2013.

Cách đây 2 năm, 9 tu sĩ này đã theo học với mục đích tiếp tục truyền bá Phật giáo Hàn quốc đến phần còn lại của thế giới. Thượng tọa Hyun ung, viện trưởng học viện Tông phái Tào Khê là diễn giả chính tại lễ tốt nghiệp này. Trong bài diễn văn của mình, ông phát biểu, “...9 sinh viên tốt nghiệp này sẽ là một nguồn lực quan trọng cho sự phát huy Phật giáo Hàn quốc trên thế giới”.

Các giảng viên bản ngữ tiếng Anh và 16 sinh viên của 2 khoá sau đã chúc mừng những sinh viên tốt nghiệp về các thành tích của họ.

Trường Phật giáo Nghiên cứu Quốc tế của Tông phái Tào Khê sẽ tiếp tục đào tạo các tu sĩ với những kỹ năng song ngữ để tiếp tục truyền bá Phật giáo truyền thống Hàn quốc với phần còn lại của thế giới, nhằm giải phóng con người trên toàn cầu khỏi khổ đau.

(Mahabodhi IP – March 12, 2013)

AFGHANISTAN: Các nhà khảo cổ học quốc tế tranh thủ thời gian khai quật tại di tích Phật giáo Mes Aynak

Nhờ sự đình hoãn việc xây dựng mỏ đồng lớn và sự chậm trễ của dòng tiền mặt khổng lồ từ Ngân hàng Thế giới, khu phức hợp Mes Aynak rộng 1,5 dặm vuông là một thành công về khảo cổ học – mặc dù buồn vui lẫn lộn: Một đội khảo cổ học quốc tế và hơn 550 nhân công địa phương đang cật lực khai quật nơi hoá ra từng là một cửa sổ đáng chú ý dẫn đến vai trò của Afghanistan trên Con đường Tơ lụa xa xưa, vốn nối liền Trung Hoa và Ấn Độ với Địa Trung Hải.

Thành phố Phật giáo cổ Mes Aynak có một chuỗi gồm khoảng 6 tu viện và một khu phức hợp gồm những xưởng và hầm mỏ, được xây thành một dãy

sừng sững ở tận cao độ 8.200 feet. Địa điểm này cho thấy sự tương tác của Phật giáo, ngành khai thác mỏ và thương mại trong những năm hoạt động của nó – được cho là diễn ra từ thế kỷ thứ 5 đến cuối thế kỷ thứ 8.

(McCLATCHY – March 12, 2013)



Phần còn lại của một tượng Phật tại Mes Aynak



Vị trí của Mes Aynak trên bản đồ Afghanistan và địa cầu - Photos: Jay Price

HOA KỲ: Đức Đạt lai Lạt ma chủ trì hội nghị “Chuyển hóa Tâm, Chuyển hóa Thế giới”

Đức Đạt lai Lạt ma sẽ chủ trì hội nghị mang tên “Chuyển hóa Tâm, Chuyển hóa Thế giới” tại Madison, Wisconsin vào ngày 15-5-2013. Hội nghị thảo luận về cách mà khoa học thần kinh, môi trường, kinh tế học và chăm sóc sức khỏe có thể kết hợp để làm cho thế giới trở thành một nơi khoẻ mạnh hơn, hạnh phúc hơn.

Hội nghị gồm 2 cuộc thảo luận giữa Đức Đạt lai Lạt ma và những người đứng đầu về các lĩnh vực bao gồm khoa học thần kinh, kinh tế học và khoa học về tính bền vững.

Các tham luận viên gồm 8 người, trong số đó có một tăng sĩ và các nhà tâm lý học, thần kinh

học, kinh tế học và lãnh đạo y tế.
(Shambhala Sun – March 14, 2013)



Đức Đạt lai Lạt ma và các tham luận viên của hội nghị "Thay đổi Tâm trí, Thay đổi Thế giới" - Photo: Shambhala Sun

THÁI LAN: Dấu chân của Đức Phật tại Chùa Khao Phrabat

Chùa Khao Phrabat ở Pattaya được Phật tử sùng kính vì nơi đây trưng bày mô hình dấu chân của Đức Phật trên một bàn thờ bằng đá granite.

Được xây trên Đồi Pratamnak vào năm 1967, Chùa Khao Phrabat có những tượng Phật khác nhau ứng với những ngày của tuần lễ để mọi người cúng bái vào ngày sinh của họ.

Khách viếng chùa cũng có thể chiêm ngưỡng những bức tranh nhiều màu sắc ở chánh điện, và chiêm bái chư thần cai quản sinh nhật của mỗi tháng trong năm cũng như cúng dường bằng các phẩm vật và nhu yếu phẩm.

(pattayamail.com – March 15, 2013)



Bản sao dấu chân của Đức Phật được sùng kính tại Chùa Khao Phrabat



Các tượng Phật ứng với những ngày của tuần lễ tại Chùa Khao Phrabat

HOA KỲ: Quỹ Bảo tồn Truyền thống Phật giáo Đại thừa tìm một người quản lý dự án cho bảo tháp San Francisco

Quỹ Bảo tồn Truyền thống Đại thừa đang khẩn trương tìm một người quản lý dự án để giám sát việc xây dựng một bảo tháp cao 30 feet tại San Francisco.

Được cổ vắn để giảm thiểu những yếu tố gây hư hại bao gồm động đất tại bang California, bảo tháp này sẽ là một bản sao của Bảo tháp Đại Giác ngộ ở Bồ đề Đạo tràng, Ấn Độ.

Người quản lý dự án sẽ cần phải sáng tạo một tài liệu và/hoặc mô hình của bảo tháp đã được lập kế hoạch để trình bày với các nhà tài trợ tiềm năng; tạo ngân sách và thời hạn, xác định đất bán tại khu vực San Francisco – nơi bảo tháp được đề xuất xây dựng; thu được đất và các giấy phép xây dựng phù hợp; và giám sát việc xây dựng và bảo trì bảo tháp.

(Shambhala Sun – March 16, 2013)

ẤN ĐỘ: Di tích Phật giáo được khai quật gần Mylavaram

Andhra Pradesh, Ấn Độ - Một di tích Phật giáo rộng 10 mẫu Anh, có lẽ thuộc các triều đại Satavahana/Ikshvaku (thế kỷ thứ 1 đến thứ 3 sau Công nguyên) đã được nhà khảo cổ học tự do K.V. Rao khai quật gần làng Pondugula ở khu Mylavaram thuộc huyện Krishna.

Đang theo dấu những tàn tích của Phật giáo tại các huyện Guntur và Krishna, ông Rao tình cờ phát hiện 2 trụ bằng đá cẩm thạch có khắc những phù điêu Hoa Sen và những viên gạch được dùng vào thời Satavahana. Chúng bị chôn vùi trong một cái hồ trên một cánh đồng gần làng Pondugula, cách khu Mylavaram khoảng 10 km.

Ông Rao nói, "Việc phát hiện các trụ đá cẩm thạch tại một di tích Phật giáo thời Satavahana là rất quan trọng, và ASI (Ban Khảo sát Khảo cổ học Ấn Độ) cần thực hiện những biện pháp để bảo vệ di tích và chuyển các trụ đá cẩm thạch này đến Bảo tàng ASI để bảo vệ di tích cổ của Phật giáo trong khu vực này".

(Mahabhodi IP – March 20, 2013)

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

TÁN TÂM NIỆM PHẬT VẪN CÓ CÔNG HIỆU

HT. Thích Trí Thủ

Miệng niệm Phật, tâm chuyên nhất tưởng nghĩ đến Phật gọi là định tâm niệm Phật. Miệng niệm Phật, tâm không tưởng nghĩ đến Phật mà lại suy nghĩ vẩn vơ gọi là "tán tâm niệm Phật". Tán tâm niệm Phật so với định tâm niệm Phật, công hiệu hai bên vốn cách nhau rất xa. Vì thế, xưa nay các bậc đại đức đều khuyên hành giả định tâm niệm Phật, chứ không bao giờ khuyên tán tâm niệm Phật. Nhưng, sự thật thì nhất cử nhất động gì bên ngoài đều ảnh hưởng đến nội tâm nên dù là tán tâm niệm Phật, sự niệm Phật ấy không phải hoàn toàn vô công hiệu. Và lại, trong khi miệng ta niệm lục tự Di Đà, đó há không phải là phát xuất từ trong tâm ta mà ra hay sao? Cho nên, trong khi miệng ta niệm, bắt đầu là sáu chữ ấy phải từ ý muốn do trong tâm ta phát ra; thứ lại, khi sáu chữ đã phát thành tiếng, âm thanh phát ra nhứt định phải trở lui huân tập tâm ta; như thế không thể nói rằng nó hoàn toàn không có hiệu lực, chẳng qua công hiệu của nó so với công hiệu của định tâm niệm Phật có kém thua mà thôi. Chỉ vì công hiệu kém thua nên Cổ Đức không đề xướng, kỳ thực sức hàm ẩn và công hiệu của nó không thể tuyệt đối vô công.

Người xưa có bài kệ rằng:

*"Di Đà nhất cú pháp trung vương,
Tạp niệm phân vân giả bất phương,
Vạn lý phủ vân già xích nhật,
Nhơn gian xứ xứ hữu dư quang".*

Tạm dịch là:

*"Di Đà sáu chữ lớn lao thay,
Tạp niệm lằng nhằng chẳng ngại bày,
Muôn dặm mây mờ che mặt nhật,
Nhơn gian ánh sáng vẫn còn đây."*

Bài kệ nói rất xác đáng. Tình chủng (chủng tử thanh tịnh) ở trong đệ bát thức, một khi đã thuần thực, trở ra huân tập đệ lục ý thức phát sanh tịnh niệm; rồi đệ lục ý thức lại dắt dẫn năm thức trước (từ nhãn thức đến thân thức) sanh khởi hiện hành. Nhưng khi đi ngang qua ý thức, có lúc bị trần cấu ô nhiễm quá dày, sóng lòng bị kích động quá mạnh đến nỗi lẫn át tịnh niệm. Ý thức tuy tạp loạn nhưng tịnh niệm vẫn liên tục phát khởi và vẫn xuyên qua được, khác nào ánh sáng mặt trời xuyên qua đám mây dày đặc; tuy mây che phủ cùng khắp, nhưng ở giữa nhơn gian vẫn còn có chỗ lập lòe ánh sáng, chứ không tối hẳn như ban đêm. Mây mù chưa tan, song ánh sáng lập lòe kia của mặt trời vẫn có công dụng.

Riêng kinh nghiệm bản thân, bình nhật lắm lúc tôi cũng gặp phải tạp niệm quấy rối. Gặp phải trường hợp như thế, tôi vẫn cứ niệm, không cần kể tánh chất tạp niệm ấy là như thế nào, miễn giữ cho niệm niệm đứng xen hở; niệm một lúc lâu rồi tự nhiên lần hồi tỉnh định trở lại, không cần phải dụng tâm điều nhiếp, lâu ngày định niệm trở nên thuần thực. Vì thế, cận lai, bất cứ ngày đêm, lúc nào tôi cũng niệm Phật, không cần nghĩ đến tán tâm hay định tâm.

Người xưa trong bốn uy nghi: đi, đứng, nằm, ngồi, không lúc nào là không niệm. Nếu bảo rằng



phải định tâm mới nên niệm Phật, thì trong lúc đi đường vấp ngã hoặc khi mặc áo, viết chữ v.v... làm sao thành tựu được sự niệm Phật? Vì thế cho nên biết rằng tán tâm niệm Phật vẫn có lợi.

Chủ trương như trên đây, không có nghĩa rằng tôi nhất thiết cố xúi cho sự tán tâm niệm Phật. Cổ nhiên nếu định tâm niệm Phật được thì rất quý, nhưng rủi có bị tán tâm cũng đừng lo ngại. Lý do thứ nhất là: Dù định tâm hay tán tâm, đã có niệm Phật tức nhiên có chủng tử sanh hiện hành và ngược lại hiện hành ấy sẽ huân tập trở lại đệ bát thức tạo thành chủng tử; chẳng nào cũng vẫn có sanh khởi và huân tập cả, chẳng qua sức huân tập của tán tâm thì không mạnh bằng sức huân tập của định tâm mà thôi. Lý do thứ hai là: Dù bị tán tâm, cũng cứ nên niệm và phải niệm cho chuyên thì tự nhiên tán tâm sẽ được chuyển thành định tâm. Vì hai lý do ấy nên ở đây vẫn tùy hỷ sự tán tâm niệm Phật vậy.

(trích tiết thứ 5, từ tác phẩm **Pháp Môn Tịnh Độ** của **HT. Thích Trí Thủ**)

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

TIỂU SỬ VÀ CÔNG HẠNH CỔ ĐẠİ LÃO HÒA THƯỢNG THÍCH TRÍ THỦ (1909 - 1984)

Hòa thượng húy Văn Kính, pháp danh Tâm Như, tự Đạo Giám, hiệu Thích Trí Thủ. Hòa thượng sanh giờ Hợi ngày 19 tháng 9 năm Kỷ Dậu tức ngày 1 tháng 11 năm 1909. Xuất thân từ một dòng tộc nổi đời sùng mộ Phật pháp.

Hòa thượng thuộc thế hệ thứ tám của họ Nguyễn, họ khai canh và khai khẩn làng Trung Kiên, huyện Triệu Phong, tỉnh Quảng Trị. Dòng tộc này từ thế hệ thứ ba có thiền sư Đạo Minh Phổ Tịnh trụ trì kế tổ Tổ đình Báo Quốc - Huế, kiến lập Sắc tứ Linh Quang tự tại thôn nhà, làng Trung Kiên tỉnh Quảng Trị vào năm Gia Long nguyên niên (1802). Đời thứ tư có Hòa thượng Nhất Định Tánh Thiên khai sơn Tổ đình Từ Hiếu. Thế hệ thứ sáu Hòa thượng pháp danh Trường Nhã tự Chí Thanh khai sơn chùa Giác Lâm. Thế hệ thứ bảy Hòa thượng Ngô Tánh tự Hưng Long hiệu Phước Huệ khai sơn chùa Hải Đức. Đồng hàng thứ tám có Hòa thượng pháp danh Tâm Lượng hiệu Diệu Hoảng trùng hưng Diệu Đế quốc tự.

Thân phụ húy Văn Minh pháp danh Trường Khiết tự Diệu Quang hiệu Hưng Nghĩa. Thừa tiếp gia phong, theo hạnh tu bán thế tục gia, lập am thất Phổ Tế tại vùng đồi phía Nam kinh thành Huế, quy ngưỡng Phật pháp. Thân mẫu tục danh Lê Thị Này, tự Chiêu người làng Cu Hoan, huyện Hải Lăng, tỉnh Quảng Trị. Hoà thượng là con trai trưởng, gia đình có hai em một trai Nguyễn Văn Khâm và một gái Nguyễn Thị Vân.

Từ tấm bé, Hòa thượng đã theo đòi nghiên bút với Hán tự, chữ viết văn học thời này. Lên chín tuổi là khá, lâu thông việc đọc và viết các bài kinh nhật tụng. Ảnh hưởng đạo phong của các bậc Tôn túc thân tộc, vốn ươm sẵn cốt tủy bồ đề và tức duyên với Phật pháp, mười bốn tuổi theo Bác ruột học kinh ở chùa Hải Đức - Huế. Dòng tộc vốn kính ngưỡng cao danh và đạo vị của Thiền sư Viên Thành nên năm mười bảy tuổi Hòa thượng được cho đầu sư thọ học với Ngài tại chùa Tra Am Huế. Hòa thượng được Bốn sư Viên Thành nhận làm đệ tử thứ tư, ban pháp danh Tâm Như, pháp tự Đạo Giám và giáo huấn nghiêm ngặt. Ba đại sư huynh ngộ pháp nổi danh của Hoà thượng là Trí Uyên, Trí Hiền và Trí Giải.

Đủ hai mươi tuổi, Bốn sư cho vào giới đàn chùa Từ Vân ở Đà Nẵng thọ Cụ Túc Giới, Hòa thượng trúng tuyển Thủ Sa di trong số 300 giới tử tại giới đàn này. Do đó, Bốn sư Viên Thành đã cho pháp hiệu là Thích Trí Thủ, với ý khen tặng chữ Thủ là đứng đầu.

Sau hai năm cư tang Bốn sư tại chùa Tra Am, năm 23 tuổi, Hòa thượng cùng các pháp lữ vào chùa Thập Tháp, Bình Định, tham học với Hòa thượng Phước Huệ.

Mãn học, Hòa thượng ngồi ghế giáo thọ, dạy trường Phật học Phổ Thiên ở Đà Nẵng. Vì chưa thỏa lòng cầu pháp, Hòa thượng trở ra Huế, cùng các vị đồng học ở Thập Tháp ngày trước, tổ chức trường Phật học tại chùa Tây Thiên, cung thỉnh Tăng cang Giác Nhiên chùa Thiền Tôn làm giám đốc, Hòa thượng Phước Huệ chùa Thập Tháp làm đốc giáo dạy



Hòa Thượng
THÍCH TRÍ THỦ

nội điển, đồng thời mời các cư sĩ như bác sĩ Tâm Minh Lê Đình Thám dạy luận học, các cụ Nguyễn Khoa Toàn, Cao Xuân Huy, v.v... dạy các môn về văn hóa theo trình độ đại học. Ở trường này, Hòa thượng đã chính thức học chương trình đại học Phật giáo cũng như văn hóa. Trong thời gian này, Hòa thượng đồng thời làm giảng sư cho hội Phật học Huế và dạy lớp Trung đẳng Phật học cũng mở tại chùa Tây Thiên. Lúc này, Hòa thượng được hai mươi bảy tuổi. Khi hội Phật học mở trường tiểu học Phật giáo tại chùa Báo Quốc, Hòa thượng đã kiêm dạy chúng tăng sinh ở đây.

Sau khi tốt nghiệp trường Phật học Tây Thiên, năm 29 tuổi (1938), Hòa thượng về trụ trì chùa tổ Ba La Mật, nhưng vẫn tiếp tục công việc giảng dạy cho hội và các trường Phật học.

Năm 1939, Ni trưởng thành lập tại chùa Từ Đàm, Sơn môn và hội Phật học giao Hòa thượng đặc trách việc đào tạo và điều hành Ni trưởng này. Đây là cơ sở Ni bộ đầu tiên được hình thành.

Năm 1940, Hòa thượng trùng tu chùa tổ Ba La Mật.

Năm 1941 Hòa thượng mở trường Sơn môn Phật học tại chùa Linh Quang Huế, chủ trương xây dựng kinh tế tự túc cho học chúng làm phương tiện tu trì với giai đoạn kinh tế khủng hoảng thời bấy giờ. Hòa thượng cũng chủ trương cho học tăng học văn hóa. Chính Hòa thượng đích thân dẫn tăng sinh đi thi tiểu học. Việc tăng sinh học văn hóa và thi lấy bằng cấp ngoài đời đã gây chấn động không ít trong số người chủ trương đào tạo tăng sinh theo nề nếp cũ.

Năm 1948, Hòa thượng mở giới đàn tại chùa Báo Quốc, thân làm chủ đàn. Tại giới đàn này, Hòa thượng đã phục hồi ý nghĩa của Thất chứng mà các trường giới xưa nay ít coi trọng. Trong ý nghĩa đó, Hòa thượng đã cung thỉnh các vị tôn túc giới đức cao dày làm tôn chứng để chứng minh cho sự truyền giới. Hòa thượng cũng phân chia riêng Tăng Ni hai bộ, Tăng độ cho tăng, Ni độ cho ni.

Năm 1951, với chức vụ Hội trưởng hội Việt Nam Phật học Trung phần, năm trong hệ thống Tổng Hội Phật giáo Việt Nam có sáu tập đoàn Phật giáo Bắc, Trung, Nam, đứng đầu là Đại lão Hòa thượng Thích Tịnh Khiết làm Hội chủ, Hòa thượng đặt viên đá đầu tiên xây dựng trường Tiểu học Tư thực Bồ Đề tại thành nội Huế. Đây là điểm mở đầu mạng lưới giáo dục Phật giáo, đóng góp vào sự nghiệp hoạt động xã hội nhân sinh, xây dựng đất nước; theo tinh thần nhập thế vốn có ở đạo Phật từ ngàn xưa. Mạng lưới giáo dục này, từ đó liên tục phát triển với nhiều tỉnh thành khắp nước, ở cả ba cấp học.

Năm 1952, Hòa thượng tạm nghỉ việc Hội, chuyên tâm giáo dục học tăng tại Phật học đường Báo Quốc.

Cuối năm 1956, Phật học viện Trung phần thành lập tại Nha Trang, Hòa thượng thân làm Giám viện. Năm 1957, thấy đa số tăng ni của Phật học viện đã đến tuổi thọ giới, Hòa thượng cho mở giới đàn và thân làm đàn chủ.

Để ổn định kinh tế tự túc ở Phật học viện, Hòa thượng cho một số tăng theo học cách thức chế biến và mở hăng sản xuất nước tương, hương đèn, giấm ăn, xà phòng, sử dụng sức lao động của nội chúng và Phật tử chưa có việc làm gần chùa. Hầu hết học tăng Phật học viện đều được Hòa thượng cho học cả hai chương trình nội điển và phổ thông. Nhờ hướng đào tạo đó mà nơi đây đã là nguồn cung cấp liên tiếp những Chánh đại diện giáo hội các tỉnh, quận, hoặc giảng sư, trụ trì, hiệu trưởng, giám học các trường Bồ đề, quản lý nhà in, nhà phát hành kinh sách, khắp miền Trung. Về sau, một số đã trở thành giảng sư, giáo sư đại học trong ngành văn hóa giáo dục phục vụ đạo và đời.

Năm 1960, Hòa thượng tạo mãi miếng vườn ở Gò Vấp khai kiến Tu Viện Quảng Hương Già Lam.

Năm 1962, Hòa thượng dẫn đầu phái đoàn Phật giáo Việt Nam tại miền Nam tham dự Đại lễ thế giới kỷ niệm năm 2500 đức Phật nhập Niết bàn, tại Lào.

Phật đàn năm 1963 khởi đầu thời pháp nạn, Hòa thượng về Huế cùng các vị lãnh đạo Phật giáo hướng dẫn phong trào tranh đấu bảo vệ đạo pháp và dân tộc cho đến khi chính quyền Ngô Đình Diệm bắt giam giữ.

Qua cơn pháp nạn, Giáo Hội Phật giáo Việt Nam Thống Nhất ra đời năm 1964, thành lập với 11 đoàn thể các hệ phái Phật giáo toàn miền Nam, Hòa

(Đây là bài Sám Nguyên được in trong hầu hết các Kinh Nhật Tụng của Thiền môn Việt Nam. Hàng triệu Tăng Ni và Phật tử Việt Nam nhiều thế hệ đã đọc tụng bài Sám Nguyên này trong hơn nửa thế kỷ qua, và sẽ còn tụng đọc lâu dài về sau, mà ít người biết tác giả chính là HT. Thích Trí Thủ. Bài được trích lại từ "Tâm Như Trí Thủ Toàn Tập" - BBT)

Quy Trước Điện

*Đệ tử hôm nay quy trước điện,
Chí tâm dâng lễ đảnh Từ Tôn,
Đã bao phen sanh tử dập dòn,
Trôi lăn mãi trong vòng lục đạo,
Thế Tôn đã đĩnh ninh di giáo,
Mà con còn đắm đuối mê say,
Mắt ưa xem huyền cảnh hằng ngày,
Tai thích tiếng mật đường dưa nịnh,
Mũi quen ngửi mùi thơm bát tịnh,
Lưỡi dẹt thêu lăm chuyện gay go,
Thân ham dùng gấm vóc sa sô,
Ý mơ tưởng bao la vũ trụ,
Bội lục đục lòng tham không đủ,
Lấp che dần trí tuệ từ lâu,
Hôm nay con giác ngộ hồi đầu,
Xin sám hối phơ bày tỏ rõ,
Nguyên tội ác từ nay lìa bỏ,
Chuyển sáu căn ra khỏi làm mê,
Trước đài sen thành kính hướng về,
Tịnh tâm ý quy y Tam Bảo,
Phật giới cam chuyên trì chu đáo,
Dứt tận cùng cội rễ vô minh,
Chí phàm phu tự lực khó thành,
Cầu Đại Giác từ bi gia hộ,
Dù phải chịu muôn ngàn gian khổ,
Con giốc lòng vì đạo hy sinh,
Nương từ quang tìm đến bảo thành,
Đặng tự giác giác tha viên mãn.*

HT. THÍCH TRÍ THỦ

thượng được bổ nhiệm vào Ban dự thảo hiến chương Giáo Hội.

Trong nhiệm kỳ đầu của GHPGVNTN, Hòa thượng giữ chức Tổng Vụ Trưởng Tổng Vụ Hoằng Pháp. Công việc hoằng pháp và giáo dục tăng ni là mối quan tâm hàng đầu của Hòa thượng. Ở nhiệm vụ và vai trò này, Hòa thượng đã mở ba đại hội Hoằng pháp: một tại Phật học viện Nha Trang, một



tại Chùa Xá Lợi, Sài Gòn và một tại Chùa Ấn Quang, (Chợ Lớn). Hoạt động và thành tích Hoảng pháp đều tổng kết ghi lại trong ba tập Kỷ yếu Đại hội. Hòa thượng còn thành lập Giảng sư đoàn và cắt cử mỗi vị phụ trách một tỉnh để diễn giảng Phật pháp cho tín đồ. Sau, Hòa thượng còn thành lập Phật học viện Phổ Đà ở Đà Nẵng.

Năm 1964, Hòa thượng thân làm Viện trưởng Viện Cao đẳng Phật giáo, thành lập tại chùa Pháp Hội Sài Gòn; đây là tiền thân của viện Đại học Vạn Hạnh. Hòa thượng còn chủ trương các tập san Tin Phật, Bát nhã, để gióng tiếng pháp cho đời.

Năm 1965, sau khi ổn định mọi Phật sự, Hòa thượng hành hương chiêm bái các danh lam Phật tích ở Nhật Bản, Nam Triều Tiên, Hồng Kông, Đài Loan, giao thiệp với nhiều danh tăng các nước.

Sau thời làm Tổng vụ trưởng Tổng vụ Hoảng pháp, Hòa thượng lại được Giáo Hội trao giữ nhiệm vụ Tổng vụ trưởng Tổng vụ Tài chánh. Năm 1968, Hòa thượng được GHPGVNTN chính thức cử hành lễ tấn phong lên ngôi vị Hòa thượng. Cùng năm này, Hòa thượng khai giới đàn tại Phật học Viện Nha Trang. Năm 1969, đại trùng tu Tổ đình Báo Quốc.

Năm 1970, thể hiện tinh thần tiếp dẫn hậu lai báo Phật ân đức, Hòa Thượng khai mở lớp Trung Đẳng Chuyên Khoa Phật Học tại Phật Học Viện Hải Đức Nha Trang, ngõ hầu đào tạo cho Giáo Hội.

Năm 1973, để tiếp dẫn hậu lai, truyền đăng tục diệm, Hòa Thượng làm Đàn Chủ khai Đại Giới Đàn Phước Huệ tại Phật Học Viện Hải Đức, Nha Trang. Đây là một trong những Đại Giới Đàn lớn nhất nước thời bấy giờ, dưới sự Chứng Minh của Đức Tăng Thống GHPGVNTN, và Hòa Thượng Thích Phúc Hộ, Chủ tịch Hội Đồng Giám Luật Viện Tăng Thống, ngôi vị Đàn Đầu.

Năm 1974, để đào tạo nhân sự cao cấp cho Phật Giáo Việt Nam, Hòa Thượng cùng chư Tôn Túc tiếp tục thành lập Viện Cao Đẳng Phật Học Hải Đức Nha Trang, và thỉnh Hòa Thượng Thích Thiện Siêu làm Viện Trưởng, Hòa Thượng Thích Đồng Minh làm Phó Viện Trưởng, và Thượng Tọa Thích Tuệ Sỹ làm Giám Học Học Vụ đảm nhận trách nhiệm soạn thảo toàn bộ chương trình giảng dạy cho Viện Cao Đẳng này.

Từ Đại Hội Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Kỳ 5 và 6, Hòa thượng giữ chức vụ Viện trưởng

Viện Hóa Đạo, đến năm 1975 kiêm phụ tá Đức Tăng Thống, cho đến khi đất nước và đạo pháp chuyển qua giai đoạn lịch sử mới.

Năm 1976, Hòa thượng lại tổ chức Đại giới đàn Quảng Đức tại Tổ đình Ấn Quang, Chợ Lớn, Sài Gòn.

Năm 1980, mặc dù trong hoàn cảnh khó khăn của đất nước và Phật Giáo Việt Nam, Ngài đã không quàng ngại tuổi già sức yếu vẫn tiếp tục hy sinh cho con đường giáo dục đào tạo Tăng tài, mở lớp Cao Cấp Phật Học tại Tu Viện Quảng Hương Già Lam và lãnh đạo công tác soạn thảo Bộ Việt Nam Phật Giáo Bách Khoa Từ Điển; đồng thời chứng minh hướng dẫn công trình dịch thuật, chú thích Luật Tạng làm giềng mối kỷ cương cho mạng mạch của Tăng Già.

Trong đời sống hằng ngày, Hòa Thượng luôn luôn tinh tấn hành trì pháp môn Thiền Tịnh Song Tu.

Dù bận rộn Phật sự suốt con đường hành đạo, Hòa thượng vẫn dành thì giờ phiên dịch kinh, biên soạn sách để hoảng dương giáo hóa. Các tác phẩm chính gồm có:

- Kinh Phổ Môn,
- Kinh Phổ Hiền,
- Mẹ Hiền Quán Âm,
- Kinh Vô Thường,
- Kinh A Di Đà,
- Kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo,
- Kinh Đại Phương Đẳng Như Lai Tạng,
- Kinh Bát Tạng Bất Giám,
- Kinh Bát Đại Nhân Giác,
- Pháp Môn Tịnh Độ,
- Tâm Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa,
- Luật Tỳ Kheo Yết Ma Yếu Chỉ,
- Luật Bồ Tát,
- Luật Tứ Phần,
- Nghi Thức Quy Giới,
- Bát Quan Trai Giới,
- Những Điều Căn Bản Cho Các Phật Tử Mới

Quy Y Tam Bảo,

- Luận Khuyến Phát Bồ Đề Tâm,
- Nghi Thức Truyền Giới Bồ Tát Tại Gia và Thập

Thiện,

- Nghi Thức Cúng Giao Thừa và Vía Di Lặc,
- Nghi Thức Phật Đản,
- Nghi Chẩn Tể,
- Nghi Thức Lễ Sám Buối Khuya,
- Việt Nam Phật Giáo Bách Khoa Từ Điển,
- Và nhiều bài thơ, câu đối, văn bi ký được sưu

tập trong Bộ Tâm Như Trí Thủ.

Thâm hiểu và cảm thông nghiệp lực nhân sinh, lần lần chúng tăng ni không giữ trọn nguyên ước thanh quy giới luật phải hoàn tục sống đời thế gia, Hòa thượng lập Chúng Dược Vương để quy tụ và sinh hoạt với số đông Cư Sĩ vốn đã có thời gian uơm mớm hộ trì chánh pháp này.

Hòa Thượng đã thuận thể vô thường, thân thần thị tịch vào lúc 21 giờ 30 phút tối ngày 2 tháng 4 năm 1984 (nhằm ngày Mùng 2 tháng 3 năm Giáp Tý), thọ 76 tuổi đời, 56 tuổi đạo. Hòa thượng thị tịch tại Quảng Hương Già Lam, quần tháp tại đây chờ di quan phụng Tổ tại tổ đình Báo Quốc theo nguyên ước lúc sinh tiền.

Nam Mô Từ Lâm Tế Chánh Tông Tứ Thập Tam Thế, Báo Quốc thượng Trụ trì, Quảng Hương Già Lam Tu viện Khai sơn, Việt Nam Phật Giáo Thống Nhất Giáo Hội, Hóa Đạo Viện Viện trưởng, húy thượng Tâm hạ Như, tự Đạo Giám, hiệu Trí Thủ, Đại Lão Hòa Thượng Giác Linh liên tòa chứng giám.

TƯỞNG NIỆM

BA THIÊN DUYÊN VỚI ÔN GIÀ LAM - ĐẠI LÃO HÒA THƯỢNG THÍCH TRÍ THỦ

Điều Ngự Tử TÍN-NGHĨA

Bản thân tôi (*Tín Nghĩa*), rất ít có dịp thân cận với Ôn Già Lam. Điều dễ hiểu, vì tôi không xuất thân từ Phật Học Viện. Và lại, mỗi lần Ôn về Huế (*Bảo Quốc*), thường vào dịp đầu xuân, thì đa phần Ôn hay đàm luận Phật sự với quý Ôn lớn như Ôn Linh Mục, Ôn Trúc Lâm, Ôn Linh Quang, Ôn Từ Đàm và Ôn Bảo Quốc...

Đầu năm, Ôn thường hay nghe Đại luật (*tức là dạy luật Tỳ kheo*) cho hai chúng Tỳ kheo và Tỳ kheo ni, thì tôi đạp xe ra học rồi về lại chùa. Và lại, bốn phần của tôi ở chúng Trúc Lâm cũng tương đối bề bộn. Tuy thế, chính tôi lại có với Ôn ba kỷ niệm khó quên.

Ba thiên duyên với Ôn Già Lam:

1.- Năm 1970: Mỗi khi Ôn Già Lam ra Huế vào dịp đầu năm để giỗ Tổ, Ôn ra đều có đi thăm các Tổ đình để vấn an các bậc Trưởng thượng như Ôn Thuyền Tôn (*Đệ Nhị Tăng thống*), Ôn Tây Thiên và Ôn Trúc Lâm. Đến Trúc Lâm, Ôn thường ở chơi lâu hơn. Phần tương đắc với Ôn Trúc Lâm, vì đồng học, đồng lứa và cùng làm việc Giáo hội; lại là đồng am tường và thâm nghiêm giới luật. Trưa hôm đó Ôn ở lại thọ trai với Ôn Trúc Lâm. Tôi được hầu cơm và đứng bên cạnh để được sai vặt. Mặc dầu chúng đệ tử cũng nhiều, tôi cũng đã là Tỳ kheo, nhưng khi có quý Đại Tăng hay khách lớn, Sư phụ thường chọn tôi làm thị giả.

Trong lúc hai Ôn đang trò chuyện vui vẻ ở hồ cá giữa sân chữ Khẩu của chùa, tôi nhẹ gót bước đến, cung thỉnh hai Ôn vào thọ trai. Hai Ôn đứng dậy cùng đi vào.

Ôn Già Lam bảo:

"Cho chú này vào viện để học tiếp chương trình Cao đẳng Phật học."

Sư phụ tôi cười và tiếp:

"Tùy chú. Chú thích thì cũng cho đi."

Tôi thưa liền:

"Dạ bạch Ôn (*tức là thưa với Sư phụ tôi*), cho Tín Đạo và Tín Niệm đi cũng được. Con xin ở nhà với Ôn và Chúng."

"Xuống kêu hai chú ấy lên đây."

Tôi dạ, và chạy xuống tìm Tín Đạo và Tín Niệm. (*Tín Niệm nay đã về lòng đất lạnh*)

Hai thầy Tín Đạo và Tín Niệm nghe Sư phụ gọi, lật đặt mặc áo dài chạy lên. Vừa đi vừa chấp tay. Ôn Trúc bảo:

"Hai chú xuống lấy y hậu lên đàn lễ thầy Đốc để vào Phật học Viện Nha Trang, học tiếp."

Tín Đạo và Tín Niệm mừng khôn xiết. Sau tết, hai vị thu xếp vào Nha Trang để kịp chương trình học.

Trong bữa cơm trưa ấy, Ôn Già Lam hỏi tôi:

"Sao ông không vào Viện để học luôn?"

Tôi trả lời:

"Bạch Ôn, con ở nhà với Ôn con, đồng thời có mấy việc trong chùa, con không thể giao phó cho ai. Trong chùa có hai người phải gánh vác nhiều đó là thầy Lưu Hòa và con. Có hai thầy đi vào viện là cũng vui lắm rồi."

Sư phụ tôi nghe trả lời như thế, Ngài cười, vì hình như thích ý của ngài.

Ôn Già Lam dạy tiếp:

"Lớp tui bắt đầu xế chiều rồi. Mấy chú lo mà tu, mà học, để sau này nối tiếp việc làm của chúng tui. Cứ đem tứ vô lượng tâm mà hành trì và xử thế. Đừng trái với giới luật, đừng trái với Phật pháp là được rồi. Ở đời có ai khen mình đâu. Thấy làm được việc thì ganh tỵ, thị phi; thấy làm không được việc thì chê bai trách móc. Có điều tôi muốn nhắc nhở với các chú, mặc dầu thầy của mấy chú đã dạy từ lâu và hằng ngày, đó là phải xem trọng nhơn quả của Phật. Nhơn quả của Phật dạy không bao giờ sai đâu. Chỉ vì con người cứ tham danh, tham lợi mà lỡ đi đó thôi."

Sau một hồi dài nghe Ôn dạy, tôi thưa nhỏ:

"Bạch Ôn, dùng trà."

Ôn bưng nhẹ tách trà lên, rồi gạt ngang xuống đĩa, xem có còn nước đọng bên dưới hay không. Không thấy có đọng nước, Ôn cười và nói:

"Chúng đệ tử Trúc Lâm có khác."

Ôn tiếp:

"Chuyện ở đệ tử là vậy đó. Pha chén nước, dọn mâm cơm, và phép hầu thầy, là phải có oai nghi. Luật Tiểu không xong, làm sao học Đại luật? Mấy bữa ni tui dạy Đại luật cho mấy thầy, mấy cô, tui thấy có một số lóc chóc quá. Có lẽ thầy của họ ít để ý cách giáo dục Tăng ni Chúng lý, thấy cũng buồn. Bấy giờ mà như vậy, một mai khi mà các bậc Long tượng hầu Phật rồi, lớp trẻ Tăng Ni không biết sẽ ra sao nữa chứ!"

Ôn Trúc Lâm cười, tiếp:

"Tui nhớ cái lớp do Tổ Trúc Lâm và Ôn Quốc sư Phước Huệ đào tạo thì khác, xuống một vài lớp như bây giờ là đã khác rồi. Mấy chú đã là Tỳ kheo hai ba hạ, dùng xe gắn máy, đội mũ bia-rê chạy bay tốc. Phật tử thưa lên, thưa xuống, tui cười rằng: Rằng bà con cứ để ý chỉ mấy chuyện tiểu tiết. Quý vị cứ lo tu, niệm Phật đi cho thâm hậu, rồi sẽ thấy Chánh pháp hiển hiện. Cứ bắt mấy ông thầy phải tu, còn Phật tử cứ chạy lung tung, hết chùa này, qua chùa nọ để thoải lòng tìm vết, ... thì làm sao mà thấy được Chánh pháp."

Hai Ôn trao đổi chuyện qua lại về vấn đề đào tạo Tăng ni và nhận định Tăng ni theo thời cuộc, tôi nghe và học được rất nhiều những thâm ý ấy để làm kim chỉ nam tu tập của chính tôi. Cơm nước chuyện trò cũng gần hai giờ chiều, Ôn Già Lam tử giả Trúc Lâm, về lại Bảo Quốc.

2.- Chuyện thứ hai, 1972 mùa Hè đỏ lửa:

Số là tôi được Giáo hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Thừa Thiên - Huế công cử làm Giám đốc xưởng khai thác và cưa xẻ gỗ Lục Hòa, gần điện Hòn Chén và Lăng Thiệu Trị

(Xưởng này là của Giáo hội). Một ngày như mọi ngày, tôi đều có mặt ở xưởng điều khiển nhân viên. Có khi tôi được lên tận rừng để xem nhân viên chọn gỗ, hạ xuống đem về xưởng. Những chuyến đi này đều nhờ trực thăng của Mỹ, có sự sắp đặt chu tất của Thiếu tá Quận trưởng Hoàng Phúc Hiệt. (Ông Quận trưởng này thông thạo tiếng Anh, sau này làm trong Ủy ban Quân sự bốn bên, hiện tại là HO đang định cư tại tiểu bang WA).

Trong lúc đang điều khiển, không may tà áo dài quần vào máy, tay tôi bị thương, được ông Quận trưởng đích thân chở đi chữa trị tại bệnh viện Trung ương Huế. Tôi từ giã chức Giám đốc tử đồ và cộng trú với Hòa thượng Thích Hạnh Đạo, chùa Từ Tâm ở trong Trung tâm Y tế Toàn khoa Đà Nẵng, làm nhà giáo môn Toán, Lý hóa tại trường Trung học Bồ Đề Đà Nẵng, Hòa Vang và Sơn Trà. (Cố Hòa thượng Hạnh Đạo nguyên là Viện chủ chùa Phổ Đà ở Quận Cam, CA).

Tôi đang dạy, thì được tin Thượng tọa Từ Mẫn, Giáo thọ Phật Học Viện Phổ Đà cho hay có Ôn Già Lam ra thăm Giáo hội và Viện. Lúc ấy thầy Từ Mẫn phụ trách môn Giáo lý của trường Bồ Đề.

Bãi giờ, tôi về thưa với thầy Hạnh Đạo, nhưng thầy đi họp Giáo hội chưa về. Tôi đi một mình lên viện Phổ Đà, trước đánh lễ, sau thăm Ôn Già Lam.

Vừa bước vào, Ôn nói:

"Mần răng mà bất cần đến nỗi phải gãy tay rứa? Bữa ni đỡ chưa?"

Tôi thưa:

"Bạch Ôn, tạm khá."

"Có về Huế thăm thầy Trúc không? Khi mô về nói tui có lời thăm. Lúc này Giáo hội Trung ương bề bộn, tui ít có thì giờ về Báo Quốc. Nhận chức vụ Tổng vụ Trưởng Kinh tế Tài chánh, mà Giáo hội thì không có tiền; muốn làm cái chi cũng không được. Đang cử một số quý thầy trẻ trong ngành giảng sư đưa về giảng các vùng xa ở miền Tây, những nơi không có chư Tăng. Bữa mô chú lành, nên theo học lớp này để thay thế cho chúng tui."

Ôn dạy tiếp:

"Mấy bữa ni đi thăm các Giáo hội miền Trung và phát động phong trào gây quỹ cho Giáo hội Trung ương, nhưng đi tới mô cũng thấy Giáo hội địa phương đều nghèo, cũng lắm việc, chứ chưa



HT. Thích Trí Thủ và một số học tăng Phật học đường Báo Quốc, Huế (hình chụp vào khoảng đầu thập niên 1950s)

biết tính cách chi."

Ôn vừa dạy vừa cười nhưng cũng vừa lo. Ôn tiếp:

"Thật sự mà nói, tuy dân chúng hầu như gần tám mươi phần trăm là Phật giáo, nhưng mà phần lớn đều nghèo, mà đất nước thì bị chiến tranh triền miên. Dân chúng vùng quê phải lên tỉnh thị để sống lây lất qua ngày, tránh bom đạn và tránh sự nghi kỵ cả đôi bên. Khổ thiệt. Đứng về cửa giải thoát thì bảo: Tâm bao thái hử, nhưng sự thật thì không bao được. Đất nước mình, dân chúng mình sao mà khổ quá. Nghiệp chi mà nặng quá. Không biết đến khi đất nước thống nhất, hòa bình nó sẽ ra sao đây. Đúng là thế gian thường bảo:

"Gánh cực mà chạy lên non, Chạy xuôi chạy ngược, cực còn chạy theo."

"Tui, bây chừ đa mang. Phần lo đào tạo Tăng ni cho Viện. Phần lo Kinh tế cho Giáo hội. Phần lo in ấn mặt Văn hóa Phật giáo. Đủ thứ. Thời thì, mình có chi làm nấy. Làm được cho Đạo thì đó là phước báo và trách nhiệm của mình. Làm được chừng mô quý chứng ấy. Cứ đem Tâm Phật mà làm. Con Phật là vậy. Còn vấn đề khen chê, thành bại, đắc thất là không nên ôm vào thân."

Ôn dạy một hồi, rồi cũng đến giờ cơm trưa. Tôi lên Honda chạy về Từ Tâm kiếm cơm ăn và đi dạy tiếp.

Vào lớp dạy học rồi, đầu óc tôi cứ liên tưởng đến lời dạy của Ôn Già Lam:

"Các chú cố gắng lên để thay thế các bậc cha anh trong mai hậu. Càng về sau, sự truyền bá Chánh pháp càng khó khăn hơn. Chúng ta là một tập thể Tăng già. Giáo hội Tăng già rất quan trọng. Mạng mạch của Chánh pháp, tập thể Tăng già chịu trách nhiệm phần lớn. Các chú nên nhớ lấy."

Nhơn đây, tui cũng nhắc lại lời của Ôn Linh Quang, hồi còn sinh tiền, nói trong Đại hội kỳ 2, ngày 10-09-1959, rằng:

... "...Giáo hội Tăng già là đoàn người thực hiện và tượng trưng cho giáo chế của đảng Giáo chủ Phật giáo. Từ khi Phật giáo có mặt trên lãnh thổ Việt Nam đến nay, đã hơn 18 thế kỷ, trải qua các thời đại Đinh, Lê, Lý, Trần, ... khi thịnh cũng như khi suy, Giáo hội vẫn luôn luôn được công nhận là một tổ chức lãnh đạo của một tôn giáo thuần túy. Do đó, Giáo hội không bị ràng buộc bởi thể chế của một hiệp hội. Công nhận sự có mặt của Phật giáo là công nhận sự hiện hữu của Tăng già."

Trách nhiệm truyền thống của đạo pháp; không một tổ chức nào khác có thể chịu mọi trách nhiệm với Phật giáo trước quần chúng, trước lịch sử nếu không phải là Tăng già, ..."

Tôi cứ nghĩ miên man như thế mà tiếng kiếng báo hiệu giờ ra chơi của trường vang lên mà tôi cứ ngỡ như là đánh kiếng để ra về...

3.- Chuyện thứ ba, 1976 tại cây Vú Sữa, Tu viện Già Lam:
Sau tháng 4 năm 1975, đa phần Tăng ni phải trở về với gia đình.

(*Rất nhiều lý do riêng biệt, ...*). Bản thân tôi không còn được tiếp tục đi dạy học, vì còn mang áo tu sĩ, nên xoay làm đủ nghề: làm ruộng, bán phụ tùng xe đạp, đi mua bán ve chai phụ hăng xì dầu, ... nhờ vậy mà tôi dong ruổi từ Huế vào tận Vĩnh Long, Vĩnh Bình của miền Tây.

Bước chân vào đến Gài Gòn là vừa đúng ba giờ chiều. Từ bến xe, tôi nhờ người bạn chở đến Chùa Già Lam bằng Honda. Toàn vừa dừng xe, tôi bảo anh ra về và tự mình với túi xách nhỏ nhỏ trên tay, đi thẳng vào ngay trước tiền đường. Chân cao chân thấp đi vào thì gặp ngay Ôn Già Lam và thầy Nguyễn Giác đang đứng trước một mớ dụng cụ để lăm nạm rơm. Tôi chấp tay vái chào Ôn. Ôn bảo:

"Vô khi mô rứa? Ôn ngoài (*tức Sư phụ của tôi*) có khỏe không?"

Tôi thưa:

"Bạch Ôn, dạ khỏe."

Ôn quay qua bảo thầy Nguyễn Giác: (*Nguyễn Giác và tôi quen nhau từ hồi còn là học sinh trường Quốc Học. Thầy tên Dũng, học ban C, tôi học ban B*).

"Nguyễn Giác coi chỗ để Tín Nghĩa nghỉ ít bữa."

Thầy Nguyễn Giác đang bận tay, nhưng cũng dạ một tiếng sáu lời dạy của Ôn.

Tôi lấy y hậu từ trong túi tay ra, mặc vào đnh lễ Ôn. Ôn thấy Y hậu chỉnh tề, bảo:

"Lên chánh điện lạy Phật là đủ rồi. Xuống gặp thầy Đức Chơn đi."

Tôi dạ và làm theo lời Ôn.

Đánh lễ Phật xong, tôi chỉ mặc áo vàng vào gặp Thượng tọa Đức Chơn. Mới gõ cửa, thầy hỏi:

"Tín Nghĩa vô khi mô? Vô chơi hay có việc chi? Ôn mình khỏe không? Lâu quá, tui chưa về Huế, nên cũng không được gặp Ôn. Bữa mô ra, cho tui kính lời thăm Ôn."

Tôi dạ và định thưa để xin ở lại ít hôm, nhưng thầy bảo xuống gặp thầy Nguyễn Giác và chuẩn bị ăn cơm tối cùng với chúng.

Khi vào phòng Học tăng lưu trú để cất đồ đạc, tôi quan sát những phòng đã từng thân quen với tôi hồi vào trọ học ở đây, khi tôi được tham dự Khóa Chuyên Hóa Học Đường tại Đại học Vạn Hạnh vào năm 1972. Phòng thì còn nguyên, nhưng những Học tăng cũ, lớn nhỏ, hoặc cùng lớp, một số lớn cũng đã thay áo theo thời gian. Tôi hỏi thăm Thê (*Học tăng Phan Văn Thê, người Quảng Trị*), thì cho biết: Tuấn, Trực, Thanh, ... về quê hết rồi.

Khi xuống phòng ăn thì cũng không còn được gặp lại số anh em

đồng lứa thân quen từ lâu ở Huế, Đà Nẵng đã vào tu học ở đây là bao. Tuy thế Ôn Già Lam vẫn cố gắng tạo lớp học cho số học tăng còn lại.

Sáng hôm sau, tôi cũng mặc áo vào lớp để nghe Ôn giảng. Tuy học tăng ít, nhưng Ôn đem hết cả tâm nguyện sẵn có để truyền đạt tận tâm hồn cho họ. Những lời nói, những lời giảng giải Ôn đều chậm rãi đưa nhẹ nhẹ cho anh em học tăng đón nhận.

Buổi học mỗi sáng như thế là hai giờ đồng hồ. Chiều lại, thầy Nguyễn Giác lo công việc chuyên môn là săn sóc và hướng dẫn một số quý thầy nhỏ học lăm nạm. Một số khác có việc riêng. Tôi không có việc gì cả nên cứ chạy quanh thăm thầy này, thầy nọ. Hai vị tôi nói chuyện nhiều nhất là Thê (*Thích Quảng Tâm*) và Dũng (*Thích Nguyễn Giác, nay là vị Trú trì của Tu viện Già Lam*).

Tôi ở lại đây được bốn ngày thì lấy vé xe đi Vĩnh Bình, về quận Tiểu Cần thăm sư huynh Lưu Đoàn đang làm tọa chủ chùa Như Pháp.

Sau mùa Vu lan ở chùa Như Pháp và quận Tiểu Cần, tôi trở lại Sài Gòn và cũng xin ở lại Già Lam vài bữa trước khi về Huế.

Lần trở lại này rất đặc biệt là gặp được Ôn Thiện Minh và được cùng anh em Tăng trẻ hầu chuyện với Ôn gần bốn tiếng đồng hồ ở lầu chuông cạnh cây vú sữa. (*Chuyện này tôi đã có viết một bài : Tách Trà Còn Nóng*)

Sau khi được hầu chuyện với Ôn Thiện Minh, tôi ở lại Già Lam được hai hôm thì phải trở về Huế, vì có mấy chuyện cần phải giải quyết, nhất là chuyện vượt biên.

Ăn sáng xong, tôi lên đánh lễ Ôn Già Lam và Đại chúng để trở về Huế. Gặp Ôn, được Ôn dạy thêm một số kinh nghiệm trong vấn đề tu học và nhất là chuyện Giáo hội về sau này. Ôn dạy:

"Mấy chú, chiều hôm qua được nghe thầy Thiện Minh tâm sự rồi. Cố gắng mà giữ gìn cho mình và cho Đạo dù bất cứ ở đâu. Về ngoài nớ, tui gởi lời thăm thầy Trúc và quý thầy. Có lẽ Tết năm này tui không về được. Thời buổi đi lại khó khăn, thôi thì chịu khó xa Huế một thời gian. Ngoài nớ cũng còn quý thầy lớn, cũng đỡ..."

Ôn còn dạy nhiều nữa, nhưng, tôi xin đánh lễ để ra xe.

Ôn dạy vói:

"Ra Huế luôn hay có ghé mô nữa không?"

"Dạ, bạch Ôn, có lẽ con ghé Nha Trang."

"Ừ, ghé đó để thăm viện và thăm quý thầy luôn. Lâu quá, tui cũng chưa ra lại Nha Trang để biết sinh hoạt của Viện và của học tăng ra sao cả."

"Bạch Ôn, con đi."

Đó là lần cuối được gặp lại Ôn Già Lam.

Khi ra hải ngoại rồi, được tin Ôn viên tịch. Ôn Bảo Quốc (HT. Thích Thanh Trí) vào lo tang lễ rồi cũng tịch theo sau đó mấy hôm. Tháp Ôn Già Lam thì xây tại Sài Gòn; của Ôn Bảo Quốc thì xây tại Huế.

Ngày Ôn Già Lam viên tịch, Tổ Đình Từ Đàm Hải Ngoại tổ chức lễ tưởng niệm để cho hàng Phật tử gần xa được đánh lễ trước tôn nhan của Ôn. Trong buổi lễ, trong bài diễn, tôi có một đoạn ngắn như sau :

... "... để rồi đưa đến cái chết của Hòa Thượng Thích Trí Thủ, Viện Trưởng Viện Hóa Đạo, Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất, một nhân vật lãnh đạo Phật Giáo nổi tiếng là ôn hòa nhất..."

Hạnh nguyện Ôn là luôn luôn chú ý đào tạo tăng tài, hoằng pháp lợi sanh. Ôn đi bất cứ đâu cũng khuyến hóa vấn đề giáo dục Tăng Ni, bằng cách này hay cách khác. Phải thành thực mà nói: Các ngài Long tượng của Phật giáo trong thời cận đại Chấn hưng Phật giáo từ thập niên 30 cho đến nay, Ngài nào cũng lo mặt văn hóa và đào tạo Tăng Ni cả; tuy thế, riêng lớp lớn thì Ôn Già Lam là sát cánh nền giáo dục Tăng Ni nhiều nhất, kể đó là Thượng tọa Tuệ Sỹ.

Hôm nay, cũng đã trên ba mươi năm, con ngồi ghi lại một vài hạnh nguyện vô giá của Ôn đã cống hiến đời mình cho Đạo pháp và Quê hương. Trước là ghi nhớ những lời vàng ngọc mà con có diễm phúc kề cận được Ôn khuyến tấn; kể dĩ, cho hàng hậu bối chỉ nghe danh Ôn mà chưa hề biết gì về Ôn cũng cố gắng sửa tâm, luyện đạo như những ngày Ôn còn tại thế đã lo lắng cho lớp đàn anh và cho chúng con.

Con xin hướng về Tu viện Già Lam, kính cẩn đánh lễ trước long vị và tôn nhan của Ôn.

**Hậu học
Điều ngự từ TÍN NGHĨA**

Những giọt nước mắt

THÍCH THÁI HÒA

Tôi nhớ năm 1982, trong buổi lễ hiệp kỳ của GĐPT vào ngày 17 tháng 11 Âm lịch, tại Chánh điện Tu viện Quảng Hương Già Lam, Sài Gòn, anh Nguyễn Khắc Từ đã quỳ trước Hòa Thượng thượng Trí hạ Thủ chứng minh và chư Tăng hộ niệm cho lễ húy kỳ này, dâng lời tác bạch rằng:

"Bach Hòa Thượng, xin Ngài thương xót và hỗ trợ cho GĐPT chúng con sinh hoạt để vượt qua những giai đoạn khó khăn này".

Qua lời tác bạch của anh Nguyễn Khắc Từ, tôi thấy các anh chị em trong BHD bấy giờ đều khóc. Hòa Thượng thượng Trí hạ Thủ không khóc, nhưng nước mắt của Ngài tự chảy và nói trong sự nghẹn ngào: "Tôi sẽ cố gắng".

Trong không khí ấy, tôi thấy chư Tăng hiện diện trong buổi lễ cầu nguyện hiệp kỳ này, mọi người đều ngồi thỉnh lặng, với nét mặt trầm ngâm.

Tại sao anh Nguyễn Khắc Từ tác bạch như vậy mà khóc? Và tại sao Hòa Thượng thượng Trí hạ Thủ trả lời "tôi sẽ cố gắng" trong nghẹn ngào với dòng nước mắt tự chảy?

Anh Nguyễn Khắc Từ tác bạch như vậy mà khóc, bởi vì anh thấy sinh mệnh của GĐPT bấy giờ chỉ là "ngàn cân treo sợi tóc". Và Hòa Thượng thượng Trí hạ Thủ trả lời "tôi sẽ cố gắng" trong nghẹn ngào với dòng nước mắt tự chảy,

bởi vì Ngài biết vận mệnh của đạo pháp không hề tồn tại bởi bất cứ Giáo hội nào, mà vận mệnh đạo pháp chỉ tồn tại trong bản thể thanh tịnh và hòa hợp của Tăng già, nhưng sự thanh tịnh của Tăng già đã bị xen tạp và sự hòa hợp đã bị phân ly, thì mọi Tổ chức mang danh xưng Phật giáo có chăng, chỉ là một sự ô hợp, làm thương tổn đạo pháp, hơn là tuyên dương đạo pháp. Đạo pháp đã bị thương tổn, thì lấy gì cho chư thiên và loài người nương tựa để nuôi lớn căn lành?

Chúng ta sống trong hoàn cảnh "ngàn cân treo sợi tóc" hay "sự thanh tịnh bị xen tạp, hòa hợp bị phân ly", thì không có phép lạ nào khác hơn để tồn tại, ngoài việc tự thân mỗi vị Tăng Ni Phật tử, tự mình cố gắng rèn luyện tự thân ở trong Giới-Định-Tuệ để giữ gìn đạo nghiệp và mỗi thành viên phải "tự mình thấp đuốc lên mà đi và tự thân nỗ lực vận dụng để tồn tại trong ý nghĩa kính đạo yêu đời".

"Tôi sẽ cố gắng", lời dạy ấy của Hòa Thượng thượng Trí hạ Thủ bấy giờ đã gắn liền đối với tôi, vừa là một chất xúc tác và vừa là một công án để cho tôi thiền tập, nuôi lớn hạnh nguyện đời sống xuất gia của chính mình mỗi ngày ở trong Phật đạo.

"Tôi sẽ cố gắng", lời dạy ấy của Hòa Thượng thượng Trí hạ Thủ trong nghẹn ngào, đã báo động cho anh Nguyễn Khắc Từ và BHDTWGĐPTVN, biết rằng: "Nếu chúng ta không cùng nhau cố gắng tu tập, không cùng nhau cố gắng sửa mình ngày thêm tinh khiết, thì chúng ta sẽ không thể nào tồn tại ở trong lý tưởng tinh khiết của chúng ta".

"Cố gắng buông bỏ sự ý lại một cách thụ động và hèn nhát; và cố gắng buông bỏ tâm ý cao ngạo và tự đắc một cách thái quá, thì chúng ta mới có cơ hội tạo ra được những thuận lợi ngay trong những khó khăn mà chúng ta đang đối mặt để vượt qua".

Nhân kỷ niệm lần thứ 29, ngày Hòa Thượng thượng Trí hạ Thủ viên tịch, để tưởng niệm công ơn giáo dưỡng của Người đối với đàn hậu học chúng tôi và



Kim tháp của Cổ Đại Lão Hòa Thượng Thích Trí Thủ được tôn trí tại Tu viện Quảng Hương Già Lam, Gò Vấp.

HT. Thích Thái Hòa là một cựu học tăng trong lớp đào tạo đặc biệt tại Tu viện Quảng Hương Già Lam (1980—1984).

cũng để tưởng nhớ anh Như Tâm – Nguyễn Khắc Từ, một người anh lớn của Tổ chức GĐPT đã có nhiều sự cống hiến cho Đạo Pháp – Dân Tộc và nhất là đại gia đình Ao Lam, nên tôi viết những dòng này, để tưởng nhớ những giọt nước mắt vô cùng cao quý của ngày ấy; những giọt nước mắt đã nuôi dưỡng lý tưởng giải thoát của chúng tôi và lý tưởng của người cư sĩ Ao Lam "sửa mình ngày thêm tinh khiết"!



TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN CHÂN HẠNH PHÚC

Nguyên tác: “THE BLUEPRINT OF HAPPINESS” by Ven. ANOMA MAHINDA

Người dịch: HT. Thích Trí Chơn

(tiếp theo kỳ trước)

NỀN TẢNG CỦA MỘT ĐỜI SỐNG CHÂN CHÍNH

Trong bài pháp đầu tiên đức Phật thuyết sau khi chứng đạo, Ngài giảng về Trung Đạo, Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo. Những giáo lý này được xem như viên đá làm nền tảng cho toàn bộ giáo pháp của đức Phật (Dhamma). Mọi điều tìm thấy trong tất cả kinh điển Phật Giáo, thực vậy, chỉ là sự khai triển của bài pháp Tứ Diệu Đế.

Trung Đạo là con đường trung dung, con đường quân bình. Đức Phật khuyên chúng ta không nên theo đuổi cuộc sống đam mê khoái lạc hay buông lung tìm sự thỏa mãn các giác quan. Mặt khác, chúng ta nên tránh đời sống tu hành ép xác vô ích và khổ hạnh không cần thiết. Tứ Diệu Đế đã tạo nên nền tảng căn bản cho đời sống Phật tử, do đó, chúng ta cần nghiên cứu giáo pháp này thấu đáo và đừng để bị lừa dối bởi sự đơn giản bề ngoài của nó. Trong khi nghiên cứu Phật Giáo, nếu chỉ nhìn thoáng qua, hoặc ngay cả học thuộc lòng các từ ngữ đều vô ích, trừ khi chúng ta hiểu rõ ràng (giáo lý đức Phật). Một đứa trẻ có thể học thuộc trong mười phút bài pháp Tứ Đế, nhưng phải mất hàng nghìn kiếp chúng ta mới chứng ngộ được giáo pháp này. Chính đức Phật đã nhấn mạnh tầm mức quan trọng của sự hiểu biết chân chính khi Ngài dạy:

“Bởi do không thấu triệt, không thâm nhập pháp Tứ Đế mà Như Lai, chư đệ tử, và mọi chúng sanh đã lâu đời lặn hụp trong bể luân hồi sanh tử. Tứ Diệu Đế là gì? Đó là:

- Chân lý về sự khổ.
- Chân lý về nguồn gốc của sự khổ.
- Chân lý về diệt trừ sự khổ.
- Chân lý về con đường dẫn đến chấm dứt sự khổ”.

Chân Lý Đầu Tiên Là Bản Chất Phổ Quát Của Sự Khổ

Chúng ta hiểu chân lý này khi chúng ta nhận thức được rằng phiền não và khổ đau là những đặc tánh căn bản của cuộc sống. Tất cả chúng sinh (người và thú vật) đều không tránh khỏi mối đe dọa luôn luôn hiện hữu của phiền não và khổ đau. Không có điều kiện nào bảo đảm được hạnh phúc, hòa bình và an ổn. Bất cứ giờ phút và lúc nào, chúng ta đều có thể là nạn nhân (của khổ đau).

Sự khổ gồm có những gì? Sự sanh, chết, già, đói, khát, nóng, lạnh, thân thể hoạt động không bình thường, bệnh tật, ốm đau và tai nạn. Tất cả những điều này là khổ. Sống xa người mình yêu thương, hoặc phải sống gần người khó tánh, không làm mình vừa ý; sự lo âu, phiền muộn tinh thần, sự khổ não, đau buồn, tang thương và tuyệt vọng; cầu mong điều mình muốn mà không được; sống trong hoàn cảnh không thoải mái và thích hợp, hoặc phải

làm công việc không vừa ý; nghe những tiếng ồn bức mình hoặc những âm thanh chói tai; kém sức khỏe về thể xác và tinh thần nơi chúng ta hoặc người chúng ta yêu thương; sự đau khổ gây nên do người chúng ta gần gũi. Khi quán sát sự khổ, chúng ta cần có cái nhìn chính xác. Sự khổ đau đã gắn liền với chúng ta trong quá khứ, bao vây chúng ta trong hiện tại, và sẽ theo đuổi chúng ta trong tương lai - trừ khi chúng ta tu hành từng bước để đoạn diệt chúng.

Chân Lý Cao Siêu Thứ Hai Là Nguồn Gốc Của Sự Khổ

Ở đây chúng ta tìm hiểu về những dục vọng và cảm xúc như là nguyên nhân gây nên mọi sự khổ trong đời này hoặc kiếp sau. Chúng bao gồm tánh tham, sự bám chặt hoặc say đắm vào con người, những ý niệm, hay đối tượng; sự không thành đạt hay thỏa mãn được những dục vọng của chúng ta; sự bất hạnh và phiền não gây ra từ con người, những ý niệm hay đối tượng, sự sớm hay trễ hơn. Sự bon chen, tham vọng, tánh tự tôn, kiêu mạn, khoe khoang, lừa dối, tham lam; niềm tin cho rằng bản ngã hoặc cá nhân là linh hồn hay thực thể thường còn.

Sự thất bại trong việc học hỏi kinh nghiệm quá khứ của mình; quên đi những thâm kịch của cuộc đời bằng cách đánh mất chúng trong sự bao vây của những thú vui giả tạo; thiếu tự chủ, nếp sống vô độ, sự giận dữ, ác tâm, thù hận và căm ghét; những tật xấu, tình dục quá mức và sự tin cậy ở người khác. Trong quá khứ và hiện tại, tất cả những điều trên đây, và còn nhiều nữa, là nguyên nhân của sự khổ.

Chân Lý Cao Siêu Thứ Ba Của Sự Diệt Trừ Sự Khổ

Bước đầu thành tựu của sự hiểu biết là khi chúng ta nhận thức được rằng sự khổ đau có thể chấm dứt. Con đường đạo của đức Phật nhằm dẫn đến chính mục đích này. Sự khổ đau tuy nhiều, nhưng vẫn có thuốc chữa trị. Một khi tâm đã giác ngộ sự hiện hữu và nguyên nhân (của khổ đau), tức là chúng ta đang đi trên con đường dẫn đến sự đoạn diệt chúng. Bao xa chúng ta chuẩn bị đi theo con đường Đạo, tùy thuộc hoàn toàn ở chúng ta. Mọi nguyên nhân chỉ có thể chấm dứt khi chúng ta quyết định tự mình khắc kỷ và tu tập. Sự nhận thức rằng cần phải làm như vậy là bước đầu tiên.

Chân Lý Cao Siêu Thứ Tư Là Con Đường Dẫn Đến Chấm Dứt Sự Khổ

Không một tôn giáo hay triết học nào trình bày một cách rõ ràng Con Đường Đạo Đức dẫn đến sự giải thoát như thế. Giáo lý ấy là Bát Chánh Đạo, vì nó là một con đường, nhưng được phân chia thành tám phần. Đó là giới luật Phật Giáo của sự tu luyện tâm linh và thể xác, hướng đến sự chấm dứt những khổ đau, phiền não và tuyệt vọng, cùng đạt tới sự

An Lạc Hoàn Toàn, Niết Bàn (Nibbana).

- Chánh Kiến
- Chánh Tư Duy
- Chánh Ngữ
- Chánh Nghiệp
- Chánh Mạng
- Chánh Tinh tấn
- Chánh Niệm
- Chánh Định

“Đây là Trung Đạo mà đức Phật đã tìm ra, giúp chúng ta, thấy và biết, để dẫn đến sự an lạc, sáng suốt, giác ngộ và Niết Bàn”.

Đối với tám phần của Bát Chánh Đạo, chúng ta không nhất định phải tu theo thứ tự của chúng; và sự hoàn thành của một phần không đòi hỏi phải thực hiện trước khi phần khác bắt đầu. Chúng được xem như một khối toàn bộ, cần đến sự tinh tấn (thực hành) trong tất cả các phần. Chúng ta thực hành và phát triển, vì khi chúng ta có thể tu tập và tiến bộ trong bất cứ phần nào, sẽ dẫn đến kết quả ở các phần khác. Trong ý nghĩa rất rõ ràng của nó, Bát Chánh Đạo đưa tới việc tu sửa nơi tâm niệm, vì chỉ khi nào nhiếp được cái tâm của mình, thì chúng ta mới đoạn diệt được lòng tham, sân và si.

- Chánh Kiến là sự hiểu biết đầy đủ, hoàn toàn về pháp Tứ Đế và Vô Thường (Anicca); Vô Ngã (Anatta: mọi vật không có Ngã hay cái tôi vĩnh cửu); Sự Khổ (Dukkha); Nghiệp Báo (Kamma) và Luân Hồi; sự hiểu biết về hành động thiện hoặc ác; Thập Sử (Ten Fetters) và Luật Nhân Quả (Causal Law) và sự tương quan giữa chúng với nhau.
- Chánh Tư Duy là những ý tưởng không còn lòng tham, ham muốn và dục vọng; không còn sân hận hay ác ý; không có tâm độc ác, tàn nhẫn và hận thù. Phân tích cho đến cùng, chính do ý tưởng đã thúc đẩy hành động của chúng ta, và nếu ý nghĩ được khuyến khích theo chiều hướng tốt, những việc làm và hành động của chúng ta sẽ tự nhiên đáp ứng theo. Ý tưởng là tác động của tâm thức, và có thể tạo nên nghiệp lực xấu, cùng những hành động của thân.
- Chánh Ngữ là sự kiểm soát khẩu nghiệp bằng ý nghĩ chân chính; tự kiềm chế mình không nói dối, lừa đảo; không nói lời thô bỉ hay châm chích (đâm thọc) và vu khống. Trên phương diện tích cực, có nghĩa là nên dùng lời nói dịu dàng, đầy cảm mến đối với mọi người; hay tỏ ra khiêm nhường khi nhắc đến mình và kiềm chế tánh tự đề cao.
- Chánh Nghiệp là không hành động gây tổn hại đến sinh mạng của bất cứ chúng sinh nào; không tham dự vào những liên hệ tình dục bất chính; không trộm cắp tài sản của người khác. Nói đầy đủ, có nghĩa là nên làm những điều không gây đau khổ cho bản thân và kẻ khác.
- Chánh Mạng là tránh không làm những nghề

ngiệp, thú tiêu khiển, hay thương mại có thể tạo nên và dẫn đến sự khổ đau cho những chúng sinh khác. Nó bao gồm cả những điều mà chánh nghiệp không cho phép hành động. Một đệ tử của Phật không nên tìm sinh kế bằng sự lừa đảo, thủ đoạn gian trá, hay cho vay cắt cổ. Người Phật tử nên tránh hành nghề buôn bán vũ khí, những khí cụ giết người; không nên bán thức uống làm say, ma túy và thịt của chúng sanh. Nguyên tắc đạo đức của chúng ta là hành động vì hạnh phúc và phúc lợi, chứ không phải gây khổ đau cho nhân loại.

- Chánh Tinh Tấn là chúng ta nỗ lực tạo nên cuộc sống đạo đức, và không lười biếng. Nó gồm có bốn điều sau đây:

Tinh tấn tránh điều ác chưa làm.

Tinh tấn khắc phục điều ác đã làm.

Tinh tấn phát triển điều thiện đã làm

Tinh tấn duy trì điều thiện đã làm.

- Chánh Niệm là thường xuyên cảnh giác đối với ý nghĩ, lời nói và việc làm của chúng ta. Chúng ta rất dễ hành động sai quấy, khi chúng ta sơ ý và không cẩn trọng. Chúng ta cần luyện tập sự cảnh giác tâm mình bằng cách kiểm soát đức hạnh của chúng ta, nhằm xây dựng sự hòa hợp, an vui. Bước đầu của sự phát triển về chánh niệm đòi hỏi sự thận trọng mọi ý nghĩ, lời nói và việc làm của chúng ta. Nó giúp chúng ta có nhiều thì giờ để suy xét về việc phải hay trái của điều chúng ta sắp nói hay làm. Trong một thời gian ngắn, tâm chúng ta được tu luyện, hướng đến sự suy nghĩ và nói năng hay hành động chân chính sẽ trở thành tự nhiên.

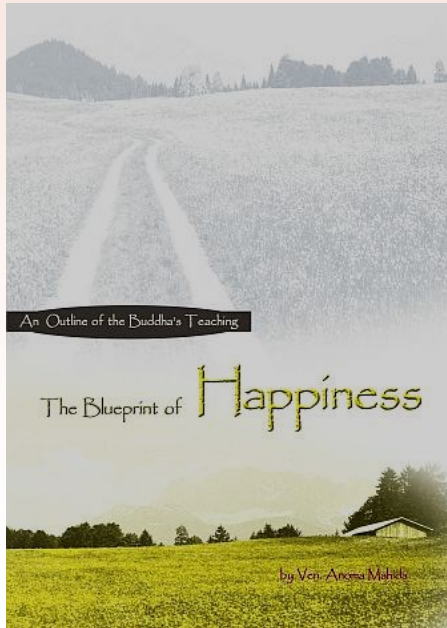
- Chánh Định (hay Thiền Định). Trong những viên ngọc quý của giáo lý đức Phật, đây là một trong những pháp môn sáng chói, rực rỡ nhất. Thiền định là điều hoàn toàn mới lạ đối với người Tây Phương, nhưng thiền được người ta biết đến hàng nghìn năm qua ở Đông Phương. Tuy nhiên, đã có nhiều người khám phá được giá trị và nguồn hạnh phúc của sự an lạc thần diệu, do thiền định mang lại. Nó là pháp môn tối thượng để đạt tới nội tâm an tịnh, mà những người sáng suốt đang tìm cầu để thay thế cho thực tại hỗn loạn trong cuộc sống hiện nay. Thiền định không những chỉ là bí quyết để rèn luyện tinh thần, mà còn là phương pháp nhờ đó chúng ta điều phục được cái tâm của mình. Nó mở ra cánh cửa hướng đến minh sát tuệ (insight) và giác ngộ về Bốn Thánh Đế, lý Vô Thường (Anicca), Sự Khổ (Dukkha), Vô Ngã (Anatta), cùng dẫn tới sự nhân chân Thực Tại và Chân Lý.

Sự tập trung (tư tưởng) và thiền định có nghĩa giống nhau trong triết học Phật Giáo. Thiền định không phải như một số người đã tưởng, là ngồi yên lặng và để tâm trí đi lang thang, với hy vọng rằng mình sẽ đạt được một vài điều cao siêu hay sự sáng suốt còn ẩn giấu. Thiền của Phật Giáo hoàn toàn khác hẳn. Sau khi ngồi yên tĩnh và thoải mái trong một thời gian, chúng ta cố gắng phát triển giúp cho



"tâm an trú". Nghĩa là chúng ta hướng ý tưởng của mình chỉ tập trung vào một đề mục, không để cho nó suy nghĩ điều này, điều nọ, giống như con khỉ nhảy từ cây này qua cây kia. Tiếc rằng đề tài quá rộng để có thể giải thích ở đây, hy vọng chúng tôi sẽ trình bày nó đầy đủ hơn trong lần xuất bản sau.

(còn tiếp)



THE FOUNDATION OF RIGHT LIVING

In the first sermon which the Buddha preached, after attaining His Enlightenment, He explained the Middle Way, the Four Noble Truths and the Noble Eightfold Path. These may be likened to foundation stones on which the entire Dhamma is based. Everything which is found in the entire Buddhist Scriptures, is in fact, an expansion of the Four Noble Truths.

The Middle Way is the Path of moderation, the Path of balance. We are warned to avoid abandoning ourselves to a pleasure-seeking life and the unbridled gratification of the senses. On the other hand, we should avoid a useless life of painful and unnecessary austerity or asceticism. Since the Four Noble Truths form such an important basis of the Buddhist life, we should study them seriously and not be deceived by their apparent simplicity. In the study of Buddhism, a mere superficial glance or even the learning and repetition of words is useless unless it leads us to deep understanding. A boy can learn the four Noble Truths in ten minutes yet it may take thousands of lives before there is real understanding. The Master Himself stressed the importance of real understanding when He said:

"It was through not understanding, not penetrating four things, that I, disciples, as well as you, have wandered so long through the long round of rebirths. What are these four things? They are:

- The Noble Truth of Suffering;
- The Noble Truth of the Origin of Suffering;
- The Noble Truth of the Cure of Suffering;

- The Noble Truth of the Path which leads to the End of Suffering."

The First Noble Truth is the Universal Nature of Suffering

We understand this Truth when we awaken to the realization that sorrow and suffering are the principal characteristics of life. All living beings (human or animal) without exception are subject to the ever-present danger of pain and suffering. There are no conditions which guarantee happiness, peace or security. At any hour, or even any moment, we are likely to become victims.

What can be classified as Suffering? Birth, death, old-age, hunger, thirst, heat and cold, abnormal functioning of the body, disease, sickness and accidents. All these are Suffering. To be separated from the people we love or to live with unpleasing and difficult people; mental worry, anxiety, anguish, grief, woe and despair; not to obtain the objects of our desires; dwelling in unfit or uncongenial surroundings or having unpleasant employment; irritating noises and discordant sounds; mental or physical ill-health in ourselves or in those we love; suffering endured by those to whom we are attached. Suffering must be viewed in its correct perspective. It has attended us in the past, envelopes us in the present and will be with us in the future - unless we take active steps to escape it.

The Second Noble Truth Is The Origin Of Suffering

In this we learn of the desires and emotions which are factors causing suffering, either in this life or a subsequent one. They include greed; attachment to or infatuation with people, ideas or objects; the failure to obtain or satisfy our desires; the unhappiness and disgust which comes from these people, ideas or objects, sooner or later. Restlessness, ambition, self-exaltation, pride, vanity, delusion, craving; the belief that the ego, or personality, is a permanent soul or entity.

The failure to learn from our past experiences; forgetting the tragedies of life by losing them in a round of artificial pleasures; insufficient self-control, immoderate living, anger, ill-will, hatred and irritability; bad habits, sexual excess; and putting reliance in others. In the past and in the present, all these and many more, are the cause of suffering.

The Third Noble Truth Of The Cure Of Suffering

The threshold of understanding is reached when we realize that suffering can be brought to an end. The Path of the Master leads to this very goal. Suffering, although accepted by so many, is not without a remedy. Once the mind is awakened to the existence and causes, we are on the road to conquering them. Just how far we are prepared to go along the Path, depends entirely on ourselves. The causes can only be removed if we undertake a course of self discipline and training. The realization that it is worthwhile to do so, is the first step.

The Fourth Noble Truth Of The Path Which Leads To The End Of Suffering.

No other religion or philosophy reveals so clearly the Path of Virtue, leading to deliverance. It is called the Noble Eightfold Path because it is actually one path but is subdivided into eight sections. It

is the Buddhist code of mental and physical conduct which leads to the end of suffering, sorrow and despair; to the Perfect Peace, Nibbana.

- Right Understanding
- Right Thoughts
- Right Speech
- Right Actions
- Right Livelihood
- Right Effort
- Right Mindfulness
- Right Concentration

"This is the Middle Path which the Perfect One has discovered, which makes us both see and know, which leads to peace, to discernment, to enlightenment and to Nibbana."

The eight sections of the Path are not intended to be cultivated in the order they are given and the perfection of one stage is not required before another is begun. They must be regarded as a complete whole, requiring progress in all the sections. We practise and develop as we are able and progress in any section will lead to success in others. In its entirety, the Eightfold Path, leads to the cultured mind, for only when it is brought under control are we able to conquer greed, ill-will and delusion.

- Right Understanding is the complete and perfect knowledge of Four Noble Truths and Anicca (impermanence); Anatta (all things are without a Self or permanent ego); Dukkha (Suffering); Kamma and Rebirth; the understanding of which are good deeds or bad; the Ten Fetters and the Causal Law; and their inter-relationship with each other.
- Right Thoughts are those free from lust, greed and desire; those free from hatred or ill-will; those free from cruelty, unkindness or revenge. In the last analysis, it is thoughts which promote our deeds and if the thinking is promoted to a high level our deeds and actions will automatically respond. Thinking is the action of the mind and can cause bad Kamma just as much as physical deeds.
- Right Speech is the control of the tongue by right thought. Withholding oneself from untruthful, deceitful or harsh speech and from gossip or idle talk. In its positive aspect, it means to speak kindly and with tenderness to others; to be modest in referring to oneself and abstain from self-exaltation.
- Right Action is not to take the life of any living creature; not to indulge in improper sex relations; not to steal the property of another. In its fullest sense, it means to perform deeds which do not cause suffering of oneself and others.
- Right Livelihood is to avoid occupations, hobbies or trades which cause or lead to suffering for other beings. This would include those which do no permit the practice of right action. A disciple of the Buddha should not obtain his or her living by deceit, trickery, or usury. He or she should avoid the trade in arms and death-dealing weapons, flesh, intoxicating drinks and drugs or of living beings. Our guiding principle is to work for the happiness and welfare of mankind and not

for its sorrow.

- Right Effort is the endeavor we make to live a moral and blameless life. The Four Right Efforts are classified as follows:
 - * The effort to avoid evil not yet existing.
 - * The effort to overcome evil which already exists.
 - * The effort to develop good not yet existing.
 - * The effort to preserve the good already developed.
- Right Mindfulness is to be constantly vigilant over our thoughts, speech and actions. It is easier for us to do wrong when we are careless and thoughtless. We must cultivate an alertness of mind, which in controlling our conduct, will establish harmony and not discord. The early stages of the development of this mindfulness, will require a slowing down of our thinking, speech and actions. This gives us more time to consider the right or wrong of what we are going to say or do. In a short time the mind becomes trained to this positive thinking and saying or doing the right thing becomes automatic.
- Right Concentration (or meditation). Of all the gems of the Buddha's Teaching, this is the one of greatest brilliance. Meditation is fairly new to the West but it has been known for thousands of years in the East. Already, however, there are many who have discovered its worth and the wonderful bliss of contentment it gives. It is unsurpassed as the means of obtaining the peace of mind which the wise are seeking to supplant the chaotic existence of modern living. It is not only the key to mind training but also the means by which we bring the mind under control. It opens the gate to insight and understanding of the Four Noble Truths, Anicca, Dukkha, Anatta, and leads to the unsurpassed vision of Reality and Truth.

Skillful concentration and meditation are synonyms in Buddhist Philosophy. Meditation is not, as some believe, sitting quietly and letting the mind wander with the hope that some superior, or hitherto unrevealed wisdom, will drift in. Buddhist meditation is the exact opposite. After we have learned to sit still and relaxed for a reasonable period, we endeavor to develop 'one-pointedness of mind.' This means, training it to concentrate on one subject only, without jumping from idea to idea, like a monkey jumping from tree to tree. Unfortunately the subject is too vast to deal with here but it is hoped to deal with it more fully in a later publication.

(to be continued...)



TƯỞNG NIỆM

PHÁP ÂM ĐỒNG VỌNG

Thích Phước Sơn

(LTS.: HT. Thích Phước Sơn, Phó Viện trưởng Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam, là một trong những đệ tử xuất sắc của Cổ Đại Lão Hòa Thượng Thích Trí Thủ. Bài được viết từ năm 1999, trích trong Kỷ Yếu Tưởng Niệm ĐLHT Thích Trí Thủ. Chánh Pháp xin đăng lại để độc giả hiểu thêm về công hạnh và hành xử của "Ông Già Lam".)

Thời gian thấm thoát trôi qua, nay đã đến ngày giỗ lần thứ 15 của Ông. Tôi muốn viết vài dòng để ghi lại những kỷ niệm cao đẹp qua bao tháng năm được may mắn gần Ông, nghe lời Ông dạy, ngắm nhìn hình bóng uy nghiêm của Ông, tất cả như những dấu ấn thiêng liêng, in đậm vào tâm não của tôi từ thời thơ ấu. Nhưng mỗi lần cầm bút định viết, rồi lại bỏ bút. Tôi càng thấy khó biết bao nhiêu thì càng cảm thông trường hợp ngài Thần Tú định dâng kệ lên Ngũ Tổ bấy nhiêu. Đã bao nhiêu lần Thần Tú định dâng kệ lên Ngũ Tổ, nhưng mỗi lần tới cửa thì sợ toát mồ hôi, lại bỏ cuộc cuối cùng đành đánh bạo viết bài kệ của mình lên vách chùa.

Giờ đây ngồi hồi tưởng lại những năm tháng sống ở Phật Học Viện Nha Trang sao mà đẹp quá! Xiết bao những hình ảnh thân thương, những kỷ niệm êm đềm. Tôi nhớ mãi một Giáo sư Bồ Đề Nha trang, sau giờ dạy học, ông ghé lên thăm viện, đã bày tỏ nỗi lòng: "Mỗi lần lên đồi Trại Thủy, thăm Phật Học Viện, tôi cảm thấy như trút bỏ bao lớp bụi hồng, lòng nhẹ nhõm lâng lâng thoát tục". Một cảnh trí khàng trang như vậy không phải bỗng nhiên có được, hẳn phải tốn bao nhiêu tâm lực, mà có lẽ công lao của Ông không ít. Người xưa đã từng bảo:

"Sơn bất tại cao, hữu tiên tắc danh"

Thủy bất tại thâm, hữu long tắc linh

(Núi không cần cao, có tiên ở thì nổi tiếng.

Đầm chẳng cần sâu, có rồng ẩn thì linh thiêng)

Cảnh trí tân kỳ phần lớn là do bàn tay con người kiến tạo. Không

những Ôn lo xây dựng các ngôi tịnh thất để làm tôn nghiêm cảnh trí Già lam, mà Ôn còn để tâm chăm sóc, uốn nắn từng người tùy theo từng hoàn cảnh. Năm 1958 vào dịp tết, tôi xin phép Ôn về thăm nhà, Ôn dạy: "Người xuất gia là mang hoài bão siêu việt, muốn cất bước đến một chân trời cao rộng; nay ông đã cắt ái từ thân, thì không nên quyến luyến nhiều với tình cảm gia đình, mà phải giốc tâm cầu đạo giải thoát. Vì duyên trần thì dễ nhiễm, mà chí đạo thực khó thành". Qua lời Ôn dạy, tôi chỉ biết cúi đầu vâng lệnh, ở lại viện ăn tết. Một cái tết tuy cô liêu, đạm bạc, nhưng có thì giờ để đọc sách, học hỏi; sau này kiểm điểm lại thì thấy mình được ơn ích biết bao!

Một hôm Ôn bảo các học tăng dịch và bình luận câu: "Lão ô bách tuế, bất như phượng hoàng sơ sinh" (Chim quạ dù sống trăm tuổi cũng không bằng phượng hoàng mới sinh). Nếu ai nói đúng ý, Ôn sẽ thưởng. Lúc đó anh em đang bận thi, và sợ nói không đúng ý Ôn, nên không ai làm. Nhưng nào ngờ Ôn có ý ngầm, muốn ví anh em như phượng hoàng con. Đó là một hình thức cổ vũ tinh thần thăm trầm và tế nhị.

Bấy giờ hầu hết học Tăng đều sang học bên trường Bồ Đề. Bữa nọ đạo hữu trưởng ban quản trị trường đi khắp các lớp để nhắc nhở học sinh, trong đó có cả học Tăng, đôi chỗ ông nói quá lời, anh em hơi buồn, định nghỉ một tuần rồi đi học lại. Văn phòng trưởng thấy vắng học Tăng, gọi điện thoại báo tin Ôn biết. Ôn bèn kêu tất cả xuống, khiển trách khá nặng, mấy chú điều nhỏ còn bị ăn đòn. Ôn nói: "Nhẫn là vật báu vô giá của mình, không nhẫn thì tai họa không lường trước được." (Nhẫn thị thân chi bảo, bất nhẫn thân chi ương). Nay người ta ban cho mình một cơ hội để thực hành hạnh nhẫn mà không biết ơn họ, các ông còn định nghỉ học nghĩa là sao? Ngày mai tất cả qua xin lỗi văn phòng và tiếp tục học lại". Anh em chúng tôi đều răm

rắp tuân lời, nhưng lòng vẫn thấy hơi buồn buồn. Có lẽ Ôn cũng nhận ra cách xử sự của đạo hữu kia có chỗ chưa phải, nhưng Ôn vẫn giữ thái độ kính trọng vị ấy thì chung như nhất. Thế mới biết, đối với học trò mình, Ôn tỏ ra nghiêm khắc, mà đối với người ngoài thì độ lượng bao dung. Đó là kinh nghiệm của người đã thấu triệt tình đời. Điều này đến lúc đi dạy học tôi mới nhận ra. Nếu đặt địa vị mình vào trường hợp của Ôn, thì mình cũng xử sự như vậy. Càng nghĩ lại, tôi càng thương kính và cảm phục. Thảo nào ca dao của ta chẳng từng bảo:

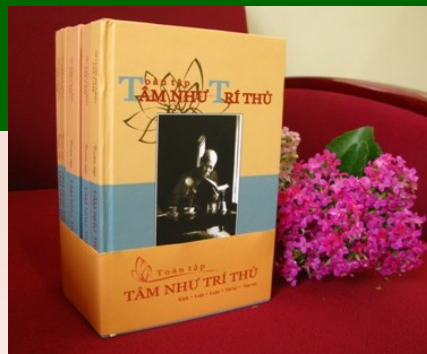
*"Đường dài mới biết ngựa hay
Nuôi con mới biết ân rày mẹ cha"*

Và phương Tây có câu danh ngôn đầy ý nghĩa: "Lúc 20 tuổi con tưởng là con bằng cha. Lúc 25 tuổi con cho là con hơn cha. Nhưng đến lúc 40 tuổi con mới biết chắc chắn là con kém thua cha."

Cuộc tranh đấu đòi tự do tín ngưỡng của Phật giáo năm 1963, vào những giai đoạn quá gay go, có kẻ muốn ngã lòng. Đến khi cuộc tranh đấu thành công, chính Ôn lại mở lượng khoan dung, chớ che cho những người đã ngã lòng bỏ cuộc. Thế mới biết tấm lòng của Ông bao la chừng nào! Liên tưởng đến sự kiện này, tôi nhớ lại một câu đối tại Phật Học Viện Nha Trang vào dịp tết, nói về hạnh nguyện của Đức Từ thị Di Lặc:

"Đại đồ năng dung, dung thế gian nan dung chi sự" (Bụng lớn hay dung, dung những việc khó dung trong thiên hạ). Phải chăng Ôn noi theo hạnh nguyện từ bi của đức Di Lặc? Mỗi lần đi đâu xa trở về Phật học viện, hề thấy những cảnh cây khô thì Ôn dạy anh em chúng tôi chặt bỏ; và bảo chúng tôi gánh nước tưới cây héo úa xung quanh chùa. Ôn bảo: "Cảnh vật bên ngoài thường ảnh hưởng đến nội tâm chúng ta, và ngược lại, nội tâm chúng ta cũng tác động đến ngoại cảnh không ít. Thế nên: "Ngoài trang nghiêm sự tướng hãy tu. Trong tự tại kính lòng hằng đọc."

Có những lúc khan hiếm củi anh em chúng tôi phải cửa cây để



đốt. Thấy thế, Ôn nói: "Quân tử bất khí" (Người quân tử không giống như những dụng cụ). Bởi vì các thứ dụng cụ chỉ dùng được một việc. Trái lại người quân tử thì phải đa năng đa dụng, dùng tài năng của mình làm nhiều điều lợi ích khác nhau. Thực là một bài học tuy ngắn mà rất thâm thúy.

Nhưng lời dạy thống thiết nhất in đậm vào tâm hồn tôi và mãi mãi không quên là những lời Ôn dạy năm 1968, tại Giã Lam, khi tôi xin phép từ gia Ôn về phụ trách Bồ Đề Nha Trang. Đêm đó Ôn tâm tình khá lâu, nói về kinh nghiệm sống, làm việc, tiếp xúc với đời, tránh những cạm bẫy, làm thế nào để giữ vững đạo tâm, không quên chánh niệm. Đại khái có thể tóm tắt vào câu: "Tục giới nặng mê lầm, tà chú bủa tung nghìn phép đạo; chân tu hằng tinh tấn, chính tâm thu gọn một lần siêu." Mỗi lần gặp những hoàn cảnh trắc trở, nhớ lại lời Ôn, tôi như được tiếp thêm sức để vượt qua thử thách. Ngày xưa khi Phật còn tại thế, các đại đệ tử thường tán thán Phật: "Con tử miêng Phật sinh ra, tử pháp Phật trưởng thành." Đại ý bảo: Nhờ Phật mà mình có trí tuệ. Giờ đây Đức Thế Tôn không còn nữa, người xuất gia phần lớn nương vào nhân cách và đức độ của Thầy - một bài học sống - để trưởng dưỡng pháp thân, nuôi lớn huệ mạng. Trên hành trình luân hồi vô tận, chúng ta gặp nhau đây, nào phải sự ngẫu nhiên, biết đâu chẳng là:

"Thầy xưa bao thuở vẫn thầy nay?"

Bình sinh Ôn rất thích trúc, và thường ca ngợi đức tính của trúc:

*"Vị xuất địa thời tiên hữu tiết
Chỉ lăng vân xứ cánh vô tâm"*

(Chưa ra khỏi đất đã có tiết,
Cao vút tầng mây vẫn rỗng lòng)

Và bài thơ xuân của Ôn năm 1963 có câu:

"Đốt nén hương nguyện cầu sám hối,

Trước sau giữ trọn chữ không tâm"

Phải chăng hạnh nguyện vô tâm của Ôn đã biến thành một đức tính tự nhiên.

Trên trần thế bộn bề, nhiều khi phải tùy nghi phương tiện để chu toàn Phật sự, nhưng vẫn không rời trí tuệ và lòng bi mẫn. Giốc hết tâm lực làm những Phật sự cần thiết, miễn là lợi ích cho nhiều người, cộn thành hay bại ít có quan tâm. Ôn thường nhắc các

Buông

*Mưa về trên thiên thất
Buông giọt xuống mái tranh
Con cù trên cây tràm
Buông tiếng xuống ruộng xanh*

*Sư ngồi lật trang kinh
Chẳng buông một âm thanh
Lặng nghe
rời chợt nghe
Buông hết ngàn Phật danh.*

VĨNH HẢO



thơ

phật tử: "Quý vị quy y tôi, đừng nghĩ chỉ có tôi là Thầy mình, mà phải xem chư Tăng ai cũng là bốn sư của mình, hết lòng tôn kính và phụng sự". Có lẽ do thái độ vô ngã, vô tâm này mà các đệ tử càng ngưỡng mộ khâm phục, và rất hãnh diện được làm đệ tử Ôn.

Trong hàng đệ tử, nếu ai có lỗi lầm, Ôn thường gọi về răn bảo, động viên bằng những lời lẽ ôn tồn, cử chỉ thâm tình, nhưng không kém về uy nghiêm, khiến cho người phạm lỗi càng kính, càng sợ và khắc cốt ghi lòng mãi mãi những lời vàng ngọc. Mỗi lần đọc đến đoạn lịch sử nói về tình Thầy trò ông Chu Văn An, không lần nào là tôi không xúc động đến rơi nước mắt. Trong hàng môn sinh của ông có người làm đến Hành khiển (Chức tương đương với Tế tướng); thế mà mỗi lần về thăm Thầy đều đánh lễ dưới giường. Nếu ai có lỗi ông thẳng thắn khiển trách, khiến người phạm lỗi không những không dám có một ý nghĩ nào buồn phiền mà còn lấy làm sung sướng, hãnh diện. Ôi! cái nhân cách và đức độ của Thầy đã cảm

hóa học trò đến thế đấy!

Dòng đời trôi chảy, lịch sử biến thiên, cuộc sống tu hành có những lúc gặp nhiều trắc trở; chúng ta tưởng dường như không vượt nổi; nhưng Ôn dạy: "Khó hay dễ là tại mình. Và lại, trên mảnh đất phi nhiêu chưa hẳn đã là nơi thích hợp cho cây đạo đơm hoa kết trái." Lời dạy tuy đơn sơ nhưng đầy ý nghĩa.

Hồi tưởng lại buổi sáng hôm rước kim quan của Ôn nhập bảo tháp, trong lúc thất chúng đệ tử ngậm ngùi, thương tiếc, tiễn đưa Ôn lần cuối, thì bầu trời Sài Gòn phủ một màu tang, trên vòm mây xám rơi xuống những hạt mưa lâm tẩm. Phải chăng "Sơn hà bi lệ", cỏ cây cũng thương tiếc tiễn đưa Người!

Giờ đây, mỗi lần về lại chùa Giã Lam, tuy không còn được điểm phúc chiêm ngưỡng thần tượng uy nghiêm của Ôn nhưng từ dung của Ôn như còn ẩn hiện đó đây, và pháp âm của Ôn vẫn đồng vọng bất tuyệt.

Kính thành cẩn niệm,
Đệ tử Phước Sơn

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

ĐỨC PHẬT VỚI NHỮNG NGƯỜI TRẺ TUỔI
TRONG KINH TRUNG A HÀM

Thích Phước An

(tiếp theo kỳ trước)

Trong kinh Khổ Ấm (II) Đức Phật đã nói với một cư sĩ có tên là Ma-Ha-Nam:

"Này Ma-Ha-Nam, có năm công đức của dục, đáng yêu, đáng mơ tưởng, đáng vui thích, có liên hệ đến dục, khiến cho người khoái lạc. Những gì là năm? Đó là sắc được biết bởi mắt, âm thanh được biết bởi tai, hương được biết bởi mũi, vị được biết bởi lưỡi, xúc được biết bởi thân. Do đó mà vua và quyền thuộc của vua được khoái lạc hoan hỉ. Này Ma-Ha-Nam, vị ngọt của dục chỉ cùng cực đến đó chứ không thể hơn nữa, nhưng tai họa của nó thì rất nhiều."

Như vậy, sở dĩ chúng ta chạy theo lợi danh, địa vị, tiền bạc, hay sắc dục cũng chỉ mục đích duy nhất là phục vụ cho năm cái mà Đức Phật đã gọi là "năm công đức của dục" ấy. Nhưng Đức Phật đã không quên cảnh cáo chúng ta rằng: "nhưng tai họa của nó thì lại rất nhiều".

Và Đức Phật đã chỉ ra cái họa ấy cho bản thân, cho gia đình, và cuối cùng là cho cả quốc gia, xã hội nữa.

Trước hết, Đức Phật đã chỉ cái họa cho bản thân một cách cụ thể rõ ràng rằng: "Người ấy gặp lạnh phải chịu lạnh, gặp nóng phải chịu nóng, bị đói khát mệt nhọc, bị muỗi mòng châm chích, nó phải làm nghề nghiệp như thế để mong kiếm được tiền của". Nhưng khi đã có tiền của rồi lại phải chịu cái khổ khác nữa, đó là cái khổ vẫn theo Đức Phật: "sanh yêu quý, gìn giữ, chôn giấu. Vì sao vậy? Vì nó nghĩ: "Tài vật này của ta, dùng để cho ai cướp đoạt, hay lửa thiêu hư hoại, mất mát, hoặc xuất tài mà vô lợi hoặc làm việc mà không thành tựu."

Sau cái họa cho bản thân thì đến cái họa cho gia đình và cả dòng họ nữa:

"Lại nữa, này Ma-Ha-Nam, vì chúng sanh nhân nơi dục, duyên nơi dục, lấy dục làm gốc nên mẹ tranh cãi với con, con tranh cãi với mẹ, cha con, anh em, chị em, bà con dòng họ tranh cãi lẫn nhau. Vì tranh cãi với nhau như vậy nên mẹ nói xấu con, con nói xấu mẹ. Cha con, anh em, chị em, bà con dòng họ nói xấu lẫn nhau."

Và cuối cùng, Đức Phật không quên nêu ra thủ phạm chính là cái dục chứ không ai khác đã đang và sẽ đốt cháy thế giới này:

"Lại nữa, Ma-Ha-Nam, vì chúng sanh nhân nơi dục, duyên nơi dục, lấy dục làm gốc nên vua tranh giành với vua, Bà La Môn tranh giành với Bà La Môn, cư sĩ tranh giành với cư sĩ, dân tranh giành với dân, nước này tranh giành với nước nọ. Bởi tranh giành nên nghịch nhau, rồi dùng binh khí để giết hại lẫn nhau, hoặc nắm tay thoi, ném đá, hoặc dùng gậy

đánh, dao đâm chặt. Trong khi giao đấu hoặc chết, hoặc sợ hãi, thọ cực trọng khổ..."

Dường như, tất cả những cuộc chiến tranh trong lịch sử của nhân loại từ xưa đến nay dù được những người chủ trương giải thích có hợp lý như thế nào đi nữa thì thực tế cũng chỉ để che đậy cái dục nghĩa là lòng tham vô đáy của họ mà thôi, như vua Câu-Lao-Bà đã thú nhận với Tôn giả Lại-Tra-Hòa-La, đệ tử của Đức Phật tại khu rừng Thâu-Lô-Tra ở Ấn Độ cách đây 25 thế kỉ: "Lại-Tra-Hòa-La, nếu tôi biết nước nào giàu có của cải, nhân lực, lực dịch như vậy, nhất

định tôi sẽ đánh chiếm nước đó!"

Cái dục mang tai họa đến chẳng những cho bản thân, gia đình mà còn cả xã hội loài người một cách nguy hiểm như vậy, nên Đức Phật đã chỉ bày rất rõ ràng cụ thể phương pháp diệt dục mà chính Ngài đã thực hành, để rồi cuối cùng Ngài đã diệt trừ nó, nghĩa là Ngài đã làm cuộc cách mạng vĩ đại đó trong chính tự thân của mình.

Trong kinh có tên là *Kinh Niệm*, Đức Phật thuật lại:

"Ta thực hành như vậy: sống viễn ly, cô độc, tâm không phóng dật, tu hành tinh tấn, nếu sanh tâm niệm dục, ta liền biết là đang sanh tâm niệm dục, hại mình, hại người, hại

cả hai, diệt trí tuệ, nhiều phiền nhọc, không chứng đắc Niết Bàn. Biết rằng, hại mình, hại người, hại cả hai, diệt trí tuệ, nhiều phiền nhọc không chứng đắc Niết Bàn nó liền bị tiêu diệt nhanh chóng."

Và đoạn sau đây ta sẽ thấy Đức Phật đã chiến đấu quyết liệt như thế nào đối với tai họa khủng khiếp của dục:

"Khi sanh tâm niệm dục, Ta không thọ nhận, mà đoạn trừ, tổng khứ, sanh tâm niệm nhuế, tâm niệm hại cũng không thọ nhận, mà đoạn trừ, loại trừ, tổng khứ. Vì sao vậy? Vì Ta thấy rằng, nhân nơi đó mà sanh vô lượng pháp ác bất thiện. Vì như vào tháng cuối xuân, vì đã trồng lúa nên đất thả bò không được rộng. Người chăn bò thả bò nơi đồng ruộng, bỏ vào đất người, nó liền cầm roi đến ngăn lại. Vì sao vậy? Vì người chăn bò biết rằng nhân nơi đó mà có lỗi lầm là sẽ bị chửi, bị đánh, bị trói. Do đó, người chăn bò cầm roi đến ngăn lại. Ta cũng như vậy, sanh tâm niệm dục, không thọ nhận, mà đoạn trừ, loại trừ, tổng khứ. Sanh tâm niệm nhuế, tâm niệm hại cũng không thọ nhận, mà đoạn trừ, loại trừ, tổng khứ. Vì sao vậy? Vì Ta thấy nhân nơi đó mà sanh vô lượng ác bất thiện."

Nhưng khi một người đã tiêu diệt hoàn toàn lòng dục, không còn tham sân si chi phối thì khi bước xuống cuộc đời nghĩa là phải đối mặt với những con người đầy tham ái, ích kỷ, thì họ phải đối phó với những người đó như thế nào? Tôn giả Xá-Lợi-Phất, vị tôn giả mà trong kinh Phân Biệt Thánh Đế đã được



Đức Phật ca ngợi là: “Bậc thông tuệ, tốc tuệ, minh đạt tuệ, biện tài tuệ, quảng tài tuệ, thâm tuệ, xuất yếu tuệ” đã một lần bị một vị Tỷ Kheo vu khống trước Đức Phật là: “Tôn giả Xá-Lợi-Phất đã khinh mạn con, rồi đi trú trong nhân gian.”

Rồi câu chuyện được đem ra giữa Đức Phật và đại chúng Tỷ Kheo. Trước Đức Phật và chúng Tỷ Kheo, có cả vị Tỷ Kheo đã vu khống mình, Tôn giả Xá-Lợi-Phất trình bày rằng chỉ Tỷ Kheo nào “không niệm thân trên thân thì người ấy mới khinh mạn đồng phạm hạnh.” Tôn giả Xá-Lợi-Phất khẳng định với Đức Phật và chúng Tỷ Kheo rằng: “Con có niệm thân trên thân thì vì sao con lại đi khinh mạn một đồng phạm hạnh rồi đi trú trong nhân gian?”

Sau đó, tôn giả Xá-Lợi-Phất bằng tất cả “biện tài tuệ” của mình đã đưa ra nhiều ví dụ vì sao tôn giả có thể “như như bất động” giữa xã hội loài người đầy hận thù này. Và đây là một trong mười ví dụ mà tôn giả đã trình bày trước Đức Phật và đại chúng Tỷ Kheo trong kinh có tên là *Sư Tử Hống*:

“Bạch Thế Tôn, cũng như mặt đất dung nạp tất cả đồ sạch, đồ bẩn, đại tiện, tiểu tiện, nước mũi, nước miếng. Đất không phải vì thế mà khởi sự thương ghét, không lấy làm sỉ nhục, xấu xa, không hổ, không thẹn. Bạch đức Thế Tôn, con cũng như vậy. Tâm con như mặt đất kia, không ghét, không oán, cũng không sân nhuế, không náo hại, rộng lớn, vô biên, khéo tu tập, biến mãn tất cả thế gian thành tự và an trụ.”

Có lẽ chính vì thế mà ta chẳng lấy gì làm ngạc nhiên khi D.T.Suzuki nhà thiền học được tôn xưng là vĩ đại nhất của thế kỉ 20, vẫn thường trích dẫn câu chuyện về chiếc cầu đá của thiền sư Triệu Châu ở Trung Quốc, như một thông điệp về tình yêu và sự bao dung mà ông muốn gởi đến cho nhân loại ở thế kỉ 20, một thế kỉ đầy đầy những ý thức hệ cuồng tín luôn luôn kích động lòng hận thù:

“Một hôm có vị sư đến thăm Triệu Châu, nói: “Thưa thầy, chiếc cầu đá của thầy được nói đến khắp nơi, nhưng khi tôi nhìn thấy thì nó chỉ là cây cầu gỗ ọp ẹp.”

Triệu Châu trả lời:

“Ông chỉ thấy cây cầu khắp khểnh của mình nên khó lòng nhìn thấy cây cầu đá thực sự.”

Nhà sư hỏi:

“Thế nào là cầu đá?”

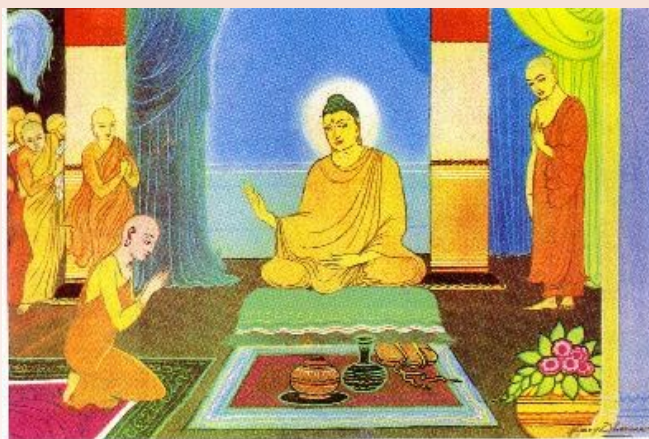
Triệu Châu đáp:

“Người đi qua trên đó, lừa cũng đi qua trên đó.”

Và đây là lời bình của D.T.Suzuki:

“Cây cầu của Triệu Châu cũng như cát của sông Hằng, bị đủ loại súc sinh giẫm đạp và vấy bẩn. Nhưng cát vẫn không một lời ta thán. Một dấu chân để lại của các tạo vật đủ loại trong phút chốc đều bị xóa tan, và cũng như bao rác rưởi của chúng, hết thảy đều bị cuốn trôi đi, trả lại cho sự trong sạch ban đầu. Cây cầu đá của Triệu Châu cũng vậy, không những lừa ngựa đi qua mà ngay cả xe tải hay xe lửa cũng đi qua đó mà nó vẫn (tận tâm), thích nghi tất cả. Ngay cả khi họ tận dụng nó, nó cũng không phiền toái chút nào.” (*)

Có một thanh niên trẻ tuổi nữa tên là Phất-Ca-Sa-Lợi, người thanh niên trẻ tuổi này có lẽ đặc biệt hơn Lại-Tra-Hòa-La. Sở dĩ tôi nói đặc biệt là vì Lại-Tra-Hòa-La sau khi gặp Phật và nghe Phật thuyết pháp rồi mới từ bỏ đề xuất gia học đạo nhưng Phất-Ca-Sa-Lợi thì chưa hề gặp Đức Phật mới chỉ nghe giáo pháp gián tiếp của Đức Phật thì nhất quyết từ bỏ gia đình mà xuất gia học đạo.



Câu chuyện về người thanh niên trẻ tuổi Phất-Ca-Sa-Lợi được ghi lại trong *Phân Biệt Lục Sứ Kinh* như thế này:

“Một thời Đức Phật Trú tại nước Ma-Kiệt-Đà, ở thành Vương Xá. Bấy giờ đức Thế Tôn đến nhà người thợ gốm nói rằng:

“Này thợ gốm, ta nay muốn tạm trú ở phòng làm đồ gốm một đêm, ông có thuận chăng?”

Thợ gốm trả lời:

“Con chẳng trở ngại gì cả. Nhưng vì đã có một Tỷ Kheo đã trú trong đó trước rồi. Nếu vị ấy thuận thì xin tùy ý.”

Bấy giờ đức Thế Tôn ra khỏi nhà thợ gốm, đi vào phòng làm đồ gốm, nói với Tôn giả Phất-Ca-Sa-Lợi rằng:

“Này Tỷ Kheo, ta nay muốn tạm trú một đêm ở phòng làm đồ gốm, thầy có thuận chăng?”

Tôn giả Phất-Ca-Sa-Lợi đáp:

“Thưa Hiền giả, tôi không trở ngại. Và lại, ở phòng làm đồ gốm này có chỗ ngồi bằng gỗ đã trải xong nếu hiền giả muốn ở lại thì tùy ý.”

Nghe vậy, đức Thế Tôn từ phòng đồ gốm đi ra ngoài rửa chân rồi mới trở vào, lấy ni sư đàn trải lên chỗ ngồi bằng gỗ mà ngồi kiết già suốt đêm yên lặng tĩnh tọa định ý.

Tôn giả Phất-Ca-Sa-Lợi cũng suốt đêm yên lặng, tĩnh tọa, định ý.

Bấy giờ, đức Thế Tôn suy nghĩ như thế này: “Tỷ Kheo này đi đứng tịch tĩnh, thật kì lạ, thật hiếm có. Ta hãy hỏi Tỷ Kheo này: “Thầy của bạn là ai? Y theo ai mà bạn xuất gia, học đạo và thọ pháp?”

Tôn giả Phất-Ca-Sa-Lợi đáp:

“Này Hiền giả, có Sa môn Cù-Đàm, dòng họ Thích, đã từ bỏ tông tộc, cạo bỏ râu tóc, khoác y cà sa, chí tín lìa bỏ gia đình, sống không gia đình, học đạo, đã giác ngộ vô thượng chánh Đẳng Chánh Giác. Vị ấy là thầy của tôi. Tôi y theo vị ấy mà xuất gia học đạo, thọ pháp.”

Đức Thế Tôn lại hỏi:

“Tỷ Kheo, đã từng thấy thầy ấy chưa?”

Tôn giả Phất-Ca-Sa-Lợi đáp:

“Chưa thấy!”

Thế Tôn lại hỏi:

“Nếu gặp Thầy ấy, bạn có nhận ra không?”

Tôn giả Phất-Ca-Sa-Lợi đáp:

“Không biết. Nhưng này hiền giả, tôi nghe rằng Thế Tôn là Như Lai, Vô Sở Trước, Đẳng Chánh Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn. Ngài là thầy của tôi. Tôi theo y theo Ngài mà xuất gia học đạo, thọ pháp.”

Khi ấy, Thế Tôn lại suy nghĩ như vậy: “Thiện nam tử này, y theo Ta mà xuất gia, học đạo, thọ pháp. Ta nay có nên thuyết pháp chăng?”

Suy nghĩ như vậy rồi Thế Tôn bèn nói với Tôn giả Phất-Ca-Sa-Lợi:

“Này Tỳ Kheo, nay ta sẽ thuyết pháp cho thầy, phần đầu toàn thiện, phần giữa cũng toàn thiện và phần cuối cũng toàn thiện, có nghĩa, có văn đầy đủ, thanh tịnh, hiển thiện phạm hạnh. Đó gọi là “phân biệt sa giới” thầy hãy lắng nghe, khéo suy tư và ghi nhớ.”

Đức Phật đã giảng cho Phất-Ca-Sa-Lợi về sáu giới tu, sáu xúc xử, mười tám ý cần hành, bốn thắng xử. Sau khi nghe xong bài pháp, Phất-Ca-Sa-Lợi đắc pháp, và nhận ra đây chính là Đức Phật bèn xin sám hối vì không biết nên đã gọi là “Hiền Giả.”

Cuối bài pháp Đức Phật đã dạy Phất-Ca-Sa-Lợi những lời vô cùng quan trọng như thế này:

“Này Tỳ Kheo, ai nghĩ rằng “tôi đang là” ấy đang là tự đề cao. Rằng “tôi sẽ hiện hữu” ấy là tự đề cao. Rằng “tôi sẽ không hiện hữu” ấy là tự đề cao. “Tôi sẽ có sắc” ấy là tự đề cao. “Tôi sẽ không có sắc” ấy là tự đề cao. “Tôi sẽ có tướng” ấy là tự đề cao. “Tôi sẽ không có tướng” ấy là tự đề cao. “Tôi sẽ không có tướng, không phải không có tướng” ấy là tự đề cao. Đó là cống cao, là kiêu ngạo, là phóng dật.”

Câu trên khiến ta liên tưởng đến câu nói lừng danh của triết gia Pháp Descartes: “Tôi tư duy nên tôi tồn tại”. (I think. There for I am).

Có lẽ Đức Phật không hề bận tâm đến “tồn tại” hay “không tồn tại” như Descartes mà Đức Phật chỉ khuyên dạy Phất-Ca-Sa-Lợi hãy vượt qua chẳng những Ngũ (ātman) thôi còn cả Vô Ngã (anātman) nữa để tiến thẳng đến chân lý tuyệt đối (Paramārtha-satya) nghĩa là Tánh Không (Sūnyatā) nơi mà hoàn toàn nằm ngoài sự “tồn tại” hay “không tồn tại”.

Chỉ khi ấy, Đức Phật giảng tiếp cho Phất-Ca-Sa-Lợi rằng:

“Này Tỳ Kheo, nếu không có tất cả những sự tự đề cao, cống cao, kiêu ngạo, phóng dật ấy thì ý tịch tĩnh.

Này Tỳ Kheo, ý tịch tĩnh thì không chán ghét, không ưu sầu, không lao nhọc, không sợ hãi, vì sao? Vì Tỳ Kheo ấy đã thành tựu Pháp nên không còn chán ghét, không chán ghét thì không ưu tư, không ưu tư thì không sầu não, không sầu não thì không lao nhọc, không lao nhọc thì không sợ hãi. Nhân nơi không sợ hãi nên sẽ đắc Niết Bàn, biết như thật rằng: “Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa.”

Nhưng Đức Phật không chỉ đến với những người trẻ tuổi như Lại-Tra-Hòa-La hay Phất-Ca-Sa-Lợi nghĩa là những thanh niên trí thức này luôn luôn bận tâm đến những vấn đề lớn của nhân sinh, mà Ngài còn đến cả những người trẻ tuổi rất bình thường như người thanh niên có tên là Thiện-Sinh (Singalovāda) mà kinh Thiện Sinh đã ghi lại như sau:

“Bấy giờ khi đêm đã qua, vào buổi sáng sớm, Đức Thế Tôn đắp y, cầm bát, vào thành Vương Xá để khát thực. Khi đức Thế Tôn vào thành Vương Xá để khát thực, thì từ xa trông thấy Thiện-Sinh, con trai vị cư sĩ, vào lúc sáng sớm, tắm gội, mặc áo Sô-ma mới, tay cầm lá Câu-Xá còn tươi, đi đến bờ sông, chấp tay lạy sáu phương:

“Ô Phương Đông, nếu có chúng sanh nào thì tôi hết lòng cung kính,, cúng dường, lễ bái, thờ phụng chúng sanh đó. Khi tôi đã hết lòng cung kính, cúng dường, lễ bái, thờ phụng chúng sanh đó rồi, thì

chúng sanh đó cũng hết lòng cung kính, cúng dường, lễ bái, thờ phụng lại tôi.

Cũng như vậy Phương Nam, Phương Tây, Phương Bắc, trên, dưới, nếu có chúng sanh nào thì tôi cũng hết lòng cung kính, cúng dường, lễ bái, thờ phụng chúng sanh đó.”

Đức Thế Tôn thấy thế, liền đến gần hỏi Thiện-Sinh, con trai cư sĩ:

“Này con trai cư sĩ, ông thọ nhận giáo hóa của Sa môn, Bà La Môn nào? Ai dạy ông cung kính, cúng dường, lễ bái, thờ phụng sáu phương? Mà mỗi buổi sáng tắm rửa, mặc áo Sô-ma mới, tay cầm lá Câu-xá còn tươi, đến bờ sông rồi chấp tay lạy sáu phương?”

Thiện-Sinh, con trai cư sĩ thưa rằng:

“Bạch đức Thế Tôn, không có vị Sa môn hay Bà La Môn nào dạy con cả. Bạch Thế Tôn, khi cha con sắp lâm chung, nhân sáu phương mà trở lại con, khéo dạy, khéo quở con rằng: “Này Thiện Sinh, sau khi cha mất, con phải chấp tay mà lạy sáu phương”

Đức Thế Tôn sau khi nghe như vậy, Ngài mới nói rằng:

“Này con trai cư sĩ, ta nói có sáu phương, chứ không nói là không có. Này con trai cư sĩ, nếu có người phân biệt sáu phương, xa lìa những nghiệp ác bất thiện ở sáu phương. Người đó ngay trong đời này đáng được cung kính, tôn trọng. Sau khi thân hoại mạng chung, chắc chắn sẽ sanh đến nơi thiện xứ. Này con trai cư sĩ, chúng sanh có bốn loại nghiệp, bốn loại ô uế. Những gì là bốn? Này con trai cư sĩ, sát sanh là một loại nghiệp, một loại ô uế của chúng sanh. Lấy vật không cho, tà dâm, vọng ngôn, là một loại nghiệp, một loại ô uế của chúng sanh.”

Rồi Đức Phật giảng cho Thiện Sinh nghe sáu phi đạo, tức là sáu nguyên nhân, đưa một gia đình đến hao tài và cuối cùng là phá sản:

“Này con trai cư sĩ, kẻ mong cầu của cải nên biết sáu điều phi đạo. Sáu điều đó là gì? Một là chơi bời các thứ cờ bạc mà mong cầu tài vật là phi pháp. Hai là rong chơi không phải lúc mà mong cầu tài vật là phi pháp. Ba là đam mê rượu chè mà mong cầu tài vật là Phi Pháp. Bốn là gần gũi ác tri thức mà mong cầu tài vật là phi pháp. Năm là đam mê kĩ nhạc mà mong cầu tài vật là phi pháp và sáu là lừa dối mà mong cầu tài vật là phi pháp.”

Với tuổi trẻ thì bạn bè đóng một vai trò vô cùng quan trọng trong việc thành công hay thất bại cho chính cuộc đời của họ. Đức Phật hiểu rõ điều này nên khuyên Thiện Sinh nên tránh bốn loại bạn sau đây:

“Một là xúi việc bài bạc, hai là xúi rong chơi không phải thời. Ba là xúi uống rượu và bốn là thân cận bạn ác.”

Và Đức Phật cũng thấy những cạm bẫy vô cùng vi tế mà tuổi trẻ vì nông nổi có thể nhẹ dạ tin theo. Chẳng hạn, Ngài khuyên Thiện Sinh đừng giao tiếp với những loại người như thế này:

Người ấy biết làm việc

Nói năng rất êm dịu

Sợ, vì lợi hòa theo

Biết chẳng thân, tưởng thân

Nên xa lìa kẻ ấy

Như đường có hiểm họa

Và Đức Phật cũng không quên đưa ra bốn tiêu chuẩn mà Ngài gọi là bạn lành:

(xem tiếp trang 66)

Dáng Từ trên đồi Trại Thủy

Thích Nguyên Siêu



Chùa Hiá Đức trên đồi Trại Thủy, Nha Trang (VVT)

Ôn Già Lam, chỉ ba tiếng ấy thôi cũng đủ làm ấm lòng bao lớp Tăng sinh của các Phật Học Viện: Báo Quốc - Huế, Phổ Đà - Đà Nẵng, Hải Đức - Nha Trang, Già Lam - Sài Gòn. Ba tiếng nói ấy như trái tim của Mẹ ấp ủ đàn con qua suốt quãng đời dài dầu mưa nắng.

Ôn Già Lam, người đã hy sinh suốt đời mình để phụng sự cho Phật pháp, đào tạo Tăng tài qua nhiều thế hệ. Ôn đã khai phóng tinh thần thể học cho Tăng sinh các Phật Học Viện.

Hạnh Nguyên Phổ Hiền Tiếp Chủng Độ Tăng:

Từ ngày biết Ôn qua những năm ở Phật Học Viện Hải Đức Nha Trang, Tu Viện Quảng Hương Già Lam Sài Gòn vào những thập niên 60-80, lúc nào Ôn cũng gần gũi chăm sóc học Tăng như là hạnh nguyện, hay sự sống của chính Ôn. Ôn ân cần thăm hỏi lo lắng vun bồi. Ôn nuôi dưỡng đàn hậu học như nuôi dưỡng chính mình một cách thiết tha cẩn trọng, vì Ôn thường nói: "Tre tàn măng mọc". Do vậy Ôn mang hạnh nguyện bảo bọc đàn con cho được trưởng thành để tiếp nối con đường hoằng dương chánh pháp, báo đáp Phật ân. Hạnh nguyện này đã thể hiện qua nếp sống của Ôn, qua công đức của Ôn.

Kể từ ngày đảm nhận trọng trách trong chốn sơn môn, tông lâm, phạm vũ, Ôn đã đem hết tâm nguyện một đời hy hiến, phụng sự để thành lập các Phật Học Viện, từ đó có người tiếp nối, Tăng già có kẻ sáng soi; làm bậc thạch trụ thiên gia, long tượng thạch đức. Một mình Ôn chống gậy đi khắp các miền để giảng dạy giáo huấn bao thế hệ học tăng từ miền Trung: Báo Quốc-Huế, Phổ Đà-Đà Nẵng, cho đến Phật Học Viện Trung Phần Hải Đức Nha Trang, và cuối cùng nơi xả bỏ bảo thân, thâu thần thị tịch là Tu Viện Quảng Hương Già Lam Sài Gòn.

Nơi nào cũng in dấu chân đi, cũng lưu giữ hình ảnh từ hòa dung

dị của Ôn suốt một chặng đường dài hơn nửa thế kỷ. Dù mưa hay nắng, Ôn vẫn thông dong tự tại nơi thiền thất trên ngọn đồi Trại Thủy của Cụ Võ Đình Dung hiến cúng, hoặc Ôn chống gậy xuống hậu tổ bên cạnh phòng Thầy Trường San - Giám Sự Phật Học Viện và dùng cơm với quý Thầy. Ôn thường nói với Thầy Đồng Minh, mỗi khi Thầy qua thăm viện: "Mỗi tháng Thầy cho anh em học Tăng mỗi vị vài chục nghe, để anh em có chút tiền dẫn tui, kéo tui." Thầy Đồng Minh cười: "Ôn lo cho mấy chú học Tăng còn hơn lo cho Ôn nữa." Ấy là cái Hạnh Nguyên của Ôn mà suốt bao năm tháng gần gũi với Ôn mới thấy được tấm lòng chăm sóc của Ôn.

Ôn sống nơi đây trên thiền thất với Ôn Từ Quang, Ôn Từ Đàm thật thanh thoát, tự tại. Ba hình ảnh của các bậc Kỳ túc hiếm quý của Phật Giáo Việt Nam.

Ôn nuôi học Tăng, Ôn mở Phật Học Viện đó là tấm nguyện hàng đầu của Ôn. Ôn mở các giới đàn - tuyển Phật trưởng, chọn người làm Phật, để truyền trao giáo pháp cho thế hệ kế thừa. Ôn nuôi dưỡng học Tăng, Ôn đào tạo Tăng tài hướng về tương lai của Đạo pháp được hưng thịnh. Vì Ôn quan niệm: Tăng phải có tài đức để gìn giữ giềng mối của Đạo, phát huy bản thể của Tăng già để ngôi nhà Phật pháp được vững vàng, trường lưu xán lạn.

Ôn nói với Thầy Đồng Minh làm kinh tế tự túc để có điều kiện nuôi dưỡng học Tăng. Kinh tế tự túc đó là các hăng: xì dầu Lá Bò Đề, Hương Giải Thoát, Đèn Giác Ngộ, Thuốc tẩy Phiền Não, Xà Phòng Chân Như... Nhờ vậy mà ngày hai buổi học Tăng chỉ cấp sách đến trường học hai ban: chuyên khoa, phổ thông mà không phải lo lắng đến cái ăn, cái mặc. Tất cả đều đã có Ôn. Ân sâu, nghĩa nặng, các học Tăng kính trọng Ôn như cội tùng già, như tàng cây đại thọ che mát cả quãng đời học Tăng.

Tánh đức uy nghiêm, hạnh nguyện độ đời, những khi đàm đạo với Ôn Từ Đàm, Ôn thường nói: "Thầy thông suốt Kinh Luận, Phật pháp hơn người nên giảng dạy, trao truyền lại cho đàn hậu học. Nhân sự của Đạo là các học Tăng của Phật Học Viện. Mai này Phật pháp được hưng long, mạng mạch của Tăng già được kiên cố thì cũng nhờ những học Tăng hôm nay." Mỗi khi đứng hầu quý Ôn thọ trai được nghe những lời tâm huyết cao quý này thật thấm thía. Đây là hạnh Phổ Hiền dẫn thân hóa độ, mà nếp sống của Ôn đã thể hiện trọn vẹn hạnh Phổ Hiền này.

Nhà Đạo Học Qua Ý Vị Thi Ca:

Ôn đã để lại cho hậu thế nhiều bài thơ chữ Hán, thơ chữ Việt, những câu đối để tặng treo nơi các Tổ đình, Tông Lâm ở Huế... những bài phú ngấm đẫm các bậc Tôn túc viên tịch. Tấm hồn thi kệ của Ôn được thể hiện qua những bài kệ phú pháp cho những vị đệ tử:

Phú Pháp Dự Thích Đức Thiệu

"Dĩ Đức Thiệu gia phong
Cổ kim như thị đồng
Pháp quang hương bất tận
Hải ấn thể hàm dung."

Phú Pháp Dự Thích Đức Tâm

"Đức vi trí giả Tâm
Hà tu hướng ngoại tầm
Hữu vô thường đoạn luận
Hải tạng bất duy tâm."

Và vị đệ tử còn hiện diện dưới mái Tu Viện Quảng Hương Già Lam hôm nay, HT Đức Chơn, Ôn đã phú pháp:

Phú Pháp Dự Thích Đức Chơn

"Ba trùng tâm nguyệt hiện
Nhãn ế loạn hoa sanh
Đức Chơn tâm thường tịnh
Hải tánh tự nhiên thanh."

Hồn thơ phong phú của Ôn, những bài thơ chữ Nho, như viết trong đời sống đạo, tại Phật Học Viện Nha Trang, kỷ niệm Phật Đản PL. 2005 như sau:

"Mang mang trường dạ trung
Tam Bảo vì mình đấng
Thao thao khổ hải nội
Tam Bảo vì từ hàng."

Dịch:

"Hoang mang giữa quãng đêm
dài

Này ngôi Tam Bảo là đài
quang minh

Ngập trời bể khổ lênh đênh

Này ngôi Tam Bảo sanh linh
thuyền từ."

Y chí của những thi kệ này, người đọc thấy được tâm tu, lòng từ của Ôn nghĩ về cuộc đời, chúng sinh nhiều khổ lụy mà đang đối tay để cứu tế mọi loài đưa qua bờ Giác. Chỉ có ngôi Tam Bảo mới là nơi nương tựa để cho chúng sinh tu tập thoát kiếp khổ cùng. Chỉ có ngôi Tam Bảo mới là thuyền từ vớt người trên biển trầm luân, nơi dòng sông sinh tử. Đó là ba ngôi báu cho chúng sinh quy ngưỡng, tôn thờ mà khai sáng tánh giác hiển lộ tâm tư làm ngọn đuốc cho đời mình tránh cảnh tăm tối.

Hạnh nguyện độ đời, Ôn đã bước chân theo Bồ Tát Phổ Hiền để thực hành các phương tiện, thiện xảo mà chẳng từ nan một khó khăn nào, ấy là tinh thần: "Thật tế lý địa bất thọ nhất trần. Phương tiện môn trung bất xả nhất pháp." Qua bài:

Tụng Kinh Hoa Nghiêm Cảm Tác

"Phần hương nhứt nguyện
Pháp không vương

Đại hạnh đồng tham biến cát
tường

Sát hải trần thân thi diệu lực
Trầm kha chướng loại tận an
khương."

Dịch:

"Đốt nén tâm hương trước Phật
dài

Phổ Hiền hạnh cả nguyện nào
sai

Hiện thân cát bụi vào muôn
nẻo

Chữa bệnh trầm kha khắp mọi
loài."

Ôn đã vân du bằng đôi chân hóa độ, bằng đôi tay cứu khổ và bằng tấm lòng Từ Bi suốt một đời. Từ bấy đến nay, mỗi khi nhắc đến Ôn Già Lam, quý Thầy học Tăng ai cũng ngậm ngùi tưởng nhớ.

Ở trên là những bài thơ chữ Nho, và bây giờ là những bài thơ chữ Việt, qua bài: **"Cảm Đề Non Bộ Bản Đồ Việt Nam"** tại thiền thất Phật Học Viện Nha Trang:

"Dẫn thân mây bạc giang hồ

Chạnh lòng quê Mẹ dư đồ Việt
Nam

Này thẳng tích nọ danh lam
Máu xương trang trái ai làm
nên khung

Đúc vun khí tiết hào hùng
Hai vai gánh nặng Quang
Trung Nguyễn Hoàng

Trường Sơn một dãy hiên
ngang

Càng nhìn càng ngẫm muôn
vàn thần yêu

Non sông gấm vóc mỹ miều
Ngàn năm văn hiến nhiều điều

giá gương

Dù cho Nam Bắc đôi đường

Đốt lò hương nguyện bốn
phương một nhà

Sớm hôm hướng nẻo Phật Đà
"Sắc Không" tâm sự đường xa

nối gần

Mong sao giữ vẹn mười phần
Thanh cao dáng núi, trong

ngân về sông

Gấm vóc gương nước tinh thần
Đạo vàng dân tộc chiếu hồng

muôn Xuân."

Hòn non bộ đắp theo hình dáng bản đồ Việt Nam ở phía sau Thiền thất dưới rừng cây Bồ Đề mà cứ mỗi chiều Ôn đem rau muống, rau cải cho cá Tây tượng, cho rửa ăn rồi ngồi nói chuyện với chúng giống như nói chuyện với mấy chú học Tăng làm thị giả. Ấy là tâm Từ Bi vô phân biệt của Ôn đến với mọi loài.

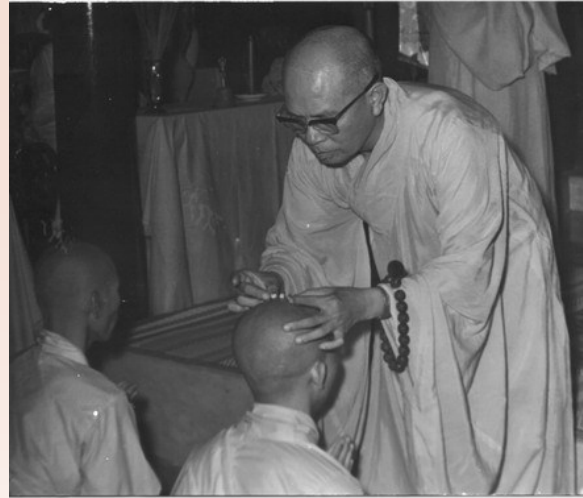
Đọc bài thơ trên thấy được nỗi niềm, tâm tư của Ôn đầy ấp tình tự quê hương, dân tộc. Ôn thường tự hỏi: "Quê hương Việt Nam xinh đẹp, quê hương Việt Nam mỹ miều, biết bao thẳng tích, danh lam... do ai tạo dựng, do máu xương nào trang trải, hy sinh? Đó chính là dân tộc Việt Nam, là các bậc anh hùng liệt nữ đã đem xương máu của mình tô thắm non sông, làm tươi đẹp quê hương, giống nòi. Dòng lịch sử của quê hương dân tộc Việt Nam ngót mấy nghìn năm qua đã anh dũng, quật cường để giữ yên bờ cõi, tạo thành cái nôi nuôi lớn muôn dân. Đồng thời dòng lịch sử dân tộc Việt Nam đã hòa quyện với nếp sống tâm linh, giáo pháp Phật Đà để tạo dựng một nền văn hóa giác ngộ cho quê hương dân tộc Việt Nam."

Ôn đã khuyến tấn, nguyện cầu cho con dân Việt Nam, cho Phật tử Việt Nam, cho quê hương và Đạo pháp Việt Nam được trọn vẹn trong ý nghĩa, được thanh tịnh hạnh phúc như những lời thơ:

"Ngàn năm văn hiến mỹ miều
giá gương"

Hoặc:

"Sớm hôm hướng nẻo Phật Đà,



HT. Thích Trí Thủ đang thí phát cho một giới tử trong một Đại Giới Đàn.

"Sắc, Không" tâm sự đường xa
nối gần"

Và cuối cùng:

"Gấm vóc gương nước tinh thần
Đạo vàng dân tộc chiếu hồng
muôn xuân."

Đây chính là hạnh nguyện của Phổ Hiền Bồ Tát đem đức Từ Bi để tạo lập một thế giới an lành thanh thoát cho chúng sanh.

Ngoài những bài thơ: Viếng Lại Chùa Hương, Xuân Quý Mão Cảm Tác... Ôn còn làm những bài thi kệ mà vần điệu, ý chỉ như những bài sấm để trì tụng trong các thời khóa của chùa như: **Quỷ Trước Điện**, mà hầu như các Tự Viện đều tụng đọc:

"Đệ tử hôm nay, quỷ trước điện
Chỉ tâm đánh lễ đấng Từ Tôn
Đã bao phen sinh tử dập dồn
Trôi lăn mãi trong đường lục
đạo

Thế Tôn đã định ninh di giáo
Mà con còn đắm đuối mê say.

...

Chí phàm phu tứ lực khó thành
Cầu Đại giác từ bi gia hộ
Dù phải chịu muôn ngàn gian
khổ

Con hết lòng vì đạo hy sinh
Nương từ quang tìm đến bảo
thành

Đặng tự giác, giác tha viên
mãn."

Âm điệu trầm thía, ý vị thuần hòa, con người thấy được bản lai diện mục của mình qua lục căn, lục trần, lục thức mà tinh tu tam nghiệp thanh tịnh, để chuyển phàm phu thành ngộ, chuyển phàm phu thành thánh giả.

Lời thi kệ như một bản sấm văn tủa ngát hương giải thoát, làm tươi nhuận tâm thành, thanh lương trí tánh để thấy mặt mũi của mình là một cùng tử lang thang, nhưng rồi lại được tiếp nhận gia tài của Đấng Pháp vương để tự giác, giác tha viên mãn. Tất cả đều được nội

hàm trong những tánh đức Từ Bi: Tâm Như, Đạo Giám, Trí Thủ để lưu xuất thi kệ như lời sách tấn khuyến tu cho tứ chúng.

Ngoài những thi kệ sám văn, Ôn đã làm những câu đối ý nghĩa thâm trầm, siêu thoát như những câu trong giới đàn Phật Học Viện Hải Đức 1973 và nhiều câu khác để kính điều các bậc Tôn Đức:

- "Giới thọ hữu hà nan nan giả chung thân trì tịnh giới."

Đàn tràng phi dung dị dị tại đại lực hộ hành đàn"

Dịch:

"Thọ giới không chi khó, khó vì trọn đời trì tịnh giới"

Đàn tràng đâu phải dễ, dễ thay đủ sức hộ hành đàn."

Hoặc:

"Chúc Phật giáo chi hà xương quốc tộ miên trường vĩnh lịch Nam Sơn chi thọ."

Giới Thích tôn chi thủy phạm tông lâm quy củ giao lưu Đồng Chấn chi đàn."

Dịch:

"Chúc Phật Giáo lâu dài, nước nhà hưng vượng, thọ sanh Nam Sơn muôn thuở"

Cầu Thích Tôn gia hộ, Đạo pháp vinh quang, phước đầy Đông Hải khắp nơi."

Để thấy được tâm niệm đồng hành pháp lữ, trân trọng quý kính và một dạ sắt son vững như đồng, kiên cố như đá của Ôn đối với Ngài Quy Thiện, qua câu đối của Ôn:

"Tích niên pháp nhũ đồng triêm, thế hải giả tăng minh thiết thạch."

Kim nhật đàm hoa tiên lạc, thiên lâm thị nãi phụng sương."

Tâm niệm của Ôn là như vậy. Hành trạng của Ôn là như vậy. Dáng dấp của Ôn như hình ảnh của Bồ Tát Phổ Hiền trên lưng bạch tượng, trấn thủ nơi chốn thiền môn mà làm hưng long Tổ ấn.

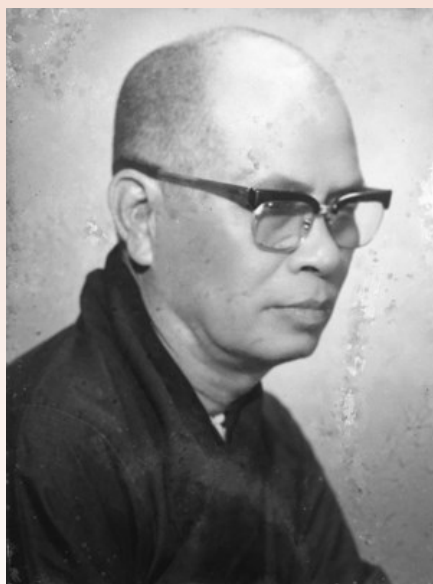
Tâm niệm của Ôn là như vậy. Hành trạng của Ôn là như vậy. Tình tự giống nòi, con Hồng cháu Lạc Ôn luôn ấp ủ những mong nước lạc dân bình, âu ca muôn thuở qua câu đối:

"Con Hồng cháu Lạc văn hiền bốn nghìn năm nối tiếp anh hào dòng bất khuất"

Cảnh Phật ngày Trời giang sơn muôn vạn thuở đề cao dân tộc chí hiền ngang."

Và, nghe ý vị hai câu thơ Đạo Đời hòa quyện, tình lý bất phân mà chiêm nghiệm tinh thần giáo pháp bất nhị:

"Hồn dân tộc, mái chùa tô nét đẹp



Tiếng pháp âm, dòng nước họa văn thiêng."

Thâm trầm, siêu thoát, nhưng gần gũi, quanh đây, dấu ấn, tích xưa nếp cổ đi về còn hiển hiện, Ôn là như vậy đó.

Hạnh Nguyên Niệm Phật Vãng Sanh:

Pháp môn của Ôn là Thiền Tịnh song tu. Tối Tịnh độ ngồi thiền. Khuya công phu lay Phật 108, đều đặn không hề xao lãng. Bằng pháp môn tu Tịnh độ ấy mà Ôn có những vần thơ khuyên tu Tịnh Độ đến với học Tăng và Phật tử:

"Pháp môn Tịnh độ gắng tu hành"

Giữ trọn niềm tin quyết vãng sanh"

Bể khổ thuyền tư buồn thuận gió"

Hồ trong sen ngát đất trời thanh"

Mẹ hiền tựa cửa trông con đại"

Cha khổ đưa tay đón kẻ thành"

Cứu độ sinh linh hoẵng thế nguyện"

Nhất tâm bất loạn niệm hồng danh."

Một đời niệm Phật, lay Phật nên tánh đức Phật, nghĩ dung Phật đã thể hiện trong tứ oai nghi của Ôn đến với mọi người, chúng Tăng, cỏ cây hoa lá trong các Phật Học Viện. Mỗi sáng Ôn kéo dây tưới nước cho hoa kiểng tươi tốt, quét rác lược lá cho sân chùa sạch mát. Trong bất cứ lúc nào Ôn cũng niệm Phật hồi hướng cho tất cả chúng sinh đều được an lạc.

Ngoài những tác dịch phẩm

về Kinh, Luật, Luận, Ôn còn soạn giải: Pháp Môn Tịnh Độ. Ý Nghĩa Tịnh Độ. Trì Danh Niệm Phật. Phát Nguyên Vãng Sanh Cực Lạc... Chúng ấy đủ biết là Ôn nhất tâm niệm Phật để vãng sanh và phát nguyện thể chứng chơn thường của người thọ trì Kinh Pháp Hoa qua ba đức tính: Nhà Như Lai, áo Như Lai, và tòa Như Lai. Từ sự phát nguyện ấy Ôn cảm tác lời thơ:

"Một lòng kính lạy Phật Đà Ngàn đời con nguyện ở nhà Như Lai"

Con hằng mặc áo Như Lai Con ngồi pháp tọa Như Lai muôn đời."

Sáng nay, nơi chánh điện Tu Viện Quảng Hương Già Lam rực sáng những chiếc y vàng trang nghiêm tĩnh tọa trong giờ hô canh ngồi thiền, sau đó là xướng 108 lay Phật, âm thanh như trầm mặc, từ hòa, nhịp nhàng, thanh thoát làm khách thập phương đứng chân đứng lại lắng nghe mà lòng cảm thấy an nhiên siêu thoát với lời kinh. Ôn xướng:

"Xử thế giới như hư không Du Liên hoa bất trước thủy Tâm thanh tịnh siêu ưu bi Khế thủ lễ vô thượng tôn."

Tất cả đại chúng cùng hòa:

- Nhất tâm đánh lễ vị lai tinh tú kiếp tận thập phương vô tận thế giới tam thế nhất thiết chư Phật hải hội. Bồ Tát vô lượng thánh hiền.

Cứ như vậy, 108 lay mà gối già chẳng mỏi, lưng già không đau, thành tâm, chánh ý, nguyện được vãng sanh thượng phẩm liên trì bất thối.

Dù Ôn ở nơi Tu Viện Quảng Hương Già Lam, hay Phật Học Viện Hải Đức Nha Trang trên đồi Trại Thủy, giờ giấc niệm Phật, lay Phật đúng giờ nghiêm túc chẳng hề sai trái.

Đêm nay, ngoài trời mưa tầm tã. Gió từ biển Nha Trang thổi mạnh làm dập nát lá cành cây trái. Từng chùm hoa khế lừng đỏi tung bay. Không gian như đắm uớt, thời gian như lặng chìm. Trong thiền thất, bên cạnh ngọn đèn dầu hạt vệt soi bóng mờ trên hợp tợ, cạnh cửa sổ phía sau, ba hình ảnh bậc Kỳ Túc Phật Giáo Việt Nam thời cận đại đang ngồi xếp bằng trên bộ phản, tay lần chuỗi hạt 18 hạt mà tưởng như quý Ôn đã thể nhập cảnh giới vô dư.

Kính lạy Giác linh Ôn.

Cửu học Tăng

Thích Nguyên Siêu

Chuyện phiến đá đề thi

TÂM TÂN

Mùa đông gió bão năm 1973, Ôn về Phật học viện Hải Đức, trong hai tuần lễ làm Phật sự. Mấy lần lên hầu thăm Ôn, đều thấy Ôn bận chỉ vẽ cho mấy Thầy xây Non Bể Bản Đồ Việt Nam, tôi cũng giúp mấy Thầy tìm mua cho ra những ngôi chùa, cái tháp, cái cầu, tượng Phật, ông câu, voi, rùa, thỏ v.v... bằng chất gốm, men, để gắn vào các khe, cây, mới tạo giả cảnh. Mới trông vào, tôi cũng nghĩ Ôn tạo cảnh vui mắt để tăng vẻ nên thơ cho thiền thất. Khi đã tạm hoàn thành non bộ chữ S, hội đủ hình ảnh chùa, miếu tượng trưng cho 3 miền. Một chiều, Ôn ngồi dùng trà ngoài hiên. Cầm tách trà nhấp một hớp, mắt nhìn non bộ âu yếm, rồi trầm tư: "Mong cho Bắc Nam hòa hợp, cho đất nước khỏi nạn tai, đồng bào an lạc. Thương quá! Đất mẹ quá khổ, căn khô vì chiến cuộc kéo dài. Xây bản đồ ni là để nguyện cầu hòa bình cho đất Mẹ.."

Tôi lắng nghe giọng Ôn nói mà tưởng như tiếng thờ dài của núi sông. Và tức khắc cảm ứng được tâm niệm chí thành của Ôn với việc xây non bộ.

Trước ngày vào lại Già Lam, Ôn chỉ vào một góc nơi non bộ, bảo tôi:

"Chỗ ni mà dựng một phiến đá, kê lên một bài thơ vinh bản đồ Việt Nam thì hay lắm đây! Tâm Tân làm đi."

"Bạch Ôn, bài thơ vinh đó phải là bài thơ của Ôn sáng tác."

Ôn cười:

"Ờ, để tôi nghĩ coi, có nhiều ý mà chưa thành văn. Tôi sẽ gợi ra."

Mấy tuần sau Thượng tọa Đồng Minh vào Già Lam đem về bài thơ của Ôn, trao cho tôi (*). Ngoài bì thư, Ôn viết: "Tâm Tân xem xong rồi giao cho Phước Đường và Minh Thông." Giao, tức là giao cho hai thầy cái việc tìm đá gắn vào non bộ, và viết bài thơ lên đá đó. Tôi tìm hai thầy trao bài thơ và nói qua tâm niệm cùng nhắc lại ý muốn của Ôn. Mười ngày sau lên thiền thất, đưa mắt qua non bộ, vẫn chưa thấy mô đá hiện bài thơ, hay là thơ đề trên đá! Tìm hỏi, hai thầy cười hỏi lại:

"Đá đâu mà thơ! Bà giỏi tìm đá đem lên."

Tôi cũng cười, nhưng không hứa lời chi. Lặng lẽ bước chậm qua đường đôi, nghĩ việc thực hiện phiến đá đề thi, coi dễ mà khó, nhưng khó mà dễ nếu mình bỏ công... Ừ, gắng dâng Ôn chút niềm vui nhỏ: Khi về thăm viện, nhìn bản đồ, Ôn sẽ hoan hỷ vì những trang lòng của Ôn đã trải kề bên. Tôi đón xe lam ra Đồng Đế, bảo ngừng xe lại chỗ núi, nơi có thợ chẻ đá. Từ đường quốc lộ vào chỗ thợ chẻ đá rất xa mà khó đi. Ngồi gần một giờ, chờ thợ chuốt viên đá lớn cho nhẵn, lại ra đường đón xe ba gác, vì xích lô nơi khoảng đường ấy không có. Trả tiền thuê xe, còn trả tiền công họ khiêng đá từ trong núi ra đường, bỏ vào xe, tôi leo lên ngồi chung xe với cục đá, đó là lần đầu tiên tôi ngồi xe ba gác! Tưởng tượng cục đá vô tri này, nay mai được nổi lên bài thơ của Ôn Hòa thượng được ẩn bên vườn cảnh khung thiền, tôi quên nghĩ đó là cục đá, mà lại nhìn nó với vẻ quý trọng. Đây là Phiến đá đề thi. Xe chở thẳng về viện, tôi giao thầy Minh Thông và yêu cầu thầy Hạnh Thông, người viết chữ đẹp, dùng sơn viết bài thơ. Tôi kể chuyện ngồi xe ba gác với cục đá, và nói đùa: Thấy tài đào hải di sơn chưa! Đem núi Đồng Đế về Hải Đức đó. Mấy thầy cười quá.

Chuyến sau, Ôn về Hải Đức. Lên hầu thăm Ôn, Ôn cũng đem khay trà ra ngồi bên hiên, ban cho một tách trà thơm, Ôn hỏi:

"Nghe mấy thầy nói Tâm Tân ra tận Đồng Đế khiêng đá về?"

"Dạ, con mô có khiêng nổi! Một cục đá nổ mà vận dụng cả xe ba gác, thưa Ôn."

Ôn cười:

"Rứa đá trong tâm chở bằng xe chi?"

Tôi giật mình nhìn lên, thấy Ôn cười và đang chờ câu trả lời. Tôi cũng cười thưa:



Tu viện Quảng Hương Già Lam xưa

"Bach Ôn đá trong tâm thì xe mô chở nổi! Uống vài liều thuốc đắng sẽ tự tiêu."

Ôn lại hỏi:

"Rứa có gặp phải thuốc đắng, cổ mà nuốt đừng than chớ?"

"Dạ, con không than!"

Kính lạy Giác linh Ôn, bao nhiêu chất đắng con đã uống qua, nhưng có lẽ chưa cạn tận cùng chiếc cốc nghiệp quả, cho nên đá trong tâm vẫn chưa được tiêu tan. Tuy nhiên, mỗi khi gắng nuốt những đắng cay giữa cuộc thế, con nhớ lời Ôn dặn, dạ, con không than...

Đôi lần, muốn tìm phút giờ yên tĩnh, khi về Viện Hải Đức thường lên Tịnh thất, bước quanh non bộ rồi dừng lặng nơi hiên, chỗ Ôn ngồi uống trà. Nhớ lời Ôn, 15 năm qua rồi, mà như mới đây đây! Phiến đá đề thi rêu xanh nhuộm sắc thời gian, cánh chiếc én bơi bổng giữa lòng sông, trong không hoạt họa, ý thơ xưa còn đẹp một khung trời.

(*) Bài thơ "Cảm đề Non Bộ Bản Đồ Việt Nam", mời đọc ở trang 30, trong bài "Đáng từ trên đôi Trại Thủy" của Thích Nguyên Siêu.

TẢN MẠN TÂM TƯ

Toại Khanh

Không học Phật Pháp thì không biết đường nào để giải thoát, nhưng cái thấy trong lúc chứng ngộ tuyệt nhiên không giống với những gì ta đã học. Tắm bồn đồ không phải con đường, càng không phải chỗ mình muốn đến. Nhưng bỏ mất nó thì có mà chết, mà ôm cứng lấy nó cũng chết. Muốn tu học ngon lành, hãy hỏi mấy em hướng đạo sinh cách dùng bồn đồ.

Công đức bố thí giúp ta được giàu có, nhưng giá trị của sự giàu có không bằng một phần triệu của cái tâm bố thí. Dầu ta có giàu đến cỡ nào đi nữa.

Người tu hành phải biết sống vô sản, nhưng không tài sản chưa hẳn là sự tu hành. Cái tâm không tha thiết vật chất là tâm của hiền thánh, sự nghèo khó trong nỗi thèm khát nọ kia chỉ là đời sống của loài naga quý.

Người ta nói té ở đâu thì phải đứng lên từ chỗ đó. Mọi khổ ải trầm luân luôn bắt đầu từ sự có mặt của ngũ uẩn, nhưng không biết nhìn lại ngũ uẩn mà có thể giải thoát thì là chuyện xưa nay chưa từng.

Những may mắn ta có được bây giờ chỉ là quả lành từ quá khứ. Một người điên hay đứa con nít chỉ biết trái xoài trên tay, không biết phải làm sao để sau đó có thêm những trái xoài khác.

Thuyết pháp và lập chùa là giúp người khác tu tập. Nhưng người làm hai việc đó thường rất dễ quên mình. Xưa nay kẻ trúng số hiếm bao giờ là người bán vé số. Không hiểu tại sao.

Kẻ tu hành cứ lo đi đứng đây kia thì tâm tư dễ bị loạn động. Nhưng ở hoài một nơi coi chừng tâm tư tù đọng. Nếu phải đi, lòng cần như gió và nếu phải ở, tâm nên như nắng, ấm nắng bên thêm.

Giới luật là dây hàng rào bảo vệ người, đất và tài sản bên trong, chứ không phải để giam hãm, nhốt tù chủ nhân.

Ý nghĩa của chuyện tu hành là để bỏ được cái gì, không phải để có được cái gì. Hai động từ này đã thay đổi lịch sử Phật giáo.

Một sợi tóc hay chiếc lá me nhỏ xíu có thể khiến ta đắm mình trong một niềm vui hay nỗi buồn

chất ngất. Vậy mà nhiều lúc đi ngang một ngọn núi hay hồ nước mênh mông ta vẫn không có cảm giác gì đặc biệt. Ở đời không có gì là nhỏ hay lớn tuyệt đối, cái cốt tử là lòng mình ra sao.

Đọc báo thấy sự ngoan hiền tuyệt đối của người dân Triều Tiên, rồi nhìn lại sự rầm rập của Phật tử và giáo dân một số nơi, nhiều người thấy tiếc đến nhói ruột. Ước gì kẻ lãnh đạo của bầy chiến lạnh đó biết tận dụng sự trung thành tận tụy kia một cách thông minh và thiện chí thì chuyện tốt nào làm không xong chứ. Người ta chỉ biết chăn nuôi nhằm những mục đích rất nhỏ nhoi.

Trên máy chiếc máy bay dân sự của Mỹ luôn có câu này ở lưng ghế trước mặt hành khách: Life Vest Under Your Seat. Phao cứu hộ nằm ngay bên dưới ghế ngồi của bạn. Ô hay, câu này nghe quen quen, hình như có một câu Pháp Cú cũng có nội dung tương tự!

Mấy chục tuổi đầu, một ngày nhận ra chuyện này lạ lắm. Một người thông minh và thiện chí vị tha đến mấy cũng mặc, cứ trao tay họ chút quyền lực thì hầu hết ai cũng đột nhiên ngu, ác, và tham giống hệt nhau. Khác biệt chẳng là hình thức biểu hiện. Tôi lạnh người khi tìm hoài đến giờ vẫn không thấy ngoại lệ.

Người cư sĩ càng ít hiểu biết giáo lý thì cơ hội làm nô lệ sẽ lớn hơn cơ hội làm đệ tử của tăng ni.

Ở một số cửa hàng bên Mỹ, người ta ghi câu này trên cánh cửa phòng vệ sinh: *No Merchandise Beyond This Point*. Tạm hiểu là đừng mang hàng hoá vào đây, hoặc chuyện buôn bán là ở ngoài kia, không phải trong này. Trời ạ, lẽ ra câu này phải được treo ở nhiều nơi lắm.

Người ta ít khi có hứng thú với món hàng mình đang bán, cần thứ gì tương đương thì vẫn thích tìm đến mua ở chỗ khác. Người tu học coi chừng mình cũng vậy, qua ngày dài tháng rộng không còn tin vào những gì mình vẫn rao giảng tuyên truyền. Đưa người vào đạo, còn mình hướng tâm về đời.

Buôn có bạn, bán có

phường. Trong cửa thiền hình như cũng thế. Người tinh tấn hay giải đãi luôn đi theo nhóm, nhóm càng đông thì quan điểm của mình càng được củng cố. Cái bậy được nuôi dưỡng lâu ngày cũng thành ra một cái đạo chứ chẳng chơi!

Mọi kiến thức và suy tư ngoài kinh điển phải được quy chiếu trên kinh điển, nhằm chứng minh Phật Pháp uyên nguyên, không phải những thứ có thể thay thế lời Phật. Vào Youtube nghe tăng ni bây giờ thuyết giảng dễ thấy mọi sự đang đi ngược lại.

Người có nghe thấy chút ít về Phật mỗi khi có chuyện đau buồn thì thường muốn tìm về bên chân Phật. Khổ nỗi có được mấy người lúc vô sự chịu nghĩ đến việc xây dựng một Phật giáo ngon lành. Thế là cái Phật giáo mà thiên hạ tìm đến lúc hữu sự chỉ là một biển hiệu mang tính biểu hiện.

Ai cũng sợ chết, sợ bị dọa, nhưng kiểu sống của thiên hạ thì giống hệt như hai chuyện đó sẽ không bao giờ xảy ra. Dù chúng có thể đến ngay đêm nay hay sáng mai không chừng. Ngộ thiệt.

Lời dạy nguyên thủy của đức Phật rất thực tiễn, để chứng minh qua đời sống thực tế. Nhưng không hiểu sao người học Phật hôm nay lại chỉ giốc lòng tin vào những điều huyền hoặc xa vời, và chê lời dạy thứ thiệt của Phật là tiểu thừa nhỏ bé. Sợ sách cần hay sao mà ngại nghiên cứu kỹ lưỡng một chút. Thời mạt thế rồi sao chứ!

Ăn gì cũng sợ dư thừa, dư đường hay cao huyết áp. Vậy mà về tinh thần thì bắt cần đến khó hiểu, ai nói gì cũng tin, cũng cố nhét vào óc như là lời thánh. Bảo là ngu thì giận. Người ta thương mình mà lại hận người ta. Thế có nên không?

Học vị hay bằng cấp trong đạo lẫn ngoài đời luôn rất cần thiết, nhưng nó là bảo chứng cho một trình độ kiến thức có thiệt, không phải cái có thể thay thế cho kiến thức mà mình chưa có. Không gì nguy hiểm cho bằng việc ngồng lên một phi cơ mà người lái không có đủ kiến thức của một phi công.

Kẻ viết bài này chỉ là một gã tục tử chọn cách nói để chứng cứ hơn là im lặng ôm ở để mặc những điều trái khoáy mặc nhiên tồn tại ở đời. Viết xong có vì vậy mà chết cũng tốt hơn là sống trăm tuổi mà làm con hèn vô tri, vô trách nhiệm. Mong lắm vậy thay!

Mùa mưa 2012

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

NIỆM PHẬT THẬP YẾU

Duyên Hạc – Lê Thái Ất

Nam-mô A-di-đà Phật, sáu chữ Hồng Danh coi như tinh yếu của pháp môn Niệm Phật trong Tịnh-Độ Tông là đề tài có nội dung trình bày về hạnh Xưng Danh Niệm Phật có ý nghĩa thâm mật vi diệu, có năng lực thù thắng đệ nhất bất tư nghị, lại rất dễ hành trì mà có công lực cao. Xưng Danh Niệm Phật chỉ cần hội đủ hai điều kiện, tuyệt đối tin ở Bản Nguyên Di-Đà và chuyên tu Xưng Danh Niệm Phật, không cần một điều kiện nào khác về thời điểm, căn cơ và hoàn toàn không có hình thức nào (1).

Niệm Phật Thập Yếu cũng trình bày về Niệm Phật lại nói đến mười điều kiện thiết yếu cần hội đủ đối với người hành trì. Như vậy, số điều kiện cần thiết là hai hay mười? Tại sao có sự sai biệt đáng kể này? Sự giải đáp như sau:

- Chủ trương chỉ cần thiết hai điều kiện là đủ do quan điểm trong Kinh Niệm Phật Ba-la-mật, có nghĩa Niệm Phật rất ráo đến tận cùng cứu cánh Vãng Sanh và hoàn toàn Giải Thoát. Tiêu biểu cho chủ trương này là Pháp Nhiên Thượng Nhân, Khai Tổ Tịnh Độ Tông Nhật Bản. Đây là quan điểm *đặc thù ưu việt có tính cách cá biệt, bất khả thuyết, bất tư nghị, khế hợp với mọi thời điểm và căn cơ*.

- Chủ trương cần hội đủ mười điều kiện thiết yếu do quan điểm của nhiều vị cao tăng, đại sư, có tính cách *phổ quát*, đưa ra nhiều giải pháp có thể giúp cho hành giả tùy nghi chọn lựa giải pháp nào thích hợp với thời điểm và căn cơ trong trường hợp cá nhân của mình. Chủ trương này có *ưu thế về phương cách hành trì hơn là lý giải giáo pháp thâm diệu của môn tu Niệm Phật*.

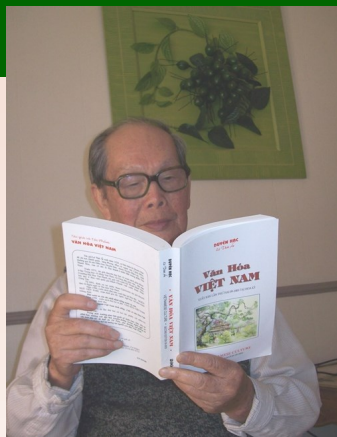
Hai chủ trương này có tính *bổ sung cho nhau, không có sự sai biệt*. Người hành trì nên biết cả hai để quyết định chọn một tùy theo căn cơ, cá tánh và hoàn cảnh riêng biệt của mình.

Niệm Phật Thập Yếu gồm có mười điều như sau:

- 1-Giải thoát sanh tử.
- 2- Phát tâm Bồ-đề.
- 3-Dứt trừ nghi tâm.
- 4- Phát nguyện Vãng sanh.
- 5-Hành trì thiết thực.
- 6- Đoạn tuyệt phiền não.
- 7-Khắc kỷ cầu chứng nghiệm.
- 8- Bền lâu không gián đoạn.
- 9-An nhẫn các chướng duyên.
- 10- Dự bị lúc lâm chung.

1. GIẢI THOÁT SANH TỬ.

Trong Phật pháp tất cả các Tông phái, các pháp môn có những điểm khác nhau về hình tướng, phương thức hành trì nhưng có một điểm hoàn toàn giống nhau: Tất cả đều là PHƯƠNG TIỆN hành trì nhằm đạt tới CỨU CẢNH viên thành Đạo quả, tự giác giác tha, tự độ độ tha để tiến tới Giác Ngộ và **Giải Thoát khỏi Sanh Tử Luân Hồi**. Thuật ngữ *Giải thoát Sanh tử* không có nghĩa là thoát khỏi hai việc lọt lòng mẹ ra chào đời và thở hơi cuối cùng, người tu Phật sống không chết, sống mãi mãi có tuổi thọ vô cùng vô tận ở thế gian. Nghĩa chân thực của thuật ngữ này là *Giải Thoát khỏi mọi ảo tưởng và*



khổ não, đạt tới Chân Tâm Thanh Tịnh và chứng nhập Niết Bàn. Nói cách khác, đó là đoạn diệt hết thảy mọi nghiệp chướng, do đó thoát khỏi sự luân hồi sanh tử tử sanh, thoát khỏi sự tái sanh mãi mãi như chạy quanh theo chu vi cái vòng tròn khép kín không có điểm khởi hành cũng không có điểm ngừng

lại chót cùng. Do đó có thuật ngữ Vòng Luân Hồi, Sáu nẻo Luân Hồi để chỉ hành trì vận chuyển chúng sanh, lấy nghiệp lực chúng sanh làm động lực vận hành (2). Nói dễ hiểu hơn, Giải thoát Sanh tử có nghĩa: Trong khi nghiệp lực buộc phải chạy quanh cái vòng tròn, chúng sanh cần hành trì Chánh Đạo để không còn ảo tưởng hão huyền và không còn phiền não ở thế gian. Trong phạm vi pháp môn Trì Danh Niệm Phật, Giải thoát Sanh tử là Vãng sanh Cực Lạc để tiến tới hoàn toàn Giải Thoát, tức là không còn phải chạy quanh cái vòng tròn khép kín không có điểm ngừng lại chót cùng.

2. PHÁT TÂM BỒ ĐỀ.

Niệm Phật là pháp môn Tịnh-Độ dễ hành trì, khế hợp với mọi thời điểm và mọi căn cơ nhưng vẫn nhằm đạt tới cứu cánh hoàn toàn Giải thoát thành Phật, do đó có câu phát biểu là *Niệm Phật Thành Phật*. Trong tiến trình hành trì Niệm Phật có hai giai đoạn: **Vãng sanh Cực Lạc** để đạt tới Thanh Tịnh Thân Tâm và **Phát tâm Bồ-đề** để viên thành quả Phật.

Giải thoát cho tự thân riêng mình chưa đủ, cần khởi sanh phát tâm Bồ-đề giải thoát tất cả chúng sanh mới viên thành quả Phật, hợp với bản hoài của chư Phật. Kinh Hoa Nghiêm dẫn giải: *Nếu quên mất tâm Bồ-đề mà tu các pháp lành, đó chỉ là Nghiệp Ma. Chánh Nghiệp cần lấy tâm Bồ-đề làm mục tiêu, nếu không nhằm mục tiêu này hành giả tu các pháp lành để làm gì? Đó là Ma Chướng*.

Tâm Bồ-đề có ba bậc: Thanh Văn Bồ-đề, Duyên Giác Bồ-đề và Vô Thượng Bồ-đề tức Phật Bồ-đề. Niệm Phật mà phát tâm Vô Thượng Bồ-đề, pháp môn Niệm Phật này thuộc về Đại Thừa. Nếu phát tâm Thanh Văn Bồ-đề hay Duyên Giác Bồ-đề, pháp môn Niệm Phật này thuộc về Tiểu Thừa. *Sự phân định Tiểu Thừa hay Đại Thừa thuộc về Tâm, không thuộc về Pháp*. Trường hợp phát tâm Vô Thượng Bồ-đề có danh xưng chỉ rõ ý nghĩa Vô Thượng gọi là **Niệm Phật Ba-la-mật** nghĩa là Niệm Phật rất ráo đến tận cùng.

Hành trì Niệm Phật Ba-la-mật cần phát tâm Vô Thượng Bồ-đề để hội đủ điều kiện viên thành quả Phật, nghĩa là **Niệm Phật Thành Phật** quả là việc rất khó thành tựu nhưng không phải là không thể làm được. Dưới đây là phương cách phát Bồ-đề tâm:

***Giác Ngộ tâm.** Hành giả cần thâm quán *Sắc thân là giả tạm, Vọng tâm là hư huyền*. Như vậy Thân và Tâm đều là KHÔNG, do đó Vạn Pháp đều KHÔNG. Cổ Đức đã nói: *Cần chi đợi đến lúc hoa rụng mới biết Sắc là Không*. Nói cách khác, giữ tâm Thanh Tịnh Vô Nhiễm là sinh khởi phát tâm Bồ-đề.

***Bình Đẳng tâm.** Trong Khế Kinh, Phật dạy: *Tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, là cha mẹ mình*

trong những đời quá khứ, là chư Phật trong những đời vị lai. Giữ tâm Bình Đẳng để hỗ trợ cho tâm Giác Ngộ.

***Tù Bi tâm.** Hành giả xót thương mà lia tưởng, thương người như thương chính mình, không còn phân biệt năng sở, người thương và người được thương. Từ Bi khác với Tham Ái, Ái Dục, Ái Kiến vì đó thuộc hạng tâm Phân Biệt có năng cố sở.

***Hoan Hỷ tâm.** Hành giả cần hội đủ cả hai thứ mới tròn đầy tâm Bồ-đề: *Tùy Hỷ và Hỷ Xả*. Tùy Hỷ là vui theo nỗi vui của người khác, Hỷ Xả là vui vẻ an nhản bỏ qua tội ác của người khác. Kinh Kim Cang gọi Hỷ Xả là *Nhẫn Nhục Ba-la-mật*.

***Sám Nguyên tâm.** Hành giả cần sám hối, tức nội quán và hồi quán cho đến khi *Tâm và Cảnh đều Không*. Do đó, Tội Chướng sẽ tiêu trừ, công đức được tăng trưởng, Phước Huệ lưỡng toàn. Giữ tâm Sám Nguyên mới giúp cho chóng thành tựu tâm Giác Ngộ.

***Bất Thối tâm.** Hành giả cần liên tục tinh tấn chuyên tu không gián đoạn. Dù công phu chuyên tu *trải qua rất nhiều đời*, hành giả vẫn cần phải giữ tâm bất thối, có như vậy mới tiêu trừ hết mọi Nghiệp Chướng. *Đại đa số hành giả đã mắc phải lỗi không giữ được tâm Bất Thối* nên không đạt tới được mục đích khỏi tâm Bồ-đề.

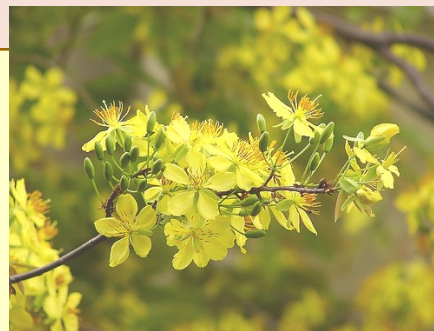
3- DỨT TRỪ NGHI TÂM.

Dứt trừ nghi tâm là không còn một chút nghi ngờ, là khởi sanh niềm tin tuyệt đối, niềm tin rất ráo. Đó là trưởng dưỡng *Chánh Tín*. Người hành trì Chánh Pháp có tiến bộ hay không, nhiều hay ít là do ở TÂM LỰC. Khi Tâm lực vận hành ứng dụng rất ráo tận cùng sẽ có một năng lực trang nghiêm vi diệu bất tư nghị, gọi là Thần Lực hay PHẬT LỰC. Tâm Lực gồm có năm nguồn gốc nên có danh xưng là NGŨ LỰC. Tín Lực đứng hàng đầu, kế đến là Niệm Lực, Tinh Tấn Lực, Định Lực và Huệ Lực. Sự vận hành Ngũ Lực được dẫn giải như sau: *Khởi sanh phải là Tín, rồi Tín sanh Niệm, rồi Niệm sanh Tinh Tấn, cả ba lực này phối hợp sanh Định và sau đó Định sanh Huệ*. Khi hành trì Ngũ Lực viên mãn, năm lực này kết hợp nhuần nhuyễn sanh ra Thần Lực, ngay khi đó *Tâm Lực chuyển hóa thành Phật Lực* có công năng bất khả thuyết, bất tư nghị.

Vai trò quan trọng của Tín Lực: Công phu hành trì có ba điều căn bản Tín, Nguyện và Hạnh. Ba điều này có tương quan với nhau như cái vạc (đảnh) có ba chân mới vững, thiếu đi một thì vạc đổ. *Tín đóng vai chủ yếu* vì Tín sanh Nguyện và khởi phát hạnh tu trì. Trong Ngũ Lực, Trí Huệ giữ vai kết thúc, hoàn tất sự khởi phát tâm Bồ-đề, tiến tới Giác Ngộ và Giải Thoát. *Tín đóng vai mở đầu, Huệ đóng vai kết thúc, tuy khác nhau về mặt pháp tướng nhưng về mặt pháp tánh thì cả ngũ lực đều bình đẳng như nhau*. Người Niệm Phật chuyên tu cần giữ vững Tín Tâm một cách tuyệt đối, không chút nghi ngờ.

Phần trình bày về Tín Lực vừa nói ở trên theo Duy Thức học. Kinh Hoa Nghiêm cũng dẫn giải: *Tín Tâm là bước đầu vào Đạo, là Mẹ của tất cả công đức. Tín Tâm nuôi tất cả các căn lành, do đó có công năng thành tựu quả Bồ-đề của Phật*. Khi nghiên cứu các pháp Đại Thừa, chỗ nào dùng Trí Huệ hiểu được cố nhiên là điều rất tốt, **còn chỗ nào chưa thấu triệt vẫn đặt trọn niềm tin**, không vẫn đục một chút nghi ngờ lời Phật dạy. Có như thế mới tránh khỏi được tội khinh mạn, phi báng Đại Pháp.

Về mặt hành trì, **Thâm Tín** cần hội đủ sáu



Vẫn một ước mơ, một niềm hoài vọng mỗi độ Xuân về.
Hoài vọng chưa hiện thực hôm nay, ta vẫn ước mơ thêm,
vẫn hoài vọng...

Xuân Vọng

*Vọng một mùa Xuân ngập sắc hoa,
Hương lành tỏa khắp dãy sơn hà.
Đồng quê bông lúa vươn thơm ngát
Xưởng thợ tình thân kết đậm đà.
Tù ngục biến tan, đời thịnh lạc,
Học đường nở rộ, trẻ reo ca.
Thương yêu về dựng mùa Xuân thắm,
Năng âm thanh bình quyet thiết tha!*

CHÂN MINH TRÍ
(Hò Văn Quyền)

thơ

phần: Tín mình (Tự Lực), Tín Phật (Tha Lực), Tín Nhân, Tín Quả, Tín Sự (Pháp Tướng), Tín Lý (Pháp Tánh). Trong số sáu phần, nếu thiếu một thì chưa thể là Thâm Tín, công phu hành trì sẽ giảm đi phần diệu ứng.

Người hành trì cần đặt trọn niềm tin ở công năng pháp môn Niệm Phật là vô lượng, vô biên vì lý do thâm nhiếp cả bốn môn: *Thiền, Giáo, Luật, Mật*.

- *Thiền* vì dứt trừ mọi vọng tưởng, chấp trước, tiến tới Thanh Tịnh và chứng nhập Niệm Phật Tam Muội.

- *Giáo* vì bao gồm trong nội dung tuy ngắn gọn nhưng có vô lượng nghĩa vi diệu cao thâm.

- *Luật* vì trì giới, tiến tới Thanh Tịnh cả ba nghiệp Thân, Khẩu, Ý.

- *Mật* vì câu niệm sáu chữ Hồng Danh Nam Mô A-di-đà Phật có công năng như cầu thần chú. Mật Tông đã tôn xưng Đức A-di-đà là *Cam Lộ Vương*, sáu chữ Hồng Danh là *Cam Lộ Chú, Cam Lộ Minh* (Chữ Hán Minh có nghĩa là lời thề nguyện như đồng mình có nghĩa các quốc gia liên kết cùng cam kết đi chung một đường lối, giúp đỡ lẫn nhau. Tục ngữ có câu Thề non hẹn biển, chữ Hán *Thệ hải minh sơn*, có nghĩa là chỉ vào núi và biển mà thề giữ trọn lời cam kết với nhau như núi không mòn, biển không cạn).

Môn Niệm Phật trong Tịnh Độ Môn là phương tiện trọng hình thức có công năng nhiệm màu: Mượn cảnh *như huyền an vui* ở nơi Tây phương Cực Lạc để đưa chúng sanh giữ chuyên tu thoát khỏi cảnh *như huyền thống khổ đầy chướng duyên và hiểm nạn* ở



cõi Ta-Bà trần gian. Rồi lại từ cảnh như huyền an vui ở cõi Cực Lạc đưa chúng sanh dễ dàng tiến tu để mau chóng đạt tới chứng nhập cõi Chân Tâm Thường Tịch, tức cõi Tịch Diệt Niết Bàn. Nói ngắn gọn: Từ cõi Ta-Bà đến cõi Cực Lạc là **từ Mộng vào Mộng**; từ cõi Cực Lạc đến cõi Niết Bàn là **từ Mộng đến Giác**. Từ bậc Đệ Thất Địa Bồ Tát trở về trước là *tu hành trong Mộng*. Duy chỉ có chư Phật mới là *Đại Giác*, hoàn toàn thức tỉnh. Người Niệm

Phật cần nhớ trong tâm lúc hành trì: Niệm Phật nhằm cầu *Vãng Sanh Cực Lạc* (Tu hành trong Mộng) là giai đoạn **cần thiết** trước khi cầu Chánh Giác, Đại Giác (từ Mộng đến Giác) để viên thành quả Phật.

4- PHÁT NGUYỆN VẮNG SANH.

Hành trì Xưng Danh Niệm Phật sáu chữ Hồng Danh Nam-mô A-di-đà Phật cần phát nguyện có đối tượng là cầu **Vãng Sanh**, không nên có nguyện cầu quả Phúc khác như làm ăn phát tài, đông con nhiều cháu, sống lâu trăm tuổi, danh lợi quyền thế v...v... Nguyên cầu quả Phúc khác vẫn là điều tốt nhưng *không khế hợp với Bản Nguyện Di-Đà*.

Yếu chỉ của môn Niệm Phật là *Tín, Nguyện, Hạnh*. **Phát Nguyện là động lực chánh** đạt tới sự Vãng Sanh. Tín là Nhân chánh, Nguyện lại là Động lực chánh đủ để được Vãng Sanh. Nếu thiếu Tín và Nguyện, sự hành trì chỉ đem đến quả Phúc Nhân Thiên, khi hết phước hành giả trở lại sự luân hồi như trước. *Trường hợp có Tín và Nguyện bền chắc nhưng Hạnh còn yếu kém, hành giả vẫn đạt tới sự Vãng Sanh*.

Cần lưu tâm: Có hai hạng hành giả được hưởng lợi ích của môn tu Niệm Phật: *Hạng tối dốt, dẫn dắt vô minh* chỉ vững tin tuyệt đối một bề với tâm chân thật bất thối trong khi hành trì và *hạng trí huệ cao thâm* thông suốt Lý và Sự. Ngoài ra, rất khó được hưởng lợi ích mọi hạng trí thức thông thường, vừa không vững tin một bề vừa chưa thông suốt rốt ráo tận cùng Lý và Sự. Thuật ngữ dân gian có phần khiếm nhã gọi hạng này thuộc loại *dở dờ ương ương*. Người phát nguyện Vãng Sanh muốn đạt tới Nhất Tâm Niệm Phật không nên quên điều này.

5- HÀNH TRÌ THIẾT THỰC.

Hành trì thiết thực là Niệm Phật chuyên tu không gián đoạn, vượt qua hết tất cả mọi chướng duyên tiến tới *Nhất Tâm Bất Loạn*, nghĩa là *Tâm Thanh Tịnh* mới đạt tới cứu cánh *Vãng Sanh*. Đây là phương cách Thiền Tịnh song tu ứng dụng trong môn Niệm Phật.

*Về mặt hành trì dẫn đến kết quả thiết thực, môn Niệm Phật có **Tứ Hạnh** nghĩa là bốn cách Niệm Phật trong Tịnh Độ tông có phối hợp hay không phối hợp với môn tu thuộc các Tông phái khác:

-*Thiền Tịnh*: Đây là lối song tu lấy Niệm Phật Vãng Sanh (Tịnh Độ Tông) làm phần chánh, sự Kiển

Tánh Ngộ Đạo (Thiền Tông) chỉ là phần trợ duyên.

-*Giáo Tịnh*: Đây là lối song tu lấy Niệm Phật Vãng Sanh làm phần chánh, sự thông suốt lý giải Giáo Pháp chỉ là phần trợ duyên.

-*Mật Tịnh*: Đây là lối song tu lấy Niệm Phật Vãng Sanh làm phần chánh, sự trì chú chỉ là phần trợ duyên. Lối song tu này chỉ thích hợp với hạng *thượng căn* vì lý do hành giả cần thông suốt môn đà-la-ni (Mật tông) có nghĩa là Tổng Trì để phối hợp với Niệm Phật, chọn một trong nhiều môn sao cho ăn khớp khi song tu với môn Niệm Phật.

-*Thuần Tịnh*: Đây là lối tu đơn thuần chỉ có môn Niệm Phật duy nhất, không có môn phụ nào đóng vai trợ duyên. Lối tu Thuần Tịnh này rất thích hợp với đại đa số thuộc loại *trung căn và hạ căn*.

*Về mặt phần loại, có **Bốn môn Niệm Phật**:

-*Thật tướng Niệm Phật*: Đây là quán Pháp thân thật tướng của Phật, tức niệm *Phật tánh bản lai* của chính mình, hành giả thâm quán sẽ chứng Chân Như tam muội nhập vào Đệ Nhất Nghĩa Tâm. Phương pháp này thuộc về Thiền Tịnh, tâm thiền nhiếp về cảnh Tịnh Độ chỉ thích hợp với bậc thượng căn, bậc trung và hạ căn không thể ngộ nhập.

-*Quán tướng Niệm Phật*: Đây là chiếu theo Kinh Vô Lượng Thọ để quán tưởng *y báo và chánh báo* nơi Tây phương Cực Lạc. Phương pháp này rất khó hành trì.

-*Quán tượng Niệm Phật*: Dùng bức tượng Phật A-di-đà để trước mặt rồi quán tưởng cho đến khi không có tượng, mở mắt hay nhắm mắt đều thấy hình tượng Phật hiện ra rõ ràng. Phương pháp không thấy nói đến trong kinh, chỉ là cách thức phụ cho sự trì danh, do đó nếu không khéo dùng hành giả dễ bị hư hỏa xông lên mắc bệnh nhức đầu khó trị.

-*Trì danh Niệm Phật*: Đây là cách thông dụng nhất, rất dễ hành trì, niệm ra tiếng hay niệm thầm, sáu chữ hay bốn chữ Hồng Danh (A-di-đà Phật) đều được. Tốt hơn hết là niệm ra tiếng, niệm rõ ràng từng tiếng đừng quá nhanh khi niệm liên tục 5 hay 10 hay nhiều lần, và niệm cả sáu chữ Hồng Danh. Như vậy dễ nhiếp tâm hành giả dễ tập trung tư tưởng không bị vọng động làm tán tâm, dễ trở nên Thanh Tịnh cả Tâm lẫn Thân.

***Trì danh Niệm Phật** nói riêng có 10 phương thức ứng dụng tùy theo căn tánh của hành giả:

+*Phản văn trì danh*: Miệng vừa niệm ra tiếng, tai vừa lắng nghe chính mình, nghe bằng tai rồi bằng Tâm cho đến khi *không trụ nơi nào*, tức chỉ còn nghe thấy có câu niệm Phật hiệu. Phương pháp này nhằm dứt trừ vọng tưởng.

+*Số châu trì danh*: Miệng vừa niệm, tay vừa lần chuỗi dần dần đi đến chỗ Nhất Tâm. Khi thuần thực và định Tâm thì không niệm vẫn như là tự niệm, *niệm trong tiềm thức một cách phản xạ tự nhiên*. Phương thức này có hiệu năng rất tốt, từ từ nhưng chắc chắn.

+*Tùy tức trì danh*: Niệm Phật nương theo nhịp hơi thở, *mỗi hơi thở một câu* niệm Phật hiệu. Phương thức này làm cho sự niệm danh thực hiện từ từ, không thể nhanh được, rất dễ dứt trừ vọng tâm, tán tâm, tiến tới tĩnh tâm, định tâm. Nên niệm mỗi ngày một lượt hay nhiều hơn càng tốt, nhưng mỗi lượt niệm 5 hay 10 câu trở lên.

+*Truy đánh trì danh*: Niệm nhỏ tiếng, liên tục, hơi nhanh, tiếng sau như đuổi tiếng trước không dứt đoạn, chữ Hán *truy đánh* có nghĩa là đuổi theo cái đầu. Phương thức này niệm liên tục, làm cho tạp niệm không có chỗ xen vào để tiến tới định tâm.

(xem tiếp trang 68)



THÀNH KÍNH PHÂN ƯU

Chúng tôi vừa nhận được tin buồn:

Cư sĩ Bảo Thông tức **Giáo sư Duyên Hạc Lê Thái Ất**

Đã mất phần tại Fountain Valley, California
Vào ngày 07 tháng 3 năm 2013
(nhằm ngày 26 tháng Giêng năm Quý Tỵ)
Hưởng thọ 86 tuổi.

Thành tâm nguyện cầu Cư sĩ Bảo Thông trực vãng Tây phương, đồng thời thành kính chia buồn cùng toàn thể gia quyến.

- ♦ HT. Thích Nguyên Trí, Phó Chủ tịch Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ, Viện chủ Chùa Bát Nhã, Santa Ana
- ♦ HT. Thích Nguyên Siêu, Tổng Thư Ký Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNKH, Viện chủ Chùa Phật Đà, San Diego
- ♦ Ban Chủ trương, Ban Biên Tập cùng văn thi hữu Nguyệt san Chánh Pháp
- ♦ Ban chủ trương cùng văn thi hữu "Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại – Sưu Khảo"

Sau đây là phần tiểu sử tóm lược do chính Cư sĩ Bảo Thông gửi đăng trong bộ "Văn Học Phật Giáo Việt Nam Hải Ngoại – Sưu Khảo" (Tập I, trang 513) từ đầu năm 2007:

"Thế danh: Lê Thái Ất

Pháp danh: Bảo Thông

Bút hiệu: Duyên Hạc

Sinh năm 1928

Làm nghề dạy học và viết sách giáo khoa bậc Trung học và Đại học ở Việt Nam

Ở cương vị người con Phật, tác giả khởi phát tín tâm mộ Đạo và tìm hiểu Phật

Pháp từ tuổi tứ tuần.

Định cư tại miền Nam California, Hoa Kỳ năm 1992, tác giả có 2 tác phẩm đề cao những đặc tính dân tộc:

- Ngôn Ngữ Việt Nam – Phát hành 1996

- Văn Hóa Việt Nam – Phát hành 1999, tái bản 2003

Về Phật học, tác giả chỉ có những bài viết lẻ tẻ đăng rải rác ở mấy tập san với bút hiệu Duyên Hạc, phần lớn chỉ phổ biến hạn chế trong số các bạn đồng tu. Tác giả chưa có tác phẩm nào viết về Phật học in thành sách, bố cục có mạch lạc chia thành chương mục. Nguyên do sáng tác là tùy duyên cảm ứng với trần cảnh trong những buổi pháp đàm với các bạn cùng tu tại gia thường họp nhau trau dồi Phật Pháp.

Tác giả phát nguyện phổ biến Chánh pháp trong giới tu tại gia, quán rằng đó là cách báo đền ơn Đức Như Lai trong khi thọ nghiệp thế gian."

Tiếp theo là phần tiểu sử được bổ túc bởi Cư sĩ Đào Văn Bình khi vừa nghe tin Cư sĩ Bảo Thông từ trần:

"(Giáo sư Lê Thái Ất) Là một nhà văn hóa, giáo dục và nghiên cứu Phật Giáo.

- Giáo sư đã từng dạy học tại Chu Văn An, Quốc Gia Nghĩa Tử sau đó tại Học Viện Quốc Gia Hành Chánh và Viện Đại Học Vạn Hạnh. Giáo sư là tác giả cuốn sách Công Dân Giáo Dục cho học sinh Trung Học và sách Soạn Thảo Công Văn cho sinh viên tại Học Viện QGHC.

- Đã xuất bản các sách biên khảo về văn hóa như: Ngôn Ngữ Việt Nam (1996), Văn Hóa Việt Nam (1999), sách Tu Tại Gia (2010) dày 527 trang vừa nghiên cứu giáo lý, tư tưởng Phật Giáo vừa là cẩm nang tu hành cho cư sĩ Phật tử.

Sự ra đi của GS Lê Thái Ất là mất mát lớn đối với công cuộc nghiên cứu văn hóa Việt Nam và Phật Giáo tại hải ngoại."

TRANG GIA ĐÌNH PHẬT TỬ

PHƯƠNG PHÁP TRUYỀN ĐẠT TRONG GIÁO DỤC PHẬT GIÁO VÀ TRONG MÔI TRƯỜNG GDPT



Tâm Minh Vương Thúy Nga

A. NHẬP:

Nếu chỉ là phương pháp truyền đạt thì Đông Tây không khác nhau lắm, nếu chỉ là trong nhà Trường thì các phương pháp giáo dục và truyền đạt hiện đại cũng gần như nhau; ở đây, chúng ta nhấn mạnh về hai điểm đáng chú ý, đó là Giáo Dục Phật Giáo và môi trường GDPT.

Giáo dục Phật Giáo dạy những điều mà Luận Lý học Tây Phương không có, ví dụ như **Chân Đế và Tục Đế**, đó là 2 loại chân lý (Sự Thật), Chân lý tương đối (hay Tục Đế) và Chân lý tuyệt đối hay (Chân Đế). Tây phương với Tam đoạn Luận thì chỉ có một chân lý mà thôi; Luận Lý học Phật Giáo cũng có Tam đoạn luận mà còn có Tứ Tất Đàn (là 4 tiêu chuẩn để trình bày Sự Thật). Giáo dục Phật giáo còn có những phủ định làm sáng vấn đề hay làm cho người nghe không thể nào hiểu lầm được; ví dụ như đức Phật dạy: "Trong 49 năm qua, ta chưa hề nói một lời nào" đó không phải là Ngài đã phủ nhận tất cả Kinh điển mà ngài đã nói ra sao? nhưng đó cũng làm cho chúng ta không chấp chặt vào những lời dạy đó để rồi dẫn đến những hiểu lầm tai hại. Sự phủ nhận này cũng tương tự như lời dạy: "Chân lý là mặt trăng, kinh điển là ngón tay chỉ đến mặt trăng, đừng bao giờ lầm ngón tay với mặt trăng" v.v...

Một huynh trưởng GDPT khi truyền đạt một bài học cho các em của mình (về Phật Pháp, Hoạt Động Thanh Niên, Việt ngữ...) hay một vấn đề quan trọng giữa một đại hội huynh trưởng hay giữa một cuộc hội thảo... không hoàn toàn giống với một thầy/cô giáo giảng bài cho học trò của mình trên lớp; cũng không giống một nhà sư thuyết pháp cho quần chúng hay một nhà truyền giáo Tây phương đi rao giảng Kinh Thánh v.v...

Vì sao? – Xin thưa, vì đối tượng truyền đạt của chúng ta đủ mọi thành phần, mọi trình độ về học vấn, về ngôn ngữ, cả về văn hóa nữa! Ngoài ra người huynh trưởng chúng ta vừa dạy vừa học, có nghĩa là những điều chúng ta dạy các em chúng ta đã thực hành rồi hay là đang thực hành chứ không phải chỉ giảng bài, ghi lên bảng đen là xong đâu! Xa hơn nữa, **đối tượng của chúng ta** (là các em, là các huynh trưởng tham dự) sau khi nghe vấn đề chúng ta trình bày nhưng không đủ khả năng nhận thức biết vấn đề ấy có thể áp dụng thực tế hay không, chúng tỏ người ấy chưa lãnh hội được vấn đề! Tất nhiên trách nhiệm không hoàn toàn ở người truyền đạt nhưng ít ra cũng 50% thuộc về trách nhiệm của người ấy!

Do đó, ở đây chúng ta chỉ khảo sát kỹ 3 vấn đề ảnh hưởng đến sự truyền đạt; đó là Tâm Lý Đối Tượng, Nhị Đế và Tứ Tất Đàn.

B. TÂM LÝ ĐỐI TƯỢNG:

Muốn thành công trong việc truyền đạt, theo quan điểm Phật giáo, chúng ta cần phải:

I. Xác định nội dung

II. Tư chất đạo đức & phong cách tư duy

Phong cách tư duy và ngôn ngữ giúp chúng ta chuyển tải nội dung giáo lý ấy hay vấn đề ấy; phong cách này biểu hiện qua khả năng phân tích và lý luận, biện giải vấn đề một cách thông suốt nhạy bén, sắc sảo (như Na Tiên Tỳ kheo trả lời vua Milan-da là một ví dụ); được gọi chung là **4 vô ngại giải**:

- 1) **pháp** vô ngại giải (nắm vững vấn đề)
- 2) **ngĩa** vô ngại giải (nội dung vấn đề)
- 3) **từ** vô ngại giải (nói năng lưu loát, ngôn từ không có vấn đề)
- 4) **biện** vô ngại giải (khả năng diễn đạt, biện luận khúc chiết rành mạch)

III. Đặt vấn đề và phân tích vấn đề.

Mỗi vấn đề có bản chất lý luận riêng. Xác định được vấn đề thuộc loại nào, chúng ta có thể giúp người nghe có cơ sở lý luận để lãnh hội dễ dàng hơn. Có 4 chiều hướng để đặt vấn đề (và phân tích vấn đề):

1. Nhất hướng: ví dụ đề tài "Mọi người đều phải chết" vấn đề hiển nhiên, không cần bàn cãi.
2. Phân biệt: Ví dụ đề tài "Sau khi chết, cái gì đi tái sinh?": tùy theo tín ngưỡng tôn giáo, câu trả lời khác nhau và cơ sở lý luận là dựa vào giáo lý của tôn giáo ấy.
3. Cật vấn: ví dụ đề tài "Địa vị con người trong Đạo Phật là cao hay thấp?" không thể trả lời dứt khoát vì phải biết đặt con người trong những tương quan khác nhau (Trời, A Tu La, Súc sanh, v.v...)
4. Xả Trí: ví dụ đề tài "Thế giới này hữu hạn hay vô hạn". Câu hỏi này vượt quá trí tuệ loài người, cũng có thể là một vấn đề siêu hình hay khoa học... nhưng thấy trước không thể vượt qua được vì không có cơ sở chung (trình độ về khoa học, về tôn giáo, sự khác biệt tín ngưỡng, văn hoá...) cho nên nếu tranh luận hay lý luận đều không có lối thoát; những vấn đề này phải gác qua một bên!

IV. Quan sát đối tượng: có 4 phương diện để nhận định đối tượng nghe có dễ dàng chấp nhận, lãnh hội những điều chúng ta sẽ nói không.

1. Xứ /phi xứ (khả năng phán đoán):
2. Dụ (khả năng lãnh hội những ví dụ)
3. Sở tri (trình độ lãnh hội vấn đề)
4. Đạo tích (áp dụng thực tiễn)

C. NHỊ ĐẾ:

Nhị đế là 2 sự thật, 2 chân lý hay "một thực tại 2 cách nhìn" hay như đã nói ở trên là "chân lý tương đối và chân lý tuyệt đối".

Còn nhiều cách nói khác, đó là "2 mặt của một

vấn đề,” “bản chất và hiện tượng” hay “Tánh và Tướng”, “bản môn” và “tích môn”...

Lấy một ví dụ cho dễ hiểu: khi ta nói đến “nước” với chủ ý nói đến thành phần hoá học (hydro và oxy) của nó, hay về tính ướt của nó thì đó là nói đến bản chất, nhưng nếu ta nói đến “sóng” thì đó là nói về hiện tượng; bản chất thì không thay đổi, hiện tượng thì thay đổi liên miên. Tương tự như vậy, nước đá, nước sôi, hơi nước, sương v.v... đều cùng một bản chất nước (tánh) nhưng ở dưới những dạng khác nhau (tướng) vì những điều kiện về nhiệt độ, áp suất của môi trường khác nhau...

Ví dụ, khi nói: đức Phật Thích Ca sắp giảng Kinh Pháp Hoa đó là nói về một sự kiện lịch sử (“tích môn”), còn khi nói rằng “đức Phật đã giảng Kinh Pháp Hoa trong nhiều đời nhiều kiếp xa xưa,” đó là nói đến “bản môn” (chân lý đã có tự muôn đời).

Đây là nói với Huỳnh Trưởng còn với đoàn sinh bao giờ chúng ta cũng giới hạn trong những sự kiện lịch sử (tích môn) chứ nếu không, các em sẽ hiểu lầm là mê tín, dị đoan v.v...

D. TỨ TẤT ĐÀN:

- Thế giới tất đàn
- Vị nhân tất đàn
- Đối trị tất đàn
- Đệ nhất nghĩa tất đàn

Đây là nét đặc sắc của Giáo dục Phật Giáo nói chung hay giáo dục của đức Thế Tôn nói riêng. Trong một thời Pháp của đức Thế Tôn lúc ngài còn tại thế, Ngài thường vận dụng 4 tiêu chuẩn hay 4 nguyên tắc để trình bày một vấn đề (một sự thật, một chân lý ...).

Trước hết, Ngài tùy thuận thính chúng, nói những điều thể gian ưa thích, không nói những cái cao siêu, để họ thấy dễ nắm bắt vấn đề, dễ gần gũi với người nói; đó là **thế giới tất đàn**.

Tùy theo căn cơ trình độ, tâm lý, những chủng tử đã huân tập của từng chúng sanh, mà đức Phật thuyết pháp thẳng những vấn đề của họ, sâu hay cạn, cao hay thấp tùy theo đó, làm cho họ phát khởi lòng tin, sự an lạc để nuôi lớn thiện căn v.v... đó là **vị nhân tất đàn**.

Tùy theo tâm bệnh của chúng sanh (bệnh tham dục, ngã mạn, si mê, độc ác...) ngài dạy họ về tâm tử, về đức khiêm cung, về Nhân quả, Nhân duyên, Duyên Khởi v.v... và vô số Pháp dược khác để đối trị, nghĩa là chữa lành bệnh cho họ, làm cho tâm họ được cân bằng và an ổn trở lại, dứt được tà kiến, ác tâm ... đó là **đối trị tất đàn**.

Đối với những người có căn cơ cao, đầy đủ trí tuệ, và cơ duyên đã thuần thực, đức Phật mới nói thẳng về Thật tướng của các Pháp cho họ để họ có thể “thực chứng” được chân như, đó là **đệ nhất nghĩa tất đàn**.

Vận dụng Tứ tất Đàn vào công việc giảng dạy đàn em chúng ta cũng vậy, ví dụ bài Quy y Tam Bảo, với các em Oanh Vũ chúng ta chỉ nhắc qua, với ngành Thiếu đã có khác biệt, ví dụ nói chi tiết về 5 Giới, ngành Thanh cao hơn một chút, ví dụ liên hệ 5 Giới với 5 Điều Luật và khi nói với anh chị em huynh trưởng lại nói sâu hơn, về lý qui sự qui, về ý nghĩa của Thanh Văn giới, Bồ tát Giới v.v...

Một ví dụ khác, khi nói về Lịch sử đức Phật Thích Ca, chúng ta đâu có thể nói với các em Oanh

Vũ rằng “Ngài là Bồ tát Hộ Minh từ cõi Trời...” (bởi vì nói như vậy các em sẽ hồi tối, chúng ta không thể trả lời được!) nhưng với Huỳnh trưởng chúng ta còn có thể nói “tất cả những sự kiện như đàn sanh, xuất gia, thành đạo... đều là **thị hiện**...” chữ thị hiện các em nhỏ không thể hiểu được; chúng ta còn có thể nói về 10 đạo quân của Ma Vương hay những quyền rủ của chúng mà Thái Tử Tất Đạt Đa (Sidharta) đã chiến thắng v.v...

E. KẾT:

Người Huỳnh trưởng ĐST cần phải trang bị cho mình những hiểu biết không chỉ thuộc phạm vi chuyên môn của mình mà còn ở nhiều lãnh vực, bởi vậy, tuy không đứng lớp giảng dạy nhưng vẫn phải nắm nguyên tắc truyền đạt, không dạy Phật Pháp nhưng vẫn phải biết những Trại A Dục, Lộc Uyển, Huyền Trang đã có những nội dung Phật Pháp nào v.v...

Về phương pháp truyền đạt thì không bao giờ cũ nhưng những trợ huấn cụ cho việc trao truyền, giảng dạy thì luôn luôn mới; ngày xưa chúng ta chỉ có projector, ngày nay đã có computer, laptop hay rộng rãi hơn là trên net, trong các diễn đàn... làm cho những buổi giảng trở nên linh hoạt, sống động, gây chú ý cho người nghe, tạo nhiều thuận lợi cho người nói... Tuy nhiên trong trường hợp phải giảng bài trong rừng, thiếu ánh sáng, không có điện, không thể sử dụng bất cứ loại máy móc nào, nghĩa là ở những nơi thiếu những phương tiện hiện đại, người HTr./GDPT nói chung, người ĐST nói riêng vẫn có thể nói chuyện, giảng bài... được như thường; đó là vì người HTr./GDPT không chỉ biết ghi bài trên giấy mà còn biết ghi trong tâm, trong óc; bằng cớ là những câu chuyện lừa tào, câu chuyện dưới cờ, đâu có ai ghi mà sao vẫn nhớ?

Tuy nhiên, phương pháp nào cũng phải kèm theo nghệ thuật; phương pháp dù có hay bao nhiêu mà truyền đạt không có nghệ thuật, nghĩa là không khéo léo, không biết vận dụng nhuần nhuyễn ngôn ngữ, ý tứ, đề tài thiếu hấp dẫn, thiếu thực tế, lý luận thiếu cách thuyết phục, v.v... thì sự truyền đạt khó có thể thành công nghĩa là không hữu hiệu, người nghe không thu thập được nhiều.

Do đó, tài liệu chỉ là chữ nghĩa, cách thức mình trình bày, truyền đạt mới là chủ yếu; chúng ta phải thường xuyên tập luyện mới có thể thành công trong vấn đề truyền đạt trọn vẹn nội dung của một đề tài được giao phó.

(Viết cho Trại Huấn Luyện Đời Sống Trại)



PHÁP LÝ / HÀNH CHÍNH

TU SĨ VÀ LUẬT DI TRÚ TẠI HOA KỲ

Đơn I-360

Tổng Vụ Pháp Chế GHPGVNTNHNK thực hiện

HUỲNH TẤN LÊ biên soạn



Trong bài hôm nay chúng tôi xin đề cập đến đơn I-360. Như đã trình bày trong hai bài trước của Chánh Pháp số 15 và 16, đơn I-129 xin cho tu sĩ được trở thành nhân viên tôn giáo không thường trú (Nonimmigrant Religious Worker) tức được quy chế R1. Khi đến Hoa Kỳ rồi, nếu muốn xin được thẻ xanh thì người tu sĩ phải nộp đơn I-360 xin quy chế nhân viên tôn giáo thường trú đặc biệt (Special Immigrant Religious Worker). Có quy chế nhân viên tôn giáo thường trú đặc biệt rồi mới xin I-485 tức thẻ xanh.

1. Giấy tờ cần thiết. Tất cả giấy tờ đã gửi kèm theo I-129, bây giờ mình cũng phải gửi lại y hệt như vậy. Xin đừng lý luận rằng mình đã gửi lên Sở Di Trú (SDT) những giấy tờ cần thiết trong đơn I-129 rồi, bây giờ không cần gửi nữa. Mình đang gửi đơn I-360 đến một Trung Tâm hoàn toàn mới của SDT, trên nguyên tắc họ không cần biết mình đã nộp những gì trong khi xin R1 tức đơn I-129. Tất cả những giấy tờ cần thiết từ cá nhân tu sĩ và chùa tại Hoa Kỳ đến giấy giới thiệu và giấy chứng nhận của chùa tại Việt Nam đều phải kèm theo đơn I-360. Một điều quan trọng là khi có R1, đã được phỏng vấn chấp thuận cấp chiếu khán (Visa) vào Hoa Kỳ rồi, người tu sĩ phải xin lại giấy chứng nhận từ chùa mà họ sinh hoạt ở VN chứng nhận mình làm việc cho đến một vài ngày trước khi lên máy bay, thời gian bắt đầu xin chùa chứng nhận làm việc kể từ ngày xuất gia hay từ ngày tu sĩ thọ giới tỳ kheo. SDT đòi hỏi là phải có ít nhất hai năm làm việc liên tục như khi xin I-129.

2. Chi tiết của đơn I-360. Ngoài những chi tiết cá nhân, Đơn I-360 cần thêm những chi tiết như sau:

Part 8. Complete Only If Filing a Special Immigrant Religious Worker Petition. Đây là những chi tiết phải điền khi muốn trở thành nhân viên tôn giáo đặc biệt

Provide the following information about the prospective employer (Xin Chùa là chủ nhân tương lai cho biết những tin tức sau đây):

a. Number of members of the prospective employer's organization: (Chùa có nhiều Phật tử).

b. Number of employees working at the same location where the beneficiary will be employed. (Có bao nhiêu nhân viên đang làm việc tại Chùa nơi mà người đang xin trong đơn sẽ làm việc).

c. Number of aliens holding special immigrant or nonimmigrant religious worker status currently employed or employed within the past 5 years: ...

(Số tu sĩ có R1 hay có I-360 chấp thuận đã và đang làm việc trong 5 năm qua).

d. Number of Special Immigrant Religious Worker I-360 and Nonimmigrant Religious Worker I-129 petitions submitted by the prospective employer within the past 5 years:(Chùa đã nộp tổng cộng bao nhiêu đơn I-129 và I-360 trong 5 năm qua).

- Chức vụ (position) phải ghi là nhà truyền giáo (Minister) vì mình đang xin theo diện này.

- Hình ảnh: chụp hình người tu sĩ (một mình) đứng trước cửa cổ bằng tên chùa và bên trong chánh điện, lý do là vì SDT sợ trường hợp giả mạo. Ngoài ra các hình ảnh khác chụp chung với đại chúng đang sinh hoạt như dạy Việt ngữ, thuyết giảng, làm công tác xã hội, cầu siêu đám tang, cầu an đám cướinhớ là không nên nộp các hình đang nấu ăn, quét dọn... vì đây là diện nhà truyền giáo chứ không phải công nhân thông thường.

- Sự liên hệ (relationship) giữa hai chùa tại VN và Hoa Kỳ có thể nói là hai vị trụ trì đã biết nhau từ nhiều năm hay hai hai chùa đã cộng tác làm công tác từ thiện tại VN, hay hai chùa biết nhau do sự giới thiệu của Phật tử của chùa tại Hoa Kỳ.

- Nhiệm vụ hay công việc hằng ngày của nhà truyền giáo phải ghi là thuyết giảng Phật pháp, hướng dẫn thực tập thiền quán, hướng dẫn cầu an cầu siêu, hướng dẫn tu bát quan trai, dạy giáo lý cho giới trẻ, hướng dẫn tụng và giảng kinh (Providing Buddhist Teachings, Instructing Meditation Practice, Well-being and newly departed prayer, Instructing eight-precept practice, Teaching Vietnamese Language and Asian ethics, Sutra Chanting and Interpretation).

- Tại sao tu sĩ này đủ điều kiện để được tuyển làm việc tại chùa ở Hoa Kỳ (qualification), phải được giải thích là người tu sĩ đã xuất gia, thọ giới tỳ kheo, tốt nghiệp các trường Phật học năm nào và làm tu sĩ thường trú (Resident Monk or Nun) tại chùa VN bao nhiêu năm (thời gian xin xem lại giấy chứng nhận từ VN).

- Vấn đề trả lương phải nói là vì giới luật tỳ kheo, người tu sĩ khi làm việc cho chùa không bao giờ đòi trả lương và chùa tại Hoa Kỳ cũng lo cho vị tu sĩ đầy đủ, nhất là sự cúng dường sau mỗi thời pháp (Per the Commandments of a Monk, he does not and may not require salary when he works for a Temple. However, according to the Buddhist tradition, every end of a Buddhist Teaching Session, all members will donate cash and this kind of donation goes to the preaching team. Our Buddhist organization also takes care of his room and board, health care, transportation, and all other kinds of his



needs...). Trong trường hợp chùa ký check trả lương thì quá tốt và để chứng minh rồi.

- Ngoài ra trong phần sau cùng của I-360 đòi hỏi chứng nhận của giáo phận (Religious Denomination Certification). Đối với các chùa có sinh hoạt với Giáo Hội thì ghi tên Giáo Hội là Denomination của chùa mình và đại diện Giáo Hội sẽ ký tên. Nhiều lúc họ đòi hỏi giấy phép nonprofit của Giáo Hội. Đối với các chùa không trực thuộc giáo hội nào thì ghi giáo phận là tổ chức của chùa mình giống y hệt như một nhà thờ tin lành cũng là hội thánh của họ luôn. Chùa mình được coi như là một giáo phận riêng (denomination) và do chùa làm chủ. Nếu vị hội trưởng ký tên trên các đơn từ và mẫu I-360 thì vị trụ trì ký tên trên phần chứng nhận của giáo phận hay ngược lại hoặc cùng một người ký cũng không sao. Vấn đề là khi họ hỏi đến phải giải thích một cách hợp tình hợp lý.

3. Thời gian xét đơn I-360. Trung bình cho lúc này năm 2012, 2013 là từ ba đến 4 tháng.

Kinh nghiệm cho hay đơn điền rõ ràng, giấy tờ đính kèm đầy đủ thì thời gian xét đơn và chấp thuận nhanh và đúng hạn. Hồ sơ gửi đi chúng ta cố gắng copy màu những giấy tờ mà bản gốc là màu.

4. Những trường hợp thông thường bị SDT yêu cầu bổ túc (request for evidence).

- Không chứng minh thời gian làm việc hai năm liên tục
- Chùa tại Hoa Kỳ không gửi đầy đủ giấy tờ tài chánh
- Giấy tờ không ăn khớp với nhau như ngày sinh hay tên trong giấy khai sanh khác với các giấy tờ khác.
- Tu sĩ không có bằng cấp Phật học hay đại học. Nhà truyền giáo (Minister) được định nghĩa là tu sĩ tốt nghiệp từ một trường thần học và được thụ phong linh mục. Như vậy đối với Phật giáo mình định nghĩa nhà truyền giáo là tu sĩ tốt nghiệp từ một trường Phật học và được thụ giới tỳ kheo.
- Không khai kỹ những chùa mà trong những lần trước đến Hoa Kỳ người tu sĩ đã làm việc theo diện R1.
- Giấy tờ mình nộp theo đơn I-360 không rõ ràng, tạo cho họ một sự nghi ngờ, họ cũng yêu cầu bổ túc.

Tóm lại chặng đường từ lúc ở VN cho đến khi có R1 chấp thuận, interview để được cấp chiếu khán, đến Hoa Kỳ và được I-360 chấp thuận thì đã gần đến ngày có thẻ xanh. Khi có I-360 chấp thuận, người tu sĩ phải đi khám sức khỏe (Medical Examination) để chuẩn bị làm thẻ xanh. Chỉ có bác sĩ nào có ghi danh với SDT tham dự chương trình thì mới có quyền làm dịch vụ này. Vào website uscis.gov, bấm vào chỗ Resources, tìm Civil Surgeon Locator và cho zip code của chùa thì sẽ danh sách bác sĩ tại địa phương mình.

Đề tài kỳ tới sẽ nói về đơn I-485 xin thẻ xanh. Mọi sự phê bình, bổ túc, cần hỏi thêm và đề nghị đề tài, xin liên lạc Tòa Soạn Báo Chánh Pháp hay điện thư về drlehuynh@gmail.com hay gửi thư về Tổng Hội Cư Sĩ Phật Giáo 1612 N. Spurgeon Street, Santa Ana, CA 92701.

Huỳnh Tấn Lê

thơ



Có Một Ngày

*Có một ngày đi chẳng trở về
Đường dài đêm vắng bóng lê thê
Chợ đời tan buổi không ai đợi
Đất chõ màu tang hoa cỏ che*

Qua Sông

*Qua sông một chuyến dò dài
Cùng trong sanh tử bi hài hợp tan
Đại khôn được mắt ngỡ ngàng
Trần ai tình mộng kê vàng qua sông*

Có Không

*Có không chìm nổi phận người
Từ không đến có... có rồi hoàn không
Một đời theo mãi có không
Xuôi tay còn lại chữ không bên mình*

Biết

*Biết người đi chẳng trở về
Mà chìm Cuốc mãi gọi hè yêu thương
Biết mình qua chốn vô thường
Lòng như sương khói bên đường nhẹ tênh*

Đèn Khuya

*Được thua tan dòng nước
Nghiep duyên bóng theo hình
Phòng khuya đèn thấp sáng
Soi tỏ tấm chân tình*

Về Đây

*Hồn lạc xir về đây
Hoa nở sáng trời Tây
Suối trong đàn cá lội
Chim trời soãi cánh bay*

Cỏ Lạnh Hương Tàn

*Bia mộ người không ghi tuổi tên
Rộn ràng chỉ để hóa ưu phiền
Xương cốt vùi sâu ba thước đất
Cỏ lạnh hương tàn mộng giấc yên*

KHA NGUYỆT

SAKYA CARE FOUNDATION



Holistic Health Care with
Compassion, Understanding, and Love

Ngày 15 tháng 2 năm 2013

Kính gửi các Thiện Tri Thức, quý đồng hương Phật Tử

Hội Y Tế Từ Thiện Sakya, quy tụ các y bác sĩ và Phật Tử đạo tâm tại Hoa Kỳ, ra đời năm 2012 với tôn chỉ "phục vụ tha nhân" theo tinh thần giáo lý Phật Đà. Hiện nay, Hội đang rất cần sự tham gia trợ giúp của các giới y bác sĩ – đa khoa, nha khoa, nhãn khoa, dược sĩ, các hỗ trợ viên - y tá, lab technician, phlebotomist, optical tech, dental hygienist; các ngành nghề khác như luật sư, kinh tế, kế toán, quảng cáo, y tế cộng đồng (public health) và các em học sinh, sinh viên cho các chương trình thiện nguyện sắp tới. Ngoài ra, Hội cũng tha thiết kêu gọi các giới y bác sĩ hoan hỷ cho Hội mượn hoặc giới thiệu những công ty mua bán dụng cụ y khoa lưu động (portable) để Hội có đủ phương tiện xử dụng trong những projects đầu tiên. Dưới đây là chương trình sơ khởi của năm 2013:

Ngày 29 tháng 3: **Lễ Phát Nguyên** lúc 8 giờ sáng tại Chùa Việt Nam Houston, Texas dưới sự chứng minh của Hòa Thượng Thích Nguyên Hạnh.

Ngày 29-30 tháng 3: Quầy hàng Sakya Care tại **Lễ Hội Quan Âm**, Houston-Texas.

Ngày 13 tháng 4: **Lễ Ra Mắt** vào lúc 5 giờ chiều tại Chùa Phổ Đà, Santa Ana, California với sự chứng minh của Hoà Thượng Thích Nguyên Trí, Hoà Thượng Thích Nguyên Siêu cùng chư Tăng Ni miền Nam California và tiệc chay gây quỹ vào lúc 7 giờ chiều cùng ngày.

Ngày 22 tháng 6: **Sakya Mobile Clinic I - Trạm Y Tế Lưu Động** lần đầu tiên, đặc biệt dành riêng khám và chữa bệnh miễn phí cho chư tôn đức Tăng Ni trong mùa an cư kiết hạ tại Phật Học Viện Quốc Tế - North Hill, California. (Có chương trình riêng*)

Ngày 6 tháng 7: **Sakya Mobile Clinic II - Trạm Y Tế Lưu Động** lần thứ 2, dành riêng khám và chữa bệnh miễn phí cho chư Tôn Đức Tăng Ni trong mùa an cư kiết hạ tại Trung Tâm Phật Giáo Chùa Việt Nam – Houston, Texas. (Có chương trình riêng*)

Ngày 7 tháng 7: **Lotus Community Health Fair – Ngày Y Tế Cộng Đồng** cho quý đồng hương Phật tử tại Trung Tâm Phật Giáo Chùa Việt Nam – Houston, Texas.

Ngày 10 tháng 8: **Lotus Community Health Booth – Lễ Y Tế** cho quý đồng hương Phật tử tại Khóa Tu Học Phật Pháp Bắc Mỹ lần thứ 3 – San Diego, California.

Hội Sakya hi vọng sẽ gặp được những tấm lòng cao đẹp, cùng nhau chung sức chung lòng trên bước đường phục vụ tha nhân. Muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc PT Viên Minh 210-326-0911; PT Minh Hậu 619-752-4678 hoặc email info@sakyacare.org. Nguyên hoi hướng công đức này đến khắp cùng pháp giới chúng sanh!

Trân trọng,
Hội Y Tế Từ Thiện Sakya

Viên Minh-Đỗ Châu Oanh
Chairman

P.O. Box 2218, Fontana, CA 92334 • 619-752-4678 (P) • 909-753-0359 (F) • info@sakyacare.org (E)
www.sakyacare.org

HỎI HAY ĐÁP ĐÚNG

Nguyên tác Anh ngữ "Good Question, Good Answer" của **Ven. Shravasti Dhammika**

Thích Nguyên Tạng dịch

(tiếp theo kỳ trước)

CHƯƠNG 6 THIỆN ĐỊNH

Thiền định là gì?

Thiền định là một sự nỗ lực của ý thức để làm thay đổi sự vận hành của tâm. Từ Pali gọi thiền định là "Bhavana" nghĩa là "tăng trưởng" hay "phát triển".

Thiền định có quan trọng không?

Có, thiền định quan trọng. Cho dù chúng ta muốn tốt đẹp bao nhiêu cũng khó mà đạt được nếu chúng ta không chịu thay đổi những dục vọng là nguyên do đưa đến hành động. Ví dụ, một người có thể nhận ra rằng anh hay nóng nảy với vợ và anh hứa với lòng mình rằng "từ đây về sau ta sẽ không nóng nảy nữa". Nhưng một giờ sau, anh ta có thể la mắng vợ mình, đơn giản vì anh ta không tự tỉnh thức, sự tức giận kia đã phát khởi mà anh không kiểm soát được. Thiền định giúp phát triển sự tỉnh thức và nghị lực cần thiết để chuyển hóa dần những thói quen tiêu cực của tinh thần.

Tôi nghe rằng thiền định có thể rất nguy hiểm. Có đúng thế không?

Để sống chúng ta cần muối. Nhưng nếu bạn phải ăn một ký muối thì chính nó sẽ giết bạn. Sống trong thời đại hôm nay, bạn cần xe hơi, nhưng nếu bạn không tuân thủ luật lệ giao thông hay trong lúc lái xe bạn say rượu thì xe hơi trở thành cái máy nguy hiểm. Thiền định cũng giống như thế, nó cần thiết cho sức khỏe tinh thần và hạnh phúc nhưng nếu bạn thực hành sai phương pháp, nó sẽ tạo ra những rắc rối. Một số người có vấn đề như buồn phiền, thất vọng, sợ hãi hay bệnh tinh thần, họ nghĩ thiền định là một phương cách điều trị cấp thời cho những vấn đề của họ, họ bắt đầu áp dụng thiền và đôi khi vấn đề của họ lại càng tồi tệ hơn. Nếu bạn ở trong trường hợp như thế, tốt nhất bạn phải tìm một người chuyên môn giúp đỡ, sau đó bạn khá hơn mới nên áp dụng thiền. Một số người khác tự tìm hiểu rồi thực hành, thay vì họ đi dần từng bước một, họ lại quá hấp tấp, chẳng bao lâu họ kiệt sức. Nhưng có lẽ phần lớn những vấn đề về thiền xảy ra là do loại "thiền nhảy vọt" (1). Một số người đi đến một vị thầy để học thiền rồi áp dụng phương pháp thiền của vị ấy trong một thời gian, sau đó họ đọc sách thiền rồi quyết định thực hành theo sự chỉ dẫn trong sách, một tuần sau có một thiền sư nổi tiếng viếng thăm thành phố của họ và họ quyết định phối hợp một số lời dạy của vị ấy vào trong việc tu thiền của họ, chẳng lâu sau đó họ rơi vào tình trạng lộn xộn một cách thất vọng. Thiền



nhảy vọt giống như con Kangaroo từ một vị thầy này đến một vị thầy khác, từ một phương pháp này sang một phương pháp nọ là một việc làm sai lầm. Tuy nhiên, nếu bạn không có vấn đề gì về tinh thần và bạn áp dụng thiền cũng như thực hành đúng phương pháp thì chắc chắn thiền định là một trong những pháp môn tốt nhất mà bạn có thể tự làm.

Có mấy loại thiền?

Đức Phật dạy có nhiều loại thiền khác nhau, mỗi loại đều có phương cách đối trị mỗi vấn đề riêng biệt hay để phát triển trạng thái tâm lý đặc biệt. Nhưng có hai loại thiền phổ biến và thường được sử dụng nhiều nhất là quán niệm hơi

thở và quán tử bi.

Nếu tôi muốn thực hành pháp môn thiền quán niệm hơi thở thì tôi phải làm sao?

Bạn phải làm theo các bước sau đây, có bốn điều cần biết: nơi chốn, tư thế ngồi, thực hành và những trở ngại. Trước hết bạn tìm một chỗ ngồi thích hợp, có thể một căn phòng không ồn ào và nơi đó bạn không bị quấy rầy. Ngồi tư thế tốt là chân bạn xếp lại, dưới móng có một cái gối, lưng thẳng, hai bàn tay xếp lên nhau đặt trên hai chân và mắt nhắm lại. Tùy theo sự lựa chọn, bạn có thể ngồi trên ghế và giữ lưng thẳng lâu như bạn muốn.

Bước tiếp theo bạn phải áp dụng đúng như thế. Trong lúc ngồi yên tĩnh với mắt nhắm lại, bạn tập trung vào sự chuyển động của hơi thở vô và hơi thở ra. Phép thiền này có thể làm bằng cách đếm hơi thở hay theo dõi sự phình lên và xẹp xuống của bụng. Khi ngồi thiền có thể có một số vấn đề và khó khăn phát sinh. Bạn có thể thấy ngứa ngáy khó chịu trên cơ thể và đau nhức nơi đầu gối. Nếu điều này xảy ra, hãy cố gắng giữ cơ thể thư giãn, không nhích và tiếp tục tập trung vào hơi thở. Có thể sẽ có nhiều ý nghĩ xuất hiện ở tâm bạn và làm xao lãng việc chú ý vào hơi thở của bạn. Cách duy nhất giải quyết việc này nên trở lại chú ý hơi thở một cách kiên nhẫn. Nếu bạn tiếp tục làm như thế, cuối cùng ý nghĩ kia sẽ yếu đi và việc định tâm của bạn sẽ tốt hơn và bạn sẽ có được giây phút đi sâu vào sự an lạc và thanh tịnh nội tâm.

Tôi nên ngồi thiền bao lâu?

Thật là tốt để ngồi thiền mỗi ngày 15 phút, sau đó cố gắng tăng thêm năm phút mỗi tuần cho đến khi bạn có thể hành thiền trong 45 phút. Sau một vài tuần lễ ngồi thiền đều đặn như vậy, bạn bắt đầu thấy việc định tâm sẽ tốt hơn, những ý tưởng tán loạn sẽ giảm dần và bạn sẽ có những giây phút an lạc và yên tĩnh thật sự.

Còn Quán từ bi là gì? Cách thực hành ra sao?

Khi bạn quen thuộc với pháp môn quán hơi thở và thực hành đều đặn rồi, bạn có thể bắt đầu thiền Quán từ bi. Phép quán này nên thực hiện hai hay ba lần mỗi tuần sau khi thực hành quán hơi thở. Trước tiên, bạn phải quay về quan tâm chính mình và tự nói những lời như "Cầu mong cho tôi được khỏe mạnh và hạnh phúc. Cầu mong cho tôi được an lạc và bình yên. Cầu mong cho tôi thoát khỏi mọi hiểm nguy. Cầu mong tâm tôi không còn sân hận. Cầu mong tâm tôi đầy ấp tình thương. Cầu mong cho tôi khỏe mạnh và hạnh phúc". Kế đó bạn tiếp tục rải tâm từ bi đến với người thân, những bạn bình thường, và cuối cùng là những người mà bạn không thích, ước nguyện cho họ an vui, khỏe mạnh như bạn từng ước mong cho mình vậy.

Lợi ích của loại thiền quán từ bi này ra sao?

Nếu bạn thực hành đều đặn thiền quán từ bi này với thái độ đúng đắn, bạn sẽ thấy trong bạn sẽ thay đổi theo hướng tích cực. Bạn sẽ thấy mình có thể hưởng tới việc chấp nhận và tha thứ. Bạn sẽ thấy tình cảm dành cho người mình thương gia tăng thêm. Bạn sẽ thấy mình thân thiện hơn với những người mà trước đây mình thờ ơ và không quan tâm và bạn sẽ nhận thấy những ác cảm hay oán giận mà bạn đã có với người nào đó nay sẽ giảm xuống và cuối cùng sẽ biến mất. Tình huống nếu bạn biết ai đó đang bệnh, buồn rầu hay gặp khó khăn, bạn có thể nghĩ đến họ trong lúc hành thiền và thường thì bạn sẽ thấy tình cảnh của họ được cải thiện.

Điều ấy có thể như thế nào?

Tâm trí, khi phát triển thích hợp sẽ là một phương tiện hùng mạnh. Nếu chúng ta biết tập trung vào năng lực tinh thần để hướng đến người khác thì sẽ có ảnh hưởng đến họ. Hẳn bạn đã có kinh nghiệm như thế. Có lẽ bạn đang ở trong một phòng đông người và bạn có cảm giác rằng ai đó đang chú ý đến mình. Bạn xoay một vòng xem và biết chắc là ai đang nhìn chăm chăm vào mình. Điều gì đã xảy ra khi bạn bắt được năng lực tinh thần của người khác. Thiền quán từ bi cũng giống như vậy. Chúng ta hướng năng lực tích cực của tinh thần tới người khác và dần dần sẽ chuyển hóa được họ.

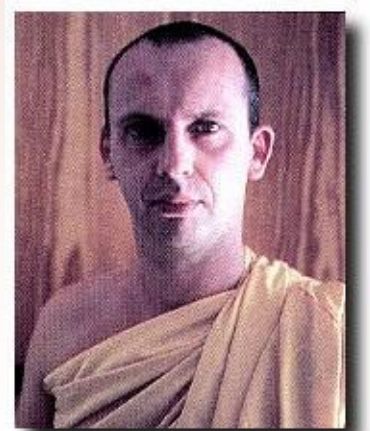
Tôi có cần một người thầy hướng dẫn hành thiền không?

Một người thầy thì hoàn toàn không cần thiết nhưng một sự hướng dẫn cá nhân chuyên môn về thiền thì chắc chắn có ích. Tiếc thay, một số tu sĩ và cư sĩ tự xem mình là thiền sư, kỳ thực họ không biết mình đang làm gì. Hãy cố gắng chọn một người thầy đức hạnh, có nhân cách và trung thành với lời Phật dạy.

Tôi nghe rằng thiền định ngày nay được các nhà tâm lý học và chuyên gia về tâm thần áp dụng rộng rãi. Điều đó có đúng không?

Vâng, đúng như thế. Ngày nay thiền được tiếp nhận như một liệu pháp cao cấp ảnh hưởng sâu rộng và được nhiều chuyên viên về sức khỏe tâm thần sử dụng để giúp làm thư giãn và vượt qua những ám ảnh và mang đến sự tỉnh thức. Sự soi sáng của Đức Phật cho tâm trí nhân loại đang giúp rất nhiều cho con người hôm nay cũng giống như đã từng giúp cho con người thời xưa.

GOOD QUESTION, GOOD ANSWER

by **Ven. Shravasti Dhammika****CHAPTER 6
MEDITATION****What is meditation?**

Meditation is a conscious effort to change how the mind works. The Pali word for meditation is 'bhavana' which means 'to make grow' or 'to develop'.

Is meditation important?

Yes, it is. No matter how much we may wish to be good, if we cannot change the desires that make us act the way we do, change will be difficult. For example, a person may realise that he is impatient with his wife and he may promise himself, "From now on I am not going to be so impatient" But an hour later he may be shouting at his wife simply because, not being aware of himself, impatience has arisen without him knowing it. Meditation helps to develop the awareness and the energy needed to transform ingrained mental habit patterns.

I have heard that meditation can be dangerous. Is this true?

To live, we need salt. But if you were to eat a kilogram of salt it would kill you. To live in the modern world you need a car but if you don't follow the traffic rules or if you drive while you are drunk, a car becomes a dangerous machine. Meditation is like this, it is essential for our mental health and well-being but if you practise in stupid ways it could cause problems. Some people have problems like depression, irrational fears or schizophrenia, they think meditation is an instant cure for their problem. They start meditating and sometimes their problem gets worse. If you have such a problem, you should seek professional help and after you are better then take up meditation. Other people over reach them-

selves, they take up meditation. and instead of going gradually, step by step, they meditate with too much energy for too long and soon they are exhausted. But perhaps most problems in meditation are caused by 'kangaroo meditation'. Some people go to one teacher and do his meditation technique for a while, then they read something in a book and decide to try that technique, then a week later a famous meditation teacher visits town and so they decide to incorporate some of his ideas into their practise and before long they are hopelessly confused. Jumping like a kangaroo from one meditation technique to another is a mistake. But if you don't have any severe mental problems and you take up meditation and practise sensibly it is one of the best things you can do for yourself.

How many types of meditation are there?

The Buddha taught many different types of meditation, each designed to overcome a particular problem or to develop a particular psychological state. But the two most common and useful types of meditation are Mindfulness of Breathing (anapana sati) and Loving-kindness Meditation (metta bhavana).

How do you practise Mindfulness of Breathing?

You would follow this easy steps: the four Ps: place, posture, practice and problems. First, find a suitable place, perhaps a room that is not too noisy and where you are not likely to be disturbed. Second, sit in a comfortable posture. A good posture is to sit with your legs folded, a pillow under your buttocks, your back straight, the hands nestled in the lap and the eyes closed. Alternatively, you can sit in a chair as long as you keep your back straight.

Next comes the actual practice itself. As you sit quietly with your eyes closed you focus your attention on the in and out movement of the breath. This can be done by counting the breaths or watching the rise and fall of the abdomen. When this is done, certain problems and difficulties will arise. You might experience irritating itches on the body or discomfort in the knees. If this happens, try to keep the body relaxed without moving and keep focusing on the breath. You will probably have many intruding thoughts coming into your mind and distracting your attention from the breath. The only way you can deal with this problem is to patiently keep returning your attention to the breath. If you keep doing this, eventually thoughts will weaken, your concentration will become stronger and you will have moments of deep mental calm and inner peace.

How long should I meditate for?

It is good to do meditation for 15 minutes every day for a week and then extend the time by 5 minutes each week until you are meditating for 45 minutes. After a few weeks of regular daily meditation you will start to notice that your concentration gets better, there are less thoughts, and you have moments of real peace and stillness.

What about Loving Kindness Meditation? How is that practised?

Once you are familiar with Mindfulness of Breathing and are practising it regularly you can

start practising Loving Kindness Meditation. It should be done two or three times each week after you have done Mindfulness of Breathing. First, you turn your attention to yourself and say to yourself words like "May I be well and happy. May I be peaceful and calm. May I be protected from dangers. May my mind be free from hatred. May my heart be filled with love. May I be well and happy." Then one by one you think of a loved person, a neutral person, that is, someone you neither like nor dislike, and finally a disliked person, wishing each of them well as you do so.

What is the benefit of doing this type of meditation?

If you do Loving Kindness Meditation regularly and with the right attitude, you will find very positive changes taking place within yourself. You will find that you are able to be more accepting and forgiving towards yourself. You will find that the feelings you have towards your loved ones will increase. You will find yourself making friends with people you used to be indifferent and uncaring towards, and you will find the ill-will or resentment you have towards some people will lessen and eventually be dissolved. Sometimes if you know of someone who is sick, unhappy or encountering difficulties you can include them in your meditation and very often you will find their situation improving.

How is that possible?

The mind, when properly developed, is a very powerful instrument. If we can learn to focus our mental energy and project it towards others, it can have an effect upon them. You may have had an experience like this. Perhaps you are in a crowded room and you get this feeling that someone is watching you. You turn around and, sure enough, someone is staring at you. What has happened is that you have picked up that other person's mental energy. Loving Kindness Meditation is like that. We project positive mental energy towards and it gradually transforms them.

Do I need a teacher to teach me meditation?

A teacher is not absolutely necessary but personal guidance from someone who is familiar with meditation is certainly helpful. Unfortunately, some monks and laymen set themselves up as meditation teachers when they simply don't know what they are doing. Try to pick a teacher who has a good reputation, a balanced personality and one who adheres closely to the Buddha's teachings.

I have heard that meditation is widely used today by psychiatrists and psychologists. Is this true?

Yes, it is. Meditation is now accepted as having a highly therapeutic effect upon the mind and is used by many professional mental health workers to help induce relaxation, overcome phobias and bring about self-awareness. The Buddha's insights into the human mind are helping people as much today as they did in ancient times.

(to be continued)

TUỞNG NIỆM

ÂN ĐỨC GIÁO DỤC CỦA ÔN GIÀ LAM

Tâm Huy - Huỳnh Kim Quang

Sau năm 75 các Phật Học Viện đều đóng cửa. Các tăng sinh tại các Phật Học Viện đều trở về chùa cũ của Thầy Tổ để sinh sống và tu học. Thật tế, tu thì có mà học thì hầu như không. Có chăng là Thầy dạy đệ tử trong chùa. Những chùa có ruộng đất thì thầy trò tự túc canh tác để sinh sống. Sinh hoạt giáo dục và đào tạo tăng ni trẻ đã không còn.

Vào những năm 75, 76, 77, 78, của thế kỷ trước, tôi phải đi tìm mượn từng cuốn kinh, cuốn sách để đọc. Mỗi khi tìm được một cuốn sách, nhất là sách Phật học, sách tư tưởng và triết lý đông tây, thì đọc ngẫu nhiên. Chữ nghĩa sao mà khan hiếm và quý giá quá! Có lần tôi đánh bạo lên đánh lễ Thượng Tọa Bát Nhã (lúc đó chưa tấn phong Ngài lên Hòa Thượng) để xin mượn sách mà đọc. Thượng Tọa lấy cho mượn bộ báo Viên Âm của Hội An Nam Phật Học Huế. Báo đóng thành tập, mỗi tập khoảng 10 cuốn. Giấy báo in từ thời thập niên 1930, 1940, cho nên đã ngả màu vàng ố, nhưng chữ thì vẫn còn rõ. Ngày cầm bộ báo Viên Âm đầu tiên trên tay, tôi cảm nhận được nổi sung sướng không gì tả nổi và vội đem về phòng mà đọc.

Bây giờ tôi vẫn còn nhớ đến mùi giấy để lâu ngày trong tủ lúc mở ra vừa có mùi mốc, vừa có mùi thơm của giấy đặc biệt. Có đạo, mấy người bạn không biết tìm đâu ra bộ Thiền Luận của Suzuki mà Trúc Thiên và Tuệ Sỹ đã dịch cho tôi mượn. Lúc cho mượn mấy người bạn còn ra hạn kỳ phải trả lại để cho người khác đọc. Cầm bộ Thiền Luận lòng mừng còn hơn ai cho tiền cho bạc. Về phòng đọc say sưa quên ngày quên đêm. Hòa Thượng Từ Quang và Thượng Tọa Bát Nhã vì thương anh em tăng sĩ trẻ chúng tôi nên đã đích thân đem kinh luật ra mà dạy cho mấy thầy trong chùa. Ân đức ấy sẽ không bao giờ phai nhạt trong tâm thức những người học trò như chúng tôi dù đời này hay bao đời khác.

Người tu giữa nhân gian giống như người đi trong đêm tối, có chân đi mà không có đèn soi sáng thì dễ lạc đường, thậm chí rớt hầm rớt hố lúc nào không hay. Đèn sáng là tri kiến Phật Pháp. Chân đi là thực nghiệm Chánh Pháp của Phật. Cho nên các bậc cổ đức thường nói: tu mà không học là tu mù, học mà không tu là đầy sách. Cầm đèn trên tay mà không đi thì chẳng bao giờ ra khỏi ba cõi. Đi mà không có đèn soi sáng thì lần quần trong sanh tử luân hồi. Việc học Phật và dạy Phật học, vì vậy, là nhu cầu không thể thiếu dù ở trong hoàn cảnh nào, thời đại nào, quốc độ nào.

Thảm họa lớn nhất cho đạo Phật chính là bế tha trong công tác giáo dục tăng, ni. Nhưng giáo dục mà không làm tròn chức năng, không thực hiện nghiêm túc thì lại là thảm họa khác.

Phật Giáo Việt Nam thời cận đại, may thay, còn có những nhà giáo dục đúng nghĩa mà trong số đó Cố Đại Lão Hòa Thượng Thích Trí Thủ (từ đây trở xuống trong bài, xin được phép gọi là Ôn Già Lam) là một. Công nghiệp giáo dục tăng, ni của Ngài thật hiếm có vị nào sánh được. Ngài không những là bậc Thầy giảng dạy tại các Phật Học Viện cho nhiều thế hệ tăng, ni mà còn là người sáng lập và phát triển lớn mạnh hệ thống giáo dục Phật Học Viện, trung tiểu học Bồ Đề và Viện Đại Học Vạn Hạnh tại miền Nam. Riêng Phật Học Viện thì không thể không kể đến PHV Báo Quốc ở Huế, PHV Hải Đức ở Nha Trang, Tu Viện Quảng Hương Già Lam.

Giữa năm 1980, tôi nhận được thư của Thầy Thiện Tu từ Sài Gòn gửi ra. Trong thư Thầy Thiện Tu báo cho biết Ôn Già Lam đã mở lớp học, vừa học Phật Pháp vừa giúp hai Thầy Tuệ Sỹ và Lê Mạnh Thát làm bộ Bách Khoa Từ Điển Phật Giáo Việt Nam. Thầy khuyên tôi nên sắp xếp để vào xin học. Thầy đề nghị tôi đánh lễ Thượng Tọa Bát Nhã nhờ Ngài thưa với Sư Ông Từ Quang viết cho thư giới thiệu với Ôn Già Lam, rồi mang vào Sài Gòn. Tôi làm theo đề nghị của Thầy Thiện Tu và đã được Thượng Tọa Bát Nhã cũng như Sư Ông Từ Quang thương mà hoan hỷ giúp ngay. Tôi về khăn gói lên đường.

Tôi đáp chuyến tàu chợ từ Phú Yên vào Sài Gòn mất gần một ngày một đêm. Trên tàu, đông chật người và đồ đạc, đến nổi không còn chỗ đứng cho hai chân. Tôi phải thay nhau đứng một chân. Khi nào mỏi quá thì chen ra đứng ở khoảng nối liền hai toa xe lửa. Chỗ đó chỉ có người qua lại nên có thể đứng được 2 chân thông thả. Nói là thông thả nhưng rất nguy hiểm vì nếu không vịn chắc thì sẽ rớt xuống đường rầy ngay tức khắc. Đến ga Bình Triệu lúc 3 giờ sáng, tôi phải vào ngồi trong một quán nước để chờ trời sáng rồi mới vào thành phố. Trời sáng, tôi thuê xe vào thành phố, tìm đến Chùa Quan Âm của Thầy Thông Bửu tại Phú Nhuận để xin



Hình lưu niệm một số học tăng Già Lam (1980-1984)

tá túc tạm thời. Chùa đông quá không có chỗ nằm, tôi phải ở phòng khách, ban ngày thì xõ rở đầu đó, ban đêm thì giăng mùng giữa mấy chân ghế mà ngủ. Lúc Thầy Thiện Tu đến Chùa Quan Âm, thấy tội nghiệp, nên Thầy đã sang Chùa Từ Hiếu xin Thầy Nguyên Lý cho tôi ở tạm mà đi học. Thầy Nguyên Lý hoan hỷ. Tôi dọn qua ở Từ Hiếu tại Quận Tám, bên kia cầu Chữ Y.

Tôi nhờ Thầy Thiện Tu dẫn lên Chùa Già Lam để đánh lễ Ôn Già Lam xin nhập học. Ngày đến Già Lam, tôi nhớ Ôn nằm trên võng sau phòng khách. Thầy Thiện Tu bạch với Ôn, còn tôi thì y hậu lay đánh lễ. Ôn đọc thư Hòa Thượng Từ Quang rồi nói: Học thì được, nhưng ở đây không có chỗ, nên phải tự túc. Nghe Ôn hứa khả cho học lòng tôi mừng hết lớn. Cơ may này trong đời người được mấy lần, nhất là thời buổi khó khăn như bây giờ!

Mỗi ngày tôi đạp chiếc xe đạp mini từ Chùa Từ Hiếu ở Quận Tám xuống Chùa Già Lam ở Gò Vấp hay Vạn Hạnh ở Phú Nhuận để học. Đoạn đường đó tôi phải mất từ 45 đến 50 phút đạp xe. Một nhất là những lúc trời mưa bất chợt, nước văng lên làm ướt cả vạt áo sau. Mấy ngày trời nắng chang chang, đạp xe đến nơi thì mồ hôi mồ kê đổ như tắm. Nhưng, tuổi trẻ hăng say không hề biết mệt hay khổ sở gì. Đến sau khi thi và đậu, rồi được nhận vào học chính thức thì tôi mới vào Già Lam ở nội trú. Lúc đó dường như là mùa hè năm 1981.

Thời gian đầu, quý thầy học tăng vẫn còn sang Vạn Hạnh để học 2 môn của Ôn Minh Châu và Thầy Chơn Thiện. Ở Già Lam thì học với Ôn Già Lam, Thầy Minh Tuệ, Thầy Tuệ Sỹ, Thầy Lê Mạnh Thát, Thầy Nguyên Giác, Thầy Nguyên Hồng. Sau này, Ôn Minh Châu đã sang Già Lam dạy luôn, nên quý Thầy học tăng không phải sang Vạn Hạnh nữa.

Ở gần với Ôn Già Lam mới cảm nhận được ân đức rất lớn của Ôn. Mỗi ngày vào buổi sáng, khoảng 4 giờ rưỡi, Ôn đều lên Chánh Điện lay Phật với quý Thầy, nhưng trước đó Ôn đã thức dậy rất sớm để hành trì trên tịnh thất riêng. Không một ngày nào Ôn không hành lễ, trừ lúc Ôn đi xa hay khi Ôn bệnh. Nghi 108 lay đạo do chính Ôn soạn. Nghi đó có thể nói là dung chứa toàn bộ những áng văn thâm thúy của nền văn học Phật Giáo bằng chữ Hán và tất nhiên bao hàm tinh ba cốt lõi của

tư tưởng Phật Học. Mỗi vị xướng một câu rồi đồng lay xuống. Đó là lối tu rất thâm diệu và đầy tính khoa học. Thâm diệu vì, khi một vị xướng lên, tất cả đều lắng nghe, nhập tâm, thể nghiệm đạo lý uyên áo trong kinh văn, rồi lay xuống, cái bàn ngã dù còn thì cũng như ngọn núi đổ xuống thành bình địa khi thâm nhập vào nhất tâm. Khoa học vì đó là phương pháp thể dục rất hiệu nghiệm. Đứng lên, lay xuống sát đất, liên tục 108 lần vào sáng sớm, với cõi lòng thênh thang tự tại, thì bệnh tật nào không giảm, phiền não nào không tiêu, nghiệp chướng nào không sạch! Có người nghe nói tu như vậy thì cho là đơn giản quá. Nhưng kỳ thật không pháp môn nào của Phật mà đơn giản cả. Sâu hay cạn là do ở chỗ dụng tâm. Cánh hoa của Thiên nữ đâu có nặng gì mà sao có vị không bị dính, còn có vị phũ phàng không thấy rút!

Tôi nhớ trong khóa an cư năm đó, Ôn Từ Đàm giảng Kinh Pháp Hoa. Lúc Ôn Từ Đàm vào lớp ngồi nơi bàn của giảng sư. Ôn Già Lam chống gậy ngồi ở tận hàng ghế phía sau. Quý Thầy thỉnh Ôn Già Lam lên ngồi chung bàn với Ôn Từ Đàm, nhưng Ôn Già Lam đã từ chối. Ôn Từ Đàm mới nói đại ý rằng ngồi trên chưa chắc được an lạc bằng ngồi ở dưới. Hai vị đại trí đã thấu hiểu lẫn nhau. Quả thật vậy, Ôn Già Lam vì tương lai Phật Pháp, vì sự nghiệp giáo dục tăng, ni mà hy sinh đứng ra làm nhiều Phật sự trong thời buổi khó khăn. Ôn thật đã đem thân mình ra để che chở cho đàn hậu tấn có nơi ăn chốn ở, có trường lớp để học, có chỗ để tu tập.

Nói đến công nghiệp giáo dục và đào tạo tăng ni của Phật Giáo Việt Nam trong các thập niên hậu bán thế kỷ 20, thì Ôn Già Lam là người đã đóng góp công đức xứng đáng mà nhiều thế hệ tăng, ni đều cảm nhận. Điểm đặc biệt đáng nói là Ôn Già Lam, mặc dù thuộc thế hệ trưởng thượng, nhưng lại có thái độ cởi mở, khoan dung, và thực tiễn đối với chư tăng ni trẻ trong con đường học vấn. Chẳng hạn, cùng thế hệ như Ôn rất hiếm có vị tôn túc nào cởi mở trong việc cho tăng, ni trẻ đeo đuổi con đường thế học. Chính Ôn Già Lam đã lập Tu Viện Quảng Hương Già Lam để cho tăng, ni có nơi thường trú mà theo học các trường thế học tại Sài Gòn trong những năm đầu thập niên 1960.

Thể hiện cụ thể nhất cho tầm nhìn xa và tâm lượng cởi mở khoáng đạt của Ôn Già Lam là việc Ôn đã đề xuất đường hướng và quy chế đào tạo tăng, ni vào năm 1971, lúc Ôn đang là Giám Viện PHV Nha Trang, Tổng Vụ Trưởng Tổng Vụ Hoàng Pháp của GHPGVNTN. Có thể nói rằng đây là Quy Chế rất hiếm thấy được soạn ra cho công tác đào tạo tăng, ni tại Việt Nam từ trước tới nay. Đề án được Ôn Già Lam đặt tên là *"Thử Vạch Một Quy Chế Cho Tăng Sĩ Và Một Chương Trình Đào Tạo Tăng Sinh Thích Ứng Với Nhu Cầu Của Giáo Hội Trong Hiện Tại Và Tương Lai Gần."* (Nguồn tài liệu từ trang mạng www.phatviet.com, trong Tâm Như – Trí Thủ Toàn Tập, Quyển III, Luận)

Trong Đề án nêu trên Ôn Già Lam đã nói đến vai trò của chư vị lãnh đạo Phật Giáo như sau:

"Trong phạm vi Phật giáo, nhiệm vụ bất di bất dịch của cấp lãnh đạo là thừa kế Tổ đạo, truyền trì giới luật, hướng dẫn tăng đồ và tín đồ về mặt tinh thần, trụ trì các tư viện thuộc hệ thống của Giáo hội. Công tác lãnh đạo còn bao gồm cả việc gây giống ương mầm un đức tăng tài, để thừa kế Tổ đạo trong ngày mai." (Nguồn như trên)

Để thực hiện sứ mệnh hoằng dương Chánh Pháp, cứu khổ quần sinh, Ôn Già Lam đã nêu ra hai phương thức mà cũng là mục đích cho một vị sứ giả Như Lai. Ôn Già Lam viết trong Đề án nêu trên:

"Cấp thừa hành có nhiệm vụ bám sát cơ sở quần chúng, nhằm phát triển đạo pháp trên hai phương diện: 1. Củng cố tổ chức, dẫn dắt vào đạo, 2. Tích cực nhập thế, đem đạo vào đời." (Nguồn như trên)

Qua đó, chúng ta thấy Ôn Già Lam đã có tầm nhìn quán triệt trước thời đại và nhu cầu phát triển Phật Giáo để làm sao vừa giữ được giềng mối Đạo trang nghiêm, vừa phát huy được diệu lực thù thắng của giáo pháp Phật Đà giữa xã hội. Vì vậy, Ôn Già Lam đã chủ trương, một mặt giữ Đạo, mặt khác đem đạo vào đời. Giữ Đạo để làm nghi biểu đạo đức thực chứng hầu củng cố đạo lực Tăng già và xây dựng tín tâm của thất chúng đệ tử Phật mà đem họ vào Đạo. Tích cực phổ biến tinh thần giải thoát giác ngộ của đạo Phật qua các công tác Phật sự thực tiễn văn hóa, giáo dục, từ thiện xã hội để cứu giúp dân sinh và góp phần vào việc xây dựng



xã hội. Hai mục tiêu trên đáp ứng được đúng đắn hai nhu cầu khẩn thiết của Phật Giáo Việt Nam, đó là dẫn dắt vào đạo và đem đạo vào đời. Nhưng cũng vừa giải quyết nan đề của Phật Giáo trước thời đại, đó là làm sao để duy trì mạng mạch chính thống của Phật Giáo mà cũng để đưa đạo Phật vào xã hội một cách thành tựu. Cả hai mục tiêu có thể cùng thực hiện đồng thời mà không gây chướng duyên cho nhau.

Để cụ thể hóa phương thức thực hiện hai mục tiêu đó, Ôn Già Lam đã đề xuất giải pháp khả thi qua hai công tác chính yếu: Kiện nội và Hóa ngoại. Kiện nội để đáp ứng mục tiêu "dẫn dắt vào đạo" và Hóa ngoại để "đem đạo vào đời". Ôn Già Lam đã phân định minh bạch vai trò và chức năng của mỗi mục tiêu như sau:

"Ngành Kiện nội, lo xây dựng bên trong tự viện. Đóng vai trò thân cận của cấp lãnh đạo. Đảm trách mọi công tác cùng cố sinh hoạt tinh thần và vật chất của cơ sở."

Ngành Hóa ngoại phụ trách tổ chức tín đồ thuộc mọi tầng lớp xã hội, diễn giảng, hành chánh, giao thiệp. Chính ngành này thực thi đường lối đối ngoại của Giáo hội, tương ứng với các cấp hành chánh ở ngoài đời."

Ngành Văn hóa Giáo dục chuyên trách việc giảng huấn trong đạo và ngoài đời, từ mẫu giáo đến đại học. Một công tác khác không kém phần quan trọng của ngành này là phiên dịch và trước tác."

Ngành công tác xã hội trực tiếp tham gia mọi sinh hoạt xã hội mà không trái với tinh thần giới luật, qua các hoạt động nghề nghiệp hợp với thể chế, để nhiếp hóa chúng sanh bằng tinh thần từ nhiếp pháp và lo sinh tài cho Giáo hội."

Điều đáng chú ý và gây thích

thú nhất là việc Ôn Già Lam đã minh danh cho các phẩm trật tăng ni phục vụ trong những lãnh vực kiện nội và hóa ngoại bằng các phẩm vị rất thích đáng, Ôn đã đề xuất rằng:

"Chẳng hạn tăng sĩ thuộc cấp lãnh đạo thì gọi là Trụ trì tăng. Trong ngành Kiện nội gọi là Công đức tăng. Trong ngành Hóa ngoại gọi là Thiệp thể tăng. Trong ngành Văn hóa giáo dục gọi là Giảng huấn tăng. Trong ngành công tác xã hội gọi là Nhiếp hóa tăng."

Để được sung vào một trong năm ngành nói trên, tăng sĩ phải trải qua một thời gian tu học tại các Phật học viện theo đúng chương trình sẽ quy định ở một đoạn sau."

Việc quan tâm đến phẩm chất và nội hàm của tăng sĩ khi ra phục vụ đạo Pháp trong các tổ chức Phật giáo cũng như ngoài xã hội là điều vô cùng quan trọng trong thời đại ngày nay. Nếu không như vậy, người hành đạo sẽ không thể mang được tinh ba của Phật Pháp để truyền đạt cho tha nhân và cũng chẳng có nội lực gì đủ để nhiếp hóa xã hội. Qua đó Ôn Già Lam đã đề nghị các tiêu chuẩn về trình độ kiến văn Phật Pháp và thể học mà một vị tăng sĩ phải có khi ra phục vụ Giáo Hội và xã hội. Ôn cũng đã đề xuất chương trình học Phật Pháp đầy đủ cho cấp Trung Đẳng và Cao Đẳng Phật Học, trình độ của những vị lãnh đạo Phật Giáo ở bậc trung cấp và cao cấp trong tương lai. (Xin xem nội dung chương trình từ nguồn trích như ở trên)

Một điều vừa lý thú vừa thiết thực hơn nữa là việc Ôn Già Lam đề xuất thành phần tăng sĩ tham gia các công tác xã hội chỉ nên thọ Sa Di Bồ Tát Giới và không có giáo phẩm. Đề xuất này nói lên tầm nhìn xa rộng và thực tiễn của Ôn. Bản thân người tăng sĩ đi vào xã hội để nhiếp hóa quần chúng nếu thọ trì Cụ Túc Giới của Tỷ Kheo hay Tỷ Kheo Ni sẽ có nhiều điều bất tiện, nhưng điều bất tiện thường xảy ra nhất là những ràng buộc

của Giới Cụ Túc đối với công tác xã hội mang nặng sắc thái thể tục. Như vậy nếu tăng sĩ chỉ thọ Sa Di Bồ Tát Giới thì sẽ giúp cho bản thân vị tăng sĩ dễ uyển chuyển hơn với mọi hoàn cảnh, đồng thời tránh tạo ảnh hưởng không trang nghiêm đối với những vị Tăng Bảo thọ trì Cụ Túc Giới. Chính đây là điểm cụ thể để đưa Phật Giáo vào xã hội mà có thể đồng lúc giữ được bản thể thanh tịnh của hàng Tăng Bảo trang nghiêm.

Một nhà giáo dục hoàn bị là người thể hiện việc giáo dục một cách đầy đủ trên cả ba phương diện: ý giáo, khẩu giáo và thân giáo. Phải có đại nguyện rộng lớn và bền vững đối với sứ mệnh giáo dục mới có thể biến công tác giáo dục thành tâm ý để luôn luôn xem việc giáo dục là mục tiêu hàng đầu, để sẵn sàng hy sinh tất cả cho giáo dục, cho các thế hệ con em, để nỗ lực không ngừng kiến lập thuận duyên làm giáo dục dù sống trong bối cảnh xã hội đầy đầy nghịch duyên. Từ đại nguyện giáo dục ấy lưu lộ qua hai hình thái thể hiện việc giáo dục bằng thân và khẩu giáo. Đặc biệt đối với những vị tăng sĩ Phật Giáo, thân giáo đóng vai trò rất quan trọng vì đó là nghi biểu không phải chỉ trong lãnh vực giáo dục mà còn trong lãnh vực thực chứng giáo pháp của Phật Đà. Đúng như lời Phật dạy: Như Lai tức là nói và làm như nhau. Giáo thuyết và hành trì như nhau. Ôn Già Lam là vị tôn túc, là nhà giáo dục có đầy đủ nghi biểu đó. Giới đức tinh nghiêm, đạo hạnh thanh tịnh, kiến văn lâm bác, thệ nguyện sâu rộng, dẫn thân trọn vẹn vào con đường giáo dục tăng, ni trải qua bao thập niên, bao hoàn cảnh xã hội, bao nghịch duyên từ trong ra ngoài, Ôn Già Lam là nhà giáo dục lớn của Phật Giáo Việt Nam thời cận đại.

Ân đức giáo dục của Ôn Già Lam sẽ còn mãi trong đáy sâu tâm thức của những người đã từng có phước duyên thọ nhận. Công hạnh giáo dục tăng, ni của Ôn Già Lam sẽ còn mãi trong lịch sử Phật Giáo Việt Nam.

Con xin cúi đầu nhất tâm dâng lễ Giác Linh Cổ Đại Lão Hòa Thượng thượng Trí hạ Thủ.

Hậu học,

Tâm Huy - Huỳnh Kim Quang

là ai?

hắn là ai
ta là ai
nhìn qua nhìn lại
một
hai
cũng mình

hắn-ta
đối diện / phân minh
phải ta
trái hắn
chung-tình-cái-tôi

một đôi mà chẳng là đôi
hắn-ta
duyên nghiệp nối đời vào nhau

hắn-ta
hiện hữu cơ cầu
hắn-ta
trăm sắc muôn màu phơi thai

hắn là ai
ta là ai
bản-lai-diện-mục
đóa mai mím cười...

sợi nắng

cho người cùng ngồi bên hồ...

tình cờ như sợi nắng
chôn vào mắt em sâu
tình anh vừa hạ trắng
gầy vai em ngả màu

tóc em ngại hoa xưa
chùm phượng đỏ sang mùa
đầy sân tiếng guốc cũ
phải hồn anh . nhịp đùa

anh mang vào nỗi nhớ
chút nắng hạ thơm cây
lá giao ước tìm cơ
gọi chiều thả áo say

từ lâu rồi một ngày
tình anh như nắng hạ
xuống vừa hai tay đây
phải lời yêu . vội vã

tình cờ sợi nắng mỏng
phơi rắng đỏ viền mây
bay ngang đời . tình / động
phải hạnh phúc qua đây?

nguyệt hạ

cho người cùng ngồi bên hồ...

môi em in dấu nguyệt rằm
ta về lạc giữa thanh âm nghìn trùng
ơn em từ độ tình dung
đâu hay tay chạm bóng cung lạ thường

nửa đêm nguyệt quế khai hương
điều ta ngỡ ngán nhập vườn mơ hoa
sầu rơi đáy mắt hiền hoà
về em dáng lụa khổ ta một thời

sông thu soi bóng nguyệt lơ
rẽ đôi dòng ước vờ lời tương tư
còn không một tiếng tâm từ
ru em phiên khúc tích thư đã buồn

góc đời thả nụ cười suông
chong đêm nguyệt hạ ta cuồng điên ta
riêng em lựa áo hoàng hoa
rượu đến say khướt với xa tay kẻ

chờ hôm thu tiết em về
trăm năm ta ngóng mãi mê lá vàng...



nỗi riêng

người đi qua đỉnh nhớ
ta mất trí ở hồ
cung mê đời lạc lối
rưng chạm nhánh sông thơ

buồn động trữu phiền lá
rơi chiếc lá cầm tay
héo hơn nụ cười lạ
nhuộm chiều tím chân mây

người có nghe hồn lụa
lòng non hoá đá sâu
tóc đôi sợi tình ứa
xanh xao vết chùng đau

giữa bao điều phủ dụ
rớt chén đắng nhạt môi
hương nồng say giấc ngủ
rưng rung giọt dãi bôi

trôi qua trong trí nhớ
hoa khế đậu vai người
nửa miệng cười rặng rờ
u mê lấp một đời

người đi qua vết cắt
nỗi riêng đơm chuỗi mưa
trắng chìm khuất hồ mắt
bạc trắng tình người xưa

thơ

YÊN CHI

BỆNH ZONA - THẦN-KINH

Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức



Ngày 15 tháng 5 năm 2008 vừa qua, Cơ Quan Thực Dược Phẩm Hoa Kỳ đã đưa ra đề nghị quý vị cao niên từ 60 tuổi trở lên nên chủng ngừa bệnh Shingles.

Shingles là bệnh do một loại siêu vi gây ra. Hiện nay, hàng năm tại Hoa Kỳ có khoảng 1 triệu trường hợp mà quá nửa là ở người trên 60 tuổi. Đây là một bệnh khá phổ biến với các dấu hiệu từ vừa phải tới rất đau đớn, khó chịu.

Vậy xin cùng tìm hiểu về bệnh này.

Shingles hoặc Zona-Thần-Kinh, có tên y học là Herpes Zoster.

Bà con dân gian mình còn gọi là bệnh "giời leo" hoặc "giời bò".

Nhưng thực ra "giời leo" là do một loại côn trùng, khi bám vào người, làm ta khó chịu, lấy tay đập chết. Xác trùng chảy nước, gây ngứa và mụn nước trên da.

Hoặc nhiều người tin rằng, quần áo phơi đêm ngoài trời, có con "giời" tiểu vào đó. Khi mặc quần áo, nước tiểu gây ngứa với mụn rộp trên da.

Và bà con mình thường chữa bằng cách đắp trên da đau với gạo nếp và đậu xanh nhai vụn hoặc với các loại lá, cho mát. Hoặc đi các thầy cúng để làm phép khoanh tròn vết đau ở một chỗ, không cho lan ra ngoài.

Herpes là bệnh viêm ngoài da do virus gây ra mà đặc điểm là có những mụn nước nhỏ.

Có ba loại herpes thường gặp là:

-H. Simplex (Loét Lạnh) với các bóng nước ở miệng, cửa mình, và viêm kết mạc;

-H. Genital lan truyền do giao hoan, với vết thương rất đau ở cơ quan sinh dục và

- H. Zoster hoặc shingles, tiếng Việt là Zona thần kinh.

Nguyên nhân:

Zona-thần-kinh do virus varicella-zoster gây ra. Đây cũng là virus gây ra bệnh thủy đậu chicken-pox.

Sau khi bị bệnh thủy đậu, siêu vi này có thể quy ẩn cả nhiều năm trong hạch của rễ sau dây thần kinh tủy sống, rồi đến một thời gian nào đó sẽ tái xuất hiện, gây ra bệnh shingles.

Triệu chứng

Với lý do chưa được giải thích, các triệu chứng bệnh xuất hiện thành từng đợt, lớp này nổi tiếp lớp kia.

Dấu hiệu sớm của bệnh là cảm giác nhạy cảm, đau hoặc như kim châm nhói nhói, ngứa, cháy rát (burning) trên một vùng da. Cảm giác này chỉ có ở vùng cơ thể chịu ảnh hưởng của dây thần kinh chứa virus. Thường thường chỉ có một dây thần kinh tủy sống bị virus tấn công. Bệnh nhân cũng bị nhức đầu, đau mình, lên cơn sốt nhẹ.

Sau vài ba ngày thì những mụn rộp nhỏ bé xuất hiện trên nền da màu đỏ. Mụn nước sẽ lan rộng tới một vùng da: có thể là một khuôn vuông ở thắt lưng, ở cạnh sườn từ xương sống tới xương ức, bàn chân, bàn tay, hoặc một bên mặt, da đầu. Điểm đặc biệt là mụn nước thường chỉ ở một phía, ít khi lan

qua đường ranh giới giữa thân mình.

Mới đầu mụn nước trong, sau đó thành đục có mũ, lõm ở giữa. Khi mụn nước xuất hiện thì nóng sốt cũng thuyên giảm.

Mụn nước khô đi sau vài tuần lễ, để lại một lớp vảy. Vảy rụng sau vài tuần lễ. Da sẽ có sẹo tròn màu bạc xếp thành từng nhóm. Cơn đau trên da có thể vẫn tồn tại.

Rủi ro mắc bệnh:

Zona-Thần-Kinh có ở mọi lứa tuổi nhưng thường hay thấy từ 50 tuổi trở lên.

Bệnh cũng thường có ở:

-Người bị suy giảm tính miễn dịch

-Người nhiễm HIV

-Người bị bệnh tăng phát triển tế bào mới như ung thư

-Bệnh nhân đang điều trị với hóa chất ức chế miễn dịch

-Người tiếp nhận ghép bộ phận cơ thể

-Sau những căng thẳng tinh thần.

Virus tấn công rễ dây thần kinh tủy và vùng da chịu ảnh hưởng của dây thần kinh này.

Bệnh có thể tái phát nhất là nếu ta dùng các dược phẩm làm giảm tính miễn dịch của cơ thể.

Nhờ có hệ thống miễn dịch bảo vệ cơ thể với sự tấn công mới của siêu vi thủy đậu, nên ta không bị lây bệnh zona từ người khác nếu đã bị thủy đậu. Tuy nhiên ta có thể bị thủy đậu nếu ta chưa có tính miễn dịch và không được bảo vệ khi tiếp xúc với người bị bệnh zona ngoài da.

Chẩn Đoán

Định bệnh căn cứ vào y sử, đặc điểm của các triệu chứng, hình dạng và vị trí của các mụn nước trên da.

Bác sĩ cũng có thể tìm nuôi virus từ chất lỏng của bóng nước.

Phương pháp miễn dịch huỳnh quang (immunofluorescence assay) để quan sát số lượng kháng thể hoặc kháng nguyên tại mô bào chính xác hơn và cũng tiết kiệm hơn.

Bệnh nguy hiểm không?

Bình thường thì zona là bệnh không nguy hiểm. Nhưng người bệnh chịu một sự đau đớn ở vùng da bị bệnh liên tục có khi tới cả tháng hoặc cả năm. Cái đau kinh khủng, gặm nhấm, cực khổ cả về thể xác lẫn tinh thần này thấy ở quá bán số bệnh nhân ở lão nhân trên 70.

Zona tiêu hủy tế bào thần kinh tủy sống và làm rối loạn chức năng dẫn truyền tín hiệu từ ngoài da. Có bệnh nhân tả nhiều loại đau xảy ra kế tiếp hoặc cùng một lúc.

Khi zona tấn công dây thần kinh tam thoa ở mặt, mụn nước sẽ mọc ra trên mặt, trong miệng và mắt. Nếu mụn mọc gần mắt, cần đi bác sĩ nhãn khoa ngay vì khi mắt mà bị nhiễm thì thị giác bị mất luôn.

Có trường hợp, bệnh lan tới tai khiến tai trong đau, cảm giác trên mặt tê liệt, vị giác giảm, mắt mờ, môi.

Tuy không nguy hiểm nhưng zona có thể trầm trọng nếu hệ thống miễn dịch suy yếu hoặc khi bị các bệnh kinh niên tàn phá như ung thư.

Một biến chứng nguy hiểm là đau-dây-thần-kinh-sau-zona (postherpetic neuralgia), nhất là ở quý vị cao niên. Các cơn đau này đôi khi kéo dài cả năm sau khi vết thương trên da đã lành.

Khi mụn rộp còn nước, bệnh zona có thể lan truyền sang người khác, nếu những người này chưa bị bệnh thủy đậu. Nhưng họ không bị bệnh zona mà lại bị bệnh thủy đậu. Khi đã bị thủy đậu, họ không bị nhiễm bệnh zona nữa.

Điều trị:

Điều trị zona càng sớm càng tốt, nhất là trong vòng 72 giờ kể từ khi bệnh xuất hiện.

Chữa mau, chữa mạnh có thể thu ngắn thời gian bệnh, ngăn chặn sự tàn phá của dây thần kinh và giảm thiểu đau.

Các dược phẩm thường dùng là acyclovir (Zovirax), famciclovir (Famvir), Valacyclovir (Valtrex). Bác sĩ sẽ chọn lựa thuốc thích hợp với bệnh trạng. Các thuốc này tương đối an toàn, công hiệu nhưng khá đắt.

Có thể dùng thêm các thuốc chống viêm và thuốc chống đau như acetaminophen, ibuprofen.

Corticosteroid cũng được dùng để làm vết thương mau lành và giảm đau ở bệnh nhân có thể dùng thuốc này.

Đôi khi phải dùng tới cả thuốc chống trầm cảm như Ealavil.

Cần giữ gìn vết đau trên da sạch sẽ, che phủ mụn nước với lớp băng vải mỏng để tránh cọ sát với quần áo cũng như bội nhiễm với các vi khuẩn khác.

Với bệnh nhân bị đau-thần-kinh-sau- zona kéo dài nhiều tháng, đôi khi cả năm khi không còn tổn thương trên da.

Trong các trường hợp này phải dùng đến dược phẩm chống đau như chất opiod, thuốc chống động kinh Gabapentin (Neurotonin), carbamazepin (Tegretol), thuốc chống trầm cảm Elavil.

Có thể dùng kem thoa có chất chiết capsaicin từ trái ớt (Zostrix) hoặc lidocain dán trên da, aspirin gel, voltarel gel để giảm cơn đau dây thần kinh, khi da đã lành.

Nhiều bệnh nhân cảm thấy bớt đau ngay sau khi dây thần kinh giao cảm được ức chế hoặc sau khi châm cứu, kích thích điện.

Chủng ngừa

Năm 2006, thuốc chủng ngừa Zostavax được chấp thuận.

Theo Cơ quan Thực Dược Phẩm Hoa Kỳ những người như sau cần chủng ngừa:

- Người từ 60 tuổi trở lên, nên chích ngừa, vì theo cơ quan này, bệnh có thể xảy ra ở bất cứ tuổi nào, nhưng lớp người trên 60 thường bị zona nhiều hơn.

- Người có các bệnh ảnh hưởng tới sự miễn dịch như bệnh HIV, ung thư hoặc người đang uống thuốc ức chế miễn dịch như steroid và dược phẩm uống sau khi tiếp nhận ghép bộ phận.

Với lớp tuổi dưới 60 tuổi, nên tham khảo ý kiến bác sĩ vì hiện nay thuốc chỉ được nghiên cứu và áp dụng với người trên 60 tuổi.

Người đã bị shingles cũng cần chủng ngừa nhưng nên đợi 2 năm.

Theo cơ quan Kiểm Soát Thực Dược Phẩm Hoa Kỳ, vaccin có khả năng giảm thiểu rủi ro bị shingles tới 50%, đối với người từ 60 tuổi trở lên. Và với lớp

Miên viễn

*Ta lặng lẽ ra đi tìm bến giác
Phóng phát đau đây một nỗi buồn
Duyên hợp, duyên tan!*

...
*Ta đứng nghiêng
Mặc niệm dưới bóng chiều
Đôi gương*

*Soi mình trên phiến lá
Làn môi khô*

*Tóc rối
Long lanh hư ảo*

*Vô thường chao nghiêng
Chiếc lá rơi*

*Một cuộc sinh tử -vừa dứt!
Ta chợt thấy*

Hình hài từ vô thủy

*Nghịch nổi nghịch
Giữa cõi trùng trùng*

*Nỗi buồn hoang sơ
Đọng trên khóe mắt xanh*

Ta miên viễn

Quay cuồng

Giữa huyền mộng

*Ngày tháng qua
Lét phết bụi ưu phiền*

*Bỗng tiếng chuông ngân xa
Lời kinh vọng gần*

*Bờ tình thức- đong đưa
Chợt nhận ra*

*Ta-kẻ trần gian
Chất ngất vạn nỗi sầu!*

03/19/2013

DIỄM NGHI

thơ



tuổi 60-69, công hiệu lên tới 64%.

Một trở ngại là chi phí thuốc chủng khá cao: 150- 200 mỹ kim cho một lần chủng ngừa. Đa số bảo hiểm không trả chi phí này. Người có Medicare chủng ngừa nằm trong phần D về dược phẩm.

Kết luận

Shingles là bệnh do virus herpes zoster gây ra. Virus này cùng loại với virus gây ra bệnh thủy đậu (chickenpox).

Bệnh shingles hoàn toàn khác với bệnh nhiễm herpes simplex ở cơ quan sinh dục.

Shingles có thể điều trị được với các loại thuốc đặc nhiệm chống virus đã nêu ra ở trên. Kháng sinh không có tác dụng nào đối với virus.

Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức
Texas-Hoa Kỳ

MỖI KỲ MỘT MÓN CHAY**MẮM CHAY****Vật Liệu:**

1. 3 Tsp Mắm Đậu
2. 1 Hũ Chao (10 miếng)
3. 1 chén Tàu Hủ chiên, cắt miếng
4. 2 trái Cà Tím, loại dài, cắt vừa miệng ăn
5. 1 cây Chả Chay, thái miếng
6. 1 chén Đậu Đũa, cắt khúc
7. 1 chén Măng
8. 1 chén Nấm
9. 1 chén Đậu Bắp
10. 3 chén Nước Dừa Tươi
11. 3 Tsp Sả Bầm
12. 1 Tsp Đường (rock sugar)
13. 2 Tsp Tỏi Bầm
14. Dầu ăn
15. Rau ghém (rau răm, bắp cải, bắp chuối, dưa leo, ...)

**Cách Làm:**

Cho dầu vào nồi phi Sả và Tỏi cho thơm. Cho Mắm đậu và Chao vào xào chung, khi thấy thơm thì cho vào nước Dừa tươi, Cà tím, Chả chay, Tàu hủ chiên, Đậu đũa, Nấm, Măng và Đường. Sau khi nấu sôi khoảng 10 phút để cho Cà tím và Đậu đũa vừa chín thì vặn lửa nhỏ lại. Nêm lại cho vừa ăn, nếu cần thêm chất mặn thì cho vào chút muối hay bột nêm vào. Để lửa nhỏ và nấu thêm khoảng 10 phút nữa là quý vị sẽ có được một tô Mắm Chay thật ngon. Xin lưu ý là Đậu Bắp cho vào nồi trước khi ăn để giữ cho đậu giòn và xanh.

Mắm Chay có thể ăn với Bún hay Cơm và rau ghém. Nếu thích ăn cay thì kèm thêm vài trái ớt nữa nhé.



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

Nếu cần hỏi thêm về cách thức nấu hay để đóng góp, chia sẻ thêm ý kiến, xin liên lạc với chị Diệu An qua điện thư dieuan@sinhthuc.org

Những mẩu chuyện nhỏ về Thầy

PHƯỚC HẢI

...MỘT CỬ CHỈ

Tôi không sao quên được cái lạnh nứt da của mùa Đông xứ Huế. Năm ấy, những năm trước hòa bình lập lại. Cái lạnh mùa đông làm cho những ngôi nhà của Phật Học Đường Báo Quốc vốn đã trống vắng càng thêm thê lương rộng vắng. Ngôi nhà khách dài rộng thênh thang là nơi dành cho tôi và Hiếu hằng đêm, sau giờ học. Những bộ trường kỳ trơn bóng nhiều đêm đã cảm dỗ giấc ngủ say sưa của chúng tôi trước giờ báo ngủ. Chúng tôi, đôi lúc "không thêm sợ lạnh" cũng "chẳng thêm sợ muỗi đốt" và đêm nào cũng vậy, chúng tôi như bị cuốn hút trong những cơn ngủ say bất kỳ ở đâu cũng thêm ngủ và chỉ thêm ngủ.

Sau mỗi đêm, khi chuông sáng đổ chúng tôi đều được thức giấc trong những tấm chăn ấm áp quấn từ đầu đến chân. Sau mỗi đêm như thế chúng tôi không khỏi phập phồng lo sợ. Nghĩ bụng, thế nào mình cũng bị rầy vì... cái tính cầu thả!

Lắm đêm, chúng tôi sợ cái ấm của chăn mền dễ lười cuốn giấc hột mề, nên quyết không mang sẵn theo chăn mền, cái ngủ vẫn đến say sưa. Sau những đêm như vậy, chúng tôi lại được thức giấc trong những tấm chăn đầy hơi ấm mà Thầy đã nhin đập để dành cho chúng tôi. Những lần ấy chúng tôi lại càng lo và lòng tự nhủ với lòng mình là sẽ không để Thầy phải lo lắng cho mình quá như vậy.

Nhưng rồi đầu vẫn vào đấy. Đêm nào sau giờ chỉ tịnh, Thầy cũng đã đến sưởi ấm giấc ngủ chúng tôi bằng bàn tay ấm đầy mệnh thương của Người...! Giờ đây mỗi lần nhớ lại, tôi càng cảm nhận được cái lớn lao cao cả trong những cử chỉ nhỏ nhất ấy mà Thầy đã dành cho chúng tôi và cho tất cả. Bao la thay tình thương yêu của Thầy!

... BÁT CHÁO NẤM RƠM

Thường lệ sau giờ công phu chiều, tôi thường hầu Thầy dùng bữa tối. Chiều hôm ấy, từ nhà

bếp, tôi nâng bát cháo nóng thơm phức, vừa đi vừa khắp khởi mừng thầm... mừng cho sức khỏe của Thầy - đúng phải bồi dưỡng thể này chứ, ai lại bữa nào cung cháo gạo trắng với muối tiêu bao giờ! Tôi thầm nghĩ như thế.

Tôi kéo chiếc bàn con đặt bát cháo bên cạnh chiếc ghế nằm đọc báo và đứng vòng tay hầu.

- Bạch Thầy dùng cho nóng, bà Tham Ngô bảo dâng Thầy dùng cho nóng, dạ cháo nằm.

- Chúng con cũng ăn như thế cả chứ? Tôi ngập ngừng chưa kịp trả lời, như đã đọc được ý, Thầy khẽ nói:

- Đã bảo chỉ cần ít cọng rau muống với cái bánh trắng nhúng nước là được rồi. Đãi chúng dùng gì Thầy ăn này là được

- Dạ con đã bảo thế với các bà. Bà Tham Ngô bảo cứ mang lên, Thầy la rầy gì bà ấy chịu...

- Tôi vẫn đứng chờ đợi, không dám nói gì thêm nữa. Thầy với tay lấy tờ báo đọc tiếp:

- Khánh, con mang xuống đi, Thầy, chú nào đau cho họ dùng. Hiếu ý Thầy, tôi lặng lẽ bưng bát cháo nằm xuống và đổi lấy một bát cháo trắng, như bao nhiêu khẩu phần khác) mang lên...

... THẦY MƠI THẦY... THIẾU...

Đêm mề năm xuống, trút hơi thở cuối cùng cũng là đêm Thầy trò tâm sự lâu nhất kể từ khi tôi trưởng thành và đi làm việc. Vẫn cái không khí thầy trò hồi tôi còn là chú tiểu để chớm. Thầy ngồi trên chiếc giường con đặt giữa sân, nhìn thẳng vào là chiếc

quan tài chưa sơn và thi hài của mẹ còn phủ chiếu mền quang minh màu vàng, đợi giờ nhập quan.

Trời càng về khuya, sương xuống càng lạnh. Thầy sai tôi đun nước, châm trà. Bầu trời thưa thớt sao, càng làm tăng sự sâu lắng của đêm.

Thầy kể cho tôi nghe về cuộc đời của Mẹ. Những ngày trước kháng chiến. Những đức tính của một người mẹ, những sở thích của Mẹ lúc tuổi già v.v...Thầy kể, giọng Thầy lúc trầm lúc bổng, lúc xa vắng, lúc lắng đọng và có lúc tôi nghe thấy có chút gì ghen ghen! Có lúc Thầy ngừng lại rất lâu tôi ngỡ Thầy đã mệt và trình Thầy đi nghỉ. Thầy vẫn im lặng. Rồi Thầy lại kể tiếp, tôi nghe như một nỗi lòng, như một tâm sự... mà nào tôi có thể chia xé được gì cho cam! Tôi chỉ nghe và thỉnh thoảng chêm vào một vài tiếng "dạ".

Thầy trầm ngâm trong đêm lắng. Có lúc hai thầy trò như ngồi bất động, mỗi người một dòng cảm nghĩ riêng! Thực ra thì tôi đang lắng đợi giọng Thầy kể.

Trời gần sáng. Trong chùa đã có tiếng động của người vừa thức dậy. Một giọng tăng hăng như xưa hết suy tư còn lắng đọng, Thầy khẽ gọi, tiếng Thầy như lắng hẳn xuống:



- Khánh à!
- Dạ!
- Thầy, giờ phút này Thầy mới thấy Thầy... thiếu... với Mẹ. Sau tuần thứ nhất của Mẹ, có lẽ Thầy lại phải vào Sài Gòn. Tôi cũng cảm giác nghèn nghẹn ở cổ họng. Giọng Thầy như xa vắng loăng đăng trong bầu trời khuya, cùng lúc ấy chuông sáng cũng vừa đổ.

MỘT HÀNH ĐỘNG... MỘT TẤM LÒNG

Bóng chiều hè đổ dài trên sườn núi. Trên con đường sỏi hai chiếc xe đạp mang hai bóng áo nâu cùng trải dài trên mặt đường. Trời vẫn còn oi bức. Hai người xuống xe dắt bộ qua hẻm dốc xuống nhà tôi. Từ xa tôi cũng đoán ra bóng hình Thầy Sự (thuở ấy thường gọi Ôn Báo Quốc như thế) tôi trốn ra đằng sau nhà. Bụng nghĩ mùa an cư mà hai Thầy vào nhà mình làm gì chứ, hẳn là chuyện con thỏ! Nghĩ thế tôi càng trốn kỹ, nghe ngóng.

- Khánh đâu rồi? Bú mẹ xong chưa? Định trốn luôn hay sao đó? Thầy vào chỗ ra chùa đây.
- Hai chân tôi như lún sâu xuống đất - Ra chùa? Rồi bị rầy cái tội trốn về! Con thỏ bị chết. Thế nào cũng không khỏi đòn... Tôi suy nghĩ rất lung, tim tôi như muốn vọt ra khỏi lồng ngực quá nhỏ bé.

- Nguyên là chiều mùa hè năm ấy, lâu lắm rồi, một bà thí chủ mang đến chùa một con thỏ để xin lễ phóng sinh. Tôi có phận sự tiếp và không may, vô ý để cho chú chó rình, chộp mất. Con thỏ chết một cánh thê thảm.

- Làm sao? Con thỏ chưa được quy y, Còn bà thí chủ? Bà ấy sẽ lấy gì để xin lễ phóng sanh? ...Thế này thì chắc chắn phải đòn - bao nhiêu là suy nghĩ dồn dập - Trốn thôi! Lại có dịp cho mình, ở đây buồn quá!

Ngoài tôi và chú tiểu Hiếu ra, cảnh chùa im lặng. Đại chúng đang tụng kinh khóa chiều. Tôi trông chừng các Thầy đang còn giữa buổi kinh. Lấy hết bình tĩnh tôi vào điện Phật hầu các Thầy một tuần trà nữa. Xong đâu đấy, tôi lặng lẽ xách chiếc traps bằng mây trốn về nhà. Mặt trời còn cao và mãi đến tắt nắng tôi mới đến nhà.

Cả nhà cũng tưởng tôi được phép về thăm. Tôi thì như thoát nạn, nên càng hí hửng vui chơi. Cho mãi đến chiều hôm sau thì Thầy Sự và Thầy Viên Giác đi xe đạp vào. Lòng tôi cứ ngỡ là hai Thầy vào bắt thường con thỏ. Hai Thầy gọi mãi, tôi khó nhọc lắm mới rút được đôi chân ra khỏi chỗ trốn và nặng nhọc đến trước mặt hai Thầy, mắt tôi như dán chặt vào hai ngót chân cái cứ đi mãi xuống đất.

- Sao, bây giờ ra chưa? Lên Thầy chờ ra. Thầy Sự nhỏ nhẹ bảo và tiến lại xoa đầu tôi.

Tôi như bị lún sâu xuống đất lại được bật lên nhẹ nhõm. Bao nhiêu suy nghĩ lo sợ đã được đánh tan. Tôi ngoan ngoãn vào xách cái traps mây theo hai Thầy trở lại chùa. Thầy Sự nói:

- Lên xe Thầy chờ ra. Thỏ bị chó cắn chết thì thôi, có phải con giết đầu mà sợ. Thầy Đốc (ngày trước gọi Ôn Già Lam như thế) bảo vào chờ con đây. Tội của con là đi không xin phép đó.

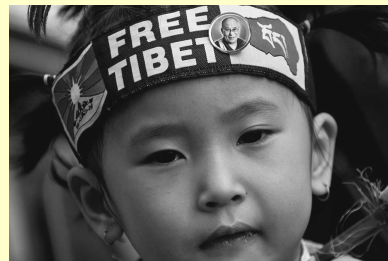
Sau câu nói đầy tình thương và tiếng bánh xe lăn sột soạt trên đường sỏi, lòng tôi nhẹ hơn. Bây giờ, mỗi lần nghĩ đến, khóe mắt tôi nóng lên, như lúc tôi ngồi sau yên chờ, nước mắt ứa lên vì cảm động, sung sướng trước một tấm lòng, một hành động!

HIỀN NGUYỄN

thơ

Giọt Nước Mắt này Cho Tây Tạng

*Đồng xanh nhuộm đỏ máu hồng
Oan khiên, uất hận chất chồng non cao
Bình nguyên dậy sóng ba đào
Tặng dân ơi! biết ngày nào tự do?
Chùa chiền, tự viện ra tro
Tượng thiêng kia cũng sầu lo mắt buồn!
Ngàn năm văn vật cội nguồn
Điều tàn vì giấc điên cuồng gian tham.
Tặng dân nhân nhục khổ kham
Hết lòng tin Phật nhất tâm nguyện cầu
Ấu ơ... mai một ví dầu...
Khôn thiêng có phép nhiệm màu hộ dân
Nhớ thương Tây tạng vô ngần...!*



Nàng Xuân

*Đông quân đã téch về ngàn
Sơn hà trả lại cho nàng xuân sang
Bời bời hoa khắp thôn trang
Muôn hồng nghìn tía bướm vàng mai mê.
Sá gì phố thị - sơn khê
nàng xuân muôn thuở đi - về là đây!
Ừ lên bát ngát trời mây
Nồng nàn hương sắc bỏ ngày tuyết giăng.
Ngu ngơ có gã nghĩ rằng
Trần gian giấc mộng vẫn hằng hà hoa
Trái lòng ra với bao la
Đường xa có gã la đà rong chơi.
Đa đoan mang nặng tình đờ
Thưa người cô quận nhắn lời: sắc - không
Ngày xuân em có má hồng?
Một mai cát bước ra đồng hái hoa
Chợ gần nhớ ải non xa
Mùa xuân viết một bài ca tặng người!
GA.2013*

Moonlight Sonata 14 và Thiên Trăng

HUỆ TRẦN

Trăng 14 lên nhẹ vào Am. Mắt khép hờ mà hành giả vẫn thấy rõ. Nhưng trăng ngậy thơ, tưởng sẽ đùa như trẻ nhỏ khi vờn lên vạt áo trăng nâu làm hành giả giật mình, để trăng khúc khích cười.

Thôi được, giả như không thấy mà tạo niềm vui thì có sao đâu, nhất là niềm vui này lại tặng ánh trăng, đối tượng tri kỷ thường cùng tọa thiền những đêm tĩnh lặng.

Đêm nay 14 nên trăng tỏ. Vạt áo nâu loang loáng ánh trăng tưởng như đang muốn lao xao múa hát. Trăng và áo đồng lõa, lay động những ngón tay đang đặt lên nhau. Hương tử bụi dạ lý bên cửa sổ cũng nhập cuộc, cùng "chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách". Tất cả chợt quây vào nhau: Hành giả, trăng, hương dạ lý, cùng vỗ đôi cánh nâu, nhịp nhàng theo một cung bậc.

Cung bậc gì? Ở đâu vọng tới vậy?

Gạn hỏi làm chi! Còi tàu đã giục! Bay lên đi! Theo âm thanh đó.

Đây rồi. Người thiếu nữ tên Countess Giulietta Guicciardi đứng bên hồ Lucerne, lặng thinh và mở ảo như sương. Nàng đứng im. Chỉ có những giọt dương cầm thánh thót rơi quanh. Những giọt dương cầm từ trái tim thiên tài âm nhạc thế kỷ thứ 18.

Beethoven đã phá vỡ những quy luật cổ điển về thể loại Sonata, khi ông không dành những cảm xúc sâu thẳm ở phần đầu, mà lại cuốn hút người nghe vào biển sóng dồn dập của nhịp điệu đô-thăng-thứ ở những trường canh cuối, nghiền nát bao đau thương tốt cùng chảy tan thành lệ; rồi từng giọt, từng giọt rỏ xuống nhân gian, tạo thành những tiết tấu bất hủ trong "Moonlight Sonata 14" mà đến nay, đã hơn 200 năm, có ai dám tự nhận bước qua?!

À, thì ra tương ngộ là đây. Thiên trăng 14 và Moonlight Sonata 14.

Nếu gọi đầy đủ, thì tên của

tác phẩm vượt thời gian, không gian này phải được xưng lên là "Moonlight Sonata No.14 Quasi Una Fantasia". Tiếng Ý, Quasi Una Fantasia là Almost A Fantasy, là Hầu Như Ao Vọng. Có lẽ cái tên không nhất thiết phải dài đến thế, nếu thời đó các nhạc sỹ có thể đặt tựa cho mỗi bản nhạc như bây giờ. Nhưng ở thế kỷ mà nền âm nhạc cổ điển được trân quý như âm thanh của chốn cung đình thì tên tác phẩm thường đặt theo thể loại (Sonata, Etude, Prelude, Symphony ...) và tiếp theo là số thứ tự; đôi khi, thêm vài nét đặc thù theo cảm xúc của tác giả khi sáng tác. Đó là trường hợp Moonlight Sonata No.14 có thêm ba chữ "Quasi Una Fantasia".

Thiên tài thường đi trước thời gian, những kẻ đồng thời mấy ai nhận biết! Nên khi Countess Giulietta Guicciardi nghe được, hiểu được, chia xẻ được giọng nhạc lạ lùng này thì Beethoven sùng sốt, cảm động, bàng hoàng, tưởng như chỉ là ảo vọng.

Nhưng nàng có thật.

Nàng đứng đó, nghiêng đầu, uống từng giọt lệ rơi xuống từ mỗi cung bậc. Những trường canh nhẹ như tơ lướt theo cánh bướm căng gió. Trăng nhấp nhô, vỡ vụn trên mặt hồ khi âm thanh chuyển dần vào bóng tối của những nhánh cây khô chia ra từ ven bờ.

Khổ đau đã có mặt. Sự thật đầu tiên trong Tứ Diệu Đế tất nhiên có mặt, vì trong mỗi phút giây của sự sống đều có lực đẩy của sự chết, trong gần gũi đã có chia xa, trong tôi, em sẽ biến mất!

Nhận ra điều đó chính là sự thật thứ hai, là **nguyên nhân của khổ đau**.

Cánh bướm chao đảo, quần quai sức gió. Âm thanh chuyển tiếp ngắt ngày những tiếng nắc hoan lạc khi trăng ẩn vào mây, nơi ấy đã sẵn sự thật thứ ba. Đó là **sự chấm dứt khổ đau**.

Tới đây, tuyệt chiêu của ma lực âm thanh vỡ ra, rách bung

cánh bướm không người, đang lững lờ trôi dần vào hải đảo tự thân. Cuối cùng chỉ là trở về bản thể bằng sự thật thứ tư, là **con đường đi tới sự chấm dứt khổ đau**.

Cùng với Tứ Diệu Đế, những nốt cuối của Moonlight Sonata No.14 lắng lẽ rụng rơi, trả bản phím trở về thân gỗ mục.

Như Beethoven và Countess bàng hoàng lạc nhau.

Như trăng 14 ngủ yên trong mây nên trăng khuyết.

Như dạ lý quên đánh thức gió nên hương chẳng bay xa.

Tất cả đều phải trở về sự lặng trong, thinh lặng và Cô Đơn Tuyệt Đối.

Đó là bi thương cùng cực, mà cũng là hạnh phúc vô bờ của kiếp nhân sinh và vạn hữu.

Hành giả đã vào Định.

Khung cửa rất hẹp, chỉ vừa lọt đủ một chữ "KHÔNG"

Huệ Trần

(Trăng Rằm Tháng Tư)



Chiều lặn

VĨNH HIỀN



Bà già nhìn xuống dòng sông nước đục lờ, dỗi theo một khúc gỗ đang trôi lững lờ theo con nước dập dềnh lên xuống đến khúc quanh ở cuối làng, nơi hai ống khói cao nghêu của nhà máy thả lên trời những cụm khói đen bay tán lác trong gió chiều hoang hờn.

"Mới đó mà đã 20 năm, ông nhỉ?" bà nói mà không nhìn vào ông già ngồi cách mình một sải tay, trên phiến đá bám đầy rêu xung quanh hổng.

"Ừ, 20 năm với biết bao thăng trầm dâu biển," ông già chậm rãi trả lời, mái tóc và bộ râu bạc trắng của ông nổi lên trên khuôn mặt đen sạm, xương xẩu. "Tôi và bà đều có ít nhiều thay đổi đây chứ."

"Cũng không thay đổi gì mấy," bà già nói, tay mân mê một cụm hoa dại mọc sát bờ sông. "Có chăng là đôi chút trên hình hài thể xác... nhưng gặp nhau là nhận ra nhau ngay mà, ông Từ."

Bà ngồi thẳng lên, lần tay vào cái ví màu hạt dẻ để trong lòng, được một lúc, bà lấy ra một tấm ảnh đen trắng, để ra trước mặt nhìn giây lát rồi nói tiếp, "Tôi về nước tưởng còn gặp đây đủ bạn bè... ai ngờ... ông thấy đấy, tấm ảnh này chụp cách đây đã hơn bốn mươi năm tại Sài Gòn, có đủ mặt cả bốn anh hào đấy."

Khuôn mặt nhìn nghiêng của bà nổi lên trong hậu cảnh hoàng hôn đỏ tím của dòng sông cuộn cuộn chảy trông như nét đẹp cổ kính của tượng thần Hy Lạp.

Ông già khom người xuống nhìn vào tấm ảnh. "Ừ, đủ cả, Hiền, Từ, Hiệp, Sĩ. Chụp tại khách sạn Continental năm 1962 trước cuộc đảo chính lật đổ Ngô Đình Diệm."

"Hồi đó các ông ở đại học xá Minh Mạng?" bà già hỏi mà như không hỏi.

"Ừ, bọn tôi đang tham gia vào liên hiệp sinh viên học sinh đấu tranh đòi dân chủ," ông già trầm ngâm hồi lâu đoạn nói tiếp, "Hiền là một trong những sinh viên xông xáo, năng nổ nhất. Hắn đã cuốn ba người bọn tôi theo hẳn

vào sâu trong cuộc... Nhưng để rồi sau đó..." ông già bỏ lửng câu nói, nhìn ra bờ sông bên kia, nơi ráng chiều đang nhuộm tím một góc trời.

Bà già cất tấm ảnh vào trong ví trở lại, giọng nữ cao của bà bay theo cơn gió chiều, "Tất cả đều có số phận riêng của mình. Hiền chết vì bị ngộ nhận thành phần lý lịch. Hiệp chết vì bệnh hoạn nghèo khổ. Sĩ chết vì vinh thân phì gia. Còn ông..."

"Còn tôi?" ông già quay đầu lại.

"Ừ, còn ông sẽ chết như thế nào?" bà già nói, "Chết ra sao?"

"Tôi..." ông già lắc đầu chậm chậm, "Tôi chưa biết được..."

Bà già lấy tay dứt dứt mấy cọng cỏ dưới chân. "Như một cuộc phong vân hồ hải thôi. Mấy gió đều sẽ trôi đi lang bạt trên mặt hồ mặt biển, tụ lại rồi tan đi, chóng vánh, vô thường, rồi chẳng để lại gì trên đường đi của nó ngoài một âm vang mơ hồ nào đó. *Thiên thượng phù vân như bạch y, tu du hốt biến vi thương cẩu.* Ông Từ à, tôi về đây không phải để đòi lại món nợ của quá khứ như ông đã nghĩ đâu. Thật ra thì đâu có món nợ nào để mà phải đòi, để mà phải trả? Ông không cứu được Hiền lúc Hiền lâm nguy vì lý lịch chính trị, ông không giúp được Hiệp lúc Hiệp nghèo khổ bệnh tật, ông không cản được Sĩ lúc Sĩ đã bước lên tới bờ vực cheo leo của dục vọng làm giàu, và ông không kéo được tôi lúc tôi ngã xuống hồ đời trụy lạc. Tất cả chỉ vì ông đang sống trong cái bóng hào quang lộng lẫy của mình nên ông không thể làm gì được cả. Không thể chứ không phải không dám hay không muốn. *Hồng trần hưng mãn mộng,* ông Từ à. Chúng ta không thể trách cứ ai

được mà chỉ nhìn xem cuộc đời người đó đã huân tập những gì để rồi sẽ thụ nhận những gì... *Tam giới duy tâm sinh, vạn pháp duy thức hiện.* Kinh Phật dạy thế, và tôi nghiệm thấy thật đúng với năm người chúng ta. Hãy cứ đi con đường ông đã đi, và chết theo cách ông đã sống."

Ông già mở một nụ cười méo mó làm nhăn cả khuôn mặt già nua, héo hắt. "Bà Trang, sao bà buông những lời đầy ác ngữ như thế? Vậy mà cũng đem lời Phật dạy ra khuyên bảo tôi."

"Không," bà già nói, "những lời tôi vừa nói tuy độc địa nhưng đó là dĩ độc trị độc, tôi đang muốn chữa bệnh cho ông mà, ông Từ," bà già mỉm cười trả lời một cách thung dung. Bà già vén tà áo lên, cổ nhóm người đứng dậy nhưng sẩy chân vào lớp cỏ dày dưới chân, lão đảo muốn té. Ông già vội cúi người xuống đưa hai tay ra đỡ lấy bà già.

"Bà có sao không?" ông già hỏi nhỏ.

"Tôi không sao," bà già đứng dậy theo vòng tay kéo lên của ông già. "Tôi không sao nghĩa là tôi đã có sao," bà già bật cười, "Tôi không sao nghĩa là tôi hiện hữu. Tôi hiện hữu nghĩa là tôi tồn sinh, nhưng tôi tồn sinh chưa chắc đã là tôi hiện hữu."

Ông già nhíu mày, "Ừm, chỉ là ngôn từ. Bà thì xưa nay chỉ giỏi dùng ngôn từ."

"Xảo ngôn mà lại là diệu ngữ đó, ông Từ à."

Một tiếng vạc kêu quang quác trên khung trời phía sau lưng khi hai người già dắt díu nhau đi lần xuống bờ dốc thoải thoải bên trên dòng sông nước đục chảy cuộn cuộn về phía tây, nơi màu tím đỏ của bầu trời hoàng hôn đã phai đi thành màu tím nhàn nhạt rồi dần dần tắt lịm đi những tia ánh sáng cuối cùng.



Đào Xuân

Hồng lên xuân sắc hoa đào
Vô ngôn biệt ý xin chào người dung
Vĩ chưng thể sự vô chừng
Năm rồi năm... lại mấy từng nhớ thương!

Độc Hành

Trăm năm chẳng ngắn chẳng dài
Tri âm tuyệt tích ấy hoài phù sinh
Cô thân lữ khách đang trình
Về qua phố thị như hình chiêm bao .

Mồ

Rõ ràng mặt ấy mặt này
Nghệp mạng bao kiếp nào hay chẳng là
Thăng-trầm, phước-họa Sa Bà
Vô sanh bốn địa Di Đà tự tâm.

GA.03/08/13

Thương Má Quê nhà

Trăm năm thân thể tà dương
Tóc xanh ngày ấy giờ vương tơ trời
Lòng sao thương má bởi bởi
Giàn nan vất vả một đời vì con.
Tuổi già bóng xế héo hon
Mình đau xương nhức hao mòn sắc thân
Kiếp người như thể phù vân
Nguyện cầu chư Phật gia ân độ trì.
Má giờ hình sắc suy vi
Phương trời xa cách mấy khi cận kề
Má ơi! thương má vô bờ
Niệm hồng danh Phật mai về Tây Phương
Tịnh Độ là cảnh Chơn Thường
Cận kề thánh chúng cúng dường Phật thân
Má ơi xin chớ lẫn quên!

.....

ĐỒNG THIÊN

GA . 2013

ĐỘC THOẠI

Này ta,
một thân già gãy chết giữa mùa đông
không chiều, không chân một cội riêng mình
hít hương khói đêm thâu ràng rụa thờ
lồm mắt sâu dày đặc cội hồi sinh

Này ta,
đêm quàng xiên mở lời ồm đỏi
lang thang về phía biển chơi rong
xa tít chân trời leo lét ánh hải đăng
ngày chậm lại, tựa lưng bờ khát vọng

Này ta,
thân hàn sĩ, ép mình khô giọt lệ
treo chân ngói to nhỏ chuyện băng quơ
vốc sỏi ném xa cột mốc đời niên kỷ
khắc thánh thư lên vách đá giang hồ

Này ta,
thêm tịch tĩnh đếm sao trời hoá giải
tung vỡ mạn thuyền neo cột hôm qua
quên già biệt hàng tre khô thấm mệt
ôm túi thơ đi về phía rừng già!

LÊ PHƯƠNG CHÂU

(TV. AN LẠC Tết Quý Tỵ 2013)



Ước mơ đơn giản

NGUYỄN NGUYỄN AN



Sau cơn lũ, đoàn từ thiện nhà chùa có chuyến hành hương giúp đỡ bà con vùng lũ. Thầy Hạ khoanh tay xin "ôn":

- Bạch ôn, cho con tháp tùng đoàn đi cứu trợ.

Sư ông điềm đạm:

- Con không xin thầy cũng cứ con đi. Tiễn đường con ghé thăm bà con...

- Bạch ôn, cha mẹ con mất rồi.

- Cha mẹ con qua đời nhưng còn quê hương bản quán. Con thu xếp mà đi.

- Dạ thưa... Con cảm ơn thầy.

Đoàn từ thiện gồm hai xe ô tô, một ô tô con chở người, một ô tô lớn chở hàng quà, gạo, mì gói... đỗ trước sân chùa làng. Các thầy trong chùa và bà con trong làng đã được báo trước. Chính quyền địa phương gửi giấy mời bà con tập trung trong sân chùa và cùng đứng ra với đoàn tổ chức, phân từng suất, cấp cho từng hộ. Nhờ vậy, công việc cấp phát hàng quà tiến hành nhanh gọn, xế trưa không sót hộ nào, xấp giấy mời thu đủ số như khi phát ra. Ngoài ra, còn dư vài chục suất quà dự phòng, cấp cho người ngang qua xin nhận. Thầy Hạ thấy việc, báo với thầy trưởng đoàn cho thầy đi loanh quanh thăm làng, thăm ngôi trường tiểu học của thầy.

Con đường đất vào làng nhầy nhụa bùn đất. Đất sau lụt nhão nhoét, bám dính đôi dép nhựa. Thầy cột vạt áo lên ngang bụng nhưng tự thấy hơi kỳ, lại buông xuống, mặc vạt áo vấy bẩn. Thầy Hạ tự nhủ: "Về chùa giặt sạch, lo chi". Ngôi trường tiểu học thời niên thiếu của thầy hiện ra với mái ngói rêu phong, lấp ló sau rặng tre, cây mù u trồng từ đời Pháp vẫn sừng sững uy nghi tỏa bóng mát. Phía bên hông trường có một cái hồ đầy ắp. Thầy Hạ đứng bần thần trong sân trường vắng heo, sau lũ chưa em nào đi học, bùn phù sa đóng lớp, còn chưa dọn kịp. Ngoài đường bê tông, đôi đoạn dân làng đã dọn, nhưng có đoạn thầy vẫn phải lội lầy lội. Thầy xách đôi dép nhựa

đi xuống bến đá rửa dép. Bất chợt thầy gặp, một người đàn bà trông rất quen. Thầy gọi:

- Cô!

Người đàn bà quay lui thấy một ông thầy tu lạ hoắc. Ngọn gió biển lồng qua đồng ruộng, thổi man mát cái đầu bóng láng của thầy. Ông đang đứng tần ngần, tay xách đôi dép bẩn. Người đàn bà, tưởng thầy nhờ tránh đường, nên lảng lảng xích ra một bên bến cho thầy xuống. Lúc này thầy đã đến sát mép nước. Thầy thả đôi dép xuống bến đá, lại gọi:

- Cô, cô ơi, cô!

Người đàn bà nghiêng nhìn. Trong khuôn mặt khắc khổ ấy hơi ánh vẻ ngạc nhiên. Ông thầy tu nhặt một cật tre đến bên chiếc xe đạp của người đàn, nói:

- Để em gỡ bùn cho cô dễ đạp.

Người đàn bà nhìn xuống hỏi:

- Anh ở đâu mà biết tôi.

- Em là điệu Hạ đây cô. Em học cô từ năm lớp một.

Cô giáo cười và đổi cách xưng hô:

- Con nhớ ra rồi. Hồi đó con có hỏi thầy: "Sao điệu đi tu" - Thầy trả lời - "Con thích ăn chay". Thầy tài thiệt, mới nhìn qua mà đã nhận ra con?

Làm sao em quên cô được. Em nhớ lần em nghịch bị té rách áo. Em lo về chùa thể nào cũng bị thầy Tri sự bắt quỳ hương vì tội mãi chơi để rách áo. Thấy em bị rách áo, giờ ra chơi cô bảo: "Điệu Hạ, đưa áo cô mạng cho." Cô vá áo cho em rất khéo. Dù lâu không gặp cô, em nhìn cái dáng ốm ốm của cô là em nhận ra liền à. Cô lại ốm hơn trước nữa, chắc mùa này mưa gió luân phiên. Gỡ bùn bám ở chiếc xe đạp của cô giáo xong. Thầy Hạ tiếp gỡ bùn ở đôi dép của thầy. Thầy nhớ năm xưa, đến ngày Hiến chương nhà giáo, điệu Hạ cùng nhóm bạn đi hái hoa đại ven làng, đưa một bó chạy tặng cô, khi gần đến trường, trên bến nước này, học trò nhỏ của cô

không biết từ những góc ngách nào cùng ủa chạy ra theo sau xe đạp cô giáo. Những cô, những chú chạy lúp xúp, lon ton nối sau xe cô thành một đoàn rồng rắn. Cô giáo sợ các em té, buộc phải dắt xe đi bộ, miệng la khẽ: "Này, này...". Cô đứng lại để nhìn kỹ đoàn học trò của cô. Ô, sáng nay chúng ăn mặc tươm tất ghê! Mỗi cô, mỗi chú đều cầm một đóa hoa đồng tiền, hoa hồng và cả hoa đại đủ sắc màu, vàng, trắng, đỏ. Chúng ập đến vây tròn quanh cô giáo, cô bỗng thành cái nhụy tím của một đóa hoa lớn chỉ chít những cánh hoa đủ màu. Tiếng học trò của cô tranh nhau nhao nhao:

- Em tặng cô.

- Hoa của cô đây cô.

...

Cô giáo gom hoa lại thành bó, cầm như chấp tay trước ngực, trong mắt cô lặn ra hai giọt nước mắt...

Chết, cô khóc tụi bây ơi!

Thầy Hạ nhớ kỷ niệm xưa mắt rớm nước. Hình như cô giáo năm xưa cũng vậy, đôi mắt cô ướt ướt... Nhưng cô lại nói:

- Ước mơ đơn giản của điệu đã thành hiện thực. Điệu thích ăn chay thì được ăn chay suốt đời.

Thầy Hạ không cãi với cô giáo, sau này tu học thầy hiểu không phải vì thế mà thầy xuất gia nhưng nghĩ lại ước mơ đầu tiên, trẻ con của thầy quả trong sáng và đơn giản thật. Làm người ai cũng có ước mơ, ước mơ càng trong sáng, thánh thiện và đơn giản để đạt nguyện ước. Thầy Hạ chào cô giáo năm xưa, xách dép đi vào làng tìm thăm bà con chòm xóm để trở ra xe cho kịp giờ xuất phát.

Chiều nay, bầu trời sau lũ trong veo, xa xa những nồm mây trắng lững lờ. Cô giáo đứng lặng bin rịn tiền trở cũ. Thầy Hạ cũng tần ngần mây dạo ngoài nhìn lui...

Tịnh Cốc Tây An
N.N.A

PHẬT PHÁP VÀ TUỔI TRẺ



DHARMA FOR CHILDREN

PHẬT PHÁP CHO TRẺ EM

Authors (Tác giả): Jing Yin, Ken Hudson & W.Y. Ho

Illustrations (Minh họa): Yanfeng Liu

Biên soạn và chuyển ngữ: **Tâm Minh Ngô Tằng Giao**

7 THE FOUR NOBLE TRUTHS

Dharma means the teaching of the Buddha. What is the basis of the Buddha's teaching? It is the Four Noble Truths. They are:

1. The Truth of Suffering
2. The Truth of the Cause of Suffering
3. The Truth of the End of Suffering
4. The Truth of the Path leading to the End of Suffering

When we get sick, we go to a doctor. A good doctor first finds out what illness we have. Next he finds out what has caused it. Then he decides what the cure is. Finally, he prescribes the medicine that will make us well again.

In the same way, the Buddha showed that there is suffering in the world. He explained the cause of this suffering. He taught that this suffering could be ended. Finally, he showed the way leading to the end of suffering. This is the Four Noble Truths.

Look at Table 1 to see the connection between a good doctor and the Buddha. Table 1:

*A good doctor tells us:
What is wrong with us
What is the cause of our illness
That there is a cure
What we have to do to get well*

*The Buddha tells us the truth about:
The presence of suffering
The cause of suffering
The end of suffering
The way to end suffering*



7 BỐN CHÂN LÝ CAO QUÝ

Pháp có nghĩa là lời dạy của Đức Phật. Vậy nền tảng lời dạy của Đức Phật là gì? Đó là bốn chân lý cao quý (bốn sự thật cao quý).

Chúng bao gồm:

1. Chân lý về sự Khổ Đau
2. Chân lý về Nguyên Nhân Khổ Đau
3. Chân lý về Chấm Dứt Khổ Đau
4. Chân lý về Con Đường dẫn đến Chấm Dứt Khổ Đau

Khi chúng ta đau bệnh, chúng ta đi tới bác sĩ. Một bác sĩ giỏi thoát tiên tìm xem chúng ta bị bệnh gì. Tiếp đó ông ấy tìm ra xem cái gì đã gây ra bệnh. Rồi ông ấy quyết định phải chữa trị như thế nào.

Cuối cùng, ông ấy viết toa thuốc để thuốc sẽ làm cho chúng ta khỏe mạnh lại.

Cũng bằng cách giống như thế, Đức Phật chỉ ra rằng có sự khổ đau trên thế gian. Ngài giải thích nguyên nhân của sự khổ đau này. Ngài dạy rằng sự khổ đau này có thể chấm dứt. Cuối cùng, ngài chỉ ra con đường dẫn đến sự chấm dứt khổ đau. Đây là Bốn Chân Lý Cao Quý.

Hãy nhìn vào Bảng 1 để nhận thấy sự liên hệ giữa một bác sĩ giỏi và Đức Phật. Bảng 1:

*Một bác sĩ giỏi nói cho chúng ta:
Chúng ta bị bệnh hoạn gì
Nguyên nhân gì gây ra căn bệnh của chúng ta
Rằng có một phương thuốc chữa bệnh
Chúng ta phải làm gì để khỏi bệnh.*

*Đức Phật nói cho chúng ta biết chân lý về:
Sự có mặt của đau khổ
Nguyên nhân của khổ đau
Sự chấm dứt khổ đau
Con đường để chấm dứt khổ đau*

1. The First Noble Truth: **SUFFERING**

The Buddha's discovery of the solution to the problem of suffering began with the recognition that life is suffering. This is the first of the Four Noble Truths. If people examine their own experiences or look at the world around them, they will see that life is full of suffering or unhappiness.

Suffering may be physical or mental.

Physical suffering

Physical suffering takes many forms. People must have observed at one time or another, how their aged relatives suffer.

Most of them suffer aches and pains in their joints and many find it hard to move about by themselves. With advancing age, the elderly find life diffi-

cult because they cannot see, hear or eat properly. The pain of disease, which strikes young and old alike, can be unbearable. The pain of death brings much suffering. Even the moment of birth gives pain, both to the mother and the child who is born.

The truth is that the suffering of birth, old age, sickness and death are unavoidable. Some fortunate people may now be enjoying happy and carefree lives, but it is only a matter of time before they too will experience suffering. What is worse, nobody else can share this suffering with the one that suffers.

For example, a man may be very concerned that his mother is growing old. Yet he cannot take her place and suffer the pains of aging on her behalf. Also, if a boy falls very ill, his mother cannot experience the discomfort of his illness for him. Finally, neither mother nor son can help each other when the moment of death comes.

Mental suffering

Besides physical suffering, there are also various forms of mental suffering. People feel sad, lonely or depressed when they lose someone they love through separation or death.

They become irritated or uncomfortable when they are forced to be in the company of those whom they dislike or those who are unpleasant.

People also suffer when they are unable to satisfy their needs and wants.

Teenagers, for example, feel frustrated and angry if their parents refuse to let them go to a late-night party or spend large sums of money on expensive fashionable clothing or toys. Adults, on the other hand, may be unhappy if they are unable to gain wealth, power or fame.

Other types of suffering

Natural disasters, such as earthquakes, floods or famine, can cause a lot of suffering to people. People also have to face hardship caused by war and social injustice.

Problems can happen even in the classroom. When you try to study, and yet the room is too noisy or your friends try to disturb you, you may feel unhappy or angry.

Sometimes, problems may happen to you personally. When you do not pass an exam, this would make you feel unhappy or disappointed. These problems are unwanted. People try their best to avoid them and to be free from them.



1. Chân Lý Cao Quý thứ nhất: KHỔ ĐAU

Đức Phật khám phá ra cách giải quyết cho vấn đề khổ đau bắt đầu bằng sự công nhận rằng cuộc sống có đau khổ. Đây là điều thứ nhất trong Bốn Chân Lý Cao Quý. Nếu mọi người xem xét những kinh nghiệm riêng của họ hay nhìn vào cuộc sống chung quanh họ, họ sẽ thấy rằng cuộc đời đầy những khổ đau hay không sung sướng.

Khổ đau có thể là về thể xác hay về tinh thần.

Khổ đau thể xác

Khổ đau thể xác có nhiều hình thức. Người ta đã từng phải quan sát vào một lúc nào đó thấy tại sao những người thân đã già nua của họ bị khổ đau. Hầu hết những người già đó khổ sở vì đau nhức trong khớp xương và nhiều người thấy khó khăn khi phải tự mình đi lại loanh quanh. Khi tuổi tác càng cao, người già nhận thấy cuộc sống càng khó khăn bởi vì họ không thể nhìn thấy, nghe thấy hoặc ăn uống được tốt nữa. Đau đớn vì bệnh tật hủy hoại cả người trẻ lẫn người già, làm họ không chịu đựng nổi. Cái khổ vì bị chết mang nhiều đớn đau. Ngay trong lúc sinh nở cả người mẹ và đứa trẻ được sinh ra đều chịu đau đớn.

Chân lý là sự khổ đau của sinh, già, bệnh, chết không thể tránh khỏi. Một vài người may mắn bây giờ có thể đang vui hưởng cuộc sống hạnh phúc và thoải mái, nhưng đó chỉ là vấn đề thời gian rồi họ cũng sẽ chịu khổ đau. Điều tệ hại là không ai có thể chia sẻ nỗi khổ đau này với người bị đau khổ.

Thí dụ như một người có thể lo lắng rằng mẹ của mình đang ngày càng già yếu. Tuy nhiên anh ấy không thể thay vào chỗ mẹ để chịu nỗi đau vì già nua thay mẹ mình. Cũng vậy nếu một bé trai bị đau bệnh, mẹ nó không thể hứng chịu những đớn đau vì bệnh hoạn thay cho nó. Sau cùng, cả mẹ lẫn con không thể giúp đỡ cho nhau khi cái chết xảy tới.

Khổ đau về tinh thần

Ngoài những nỗi khổ đau về thể xác, cũng có những hình thức khổ đau khác nhau về tinh thần. Người ta cảm thấy buồn, cô đơn hoặc chán nản khi họ mất người họ thương yêu vì chia ly hoặc vì chết chóc.

Họ trở nên bức bối hay khó chịu khi họ bắt buộc phải kể chuyện với những người họ không thích hoặc những người họ không hài lòng.

Con người cũng khổ đau khi họ không thể thỏa mãn những nhu cầu và ước muốn của họ.

Thí dụ như những thiếu niên, cảm thấy muốn chống đối và giận dữ khi cha mẹ của các em không để cho các em đi dự một buổi họp mặt quá khuya hoặc tiêu món tiền quá lớn cho những áo quần thời trang hay đồ chơi đắt tiền. Mặt khác người lớn thời có thể không hài lòng nếu họ không được giàu có, không kiếm được quyền thế hay danh vọng.

Các hình thức khổ đau khác

Các thảm họa thiên nhiên như là động đất, lũ lụt hay nạn đói có thể gây ra nhiều khổ đau cho con người. Con người có thể đối mặt với những khó khăn gây ra bởi chiến tranh và bất công trong xã hội.

Những rắc rối có thể xảy ra ngay cả trong lớp học. Khi em đang cố gắng học bài, nhưng lớp quá ồn ào hoặc các bạn em đang cố quấy rầy em, em sẽ cảm thấy không hài lòng và giận dữ.

Đôi khi, rắc rối có thể xảy ra cho chính bản thân em. Khi em không qua được một kỳ thi, điều đó sẽ làm cho em cảm thấy không sung sướng và thất vọng. Những vấn đề đó là ngoài ý muốn. Con người cố gắng thật nhiều để tránh những chuyện đó và thoát khỏi những chuyện đó.

(to be continued...)

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

ĐỨC PHẬT VỚI NHỮNG NGƯỜI TRẺ TUỔI TRONG KINH TRUNG A HÀM

Thích Phước An

(tiếp theo trang 28)

"Này con trai cư sĩ, nên biết có bốn hạng bạn lành. Những gì là bốn? Một là cùng chịu khổ vui, nên biết đó là bạn lành. Hai là thương tưởng, nên biết đó là bạn lành. Ba là khuyên điều lợi, nên biết đó là bạn lành. Bốn là giúp đỡ, nên biết đó là bạn lành."

Và cuối bài pháp, Đức Phật nói với Thiện Sinh:

"Này con trai cư sĩ, trong pháp luật của bậc Thánh cũng có sáu phương là: Đông, Nam, Tây, Bắc, Trên, Dưới.

1) Phương Đông có nghĩa là phải có bốn phận với cha mẹ.

2) Phương Nam phải có bốn phận với thầy trao truyền kiến thức

3) Phương Tây phải có bốn phận với vợ con.

4) Phương Bắc phải có bốn phận với người thân.

5) Phương Dưới phải có bốn phận với kẻ giúp việc.

6) Phương Trên phải có bốn phận với bậc Sa môn.

Có nhiều người vẫn ngộ nhận rằng đạo Phật chỉ bận tâm giải quyết những vấn đề lớn của kiếp người như sanh, lão, bệnh, tử nghĩa là ra khỏi thế gian mà quên đi những vấn đề thực tế của cuộc sống. Nhưng đọc kinh Thiện Sinh ta mới nhận ra rằng Đức Phật là người thực tế trên cả những người thực tế nữa. Như Ngài đã từng xác nhận như vậy trong kinh Samyutta Nikaya:

"Trong chính thân xác dài một trượng này, cùng với tri giác và tư tưởng Như Lai tuyên bố thế gian, nguồn gốc của thế gian, sự chấm dứt thế gian và con đường dẫn đến sự chấm dứt của thế gian."

Như vậy, đối với đạo Phật chẳng phải mọi sự phải khởi đầu từ tấm thân dài một trượng đang mờ mịt bước đi trên mặt đất đen tối này hay sao?

Nhưng tại sao bao nhiêu những người trẻ tuổi của Ấn Độ đương thời đã dám từ bỏ tất cả để đi theo bước chân của một người hoàn toàn cô độc?

Đọc kinh *Nhu Nhuyễn*, kinh mà Đức Phật đã kể lại về tuổi trẻ mà Ngài đã từng trải qua thì ta có thể biết lí do tại sao:

"Bấy giờ Thế Tôn nói với các Tỳ Kheo:

"Chính ta ngày trước ra đi xuất gia học đạo là ra đi từ chỗ ưu du, từ chỗ thông dong, nhàn nhã, từ đời sống cực kì êm dịu khi ta còn ở nhà, phụ vương Duyệt-Đàn-Đầu (vua Tịnh Phạn) tạo cho ta đủ thứ cung điện, cung điện để ở vào mùa Xuân, cung điện để ở vào mùa Hạ, cung điện để ở vào mùa Đông.

"Bởi ta thích du ngoạn, nên cách hoàng cung không bao xa, Người lại tạo không biết bao nhiêu là ao sen: ao sen xanh, ao sen hồng, ao sen đỏ, ao sen trắng. trong các ao đó trồng đủ các loại hoa dưới nước. Nước thì luôn luôn đầy, hoa thì luôn nở, mà những người sai dịch chăm sóc không thông suốt được hết.

Bởi ta thích du ngoạn nên trên bờ ao trồng các loại hoa: hoa Tu-ma-ca, hoa Bà-sư, hoa Chiêm-Bắc, hoa Tu-Kiền-Đề, hoa Ma-Đầu -Kiền-Đề, hoa A-Đề-

Mu-Đa, hoa Ba-La-Đầu.

"Bởi ta thích du ngoạn nên Người sai bốn người tắm rửa cho ta. Tắm rửa cho ta rồi lại xoa hương Chiên-Đàn đỏ vào khắp thân ta, xoa hương vào thân ta rồi lại khoác vào mình ta chiếc áo thật mới. Trên, dưới, trong, ngoài, đều mới. Suốt ngày đêm luôn luôn cầm lọng che cho ta, không để cho Thái tử phải nhiễm sương hay bị nóng hập.

Như nhà dân thường được ăn đại mạch thô, cơm gạo tẻ, cháo đậu, gừng cho đó là đồ ăn bậc nhất, những người sai dịch thấp nhất của phụ vương ta lại cho là rất dở, chỉ ăn nếp trắng, và hào soạn mới cho là đồ ăn bậc nhất.

Lại nữa, nếu có cầm thú nơi đồng ruộng, loại cầm thú ngon nhất như Đề-Đế, La-hòa-tra, Kiếp-tân-xà-la, Hề-mã-hề, Lê-xê-na, Thi-la-mế. Các loại cầm thú nơi đồng ruộng, loại cầm thú ngon nhất như vậy ta thường được ăn.

"Ta nhớ khi xưa, lúc còn ở với phụ vương ta, suốt ba tháng Hạ, mỗi khi lên chánh điện đều không có người nam, chỉ toàn là kĩ nữ để ta cùng vui chơi, không hề trở xuống.

"Rồi khi ta muốn đến công viên, tức thì có ba mươi danh kĩ thượng hạng được tuyển chọn với những hàng đại thuẫn đi dẫn đường hộ tống trước sau, không kể những tiểu tiết khác..."

Tất nhiên, ta đã biết rằng Thái tử Tất-Đạt-Đa đã từ chối những lạc thú phù du này. Nhưng điều quan trọng là, cách từ chối của Ngài thật vô cùng độc đáo. Độc đáo ở chỗ từ sự đau khổ của chính bản thân mình Ngài biết tôn trọng sự đau khổ của người khác. Vì sao? Vì nói cho cùng, thì con người có khác nhau về địa vị, về giai cấp, về giàu nghèo nhưng sự đau khổ thì hoàn toàn chẳng có gì khác nhau:

"Ta còn nhớ khi xưa, lúc ta thăm ruộng, khi người làm ruộng nghỉ ngơi trên đám ruộng, ta đi đến dưới gốc cây Diêm Phù ngã kiết già, li dục, ly pháp ác bất thiện, có tâm, có tứ, hi lạc do viễn ly sanh, chứng đắc được sơ thiền, thành tựu và an trụ. Ta nghĩ rằng: "Phàm phu ngu si không đa văn, tự sẵn có bệnh tật, không thoát khỏi bệnh tật, nhưng thấy người bệnh tật thì ghê tởm, khinh bỉ, không yêu, không thích, mà không tự quan sát chính mình.

"Rồi ta nghĩ: Ta tự sẵn có tật bệnh, không thoát khỏi tật bệnh. Nếu ta thấy người tật bệnh mà ghê tởm, khinh bỉ, không yêu, không thích, ta không nên như vậy, vì ta cũng có trường hợp này. Quan sát như vậy rồi, tâm cống cao phát khởi do không có tật bệnh liền bị tiêu diệt.

"Ta lại còn tự nghĩ phàm phu ngu si không đa văn, tự có sẵn sự già, không thoát khỏi sự già, nhưng thấy người già cả thì ghê tởm, khinh bỉ, không yêu, không thích mà lại không tự quán sát mình.

"Rồi ta lại nghĩ ta tự có sẵn sự già, không thoát khỏi sự già. Nếu ta thấy sự già mà ghê tởm, không yêu thích. Ta không nên như vậy, vì ta cũng có trường hợp này. Quán sát như vậy rồi, tâm cống cao



phát khởi do chưa đến tuổi già liền tự tiêu diệt.”

Rồi cuối bài pháp Đức Phật cảnh cáo những người trẻ tuổi cùng những người chưa hề có bệnh tật không nên tự mãn về sức khỏe của mình mà chìm đắm trong dục vọng, vì cái bệnh và cái chết không phải chỉ dành riêng cho những người già nua tuổi tác mà cho tất cả mọi lứa tuổi:

“Phàm phu ngu si không đa văn, vì chưa bị bệnh tật, nên tâm tự cao, tự phụ, rồi do tham dục mà sanh si ám, không tu tập phạm hạnh. Phàm phu ngu si không đa văn vì còn trẻ trung nên tự cao tự phụ, không tu tập phạm hạnh, rồi tham dục mà sanh si ám. Phàm phu ngu si không đa văn vì thọ mạng nên tự cao tự phụ, phóng dật rồi do tham dục mà sanh si ám, không tu tập phạm hạnh.”

Nhưng không phải đợi đến thời đại ngày hôm nay mà vào thời đại của Đức Phật tại Ấn Độ cũng đã có một quan điểm cực đoan trái ngược hẳn các triết thuyết đương thời mà trong lịch sử tư tưởng Ấn Độ thường gọi là Tuyệt diệt hay Đoạn kiến, tức là những người chủ trương sống theo vật chất mà người sáng lập là Carvakas. Theo Carvakas thì chết là hết, là chấm dứt tất cả, chỉ có cuộc sống hiện tại là có thực, nên hề còn sống là tận hưởng tất cả nhưng lạc thú trần gian, còn đạo đức hay phạm hạnh chỉ là ảo tưởng của những kẻ điên khùng mà thôi.

Nhưng nếu những lạc thú của trần gian chẳng những là chóng tàn phai mà còn đem tai họa đến cho bản thân, gia đình và cả xã hội nữa thì những người diệt dục sống đời phạm hạnh có tìm thấy niềm vui vĩnh cửu để thay thế cho niềm vui chóng tàn phai đó không? Nhất là niềm vui phải đạt ngay trong đời hiện tại chứ không phải đợi đến thời gian nào đó trong tương lai xa xôi?

Trong kinh có tên là Khổ Ấm (II) có ghi lại cuộc đối thoại giữa Đức Phật và các Ni-Kiền-Tử mà Đức Phật đã kể lại cho Ma-Ha-Nam nghe có thể giải đáp được cho ta thắc mắc ấy:

“Thưa Sa môn Cù-Đàm, nay chúng tôi muốn hỏi giữa vua Tần-Tì-Sa-La và Sa môn Cù-Đàm, ai sung sướng hơn ai?”

Đức Phật trả lời:

“Này Ni-Kiền-Tử, ta nay hỏi ông, tùy theo sự hiểu biết mà trả lời. Này Ni-Kiền, ý ông nghĩ sao, vua Tần-Tì-Sa-La có đạt được sự tịch mặc vô ngôn như ý, nhân đó mà được hoan hỉ, khoái lạc trong vòng bảy ngày bảy đêm không?”

Ni-Kiền-Tử đáp:

“Không, thưa Cù-Đàm!”

Ta lại hỏi “thế có được hoan hỉ, khoái lạc trong vòng sáu, năm, bốn, ba, hai hay một ngày một đêm không?”

Ni-Kiền đáp:

“Không, thưa Cù-Đàm!”

Ta lại hỏi “Này Ni-Kiền, ta có đạt được sự tịch mặc vô ngôn như ý, nhân đó mà được hoan hỉ, khoái lạc trong một ngày một đêm không?”

“Được, thưa Cù-Đàm.”

Ta lại hỏi: “Thế ta có được hoan hỉ trong vòng hai, ba, bốn, năm, sáu, cho đến bảy ngày bảy đêm không?”

“Được, thưa Cù-Đàm.”

Ta lại hỏi: “Này Ni-Kiền, ý các ông nghĩ sao? Ai sung sướng hơn, vua Tần-Tì-Sa-La hay là Ta?”

Ni-Kiền đáp: “Thưa Cù-Đàm, như chúng tôi hiểu theo sự trình bày của Sa môn Cù-Đàm thì Sa môn Cù-Đàm sung sướng hơn, vua Tần-Tì-Sa-La không thể bằng được.”

Và Đức Phật kết luận:

“Ma-Ha-Nam, vì vậy nên biết là nơi dục lạc không có lạc, chỉ toàn khổ hoạn. Nếu đa văn Thánh đệ tử không thấy như thật, như vậy sẽ bị bao phủ bởi dục, bị quẩn chặt bởi pháp ác bất thiện, nên không đạt được xả, lạc, vô thượng tịch tĩnh, này Ma-Ha-Nam, như vậy đa văn Thánh đệ tử kia nhân nơi dục mà bị thoái chuyển.”

Không nghi ngờ gì nữa, chính vì muốn đạt được “sự tịch mặc vô ngôn như ý” này mà Thái tử Tất-Đạt-Đa đã làm một cuộc từ bỏ vĩ đại như thái tử đã nói như vậy với vua Bình-Sa-Vương khi nhà vua ngỏ ý mời thái tử ở lại vương quốc của nhà vua để trị vì và cùng hưởng lạc thú trần gian như kinh *Khuddaka Nikaya* đã ghi lại câu trả lời của thái tử Tất-Đạt-Đa:

Giòng họ thuộc mặt trời

Sanh tộc là Thích Ca

Từ bỏ gia tộc ấy

Thưa vua ta xuất gia

Ta không có thiết tha

Đối với các loại dục

Bỏ chúng là an ổn

Ta sẽ đi, tinh tấn

Ý ta được hoan hỉ.

(H.T. Minh Châu dịch)

Ngoài những sự từ chối có thể nói là quá vĩ đại này thì còn gì nữa? Còn tiếng rống của sư tử chúa tể của sơn lâm chẳng?

Trong kinh *Thị Giả* có thuật lại một hôm Đức Phật bảo thị giả A-Nan:

“Này A-Nan, người nên nắm như cách nắm của sư tử.”

Tôn giả A-Nan bạch rằng:

“Bạch Thế Tôn, sư tử chúa của các loài thú, nắm theo cách nào?”

Đức Thế Tôn đáp:

“Này A-Nan, sư tử chúa của các loài thú, ban ngày đi tìm ăn, xong rồi vào hang. Khi muốn ngủ, bốn chân xếp chồng lên nhau, ngay đuôi ra sau, quay lại sau nhìn thân thể. Nếu sư tử chúa của các loài thú mà thân thể không ngay thẳng thì khi thấy rồi, nó không vui. Nếu sư tử chúa của các loài thú, mà thân thể được ngay ngắn khắp mọi phía, thì khi thấy rồi nó liền vui mừng. Nó từ chỗ nằm đứng dậy, ở trong hang đi ra, đi ra rồi gặm gừ, gặm gừ rồi lại ngậm thân thể. Tự ngậm thân thể rồi nhìn khắp bốn hướng, xoay nhìn khắp bốn hướng rồi liền rống lên ba lần, rống lên ba lần rồi liền đi tìm ăn. Cách thức nắm của sư tử chúa là như vậy.”

Kể từ khi Đức Phật công bố giáo pháp vĩ đại nơi vườn Lộc Uyển (Ngài thường ví như tiếng rống của sư tử chúa tể của sơn lâm) mà Đức Phật đã tự chứng ngộ dưới gốc cây Bồ Đề, kể từ đó đến nay đã có biết bao nhiêu người trẻ tuổi chẳng những chỉ có những người trẻ tuổi thời đó như Xá-Lợi-Phất, Mục-Kiền-Liên, A-Nan, Lại-Tra-Hòa-La hay Phất-Ca-Sa-Lợi mà cho đến cả thời đại hôm nay cũng đã có biết bao nhiêu người trẻ tuổi nữa trên khắp thế giới đã lắng nghe tiếng rống của sư tử mà thức tỉnh rồi từ bỏ đời sống ngục tù của trần gian để lên đường đi đến chân trời cao rộng với đại nguyện sấm sét:

“Dựng đứng lại những gì đã quẳng ngã xuống, phơi bày ra những gì bị che kín, chỉ đường cho kẻ bị lạc hướng, đem đèn sáng vào trong bóng tối để những ai có mắt có thể thấy” giữa thế giới đầy tăm tối này.

(*) *Tướng niệm D.T.Suzuki*, nhiều tác giả, Hạnh Viên dịch NXB TPHCM, tr. 112-113.

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

NIỆM PHẬT THẬP YẾU

Duyên Hạc – Lê Thái Ất

(tiếp theo trang 36)

+*Giác chiếu trì danh*: Vừa Niệm Phật, vừa hồi quang phản chiếu lại Chân Tánh của chính mình để tiến tới *Tâm mình hội nhập với Tâm Phật*. Phương thức này dành cho bậc thượng căn, bậc trung và hạ căn không thể hội nhập.

+*Lễ bái trì danh*: Vừa lạy vừa niệm, lễ niệm song hành, *mỗi câu niệm một lạy* để thân, khẩu hợp nhất. Thêm vào đó, hành giả có ý thành tha thiết, như vậy tập trung cả ba nghiệp thân, khẩu, ý nhằm diệt trừ vọng niệm. Phương thức này khó thực hành, dễ nản vì lạy nhiều làm mệt mỏi thân xác. Có thể thay thế mỗi lạy (quỳ lạy) bằng một vái (đứng vái) cho đỡ mệt khi niệm nhiều câu một lượt.

+*Ký thập trì danh*: Đếm 10 lần niệm lấy làm một *đơn vị* (một chục), sau mỗi đơn vị lần một hạt chuỗi tức mười niệm một lần chuỗi. Như vậy, tâm chú ý đến hai việc: Niệm và Nhớ số đơn vị. Phương thức này rất hợp với người nhiều tạp niệm tán tâm, hay nghĩ lăng xăng lộn xộn, dễ tiến tới chuyên chú nhất tâm.

+*Liên Hoa trì danh*: Vừa niệm vừa tưởng tuần tự đến Hoa Sen có bốn màu xanh, vàng, đỏ và trắng, sau đó lại quay về màu xanh. Đồng thời lại tưởng đến có hương sen thanh nhẹ phảng phất thoảng quanh. Đây là cách trì danh trong Liên Hoa Tông lấy tướng hoa sen làm biểu tượng cho Chân Tâm Thanh Tịnh: *Một câu Di-Đà, một đóa Bảo Liên* (hoa sen quý). Giống Bảo Liên trồng trong ao Thất Bảo, nuôi bằng nước Tịnh Thủy nơi Tây phương Cực Lạc (3). Phương thức này phối hợp Thiền Tịnh, do đó còn có tên là Niệm Phật Diệu Liên Hoa Tam muội.

+*Quang trung trì danh*: Vừa niệm vừa tưởng tượng mình đang ở giữa vùng *ánh sáng* quang minh rộng lớn. Do đó, thân trí dễ được sáng suốt mát mẻ, dứt trừ tạp niệm uế trước.

+*Quán Phật trì danh*: Đây là pháp Quán Tưởng rất trọng yếu trong Quán Kinh, công đức cực lớn nhưng chưa được phổ thông trong thời mạt pháp. *Lấy Trì Danh làm Chánh và Quán Phật làm Phụ*: Tướng Đức A-di-đà thân cao một trượng sáu, sắc vàng ròng, đứng bên bờ ao Thất Bảo, hoặc đứng giữa Hư Không trong vùng Ánh Sáng, tay trái đưa ngang ngực bắt ấn kiết tường, tay mặt buông xả xuống theo cái thế sẵn sang tiếp dẫn hành giả Niệm Phật. Thoạt đầu quán toàn thân Phật, sau chuyên quán tướng lông trắng giữa đôi mày. Tướng Bạch Hào này rộng không, trong suốt như bạch ngọc có tám cạnh, xoay về bên hữu thành năm vòng. Bạch Hào là tướng căn bản trong 32 tướng tốt của Phật, biểu tượng của Trí Huệ Toàn Giác, tức Phật Trí. Pháp này công đức vô biên nhưng khó thành tựu hơn chín pháp nói ở trên.

Ngoài 10 phương thức chánh yếu vừa kể, còn có những pháp chi tiết thứ yếu như niệm tiếng cao tiếng thấp, lúc nhanh lúc chậm... tùy người hành trì chọn lựa.

6- ĐOẠN TUYỆT PHIỀN NÃO.

Theo từ ngữ, PHIỀN là buồn rầu, NÃO là lo lắng tinh thần rối loạn. Trong Phật học, đây là đặc tính của tâm thức sanh ra các pháp bất thiện và làm cho con người vướng mắc trong vòng Luân hồi. Có nhiều cách phân loại, trong Thanh Tịnh Đạo chia làm 10 phiền não gồm có: Tham, Sân, Si, Mạn, Kiến hoặc, Nghi, Hôn trầm, Trạo cử (lăng xăng vọng động), Vô tầm (không biết tự thẹn) và Vô quý (không biết xấu hổ với người khác).

Có cách chia làm hai nhóm:

-*Căn bản phiền não* gồm có: Tham, Sân, Si, Mạn, Nghi, Đào kiến (tức Kiến hoặc).

-*Tùy phiền não*: Các tâm bất thiện do căn bản phiền não sanh ra.

Phương thức đoạn tuyệt phiền não: Mỗi thứ phiền não một cách đối trị.

+*Tham dục*: Thâm quán Tứ Niệm Xứ: Quán thân Bất Tịnh, quán thọ thị Khổ, quán tâm Vô Thường, quán pháp Vô Ngã.

+*Tham vi tế*: Như tham chấp tướng Phật, tướng Thanh Tịnh, cảnh Bồ Tát hiện thân... Căn quán *Cảnh duyên như huyễn*. Đây là trường hợp Nhân Lành cảm Quả Lành, không phủ nhận nhưng cũng cần không tham nhiễm chấp trước, như vậy mới hoàn toàn Giải thoát. *Sau khi lìa Khổ lại rơi vào chấp Lạc* là còn tham vi tế chưa đoạn tuyệt.

+*Sân hận*: Đây là tướng trạng phiền não thô bạo, phá hoại mạnh nhất, làm cho không khai mở được Chân Tâm. Kinh Pháp Hoa dạy cách đối trị: *Lấy Đại Từ Bi làm nhà, Như Hoà Nhẫn Nhục làm áo giáp, tất cả Pháp Không làm tòa ngồi*. Nói cách khác là Vào nhà Như Lai, Mặc áo Như Lai và Ngồi tòa Như Lai.

+*Thị phi*: Đây là tiếng khen lời chê làm tán loạn vọng tâm người nghe. Cách đoạn tuyệt thị phi là *tai có thể nghe* nhưng không chấp, *miệng giữ kín không nói*, không tác nghiệp bất thiện (khẩu nghiệp). Chỉ xét sửa lỗi mình, không phán xét lỗi người. Thấy người có lỗi, nên xót thương, không chê bai khinh ghét.

Khi bị thị phi khinh báng, *không tìm cách biện minh*, nên AN NHẪN. Người mới tu thường thấy mình phải và kẻ khác quấy. Tu hơi lâu, thấy người và mình đều có phải có quấy. Tu càng lâu, chỉ thấy có mình là quấy. Lý do hạnh trì hạnh An Nhẫn: Nếu đời này mình không mắc lỗi, tất đời trước đã có, do đó đời này chịu quả báo. Nếu đời trước cũng không có biệt nghiệp gây nên lỗi thì cũng có cộng nghiệp gây nên điều ác, do đó mới sanh ra cơ sự. Đây là trường hợp bị vu oan giá họa. *An Nhẫn chịu ham oan để giảm nhẹ bớt tội chướng*. Còn có trường hợp An Nhẫn là chịu đựng để vượt qua thử thách như truyện Quan Âm Thị Kính, dân gian thường nói *oan Thị Kính* (4).

Bị người khác dèm pha phỉ báng, nên quán người đó *đem phước đến cho mình*. Từ vô thủy đến nay thế tất ta có gây nên tội chướng vô biên, nay có người chê bai nói xấu, chính đây là duyên may làm giảm tội chướng, lại thêm có công đức An nhẫn. Lục Tổ Huệ Năng dạy: *Nếu là bậc Chân Tu, không thấy lỗi của người đời*. Lý do: Tâm trụ nơi Tịch Định, chỉ tự nhìn mình để sửa lỗi.

+*Si mê*: Tham, Sân cũng như Mạn, Nghi, Ác kiến đều có nguồn gốc là Si mê. Để đối trị Si mê có bốn điều:

-Dùng Tâm: Giữ Tâm Thanh Tịnh, tránh bị ô nhiễm.

-Dùng Lý: Quán Lý như các pháp Quán Từ Bi, Bất Tịnh, Khổ, Vô Thường, Vô Ngã...

-Dùng Sự: Dùng hình tướng như hít thở hơi dài từ từ, uống nước lạnh từng ngụm nhỏ để nén cơn giận, tâm si mê sẽ giảm dần.

-Dùng Sám tụng: Đốt nhang, đánh lễ đọc tụng Sám Hối.

7- KHẮC KỲ CẦU CHỨNG NGHIỆM.

Hành giả cần ấn định hạn kỳ nhằm đạt tới chứng nghiệm. Trong Kinh không nói rõ hạn kỳ là bao nhiêu lần nhập thất, tuy vậy vẫn nói là kiết thất thì đạt tới đạo quả (5). Kinh chỉ dạy mỗi lần kiết thất kéo dài từ một đến bảy ngày. Mục tiêu sự kiết thất là cốt sao dứt trừ hết tạp duyên, tạp niệm để tiến tới chuyên tu *Nhất Tâm Bất Loạn*, như đem tất cả Tâm thức luyện thành một khối duy nhất gọi là khối *Tịnh Niệm*. Tùy căn cơ, hành giả tự định lấy hạn kỳ kiết thất dài ngắn miễn sao đạt tới chứng nghiệm, một vài năm, mười năm, hai ba chục năm... hay trọn đời không rời bỏ.

Chứng nghiệm là Lý Sự phải viên dung. Niệm Phật có hai thứ hành trì: Sự trì và Lý trì. Sự trì là tin có cõi Tây phương Cực Lạc và Phật A-di-đà. Lý trì là tin hiểu Phật A-di-đà ở cõi Tây phương Cực Lạc do chính ở Tâm ta sẵn có đủ tạo nên. Lý Sự viên dung là không chấp CỐ (chấp Tướng) cũng không chấp KHÔNG (chấp Tánh). *Đạo không thuộc về Sắc, cũng không thuộc về Không.* Câu **Tự tánh Di-Đà, duy tâm Tịnh-Độ** cần phải hiểu là Nhiếp Tướng về Tánh, đem Dụng về Thể để hiển bày *Đệ nhất nghĩa KHÔNG*. Người thiên kiến trọng Lý khinh Sự thường chấp vào sự lập luận phủ nhận cõi Cực Lạc và sự tiếp dẫn vãng sanh nên đã hiểu *thiên lệch*: Di-Đà là bản tánh Phật của mình có sẵn, cõi Tịnh-Độ là cảnh Tịnh trong Tâm của mình, do đó *khỏi đi tìm ở bên ngoài*. Hiểu như thế là sai lầm.

Về mặt hành trì, người Niệm Phật cần nhận thức rõ ràng: **Lý tuy đốn ngộ, Sự cần phải lần lượt tu hành.** Người chưa bước lên bờ chớ vội **phá bỏ chiếc bè**. Người chưa viên tu thực chứng Giải Thoát chớ vội **chấp Lý bỏ Sự**. Với môn Tịnh-Độ, duy chỉ có bậc Trí Huệ mới dung thông Tánh Tướng hiểu đến chỗ tận cùng. Bằng không, *thà chấp Tướng mà tu hành dần dần*, càng chấp lại càng có kết quả màu nhiệm!

Nhất Tâm Bất Loạn là Sự nhất tâm, Lý nhất tâm. Bất luận Sự trì hay Lý trì, niệm đến hàng phục phiền não, kiến hoặc tư hoặc không khởi hiện, không bị chúng làm loạn, đó là cảnh giới *Sự nhất tâm*. Bất luận Sự trì hay Lý trì, niệm đến Tâm khai ngộ, thấy rõ bản tánh Phật, đó là cảnh giới *Lý nhất tâm*, cũng gọi là *cảnh giới Định Huệ nhất như*, không bị nhị biên làm loạn.

8- BỀN LÂU KHÔNG GIÁN ĐOẠN.

Tri danh Niệm Phật **chuyên tốt hơn cần**. *Chuyên* là bền lâu, đều đặn mỗi ngày không gián đoạn. *Cần* là chăm chỉ cố làm cho nhiều một khi đã làm, nhưng gián đoạn không đều. Điều cần bản: Câu niệm rõ ràng, Tâm và Tiếng dung hòa với nhau. Niệm đều đặn mỗi ngày một định số, tối thiểu là



mười niệm mới có hiệu lực, do đó có tên là *Thập Niệm pháp*.

Niệm Phật là pháp môn rất dễ tu.

Đễ tu nhưng cần bền lâu không gián đoạn mới hội đủ điều kiện diệt trừ hết được vọng niệm quá nhiều do gieo nhân bất thiện từ vô lượng đời trước. **Mỗi ngày một chút, người nhất tâm sẽ diệt hết vọng niệm**, do đó *dễ mà khó*. Cần am tường chu đáo ý nghĩa hai chữ *Đễ Tu* thì *khó mà dễ*. Có nhiều nghĩa như sau:

- Dùng Tự Lực đi từ Giáo đến Ngộ, công phu ít nhất cũng *vài mươi năm* vì lý do Giáo Lý vô biên cần lần lượt Giải để Ngộ.

- Dùng Tự Lực đi từ Luật đến Ngộ thì phải *xuất gia trì giới nghiêm minh*, trí huệ mới biết tùy duyên ứng hợp. Phương thức này không ứng hợp với người tu tại gia.

- Dùng Tự Lực đi từ Thiền đến Ngộ thì cần có *trí huệ thượng căn* mới đạt tới được.

- Tu Tịnh Độ Niệm Phật cũng dùng Tự Lực nhưng *cộng thêm Tha Lực* là Nguyên Lực của Phật A-di-đà. Do đó, dễ tu vì nhanh chóng nhờ có thêm Tha Lực. Cổ nhân đã so sánh: *Tu các môn khác chỉ dùng Tự Lực khó khăn vất vả như kiến bộ lên núi cao. Niệm Phật Vãng Sanh mau chóng dễ dàng như đi thuyền theo nước xuôi (Tự Lực) lại có gió thuận (Tha Lực).*

Trong mười phương Quốc Độ có vô số cõi Phật, có ba lý do để *chỉ nguyện sanh về Tây phương Cực Lạc của Phật A-di-đà*: Do Bản Nguyên Di-Đà; do lời khuyên của Đức Bốn Sư Thích Ca khuyên dạy đó là nơi thích hợp nhất với mọi căn cơ; và do chúng sanh ở cõi Ta-Bà có Nhân Duyên lớn với Phật A-di-đà và Bồ Tát Quán Thế Âm, chứng minh ở câu chào A-di-đà Phật và câu niệm Đức Quán Thế Âm Bồ Tát mỗi khi gặp rủi ro tai nạn.

9- AN NHẪN CÁC CHƯỚNG DUYÊN.

An nhẫn theo từ ngữ có nghĩa là chịu đựng thiệt thòi, cố gắng nhịn không có phản ứng đối lại như trả thù, cãi lại minh oan, không chịu trách nhiệm trước dư luận và pháp lý. An nhẫn là lặng lẽ chịu hàm oan thiệt thòi mà nguyên nhân sự kiện không do mình gây ra. Nói tổng quát, có ba loại thiệt thòi: Tài sản, thể xác và tâm linh. Thiệt thòi về tài sản như bị dặt tiền, có người vay rồi quịt nợ không trả. Thiệt thòi về thể xác như vô cớ bị hành hung. Thiệt thòi về tâm linh như bị vu oan làm điều gian ác xấu xa, bị sỉ nhục oan uổng. Trong ba loại, thiệt thòi về tâm linh là nặng nề, gây phiền não khó An Nhẫn nhất và đúng nghĩa nhất với chữ NHẪN, chữ Hán viết gồm hội ý hai chữ ĐẠO và chữ TÂM. Do đó, đúng nghĩa chữ NHẪN là chịu đựng sự thiệt thòi về tâm linh đến mức độ như bị người khác cầm dao chém vào trái tim mình mà vẫn cố gắng chịu đựng. Thông dụng thường dùng tiếng ghép đôi NHẪN NHỤC (thiệt thòi về tâm linh) khác với NHẪN NẠI (thiệt thòi nói chung về tài sản và thể xác).

Trong Phật học, An nhẫn hay Nhẫn Nhục là *đạo hạnh hóa giải các chướng duyên* thường xuyên khảo đảo người tu trong cuộc sống hàng ngày. Có rất nhiều chướng duyên gây trở ngại trên đường hành trì

Đạo pháp, tóm lược có sáu loại:

- *Nội khảo*: Chướng duyên do nội tâm sanh ra như Tham, Sân, Si...

- *Ngoại khảo*: Chướng duyên do ngoại cảnh sanh ra như mưa bão, hạn hán, ồn ào bụi bặm...

- *Nghịch khảo*: Chướng duyên do nghịch cảnh sanh ra như cha mẹ già yếu, bệnh tật, bị vu khống tình ngay lý gian...

- *Thuận khảo*: Chướng duyên do thuận cảnh sanh ra như tham luyến danh lợi, say mê thanh sắc, rượu chè...

- *Minh khảo*: Trường hợp gặp thử thách mà không tự tỉnh ngộ như có tài ít bị người ngoài khen nịnh tăng bốc rồi tin là thực sự có nhiều tài.

- *Ám khảo*: Trường hợp gặp thử thách âm thầm khó nội quán để nhận thấy như hành trì lâu rồi chưa thấy chứng nghiệm rồi dần dà sanh ra chán nản bỏ dở...

Hóa giải chướng duyên là việc phải làm trên đường tiến tu. Điều căn bản là quán mọi chướng ngại như mỗi Duyên Tiễn Đạo, nghĩa là coi chướng duyên như cơ hội thử thách cần phải vượt qua, dùng niệm lực Nhất Tâm để *chuyển nghiệp từ dữ sang lành, từ động sang tịnh*. Chướng duyên có rất nhiều, từ trong sanh ra đến ngoài đem đến, ở nghịch cảnh hay thuận cảnh cũng đều có, dù căn cơ thông minh hay ám độn cũng đều gặp. Để hóa giải mọi chướng duyên có bốn hạnh:

+ *Báo oan hạnh*: An Nhẫn coi như trả nghiệp bất tịnh đã gieo từ đời trước, nhất là *ái* và *sát* là hai nghiệp nặng nhất.

+ *Tùy duyên hạnh*: An phận tùy duyên vì lý do tất cả chướng duyên chỉ là *huyễn cảnh* tùy nghiệp mà hiện lên.

+ *Xứng pháp hạnh*: Đây là Chân Như pháp, đối với người tu Tịnh-Độ là Niệm Phật tam muội.

+ *Vô sở cầu hạnh*: Đây là trường hợp gồm cả *Tam Giải Thoát Môn*: Không môn, Vô tướng môn và Vô nguyên môn.

Riêng *Vô sở cầu hạnh*, cũng gọi là *Bất cầu hạnh* ứng dụng để phá mười chướng ngại lớn, đạt tới an nhiên tự tại. Thập bất cầu hạnh gồm có:

- Lấy bệnh khổ làm thuốc hay.
- Lấy hoạn nạn làm giải thoát.
- Lấy chướng ngại làm tiêu dao.
- Lấy các ma làm bạn pháp.
- Lấy việc khó làm an vui.
- Lấy bạn xấu làm giúp đỡ.
- Lấy kẻ nghịch làm vườn hoa.
- Lấy sự quên việc thi ân như quên chiếc dép rách.

- Lấy thanh đạm làm giàu sang.

- Lấy sự oan ức làm duyên tiến đạo.

Bậc thượng trí có thâm tín kiên định nên không ngại chướng duyên, chỉ mỗi khi gặp thì quán chướng duyên làm phương tiện hóa giải để tiến tu, nhưng *không tự cầu chướng ngại* đến, Phật học gọi là mỗi khi gặp thì *ứng duyên hóa giải* mà không cầu. Nếu không giữ được hạnh vô cầu là người kiêu mạn.

10- DỰ BỊ LÚC LÂM CHUNG.

CHẾT là một từ ngữ, là *giả danh*, là phương tiện truyền đạt một nội dung, là sự tưởng biểu lộ một chân tánh, chân thực nghĩa của từ ngữ này. Đó là



kết liễu một thời *quả báo*, xả thân này để lại thọ thân khác, không có nghĩa *Chết là hết* như dân gian thường nói, mạch nguồn nghiệp lực vẫn tiếp tục tuôn chảy, không có ngừng dứt. Do đó, người thông suốt lý sanh tử luân hồi cần **dự bị lúc lâm chung** để được *an thuận vắng sanh*. Ở Tây Tạng có pháp môn *Tập Chết* để hành giả được an nhiên tự tại lúc lâm chung. Phương thức cụ thể gồm có:

* *Ngoại duyên* cần hai điều: Tìm sẵn bạn đồng tu để kịp thời để trợ niệm cho nhau lúc lâm chung và sắp xếp mọi hậu sự như lập di chúc, phân chia tài sản, dặn dò quyến thuộc không tỏ vẻ sầu bi, khóc lóc...

* *Nội tâm* cần giữ vững tinh thần Giải Thoát, dứt trừ tâm tham luyến tài sản, danh vọng, quyền thế và niềm

thương nhớ thân nhân.

* *Sau khi thân nhân mãn phần*, điều quan trọng người nhà cần tĩnh tâm thực hiện để giúp cho người vừa mãn phần được an thuận vắng sanh: Không nên vội di động thân thể hay khóc thương ngay sau khi thân nhân vừa tắt thở vì lý do A-lại-da thức chưa ngưng hoạt động. Làm như vậy là gây thêm phiền não thương nhớ cho người vừa tắt thở. Cần làm việc tẩm liệm sau 8 giờ. Người trợ niệm vẫn tiếp tục niệm Phật cho đến 3 giờ sau mới dứt, được 8 giờ sau thì rất tốt vì lý do chỉ khi đó người chết mới hoàn toàn không còn cảm thức. Sau 8 giờ, nếu tay chân có lạnh cứng thì đắp nước nóng quanh chỗ khớp xương là có thể chỉnh lại dễ dàng cho ngay ngắn.

* *Đối với người mãn phần*, Thần thức thoát xác từ chỗ nào thì chỗ đó còn hơi nóng sau cùng trong khi các chỗ khác đều đã lạnh. Cần cứ vào điểm nóng sau cùng, thân nhân có thể biết người mãn phần sẽ tái sanh trở lại vào cõi nào do nghiệp lực dẫn chuyển tới theo lý Luân hồi:

-Đánh đầu nóng sau cùng, sẽ sanh về cõi Cực Lạc, cõi Thánh, cõi Phật.

-Mặt nóng sau cùng, sẽ sanh về cõi Trời, cõi Tiên, chữ Hán là Thiên giới.

-Chỗ tim nóng sau cùng, sẽ sanh về cõi người, chữ Hán là Nhân giới.

-Bụng nóng sau cùng, sẽ đọa xuống cõi Ngạ Quỷ.

-Đầu gối nóng sau cùng, sẽ đọa xuống cõi Súc sanh.

-Lòng bàn chân nóng sau cùng, sẽ đọa xuống Địa ngục.

KẾT LUẬN.

Khi tìm hiểu và sưu tầm tài liệu viết hai bài *Nam-mô A-di-đà Phật* và *Niệm Phật Thập Yếu*, kẻ cầm bút nội quán tự thấy mình như chợt tỉnh, mở choàng mắt sau giấc ngủ dài mê muội đầy mộng mị, ác mộng cũng như mộng đẹp đều còn nhớ cả!

Kẻ cầm bút thấy đau nhói ở đầu như bị gõ thật mạnh và văng vẳng bên tai tiếng nói nhỏ nhẹ nhưng rất rõ ràng: **Già mà đại, có học mà ngu!** (6). Thoạt nghe thấy bức mình, cảm nhận đó là câu mắng đay tức giận, sau bình tĩnh lại, kẻ cầm bút cảm nhận thấy đó là lời răn dạy đầy lòng xót thương sâu đậm vô cùng. Tác giả bài viết này vui mừng chân thành ngó đối lời tâm sự với bạn đọc, nhẩn nhu thiết tha như sau:

Sống cho ra sống, chết cho ra chết. Đó là bốn phận lo trọn đạo làm Người của chúng sanh, sao cho xứng danh con Người linh hơn con Vật. Sống thì người con Phật lo trì giới, niệm kinh, làm điều lành tránh điều dữ, ăn chay, cúng dường...; chết thì lo nguyện cầu siêu thăng Tịnh-Độ. **Chẳng lẽ đang sống mà không lo cho tương lai đời sau sẽ đi về đâu? Có lo cho đời sau, chẳng lẽ lại không Nhất Tâm Trì Danh Niệm Phật** nguyện vãng sanh Cực Lạc? Đã tự nhận là con Phật, bạn còn suy tính ngờ vực điều gì mà không tin ở Bản Nguyên Di-Đà?

Một ẩn dụ rất dễ hiểu dùng để dẫn giải *năng lực vô lượng, vô biên* của pháp môn Trì Danh Niệm Phật. Ẩn dụ này đơn giản, cụ thể lý giải được giáo lý uyên thâm thường diễn tả bằng lời lẽ trừu tượng khó hiểu, *tiêu trừ được Nghi Tâm* của người chưa có niềm tin, chưa chuyên tu Trì Danh Niệm Phật: Hành giả coi như du khách đường hàng không, điểm đi khởi hành là cõi Ta-Bà đầy uế tạp, điểm tới là cõi Cực Lạc thanh tịnh an vui. Phật A-di-đà và Thánh chúng đến đón tiếp người niệm Phật lúc lâm chung là phi hành đoàn. Du khách muốn lên phi cơ phải *bỏ tiền mua vé*, tấm vé là công phu Niệm Phật. Du khách dù bậc trí giả hay hạng ngu đần, hễ ai có tiền đủ để mua vé là được phi hành đoàn chào đón khi bước chân lên phi cơ. Đi máy bay là *quyền bình đẳng* của tất cả mọi người. Số tiền mua một tấm vé máy bay dù cao đến đâu cũng có hạn định, không phải vô lượng vô cùng, người nghèo đến đâu chịu khó tích lũy từng đồng cũng đủ điều kiện tài chánh để mua được một tấm vé. *Mỗi đồng tiền tích lũy là một lần Niệm Phật* chỉ tốn thời gian mỗi ngày có mấy phút ai cũng làm được, tích lại lâu ngày thế nào cũng đủ tiền mua được một tấm vé cho tự thân mình, không ai mua vé hộ ai được. **Trì Danh Niệm Phật dễ tu mà có năng lực bất tư nghị là như thế.**

Duyên Hạc



Chú thích

1-A-di-đà kinh: Một trong ba bộ kinh *quan trọng nhất* của Tịnh-Độ Tông được lưu hành rộng rãi tại Trung Hoa, Nhật Bản và Việt Nam. Nguyên văn bằng tiếng Sanskrit đã thất lạc, chỉ còn tìm thấy hai bản dịch bằng chữ Hán, một của dịch giả Cưu-ma-la-thập và một của dịch giả Huyền Trang. (Xin đọc bài có tựa đề Nam-mô A-di-đà Phật). Ba bộ kinh quan trọng của Tịnh-Độ Tông gồm có: Đại Thừa Vô Lượng Thọ Trang Nghiêm (cũng gọi là Lạc Hữu Trang Nghiêm), A-di-đà kinh, và Quán Vô Lượng Thọ kinh.

2-Lục Đạo Luân Hồi: Sáu đường tái sanh trong vòng sanh tử tử sanh do nghiệp lực vận hành, cũng gọi là sáu cõi hay sáu nẻo Luân Hồi. Lục Đạo chia làm hai hạng: Ba Thiện Đạo gồm có Người, Thiên, A-tu-la và ba Ác Đạo gồm có Ngạ Quỷ, Súc sanh, Địa Ngục. Trong số ba Thiện Đạo, cõi Người được coi trọng hơn cõi Thiên vì lý do sanh ra ở cõi Thiên có nhiều cảnh đẹp để sanh ra tham đắm, trọng hơn cõi A-tu-la vì lý do sanh ra ở cõi A-tu-la để sanh ra hiểu thắng, kiêu mạn. *Chỉ sanh ra ở cõi người mới có nhiều cơ duyên quý báu để Giác Ngộ, hoàn toàn Giải Thoát.* Do đó, sanh ra được làm Người là hiếm quý.

3-Bảo Liên: Hoa sen quý có bốn màu tiêu biểu cho bốn trong số Ngũ Lực: Xanh (Tín lực), Vàng (Tinh tấn lực), Đỏ (Niệm lực) và Trắng (Định lực). Lực thứ năm là Huệ lực có tiêu biểu là màu Cam. Lý do Bảo Liên không có màu Cam: Trì Danh Niệm Phật nhằm đạt tới Vãng Sanh Cực Lạc chỉ cần đến bốn lực, tiến thêm để đạt tới hoàn toàn Giải Thoát thành Phật mới cần có thêm màu Cam tức Huệ lực (Ao Thắt Bào, nước Tịnh Thủy xin xem chú thích dưới bài Nam-mô A-di-đà Phật).

4-Oan Thị Kính: Sự tích truyền này xuất phát từ Cao -Ly, truyền sang Trung Quốc rồi đến Việt Nam. Truyền gốc ở Cao-Ly: Thị Kính là người Cao-Ly, kiếp trước có thân phận nam tu hành viên mãn sắp thành Phật. Đức Thích Ca lại muốn thử một lần nữa về hạnh *Nhẫn Nhục* nên cho đầu thai làm thân con gái nhà họ Mãng, suốt đời gặp nhiều oan ức phiền não. Thị Kính đã *An Nhẫn* chịu đựng không thanh minh nỗi oan lần nào, đến lúc mãn phần mệnh chung nỗi oan mới được bạch hóa. Sau đó Thị Kính thành Phật nhưng tự nguyện làm Bồ Tát để cứu độ vãng sanh tất cả chúng sanh, khi nào hoàn tất viên mãn lời Nguyên mới chịu thành Phật. Theo truyền thuyết, Thị Kính là tiền thân của Phật A-di-đà nên mới có Bản Nguyên Di-Đà. (Xin đọc điều 18 Bản Đại Nguyên Di-Đà trong bài có tựa đề Nam-Mô A-di-đà Phật).

Câu chuyện bạch hóa nỗi oan Thị Kính: Con gái họ Mãng tên là Thị Kính, tự là Diệu Thường một lòng phát nguyện xuất gia tu Phật. Thời bấy giờ tại Cao-Ly chỉ cho phải nam xuất gia, không cho phải nữ tu chùa viện có cơ thể thân xác không sạch sẽ làm cho hoen ố Phật môn. Để đạt tâm nguyện chí thiết, Thị Kính giả phái nam đến chùa xin quy y, vị tăng hoan hỷ chấp nhận ban cho pháp danh là Chánh Tâm. Một nữ Phật tử hay đến chùa lễ Phật tên là Thị Mầu đem lòng tưởng mến chú tiểu Chánh Tâm nhưng chót đại chứa hoang với một người trai tầm thường. Họ Mãng là thành phần giàu có quyền thế tại địa phương, Thị Mầu không muốn nói ra sự thật nhục nhã cho gia phong, liền nghĩ đến chú tiểu Chánh Tâm và vu oan cho chính chú tiểu Chánh Tâm là cha cái bào thai trong bụng nàng. Tiếng đồn đến tai mọi người, vị Sư hỏi xem thực hư, chú tiểu Chánh Tâm *chỉ niệm Phật, không nhận là CO cũng không chối là KHÔNG*, trong thâm tâm tự nghĩ: Nếu nhận CO thì phạm tội nói dối, nếu chối KHÔNG thì mất cơ duyên hành trì hạnh Nhẫn Nhục. Vị Sư tưởng là chú tiểu tuy không xác nhận bằng lời nhưng đã mặc nhiên phạm tội tà dâm, ôn tồn khuyên dạy chú tiểu trở về đời sống thế tục, tiếp tục tu Phật ở cương vị Phật tử tại gia và lo tròn bốn phận làm chồng làm cha. Đó là dạng ăn năn sám hối thích ứng nhất có hiệu năng giải trừ tội căn nhiều hơn cả. Việc An Nhẫn chịu hàm oan của Thị Kính kéo dài cho đến thời điểm được bạch hóa: Khi Thị Kính mãn phần, dứt nghiệp thế gian, mọi người lo tẩm liệm nhập quan mới hay người tử trần bỏ vợ con lại thế gian là phụ nữ. Cả hai người cha đẻ và mẹ đẻ đứa con còn nhỏ đều lên tiếng minh oan. Tất cả mọi người đều thần phục công đức siêu phàm vị Đại Bồ Tát hóa thân làm Thị Kính nay mãn nguyện trở về cõi Phật, liền lập đền thờ và từ đó có danh xưng Quan Âm Thị Kính (Quan Âm là tên một vị Phật).

Khi lan sang Trung Hoa, câu chuyện có phần sai lệch: Nhận thấy có một nữ thần có tên là Thị Kính, người Hoa tin rằng Thị Kính trong câu chuyện ở Cao-Ly là vị nữ thần này. Đó là Phật Quan Âm giáng thế độ sanh. Lập luận của người Hoa không đúng sự thật, không nói đến chi tiết cụ thể việc hàm oan và việc bạch hóa nỗi oan Thị Kính.

Sang đến Việt Nam, giới Phật tử tin ở câu chuyện gốc tại Cao-Ly là sự tích Đức Quán Thế Âm Bồ Tát. *Về mặt văn chương,* Việt Nam có một tác phẩm thơ lục bát rất có giá trị được lưu truyền trong dân gian về sự tích Quan Âm

Thị Kính, rất tiếc giới sư hầu chưa tìm ra tên tác giả. Về mặt ngôn ngữ, cần phân biệt thành ngữ *Nỗi oan Thị Kính* với trường hợp chịu hàm oan vì *Tình ngay Lý gian*. Nỗi oan Thị Kính là trường hợp tự nguyện An Nhân chịu hàm oan, không thanh minh, không oán hận kẻ vu oan vì lý do *an trú ở Tâm Bồ-Đề* của người đang trì hạnh Nhẫn Nhục Ba-la-mật trong đạo Bồ-Tát. Trường hợp *Tình ngay Lý gian* là người chịu hàm oan có tâm oán hận kẻ vu oan giả họa cho mình, *muốn thanh minh bạch hóa* sự vụ oan cho ra lẽ *Tình ngay* nhưng không đủ chứng cứ để giải oan cho mình về mặt pháp lý và dư luận xã hội (*Lý gian*) nên *đành chịu* hàm oan.

5- Kiết Thất: Cũng gọi là Nhập Thất nghĩa là tu pháp môn Tĩnh Tâm trong căn phòng hay trong am (cái chòi nhỏ lợp lá) là nơi vắng vẻ nhằm thuận lợi cho việc hành trì. Kính chỉ nói mỗi lần kiết thất thời gian kéo dài từ một đến bảy ngày, không nói cần bao nhiêu lần kiết thất mới đạt tới chứng nghiệm đạo quả, điều này tùy ở căn cơ của hành giả mà tự quyết định. Cần phân biệt một chi tiết nhỏ về nhân số: *Nhập Thất*, chữ Hán NHẬP có nghĩa là vào, không hạn định nhân số là bao nhiêu hay chỉ có một người vào ở một phòng để tu Tĩnh Tâm. *Kiết Thất*, chữ Hán KIẾT có nghĩa là chỉ có một mình, một người duy nhất hành trì Tĩnh Tâm trong một cái am nhỏ.

6- Già mà đại, có học mà ngu: Thoạt nghe nhận thấy như câu mắng nói lên sự *ngịch lý*, già thì khôn có học thì sáng mới là *thuận lý* thường tình thế gian. Quán xâu mới thấy đây là lời răn dạy nói lên sự *thuận lý theo quan điểm Giáo lý trong Phật học*: Già thường cây khôn, có học thường cây sáng mà không biết đến sự bất túc, nhân vô thập toàn, làm người (chưa thành bậc Đại Trí như chư Phật) thế tất ai cũng còn cái đại cái ngu chưa tỉnh giác viên dung, chưa thông suốt vạn pháp. *Cái đại ngu của hạng cây khôn cây sáng rất vì thế khó nhận thấy hơn nhiều khi so sánh với cái đại của tuổi trẻ, cái ngu của người thất học*. Sự khôn hay đại không tùy thuộc vào tuổi tác mà tùy thuộc vào mức độ Giác Ngộ. Tục ngữ có câu *ngịch ngôn* nhưng thuận lý: *Khôn thì từ thuở lên ba, đại thì đến già vẫn đại*.

Sự sáng hay ngu cũng vậy, không tùy thuộc vào sự có học hay thất học mà tùy thuộc vào căn cơ, vào Trí Huệ. Sự khai mở Trí Huệ theo một tiến trình mà chỉ khi nào thực chứng mới nhận ra được, giống như người leo lên một tòa nhà có nhiều tầng, leo lên đến tầng nào biết tầng ấy, không biết được đầy đủ chính xác những tầng ở cao hơn. Theo tiến trình Giác Ngộ, sự khai mở Trí Huệ diễn ra như sau:

Học thì biết Lý, Thức thì biết Sự, Học mà không Thức thì ngu gần, Thức mà không Học thì ngông cuồng. Để đạt tới Lý Sự viên dung, cần cả hai Học và Thức. Có cả Học và Thức lại thường sanh ra kiêu mạn. Để đối trị tiêu trừ kiêu mạn, cần phải khiêm nhường an nhẫn và Trí. Có khiêm nhường an nhẫn mới không Chấp Ngã, có Trí mới không Chấp Pháp. Có vô chấp mới khởi phát tâm Bồ-Đề, tiến đến Viên Giác, đồng thời cần Thức Chứng tiến đến Viên Ngộ. Sau khi Giác Ngộ cần hòa nhập viên dung với lý Chân Như, cũng gọi là lý Nhất Như mới viên mãn Đạo quả.

Người viết bài này tự nhận thấy già, đã sống ba phần tư thế kỷ và tự nhận là có học, đã có bằng Đại học, làm giáo sư và viết sách giáo khoa bậc Trung học và Đại học. Tự nhận là già và có học từ lâu nhưng đến cuối năm 2003 mới học được và hiểu được lời răn dạy, nhờ vậy tự nhận thấy mình còn đại còn ngu mà bao lâu nay không nhận ra. Về mặt tu học Phật pháp, người viết bài này cũng đã từ lâu tìm đọc kinh sách, đi chùa nghe thuyết pháp, tham dự các buổi Pháp đàm với các bạn đồng tu, viết bài được đăng ở nhiều tập san Phật học, soạn thảo tác phẩm *Tu Tại Già* để phổ biến rộng rãi lời Phật dạy đến giới mộ Phật... Tuy nhiên, mãi đến khi viết hai bài *Nam-Mô A-di-đà Phật* và *Niệm Phật Thập Yếu mới tỉnh ngộ và bắt đầu thực hành pháp môn Trì Danh Niệm Phật*, mỗi ngày hai lần sáng và chiều, trong tâm cảm thấy phần nào nhưng rõ ràng điệu năng của sáu chữ Hồng Danh **NAM-MÔ A-DI-ĐÀ PHẬT!** Có HỌC mới HIỂU, xong cần phải HÀNH thì mới CHỨNG. Nếu không Hành thì Học và Hiểu để làm gì? Phải không các bạn? **MÔ PHẬT!**

Duyên Hạc



Verse 57: The Story of Thera Godhika

(While residing at the Veluvana monastery, the Buddha uttered Verse (57) of this book, with reference to Thera Godhika)

Thera Godhika was, on one occasion, diligently practicing Tranquillity and Insight Development, on a stone slab on the side of Isigili mountain in Magadha. When he had achieved one-pointedness of the mind (jhana) he became very ill; that impaired the effectiveness of his practice. In spite of his sickness, he kept on striving hard; but every time he was making some progress he was overcome by sickness. He was thus inflicted for six times. Finally, he made up his mind to overcome all obstacles and attain Arahatsip even if he were to die. So, without relaxing he continued to practice diligently; in the end he decided to give up his life by cutting his throat; at the point of death he attained Arahatsip.

When Mara learned that Thera Godhika had died, he tried to find out where the theras were reborn but failed to find him. So, assuming the likeness of a young man, Mara approached the Buddha and enquired where Thera Godhika was. The Buddha replied to him, "It will be of no benefit to you to learn of the destination of Thera Godhika; for having been freed of moral defilements he became an Arahats. One like you, Mara, for all your power will not be able to find out where such Arahats go after death."

Then the Buddha spoke in verse as follows:

Verse 57.

Mara cannot find the path taken by those who are endowed with virtue, who live mindfully and have been freed from moral defilements by Right Knowledge.

(Translated by Daw Mya Tin, M.A., Burma Pitaka Association, Rangoon, Burma 1986)

TRUYỆN TÍCH PHẬT GIÁO

VÀO CẢNH GIỚI NIẾT BÀN SIÊU THOÁT TƯỚNG NHÂN GIAN

Tịnh Minh soạn dịch theo *Pháp Thọa Pháp Cú*

Một thời Trưởng lão Gô-đi-ka (Godhika), sau khi lãnh thọ yếu chỉ thiền quán từ Đức Thế Tôn, an tâm lập mệnh, quyết chí tu hành tại vùng núi đá đen trên đỉnh I-xi-gi-li (Isigili). Sư hạ thủ công phu, chuyên tập thiền định, và sau một thời gian, sư đạt đến cảnh giới Phi tướng phi phi tướng xứ. Vì quá nỗ lực với pháp môn quán niệm nên sức khỏe Trưởng lão suy giảm: tứ chi mỏi mệt, khí lực hôn trầm; Trưởng lão sấu lần gia công nội quán nhưng vẫn không thành. Đến lần thứ bảy, Trưởng lão vào được chánh định, thâm nhập cảnh giới Phi phi tướng. Tuy nhiên, trong lúc xả thiền, Trưởng lão chợt nghĩ:

- Rồi đây ta chắc gì có được giây phút tam muội thiền duyệt như thế này, hay phải bị chi phối bởi các pháp hữu vi giả hợp, phải bị quay cuồng theo cơn lốc khắc nghiệt của thời gian. Ta đâu làm chủ được thân mạng tử đại này. Nó đến và đi theo chu trình sanh trụ dị diệt. Thà đi sớm theo ý nguyện của mình thì hơn. Đợi đến lúc mắt lờ tai điếc, chân tay quờ quạng, đi đứng xiêu vẹo thì chỉ gặp khốn khổ!

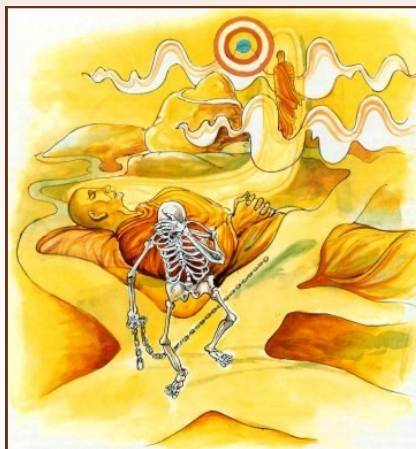
Thế là, chỉ trong tích tắc, ý nghĩ đoạn mạng vụt đến với ngài:

- Đã đến lúc ta phải nhờ sự trợ giúp của con dao cạo.

Gô-đi-ka mở hộp, lấy chiếc dao cạo tóc đã ngả màu han rỉ, đem mài thật bén, đoạn lên nằm ngửa trên sạp gỗ, định ra tay kết liễu mình bằng lưỡi dao trên cổ.

Bấy giờ Ma vương, tên ác quỷ, thấy ý định quyết liệt của Trưởng lão, bèn khởi niệm:

- Sa-môn này đã nghĩ đến công dụng của chiếc dao cạo, và những ai nắm sẵn nó trong tay như thế thì tình yêu, cuộc sống và mọi giá trị trên đời đều trở thành vô nghĩa. Họ đã vượt ra ngoài phạm vi đối đãi. Họ không còn đảo điên trong cảnh xung dương tán thán hay hủy báng khinh thường. Những người như thế hẳn đã chứng quả A-la-hán, đã đạt đến trí tuệ siêu việt. Nhưng nếu ta ra sức khuyên can Trưởng lão từ bỏ ý



định giải thoát thân mạng như vậy thì chắc gì người đã nghe. Phải cầu Đức Thế Tôn. Chỉ có Ngài mới hàng phục được ý nguyện của môn đệ Ngài:

Ma vương liền cải dạng thành một thường dân xa lạ, đến vái chào Đức Thế Tôn và cất lời trình tróng:

- Hỡi tráng sĩ vĩ đại, đáng trí tuệ và thần lực siêu phàm, bậc giải thoát sân hận và sợ hãi, con xin hân hạnh quỳ dưới chân Ngài.

- Hỡi Đạo sư tôn quý, đệ tử Ngài đã siêu thoát sanh tử, nhưng vẫn suy tư và mong cầu cái chết. Hãy khuyến họ từ bỏ ý định quyền sinh, nguyện đức từ bi xót thương cứu độ.

- Hỡi đáng đại giác Thế Tôn, có sao môn đệ Ngài tu tập chánh pháp, nhứt tâm thiền định, nhưng cuối đời vẫn chưa thành tựu sở nguyện, vẫn chưa được gọi là viên mãn công phu?

Lúc đó Trưởng lão vừa kéo con dao, Thế Tôn nhận ra Ma vương ngay, Ngài đọc kệ:

*Người vững tâm tu tập,
Xem nhẹ tướng nhân gian,
Trưởng lão đoạn tham ái,
Đạt cảnh giới Niết bàn.*

Bấy giờ Thế Tôn cùng nhiều môn đồ theo Ngài đến nơi Trưởng lão đã ra tay sử dụng con dao. Tên ác quỷ thấy vậy liền biến thành một cột khói khổng lồ, dày

đặc, ra sức tìm Trưởng lão khắp mọi nơi nhưng không gặp. Hẳn loay hoay thất lạc:

- Thần thức của Trưởng lão trụ vào đâu nhỉ?

Đức Thế Tôn chỉ cho các Sa-môn thấy cột khói dày đặc, nói:

- Nay các thầy Tỳ-kheo, Ma vương đang nỗ lực tìm kiếm thần thức của Thánh tăng Gô-đi-ka. Hẳn đang lâm bầm, bức tức đấy.

Nhưng, như các thầy suy nghiệm, thần thức của Gô-đi-ka không vướng mắc vào một nơi nào cả. Bởi vì, này các thầy Tỳ-kheo, Thánh tăng Gô-đi-ka đã vào Niết bàn.

Không tìm ra tông tích thần thức của Trưởng lão, Ma vương cải dạng thành một hoàng tử, tay cầm chiếc đàn nguyệt làm bằng loại gỗ hoàng lim, đến gặp Thế Tôn, hỏi:

- Ta đã tìm khắp mọi nơi: trên trời dưới đất, bốn phương tám hướng, nhưng không thấy Gô-đi-ka. Sư đã thác sanh vào cõi nào, thừa Tôn giả?

Thế Tôn mỉm cười, đọc kệ:

*Ai nỗ lực thiền định,
Quyết tâm tu vững vàng,
Ngày đêm vui chánh niệm,
Đoạn thân tướng nhân gian.
Trưởng lão vào Niết bàn,
Nhờ dứt nghiệp tham ái,
Hàng phục sạch chướng ngại,
Hết vướng lụy trần gian.*

Vô cùng thất vọng, tên ác quỷ bỗng buông vội cây đàn, rồi biến mất với tâm trạng ngổn ngang, nặng trĩu.

Sau đó Thế Tôn nói:

- Nay ác quỷ, làm sao người tìm ra nơi thần thức của Trưởng lão Gô-đi-ka an trú. Trăm ngàn mưu chước, biến hóa như người cũng không tìm được.

Ngài đọc kệ:

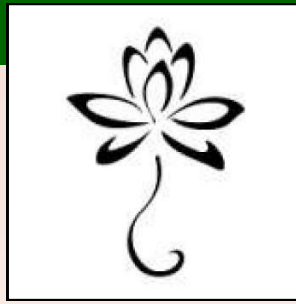
*Những ai sống đức hạnh,
Cẩn trọng và trang nghiêm,
Giải thoát bằng thánh trí,
Ác ma không thể tìm.*

(PC. 57)

TIN TỨC SINH HOẠT

MÙA SEN NỞ 2557

Thích Nữ Giới Định



Kính lạy bậc Thiện Thệ Thế Gian Giải:

**"Đầy cõi ta bà lấp lánh sao
Này tầng Đâu Suất rạng
muôn màu"**

**Pháp thân Đại sĩ hằng tiến
bước**

**Trải kiếp vào đời quyết
chẳng nao."**

Mỗi năm mùa hạ đến hoa sen tỏa hương thơm người con Phật sống tại quê nhà hay xa hương, bất cứ phương trời hải ngoại nào, những muôn triệu con tim của người Phật tử cùng hoà chung một nhịp đập, hân hoan kỷ niệm ngày Đản sanh của Đấng Cha lành. Hình ảnh Đức Thích Tôn là một bài ca tuyệt hảo, giáo pháp của Ngài là ánh hải đăng chiếu sáng nghìn vạn năm. Những pháp âm tại vườn lộc Uyển, Trúc Lâm, Xá vệ, Linh Thứu Sơn... thưở nào dường như còn vang vọng đâu đây. Pháp âm ấy tỏa khắp muôn phương, thấm sâu vào tâm hồn của những chúng sanh khao khát hạnh phúc và chân lý. Hy hữu thay:

"Một Đức Phật ra đời

Đau khổ liền nhẹ với

Nụ tâm xuân vừa nở

Hương bay ngát đất trời."

Cách đây 2637 năm, tại thành Ca tỳ La Vệ, nơi vườn Lâm Tỳ Ni lúc mặt trời vừa ló dạng ở phương đông, chính là giờ đản Thiên Nhơn Sư thị hiện. Mặc dù Đức Phật đã thị tịch trên 25 thế kỷ, nhưng âm vang của Ngài vẫn còn sống mãi trong lòng nhân loại, hình ảnh của Ngài vẫn còn vang dội khắp năm châu, danh thơm cao quý và đạo đức sáng ngời vẫn lưu dấu bất diệt trong triệu trái tim muôn người, và cuộc đời càng đau khổ thì giáo pháp càng thấm sâu vào con người trên hành tinh này. Cho nên, cứ mỗi năm khi sen hồng hé nở, báo hiệu mùa Phật Đản lại trở về, toàn thể Phật giáo đồ khắp năm châu bốn bể đều long trọng cử hành đại lễ và chúc mừng ngày Khánh Đản là ngày xuân vô tận. Hòa trong niềm vui chung, mừng đón bậc siêu nhân xuất hiện tại thế gian, toàn thể Tăng Ni Phật tử chúng ta xin chấp tay nguyện cầu Phật nhật tăng

huy, Pháp luân thường chuyển, Tăng luân củng cố, phong điều vũ thuận, quốc thái dân an, nhân loại thanh bình. Mọi người cùng hòa hợp bên nhau trong ánh đạo vàng giải thoát.

Cùng nhau lắng lòng thanh tịnh, sâu thẳm tâm hồn để nghe:

**"Nghe sen khẽ động trong
đầm**

**Nghe chuông đổ nhẹ đêm
rằm trầm hương**

**Nghe bất diệt giữa vô
thường**

**Nghe chim trời nhạc cúng
dường Phật sanh."**

Lễ cúng dường Phật Đản năm nay Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ và các Châu lục cùng tổ chức tại Mile Square Park, thành phố Fountain Valley, California, Hoa Kỳ. Vào thứ Bảy, Chủ nhật, ngày 11 và 12 tháng 5 năm 2013 (nhằm ngày 02 và 03 tháng tư âm lịch) do Hoà thượng Thích Nguyên Trí, Viện chủ chùa Bát Nhã làm Trưởng ban Tổ chức. Đây là một Phật sự trọng đại, vì sự trường tồn của đạo pháp tại hải ngoại, duy trì nền tảng đạo đức Phật Giáo cho những thế hệ con cháu. Trên Chư tôn đức, quý thân hào nhân sĩ Phật Giáo, quý Phật tử, các mạnh thường quân, đều chung một lòng, tất cả mọi người đều đồng tâm hợp sức lo cho ngày Phật Đản sắp đến.

Ngày 01 tháng 01 năm 2013 Hoà thượng chùa Bát Nhã, Cư sĩ Huỳnh Tấn Lê, khoảng 30 Tăng Ni và Phật tử bốn tự có một buổi họp sơ khởi tại Mile Square Park. Hòa thượng cho biết cũng tại địa điểm này vào năm 1995 lễ Phật Đản với khoảng 50.000 người tham dự, tuy không được nhìn thấy nhưng mọi người đã rất vui mừng cho sự hưng thịnh của Phật Giáo tại xứ người. Rồi những buổi họp kế tiếp để phân ban, mọi người đóng góp ý kiến, cùng thanh tịnh hoà hợp mà làm việc, có 21 ban. Trên hết là chư tôn trưởng lão chứng minh, ban tổ chức, ban vận động tài chánh, ban trần thiết, ban xe hoa, ban ẩm thực... Đặc biệt năm nay các

tự viện, các cơ sở thương mại phát tâm làm xe hoa cúng dường ngày Phật Đản sanh. Theo dự kiến của ban tổ chức xe hoa sẽ được diển hành vào trưa thứ bảy ngày 11 tháng 5 năm 2013 qua các đường phố chính như Bolsa, Euclid... Đây là một hình ảnh tuyệt vời làm sống lại hình ảnh những mùa sen nở trước năm 1975 của miền Nam nước Việt. Tại các thành phố lớn như Sài Gòn, Đà Nẵng, Huế đều có xe hoa trong ngày Đại lễ. Xe hoa được tôn trí hình tượng Đản Sanh khi Thái tử ra đời, các hình ảnh như chư thiên rải hoa cúng dường, chín rồng phun nước, biểu ngữ với hàng chữ lớn KÍNH MỪNG PHẬT ĐẢN cờ xí, đèn nền sáng trưng... Xe hoa nhiều hành qua các đường phố lớn, đồng bào Phật tử đứng hai bên đường chấp tay, lạy sát đất khi xe đi ngang qua, có rất nhiều gia đình đặt bàn hương án trước nhà, thờ cúng lễ lạy, lồng đèn đủ màu sắc, cờ Phật giáo tung bay trong gió.

Phật Đản năm nay chư tôn đức Tăng Ni trong Giáo hội vẫn giữ nguyên vị trí của mình để làm việc, như vị nào trong chức vụ thủ quỹ, tài chánh, kinh tế... thì trong đại lễ vẫn chức vụ đó mà làm việc. Ai cũng hoan hỷ, vì đây là Phật sự chung của giáo hội, không riêng tư một chùa nào, hy vọng tất cả đều đem tâm thành kính, tinh tài tịnh vật thanh tịnh mà cúng dường Đại lễ.

Cần có nhiều tài chánh để chi tiêu trong Đại lễ, nên ban tổ chức có tiệc chay gây quỹ tại nhà hàng Seafood Palace 2 Restaurant vào lúc 4:00 chiều chủ nhật ngày 21 tháng 04 năm 2013 (nhằm ngày 12 tháng 3 năm Quý ty). Rất mong có sự tham dự của chư tôn đức Tăng Ni, các nhà bảo trợ, các vị mạnh thường quân, đồng hương Phật tử, mỗi người một bàn tay thì không việc nào mà không thành tựu viên mãn, như lời cổ nhân đã dạy: *"Một cây làm chẳng nên non, ba cây chụm lại thành hòn núi cao."* Theo luật của Mile Square Park không được bán thức ăn như ở Westminster Mall, mà chỉ Donation tất cả mọi thức ăn uống, cho nên ban tổ chức năm nay nhờ các chùa trong vùng hỗ trợ phần ẩm thực, quý Phật tử sau khi nhận thực phẩm thì tùy hỷ cúng dường.

Chương trình Đại lễ thật phong phú, lợi ích thiết thực cho từng lứa tuổi khi tham dự. Có rất nhiều sáng kiến mới của ban tổ chức

trong kỳ đại lễ Phật Đản 2557. Đây là món ăn tinh thần tươi mát, xua tan bao muộn phiền trong cuộc sống nhiều lo lắng như hiện nay. Không gian của Mile Square Park rộng rãi thoáng mát, chúng ta dự lễ xong, thưởng thức những món ăn chay tinh khiết nhưng bổ dưỡng, có cơ hội tản bộ, ngồi lắng lòng trong vài phút để tâm hồn bình an, thanh thản. Theo dự kiến của ban tổ chức

Thứ Bảy 11 tháng 5 năm 2013

Xe Hoa Kính Mừng Phật Đản tập trung về Mile Square Regional Park (MSRP). Thập Hương và đặt vòng hoa Tượng Niệm tại đài Chiến Sĩ Việt Mỹ Diễn hành xe hoa trên lộ trình MSRP-Euclid-Bolsa-Magnolia-Westminster-Euclid-MSRP. Lễ chào mừng Đại Lễ Phật Đản PL.2557 - Cắt băng cổng chào. Khai mạc khóa Tu Học và Đố Vui Phật Pháp (Có chương trình riêng). Văn nghệ kính mừng Phật Đản Thuyết pháp. Thập nền nguyện cầu thế giới hòa bình, chúng sanh an lạc

Chủ Nhật 12 Tháng 5 năm 2013

Chương trình đồ để học & Phật Pháp vấn đáp. Chư tôn đức vân tập Kỳ Viên Tịnh Xá. Cổ Phật khất thực và Cúng dường Trai Tăng tại Kỳ Viên Tịnh Xá. Văn nghệ kính mừng Phật Đản. Thuyết pháp. Đại lễ Phật Đản chính thức (có chương trình riêng). Văn nghệ kính mừng Phật Đản. Kết thúc chương trình Đại Lễ Phật Đản.

Chúng ta đến dự lễ để tô bồi thêm công hạnh cho tự thân, làm gương sáng cho con cháu, góp phần trang nghiêm cho Đại lễ, thể hiện tinh thần đoàn kết giữa Tăng Ni và Phật tử. Mọi người tay trong tay, lòng chung lòng để đánh tan những ty hiềm, những xuyên tạc mà Phật giáo đã phải hứng chịu trong nhiều năm tháng qua. Chư tôn lãnh đạo Giáo Hội, trong quá khứ cũng như hiện tại là những vị Bồ tát hiện tiền, dẫn thân làm Phật sự, không sợ uy quyền, không cúi đầu trước bạo lực, có vị hy sinh cả tánh mạng để bảo vệ chánh pháp khi đạo pháp lâm nguy. Những người hôm nay phi báng Phật pháp, chúng ta khởi lòng từ bi thương xót họ, vì quá vô minh mà tạo nghiệp bất thiện, trong hiện tại cho đến tương lai không tránh khỏi những đau khổ, vì gieo nhân nào thì gặt quả ấy.

Thành kính đánh lễ Bậc Thiên Nhơn Sư

"Mùa Phật Đản con thành tâm lễ Phật"

Tất Bật

*Ngày tháng trôi qua như giấc mộng
Tất bật việc đời biết là không
Nhưng 'bỏ thì thương, vương thì tội'
Dầu gì... cũng trọn một mùa đông!*

thơ

Một chuyến đi-về

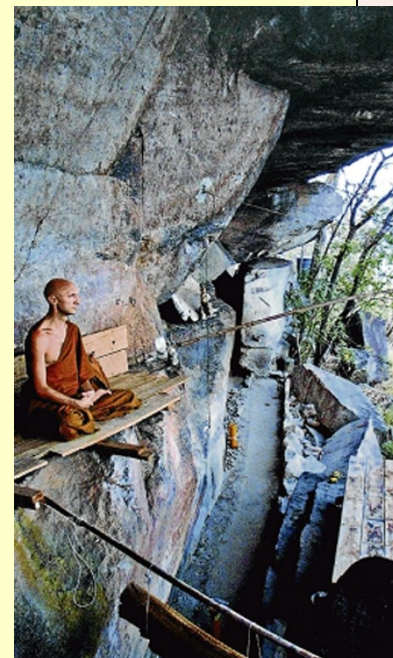
*Lâu lắm mới đi như về
Mặc tình thiên hạ cười chê
Miễn sao nghĩa tình không thiếu
Đi-về ước lệ nhà quê!*

Biền Ngẫu

*Mùa đông thường lệ cúm
Thân phận đời nhen nhúm
Hiện rõ dòng tử sinh
Ôi thế sự... tùm lum!*

California, những ngày còn lạnh

HUYỀN VŨ



Nguyện cầu Ngài phân tòa ánh hào quang Để chúng con được đón ánh đạo vàng Sống thư thái trong hào quang chư Phật.

Khi Đức Phật Đản sanh tại vườn Lâm Tỳ Ni, hoa Ưu Đàm nở rộ, trống nhạc trời vang vọng, chư thiên chín rồng phun nước tắm cho Ngài. Hôm nay, trong ngày Đản sanh của Đức Từ Phụ, người Phật tử chúng con cũng thể hiện tấm lòng hân hoan tôn kính của mình, xin được dâng lên những hương hoa tinh khiết hòa quyện tâm hương thanh tịnh dâng lên cúng dường đấng Thiên Nhơn Sư của mười phương ba đời. Tiếng chuông chùa trầm bổng vang vọng, hòa lẫn tiếng kinh thanh tịnh đã làm vơi đi bao sầu muộn, bận khoăn, ưu tư, lo lắng của kiếp nhân sinh. Trong tận sâu thẳm của con tim, chúng con cảm nhận được năng lực vi

diệu vô lượng của đấng cha lành đang tưới tắm tâm hồn chúng con.

Suốt 49 năm thuyết pháp độ sanh, Ngài đã vì vạn loại chúng sanh không kể gian lao vất vả, khắp đất nước Ấn Độ từ kinh thành lộng lẫy đến hang cùng ngõ hẻm, đem suối nguồn vi diệu xóa bao đau thương. Những người hữu duyên được tắm mình trong chánh pháp, ngộ hầu thăng hoa trong đời sống hiện tại và an lạc vĩnh hằng trong những kiếp tương lai.

Chúng con những người sinh vào đời mạt pháp, nhưng còn hạnh phúc hàng ngày được đánh lễ tôn tượng Đức Như Lai, được gặp chánh pháp, thân cận Tăng Ni, xin chấp tay thành kính đánh lễ Tam Bảo thường trụ trong thế gian.

Nam Mô Lâm Tỳ Ni Viên Vô Ưu Thọ Hạ Thị Hiện Đản Sanh Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.