

Nguyệt san



CHÁNH PHÁP

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

Vu Lan — Mùa Báo Hiếu

46

THÁNG 09.2015



CHÁNH PHÁP

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

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

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

Chủ bút: Vĩnh Hào
 Với sự cộng tác của chư tôn đức Tăng Ni và văn thi hữu tán đồng chủ trương của Chánh Pháp.
Trình bày: Tâm Quang
Hình bìa: Shupadin/photobucket

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

Báo Chánh Pháp có mặt để góp phần giới thiệu đạo Phật đến với mọi người. Ước mong pháp 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.net
www.chanhphap.org
www.chanhphap.us

Chi phiếu ủng hộ xin ghi:

CHANH PHÁP
11502 Daniel Ave.
Garden Grove, CA 92840

NỘI DUNG SỐ NÀY:

- ♦ **THƯ TÒA SOẠN**, trang 2
- ♦ **TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI** (Diệu Âm lược dịch), trang 4
- ♦ **HÌNH ẢNH KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN V** (Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường), trang 8
- ♦ **BẢO HIỆU LÀ PHẢI PHẬT BỒ ĐỀ TÂM** (Thích Đức Trí), trang 10
- ♦ **ĐỜI MẸ NHƯ SƯƠNG** (thơ Phan Tấn Hải), trang 11
- ♦ **CẨM NIỆM MÙA VU LAN BẢO HIỆU - ĐỀN ƠN** (Thích Viên Thành), trang 12
- ♦ **CHA ĐI** (thơ Vĩnh Hữu), trang 13
- ♦ **CỎ XE BẮT BẠI** (Thiên Hạnh), trang 14
- ♦ **ĐẰNG SAU NỤ CƯỜI** (thơ Ngọc Tuyết), trang 14
- ♦ **HÌNH ẢNH KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN V**, trang 16
- ♦ **NHỚ MẸ, MỘT ĐỜI** (thơ Nguyễn Lương Vy), trang 18
- ♦ **HIỆU, NHÌN TỪ NHỮNG BÀN KINH KHÁC NHAU** (Thích Nguyên Hiệp), trang 19
- ♦ **THƯỜNG NGÀY** (thơ Nguyễn Thị Khánh Minh), trang 21
- ♦ **CÁCH XỬ THẾ CỦA NGƯỜI XƯA** (TN Như Thủy), trang 22
- ♦ **VỌNG TIẾNG RU XƯA** (thơ Thiên Hạnh), trang 23
- ♦ **HÌNH ẢNH KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN V**, trang 24
- ♦ **TỔNG QUAN VỀ PHẬT GIÁO ĐỜI NHÀ LÝ** (Nguyễn Lang), trang 26
- ♦ **NHỚ MẸ, THÔNG DONG ĐƯỜNG VỀ** (thơ Lê Phương Châu), trang 29
- ♦ **THẤY RÕ THỰC TƯỚNG CỦA NHÂN DUYÊN** (Lâm Thanh Huyền), trang 30
- ♦ **MẶT TRỜI MẶT TRĂNG CỦA TÔI** (Thảo Lư), trang 31
- ♦ **BỊT MẮT, BỊT TAI, BỊT MIỆNG** – Câu chuyện dưới cờ (Nhóm Áo Lam), tr. 32
- ♦ **PHẬT HỌC VÀ HỌC PHẬT** – Phật Pháp thứ Năm (Nhóm Áo Lam), tr. 33
- ♦ **TIỀN KHIẾN TỨC TRÁI** – Lá thư đầu tuần (GDPTVN Trên Thế Giới), trang 34
- ♦ **STORY OF THERA TISSA** (Daw Mya Tin), trang 35
- ♦ **THE END / CHUNG CUỘC** (thơ Tagore – Tâm Minh Ngô Tằng Giao dịch), trang 36
- ♦ **SINH TỬ QUẢ LĂNG KÍNH CỦA NGƯỜI GIÁC NGỘ** (Thánh Trí), tr. 38

- ♦ **LẠI ĐẾN MÙA VU LAN...** (thơ Đồng Thiện), trang 42
- ♦ **HƯƠNG VƯỜN XƯA** (Huệ Trân), trang 47
- ♦ **SAO KHÔNG ĐỢI CON** (thơ Linh Thoại), trang 48
- ♦ **CÓ MẸ TRONG ĐỜI** (Thanh Thị), trang 49
- ♦ **NGÁT PHƯƠNG THƠ, QUÁN BÊN SÔNG** (thơ Tâm Nhiên), trang 50
- ♦ **TRUYỆN NGÀN TRĂM CHỮ** (Steven N), trang 51
- ♦ **TRẦU CAU DẰNG MẸ** (Tâm Không – Vĩnh Hữu), trang 51
- ♦ **CHUYỂN ĐỔI VIỆC ĂN UỐNG TỪ THỊT CÀ SANG RAU ĐẬU** (Tâm Diệu), trang 54
- ♦ **LUÂN HỒI, QUÁN TRỌ TRẦN GIAN** (thơ Hàn Long Ẩn), trang 56
- ♦ **NẤU CHAY: MÌ XẢO CHAY** (Chân Thiện Mỹ), trang 57
- ♦ **CHĂM SÓC CHA MẸ GIÀ** (Bs. Nguyễn Ý Đức), trang 58
- ♦ **TRỞ VỀ** (thơ Hồ Bích Hợp), trang 60
- ♦ **LÒNG TRI ÂN** (Ngọc Bảo), trang 61
- ♦ **MỪNG VU LAN** (thơ Tâm Tường Lê Đình Cát), trang 63
- ♦ **HÌNH ẢNH KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN V**, trang 64
- ♦ **CON GÀ Ó MÃ LẠI ƠI** (Lê Giang Trần), trang 66
- ♦ **PHƯƠNG TRỜI CAO RỘNG** – chương 4 (Vĩnh Hào), trang 69
- ♦ **TRÀM LUÂN MẸ, LAY LẮT ĐỜI CON** (Hạ Huyền), trang 72
- ♦ **PHƯƠNG HỒNG, DẤU LẶNG GIỮA CƠN BA ĐỘNG** (Phù Du), trang 73
- ♦ **NGƯỜI MẸ** (Đức Thương), trang 74
- ♦ **CẨM TƯỚNG HỌC VIÊN KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ** (thơ Trần Trọng Khoái), trang 75



Báo Chánh Pháp số 46, tháng 09 năm 2015, do Tổng Hội Cư Sĩ PGVN (California) và Brodard Chateau, Brodard Restaurant & Bamboo Bistro ủng hộ ấn phí. Tòa soạn xin thành tâm cảm tạ. Kính nguyện quý hội và chư Phật tử được hưng long, an lạc để hoằng truyền và hộ trì Phật Pháp.



Thư Tòa Soạn

CHA MẸ LÀ TẤT CẢ

Thời tiết thật oi bức suốt một tuần lễ qua. Đâu đó trên đường, có những cảnh báo về hạn hán, kêu gọi mọi người tiết kiệm, hạn chế việc dùng nước. Nạn hạn hán đã kéo dài ở xứ này liên tục bốn năm qua. Nhiều cây kiểng và những bãi cỏ xanh của các công xưởng, công viên, gia cư tại đô thị đã lần lượt biến mất. Mọi người, mọi nhà đều phải tự ý thức trách nhiệm của mình đối với thiên tai này. Nói là thiên tai, mà kỳ thực, có sự góp phần rất lớn của con người trong việc sử dụng quá nhiều tài nguyên thiên nhiên (đốt nhiên liệu hóa thạch, phá rừng, v.v...) làm tăng nhiệt độ quả đất, tạo nên tình trạng hâm nóng toàn cầu (global warming).

Gần 200 quốc gia phát triển và đang phát triển đã ký vào Nghị định thư Kyoto (*Kyoto Protocol*, do Liên Hiệp Quốc chủ xướng từ năm 1997) nhằm cắt giảm lượng khí thải gây hiệu ứng nhà kính, ngăn chặn hoặc ít ra là làm giảm tốc độ ấm lên của trái đất.

Trái đất trở thành ngôi nhà chung của toàn thể giới; và trước hiểm họa chung, nhân loại nhích lại gần nhau như người trong một gia đình. Nhưng một gia đình lý tưởng, và thực sự được gọi tên là “*gia đình*” chỉ khi nào có sự hòa hợp, thương yêu. Một thể giới đầy hận thù, nghi kỵ, ganh ghét, lạm dụng và lợi dụng nhau, công kích, giết hại nhau... thì không thể có hòa bình.

Gia đình là giềng mối từ đó hình thành xã hội, quốc gia hay thể giới. Không có gia đình thì không có xã hội, quốc gia, hay thể giới gì cả. Cũng vậy, không có cha mẹ thì không có gia đình. Cha mẹ là nhân tố quyết định sự có mặt của một gia đình.

Lập nên một gia đình không khó. Tạo một gia đình hạnh phúc, an vui, mới là khó.

Mỗi thể hệ cha mẹ có trách nhiệm nuôi dạy con cái trưởng thành, làm người tốt của gia đình và hữu dụng cho xã hội. Tổ tiên dạy dỗ ông bà, ông bà dạy dỗ cha mẹ, và cha mẹ dạy dỗ chúng ta. Vậy nhìn chung, tổ tiên tốt thì ông bà tốt, ông bà tốt thì cha mẹ tốt, và rồi con cái cũng tốt theo. Thế nhưng, cha mẹ tốt mà con cái trở nên

hư đốn, phá hoại xã hội, thậm chí còn giết hại cả cha mẹ ruột, thì trách nhiệm này thuộc về ai? Người ta sẽ tự suy ngẫm hoặc lắng nghe ý kiến, nhận định, hay kết luận từ các chuyên gia về giáo dục, nhân chủng và xã hội, cho đến luật học, đạo đức học, và dĩ nhiên là không quên tham khảo các tu sĩ của các tôn giáo, để phán xét về những đứa con hư.

Nhưng thế nào là cha mẹ tốt? và thế nào là đứa con hư? Người Á đông sẽ trả lời rất mau mắn: cha mẹ tốt là những người con hiếu thảo, đứa con hư là đứa con bất hiếu. Từ câu trả lời này, lại nảy sinh câu hỏi khác: thế nào là hiếu, thế nào là bất hiếu? Câu trả lời theo văn hóa Á đông cũng rất mau mắn: hiếu là vâng lời cha mẹ, bất hiếu là không vâng lời cha mẹ. Nói vậy là vì tục ngữ Việt Nam có câu: “*Con cãi cha mẹ trăm đường con hư.*”

Câu nói trên rất đúng cho nhiều gia đình mà cha mẹ là những người có đạo đức, biết lẽ phải, sống ngay thật, khoan dung, thương người, giúp người, thích làm việc công ích, không làm tổn hại ai; và dĩ nhiên là nuôi dạy con cái với tình thương yêu vô hạn. Đối với những bậc cha mẹ như thế, nếu con cái cứ chống cãi và sống ngược lại, nhiều phần sẽ dẫn đến sự hư hỏng, ngỗ nghịch, gây bất hòa trong gia đình, tạo bất ổn cho xã hội. Nhưng chuẩn mực của thể hệ này, trong hoàn cảnh xã hội này, không hẳn là có giá trị tuyệt đối cho các thể hệ sau, ở những nơi mà nếp văn hóa và quan niệm về nhân sinh khác hẳn. Chưa kể có những cha mẹ là thành phần bất hảo trong xã hội, sống ích kỷ, chỉ biết lợi mình, không bao giờ quan tâm đến khổ đau hay sự thiệt thòi của kẻ khác, không có một tiêu chuẩn đạo đức tối thiểu nào cho con cái noi gương, thì đừng trách tại sao con cái không vâng lời, không làm theo ý mình.

Vậy, trong một số trường hợp, con cãi cha mẹ chưa chắc trăm đường con hư; và cha mẹ đạo đức, chưa chắc biết cách dạy con nên người (trong một xã hội chuyển biến không ngừng với những bước nhảy vọt cả về kỹ thuật lẫn sự đổi

bại luân lý).

Tiêu chuẩn đạo đức cũng thay đổi theo thời gian và hoàn cảnh. Chỉ có tình thương vô hạn của cha mẹ dành cho con cái thì ngàn năm trước và ngàn năm sau, vẫn là một thứ tình thiêng liêng cao đẹp, không ai truyền trao, không ai dạy dỗ, mà mọi người đều bình đẳng sở hữu khi quyết định tạo lập một gia đình cho chính mình. Nhưng nếu tình thương cha mẹ không được điều hướng bởi sự **hòa hợp** thì trong rất nhiều trường hợp, tình thương lại biến thành trở lực cho hạnh phúc gia đình.

Trong khi **hợp** là xây dựng, bồi đắp cho vững chắc những điểm tương đồng thì **hòa** là chia sẻ, cảm thông, tôn trọng và chấp nhận những điểm dị biệt trong cuộc sống chung. Thương yêu mà chỉ khư khư giữ lấy ý kiến của mình, buộc người khác phải nghe theo, thì không thể nào có được sự hài hòa, thuận thảo trong gia đình. Cha mẹ không phải lúc nào cũng đúng. Có khi nên biết lắng nghe quan điểm của con cái, cảm thông cho cá tính, ước nguyện, tâm tính và hoàn cảnh của chúng. Đừng bao giờ cho rằng con cái phải có trách nhiệm hay bổn phận thực hiện điều mình mong muốn, hoặc phải thành đạt giấc mộng chưa thành của mình. Đừng đặt giấc mơ của mình trên vai con cái mà không chịu tìm hiểu giấc mơ của chính nó.

Trong sinh hoạt xã hội, tập thể, tổ chức (tôn giáo, hội đoàn, công đoàn...), quốc gia, và quốc tế cũng vậy: những người lãnh đạo phải biết **hòa hợp** với người dưới, tôn trọng nguyện vọng chung của người dân, quan tâm đến lợi ích của nhân loại. Không có sự hòa hợp giữa mình với các thành viên khác trong gia đình, tổ chức, quốc gia và cộng đồng quốc tế, thì đừng mơ tưởng viên vông về nền hòa bình thế giới.

Không khó gì khi song hành, đồng hành với những người có cùng quan điểm và lý tưởng (hợp). Khó là có thể bước đi nhịp nhàng (hòa) với những người ngược dòng, nghịch hành với mình—con đường chông chênh ấy, luôn có sự va chạm, vi tế hay thô bạo giữa những bản ngã cứng ngắt. Mà muốn hòa được với kẻ trái chiều, hãy hạ mình xuống, hãy quên mình đi, hãy hy sinh một phần hay toàn phần bản ngã của mình. Đó là điều mà những đứa con—luôn là con trẻ—khó làm được khi chúng chưa trải nghiệm thế nào là tình thương vô hạn của cha mẹ. Nhưng những bậc cha mẹ thì làm được, vì tình thương của cha mẹ bao gồm sự hy sinh to lớn, vượt ngoài sức tưởng tượng của người con.

Thế giới hòa bình tùy thuộc nơi sự hòa hợp của mỗi quốc gia; quốc gia thịnh vượng tùy thuộc vào sự hòa hợp của các xã hội dân sự; xã hội an vui tùy thuộc nơi sự hòa hợp của những gia đình; và gia đình hạnh phúc là nhờ nơi cha mẹ.

Vì vậy, khi quyết định tạo lập một gia đình nhỏ, mỗi người chúng ta nên tự hỏi: chúng ta có thể nào có được đức hy sinh và tinh thần hòa hợp để xây dựng hạnh phúc cho gia đình này hay không. Nếu câu trả lời là không, xin đừng vội vàng đảm nhận vai trò cha mẹ. Và nếu đã lỡ tạo lập một gia đình không hòa thuận, thiếu hạnh phúc, con cái hư hỏng hoang đàng, xin đừng vội vàng qui trách tội bất hiếu cho con, mà hãy đem lòng thương yêu nhìn xuống con cái, hỏi một câu đơn giản: cha mẹ có thể làm được gì để con được hạnh phúc, hỡi con yêu?

Những nhà lãnh đạo tôn giáo, lãnh đạo quốc gia hay thế giới, cũng nên cúi mình xuống để hỏi những người cộng sự, hỏi những người dân của mình một câu tương tự và đơn giản như thế. Đừng đòi hỏi người dưới phải phục vụ mình hay tổ chức của mình, mà hãy tìm hiểu xem họ cần gì, và làm thế nào để họ được an vui, hạnh phúc.

Bài học từ đức hy sinh và tinh thần hòa hợp, hãy bắt đầu từ vai trò của cha mẹ.

Lòng thương của cha mẹ sẽ pha thêm màu xanh cho bầu trời, tô thêm màu biếc cho đại dương; và gia đình này, trái đất này, với bàn tay chăm sóc của cha mẹ, sẽ là hành tinh xanh, mỹ miều, tươi mát hơn bao giờ.

Cha mẹ là trên hết; cha mẹ là tất cả.



TIN TỨC PHẬT GIÁO THẾ GIỚI

DIỆU ÂM lược dịch

NHÂN VẬT / SỰ KIỆN

NHẬT BẢN: Pho tượng Phật bị đánh cắp đã trở về với thành phố Tsushima

Ngày 18-7-2015, một trong 2 pho tượng Phật bị một nhóm trộm người Hàn quốc đánh cắp từ Tsushima (tỉnh Nagasaki ở tây nam Nhật Bản) vào năm 2012 đã trở về với thành phố đảo này.

Sau khi Hàn quốc trao trả cho Nhật Bản, pho tượng đã được chuyển đến một bảo tàng lịch sử và dân tộc học tại Tsushima và sẽ được lưu giữ tại đó.

Pho tượng này, vốn được chính phủ Nhật xếp hạng là một tài sản văn hóa quan trọng, trước đây từng được Đền Kaijin ở Tsushima lưu giữ.

Vào tháng 10-2012, nhóm trộm Hàn quốc đã đánh cắp pho tượng của Đền Kaijin nói trên, cùng với một tượng Phật khác của chùa Kannonji – cũng ở Tsushima và được chính quyền tỉnh Nagasaki xếp hạng là một tài sản văn hóa quan trọng.

(The Japan News – July 19, 2015)



*Tượng Phật bị đánh cắp từ đảo Tsushima được Hàn quốc trao trả cho Nhật Bản vào ngày 18-7-2015
Photo: japantimes.co.jp*

THÁI LAN: Dạy học sinh làm theo giáo lý Phật giáo để tránh xa ma túy

Tại một cuộc hội thảo ở Pattaya, hơn 100 giáo viên và học sinh đã học được rằng giáo lý Phật giáo có thể giúp cho giới trẻ tránh xa ma túy.

Mai Chaianit, Trưởng khu Nongprue, đã chủ trì cuộc hội thảo "Rèn luyện Đạo đức để phòng chống ma túy" diễn ra vào ngày 7-

7-2015 tại Khách sạn A-One Royal Cruise. Tiểu khu này tổ chức hội thảo hàng năm về đạo đức để "tạo ra một lá chắn" giúp giới trẻ tránh xa ma túy.

Các hoạt động bao gồm các trò chơi đồng đội, các phương pháp Phật giáo truyền thống để tịnh tâm và các hoạt động khác. Học sinh cũng được giảng dạy về tác động nguy hiểm của ma túy, và về cách chúng có thể hủy hoại tương lai các em.

Trưởng khu Mai nói rằng điều quan trọng là cha mẹ và giáo viên giữ được học sinh tránh xa ma túy, nhất là các em dưới 15 tuổi. Các hoạt động sáng tạo cũng như thể thao cần phải được thực hành trong thời gian rảnh rỗi của các em.

Các chương trình tương tự cũng sẽ diễn ra suốt năm, với mục đích tạo ra một cộng đồng lành mạnh và không ma túy.

(tipitaka.net – July 19, 2015)

HÀN QUỐC: Phu nhân của Phó Tổng thống Hoa Kỳ gặp gỡ chư ni tại Seoul

Trong chuyến thăm Hàn quốc của mình, bà Jill Biden, phu nhân của Phó Tổng thống Hoa Kỳ, đã viếng ni tự Jingwan ở bắc Seoul vào ngày 18-7-2015.

Chùa Jingwan có niên đại vào năm 1011 thuộc triều đại Koryo, nhưng đã bị phá hủy trong Chiến tranh Triều Tiên 1950-1953. Chùa được xây dựng lại vào thập niên 1960 và trở thành một nơi tu hành nổi bật dành cho chư ni.

Chùa Jingwan cũng là địa điểm được ưa chuộng đối với các chương trình ở lại chùa, do có vị trí gần với trung tâm thành phố Seoul và các món ăn chay tuyệt vời.

Bà Biden đã chọn điểm đến này như một phần của chuyến đi nhằm mục đích thúc đẩy việc giáo dục và trao quyền về kinh tế cho phụ nữ.

Một viên chức Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ thấp từng bà nói rằng "đề nghị phu nhân" rất quan tâm về cách mà các nữ tu sĩ Phật giáo

tạo cảm hứng cho phụ nữ Hàn quốc.

Bà Biden đã dành khoảng một giờ để đàm đạo với chư ni qua bữa trà và bánh nếp. Chùa đã đặt cho bà một danh hiệu Phật giáo danh dự và tặng bà một bình bát.

Là người cố gắng tiến sĩ về giáo dục, bà Biden đã tiếp tục giảng dạy và dẫn đầu các nỗ lực để trao quyền cho phụ nữ sau khi chồng bà nhậm chức.

(The Chosun Ilbo – July 20, 2015)



*Bà Biden (người ngồi giữa) và các viên chức Hoa Kỳ khác dùng trà tại chùa Jingwan ở Seoul, Hàn quốc
Photo: Jingwan Temple*

NEPAL: Chính thức khởi động việc phát triển mạng mạch Phật giáo

Chính phủ Nepal cho biết họ đã chính thức bắt đầu phát triển Mạng mạch Phật giáo Lâm Tì Ni Lớn hơn, với mục đích tăng trưởng ngành du lịch liên quan đến Phật giáo cho đất nước. Họ dự định cải thiện cơ sở và hạ tầng cơ sở trên mạng mạch dành cho người hành hương và du khách, để làm tăng số lượng du khách cũng như khuyến khích sự lưu trú lâu hơn.

Chính phủ xem Lâm Tì Ni là một điểm đến du lịch đẳng cấp thế giới tiềm năng cho 500 triệu Phật tử ở châu Á. Lâm Tì ni là nơi Đức Phật đản sinh và có hơn 100 di tích khảo cổ trong phạm vi bán kính 50 km.

Bộ Văn hoá, Du lịch và Hàng không Dân dụng Nepal nói rằng Mạng mạch Phật giáo 160 km theo

kế hoạch này sẽ kết hợp 10 di tích Phật giáo quan trọng, và sẽ liên kết Lâm Tì Ni với Mạng mạch Phật giáo tại Ấn Độ và các điểm đến khác ở Nepal.

Việc thiếu hạ tầng cơ sở cơ bản khiến du khách chỉ viếng Lâm Tì Ni với thời gian rất ngắn, vì vậy chính phủ đã nhắm đến việc làm tăng thời lượng lưu trú tại đó lên mức ít nhất là 5 ngày.

(Buddhist Door – July 20, 2015)



*Ngôi chùa đánh dấu nơi Đức Phật đản sinh tại Lâm Tì Ni, Nepal
Photo: wikivoyage.org*

MÃ LAI: Đại hội Đại Tăng đoàn Quốc gia lần thứ 25

Hơn 200 tăng ni và hàng trăm Phật tử đã tham gia đại hội lần thứ 25 của Đại Tăng đoàn Quốc gia diễn ra vào ngày 19-7-2015 tại Hội trường Phổ Trung Hoa Penang.

Trong số các chương trình được tổ chức có lễ tụng kinh, cúng dường Tăng đoàn và làm công đức.

Datuk Ang Choo Hong, Chủ tịch giáo hội Phật giáo Mã Lai (YBBM), phát biểu rằng việc thúc đẩy hòa hợp liên tôn giáo là một nhu cầu cấp thiết.

Ông nói, “Sự cố trộm cắp hóa thành ẩu đả tại Low Yat Plaza là một cảnh báo cho chúng ta để nghiêm túc bàn thảo về sự mong manh của mối quan hệ sắc tộc và tôn giáo trong nước”.



*Các tình nguyện viên phục vụ chư tăng trong đại hội Đại Tăng đoàn Quốc gia lần thứ 25 tại Penang, Mã Lai
Photo: Lim Beng Tatt*

“Đã đến lúc cả 2 đảng phái của sự phân chia về chính trị phải gạt sang một bên những khác biệt của mình và tổ chức một hội nghị bàn tròn để giải quyết các vấn đề liên quan đến đất nước hiện nay”.

(thestar.com.my – July 21, 2015)

NEPAL: Đức Đạt lai Lạt ma công nhận người kế vị của Trulshik Rinpoche

Đức Đạt lai Lạt ma đã công nhận bé trai Tây Tạng 2 tuổi sinh tại Nepal là tái sinh của Kyabje Trulshik Rinpoche, cố sư trưởng của dòng Nyingma, truyền thống lâu đời nhất trong 4 trường phái chính của Phật giáo Tây Tạng.

Cậu bé được gọi là người kế vị tên là Ngawang Tenzin Choekyi Lodoe Rabsel, sinh tại Kathmandu (Nepal) vào ngày 25-7-2013. Việc Đức Đạt lai Lạt ma công bố sự công nhận người kế vị này trùng với sinh nhật thứ 80 của ngài vào ngày 6-7-2015.

Cố đại sư Kyabje Trulshik Rinpoche, một trong những vị Lạt ma cao cấp nhất của Phật giáo Tây Tạng, sinh tại Lho Talung (Tây Tạng) vào năm 1923 và được công nhận vào năm 4 tuổi. Ngài là một trong những vị thầy của Đức Đạt lai Lạt ma và trở thành sư trưởng của dòng Nyingma vào năm 2010.

Kyabje Trulshik Rinpoche, người thành lập Tu viện Thupten Choling và cộng đồng tu tập tại vùng Solu Khumbu của đông bắc Nepal vào thập niên 1960, viên tịch tại Nepal vào năm 2011. Ngài được xem là người kế vị của một số Lạt ma cao cấp dòng Nyingma.

(Buddhist Door – July 22, 2015)



Ngawang Tenzin Choekyi Lodoe Rabsel — Photo: Lion's Roar



Kyabje Trulshik Rinpoche (1923-2011)

Photo: Vajratool.wordpress.com

HÀN QUỐC: Bức tranh Phật giáo Tào Khê bị đánh cắp đã trở về từ Hoa Kỳ

Ngày 21-7-2015, Cục Di sản Văn hóa Hàn quốc cho biết đã nhận lại từ một nhà sưu tập nghệ thuật ở Hoa Kỳ một bức tranh Phật giáo thế kỷ 18 của Hàn quốc bị đánh cắp.

Tác phẩm này, được cho là có niên đại từ khoảng năm 1738, do một nhà sưu tập nghệ thuật người Mỹ tặng trong một cuộc đấu giá vào tháng 3-2015. Sau khi yêu cầu nhà sưu tập hủy bỏ việc bán bức tranh, Cục Di sản Văn hóa Hàn quốc đã nhận lại tác phẩm này vào tháng 6-2015.

Bức tranh này, vẽ chân dung của một đại sư vùng Seon, từng được lưu giữ bên trong chùa Seonam thuộc tông phái Tào Khê ở Suncheon. Tranh có chiều rộng 65 cm và dài 97 cm.

Shim Ju-wan, một vị chức sắc của Tào Khê Tông, nói rằng họa phẩm này là một nghiên cứu “cực kỳ có giá trị” về nghệ thuật Hàn quốc, được vẽ bởi một trong những học trò hàng đầu của Hwaseung, một họa sĩ lớn về tranh Phật giáo.

Bức tranh sẽ được trưng bày tại Bảo tàng Phật giáo Trung ương ở Seoul.

(NewsNow – July 2015)



Bức tranh Phật giáo bị đánh cắp được Hàn quốc nhận lại từ Hoa Kỳ
Photo: Yonhap

THÁI LAN: Cư dân Chaiyaphum thúc đẩy việc kiêng rượu vào các ngày lễ Phật giáo

Vào ngày 23-7-2015, khoảng 20,000 cư dân Chaiyaphum đã tập trung tại hội trường thành phố để thúc đẩy việc kiêng rượu trong các ngày lễ Phật giáo như một phần của một chiến dịch được đặt tên là "Làng Ngũ Giới". Tỉnh miền đông bắc này đã phát động chiến dịch nói trên sau khi đã đạt được thành công với cuộc vận động phụ nữ mặc trang phục "sinh" truyền thống của người Thái.

Thị trưởng Chaiyaphum, bà Napa Sakuntanakrong, nói rằng vào ngày 27-1, các cư dân đã ký một biên bản ghi nhớ theo đó nữ sinh phải mặc "sinh" vào các ngày lễ tôn giáo, thay vì mặc váy ngắn hoặc quần tây. Họ cũng đã vận động việc củng cố đường vật phẩm cho chư tăng một tháng một lần tại hội trường thành phố, bà nói.

Tỉnh cũng đã thực hiện chiến dịch "Làng Ngũ Giới" tại 42 làng thí điểm trong số 1,700 làng thuộc địa phương.

(The Nation - July 24, 2015)



Trang phục truyền thống "sinh" của phụ nữ Thái
Photo: en.wikipedia.org

ẤN ĐỘ: Phim tài liệu "Cội rễ Ấn Độ của Phật giáo Tây Tạng" đoạt giải thưởng tại Madrid, Tây Ban Nha

"Cội rễ Ấn Độ của Phật giáo Tây Tạng", một phim tài liệu của nhà làm phim và bảo tồn người Ấn Độ tên là Benoy K. Behl, đã giành Giải thưởng Nhà sản xuất Phim tài liệu Xuất sắc nhất tại Liên hoan Phim Quốc tế Madrid vào đầu tháng 7-2015, khi dự thi cùng khoảng 100 phim khác từ 50 nước.

Phim tài liệu này được quay tại nhiều nơi ở Tây Tạng, ở Kalmykia thuộc Nga và tại Ladakh, Spiti, Arunachal Pradesh, Nalanda, Bodhi Gaya, Sarnath và Karnataka của Ấn Độ. Phim theo dõi sự thành lập Phật giáo Tây Tạng từ cội rễ là trường Đại học Nalanda của Ấn Độ cổ đại.

Là một nhà sử học và nhà làm phim nghệ thuật có uy tín, Behl đã thực hiện 130 phim tài liệu, mặc dù "Cội rễ Ấn Độ của Phật giáo Tây Tạng" là phim đầu tiên của ông tham dự một liên hoan phim quốc tế.

(Buddhist Door - July 27, 2015)



Benoy K. Behl

THÁI LAN: Công chúng và các lãnh đạo tôn giáo lên án vụ tấn công nhằm vào các tu sĩ Phật giáo

Pattani, Thái Lan - Người dân cũng như các lãnh đạo Hồi giáo và Phật giáo đã lên án vụ đánh bom, bị cáo buộc là do các tay súng ly khai thực hiện, nhằm vào các tu sĩ Phật giáo tại Pattani tại miền nam Thái Lan vào ngày 25-7.

Thị trưởng Pattani, ông Virapon Keawsuwang, nói rằng vụ đánh bom vào ngày 25-7 thực sự là độc ác và vô nhân đạo, và rằng các thủ phạm đáng bị lên án bởi tất cả các khu vực.

Xung đột tại miền nam Thái Lan đã liên tục diễn ra trong hơn một thập niên và cướp đi sinh mạng của nhiều người, cả Hồi giáo lẫn Phật giáo.

Hội Phật giáo vì Hòa bình

cũng lên án vụ tấn công vào các lãnh đạo tôn giáo, người dân và nhân viên an ninh cùng đi với chư tăng trong các hoạt động tôn giáo của họ.

(Bernama - July 27, 2015)

TÍCH LAN: Khai trương dịch vụ xe buýt sang đến 8 di tích Phật giáo tại Anuradhapura

Tổng thống Tích Lan đã tặng 4 xe buýt sang trọng để khai trương một dịch vụ xe buýt vào ngày 31-7-2015. Dịch vụ này dành cho lợi ích của những người hành hương từ khắp quốc đảo đến chiêm bái vùng Atamasthana - 8 di tích Phật giáo.

4 xe buýt của Ban Giao thông Tích Lan (SLTB) được cung cấp để phục vụ vùng Atamasthana nói trên sẽ đưa người hành hương từ di tích này đến di tích khác. Chuyến tham quan 22 km đến 8 di tích này có giá vé 100 Rupee mỗi khách.

Dịch vụ đã được khởi động để làm giảm bớt các vấn đề mà du khách và những người hành hương đang gặp phải khi viếng các thánh địa ở thành phố linh thiêng Anuradhapura, một Di sản Thế giới.

8 thánh địa của thành phố này là Jaya Sri Maha Bodhiya, Ruwanwelisaya, Thuparamaya, Lovamahapaya, Abhayagiri Dagaba, Jetavanarama, Bảo tháp Mirisaveti và Lankarama.

(Colombo Page - August 1, 2015)

HOA KỲ: Tỉnh xá Phật giáo Đào Stalen tổ chức lễ kỷ niệm 16 năm thành lập

Đào Stalen, New York - Vào ngày 2-8-2015, Tỉnh xá Phật giáo trên Đường John ở Càng Richmond, vốn phục vụ cộng đồng Phật tử Tích Lan từ khắp Đào Stalen kể từ năm 1999, đã tổ chức lễ kỷ niệm thành lập năm thứ 16, thu hút hàng trăm người bao gồm người lớn, thanh thiếu niên và trẻ em.

Lễ bắt đầu với một "cuộc tuần hành văn hóa" dài trên đường John, với sự tham gia của trẻ em và thanh niên mặc trang phục truyền thống.

Tỉnh xá Phật giáo Đào Stalen thuộc truyền thống Nguyên Thủy này rất tích cực kết nối với các lãnh đạo và cộng đồng của các tín ngưỡng khác. Là một nơi của sự an ủi sau vụ khủng bố 9/11, tỉnh xá đã tổ chức một buổi cầu nguyện tại St. George để vinh danh các nạn nhân. Và trong thảm họa sóng thần năm 2004 tại Tích Lan, tỉnh xá là một nơi tiếp nhận hàng cứu trợ để gửi đến những khu vực bị tàn phá của đảo quốc này, ngoài ra còn giúp xây 21 ngôi nhà ở thị trấn

Wadduwa (trên bờ tây nam Tích Lan).
(SILive – August 2, 2015)



Trẻ em Tích Lan trong cuộc tuần hành văn hóa nhân lễ kỷ niệm 16 năm thành lập của Tịnh xá Phật giáo Đảo Stalen (New York)
Photo: Bill Lyons

ĐÀI LOAN: Hội thảo về Phật giáo tại trường Đại học Nam Hoa

Đài Bắc, Đài Loan – Trường Đại học Nam Hoa thông báo sẽ tổ chức Hội thảo Thanh niên Quốc tế về Cuộc sống và Thiền, với hàng nghìn sinh viên đại học và sau đại học từ khắp thế giới tham dự, để trải nghiệm Thiền và văn hóa Đài Loan.

Năm nay, sinh viên tham gia hội thảo đến từ các trường Đại học Cambridge, Oxford, Yale, Bắc Kinh và các trường đại học khác của các nước Hungary, Romania, Úc, Tân Tây Lan, Hàn Quốc và Nhật Bản.

Hội thảo Thanh niên Quốc tế về Cuộc sống và Thiền là nơi để thanh niên trải nghiệm Thiền, nghiên cứu sâu hơn về tinh thần của mình và cũng để tìm hiểu con người và các nền văn hóa của các nước khác nhau.

Hội thảo 7-ngày này cung cấp những bài học về Thiền, Phật giáo và thiền định, và những người tham gia cũng sẽ được đưa đi tham quan các thánh địa trên khắp Đài Loan.

(NewsNow – August 4, 2015)

ẤN ĐỘ: Thiết lập “Đại lộ Tu viện” Phật giáo tại Amaravati

Nhằm tăng trưởng ngành du lịch, chính quyền bang Andhra Pradesh ở đông nam Ấn Độ có kế hoạch thiết lập một trung tâm quốc tế của các tu viện Phật giáo tại Amaravati, thủ phủ mới đã được qui hoạch của bang. Chính quyền bang muốn khuyến khích các Phật phái xây dựng tu viện và chùa chiền, hy vọng sẽ nhân rộng sự phổ biến của Bồ Đề Đạo Tràng ở đông bắc Ấn Độ.

“Chính quyền bang đang cân nhắc để thiết lập một ‘đại lộ tu viện’ trong khu vực thủ phủ, nơi Phật tử từ các nước trên thế giới có thể xây tu viện của họ, tương tự như Bồ Đề Đạo Tràng ở Bihar”, một quan chức chính quyền bang nói.

Amaravati từng là một trung tâm Phật giáo nổi tiếng trong thế kỷ thứ 2 trước Công nguyên. Bảo tháp Amaravati, nay là một phế tích, được xây vào năm 200 trước Công nguyên dưới thời trị vì của A Dục Vương. Các cổ vật được phát hiện tại khu vực này do chính quyền bang và các bảo tàng tại Amaravati bảo quản, hoặc được lưu giữ tại Bảo tàng chính quyền thành phố Chennai (bang Tamil Nadu, Ấn Độ) và Bảo tàng Anh ở Luân Đôn.

Phế tích của một cột trụ A Dục Vương, được xem là điển hình của nghệ thuật Mauryan ở Nam Ấn Độ, cũng đã được khai quật tại Amaravati.

(Buddhistdoor Global – August 5, 2015)



Khu phức hợp Thiền Phật tại Amaravati—Photo: The Hindu

ÚC ĐẠI LỢI: Bắt kẻ bán tượng Phật bằng vàng giả

Cảnh sát New South Wales (NSW) cho biết một người đàn ông đã bị bắt và ra tòa vào ngày 29-7-2015 do bị cáo buộc đã bán hàng trăm tượng Phật bằng vàng

và thỏi vàng mà thực ra được làm từ đồng.

Cảnh sát đã bắt người đàn ông này sau khi một phụ nữ mua các pho tượng từ ông ta đã phát hiện chúng chỉ là những tượng bằng đồng phết vàng khi bà cho định giá chúng.

Bà đã tố cáo với cảnh sát và họ đã bắt được người đàn ông 35 tuổi này tại một căn hộ bên trong thành phố.

Trong cuộc khám xét, cảnh sát đã tịch thu 8 tượng Phật và 100 thỏi vàng – tất cả đều là vàng giả. Ngoài ra họ còn tịch thu 5 điện thoại di động, tiền mặt bằng các ngoại tệ khác nhau và các bản sao của chứng nhận thông hành giả.

(Big News Network – August 6, 2015)

THÁI LAN: Hội nghị chuyên đề về Phật giáo tại Chiangmai

Lần đầu tiên ở tỉnh Chiangmai, Hội nghị chuyên đề Phật giáo diễn ra tại trường Đại học Mahachulalongkornrajavidyalaya từ ngày 1 đến ngày 4-8-2015.

Sự kiện này được tổ chức bởi Khu đại học Chiangmai của trường, Trung tâm Giáo dục Tôn giáo và Tâm linh của Học viện Hong Kong, Hội Thanh niên Phật giáo Thế giới và Hội Phật giáo trường Đại học Bách khoa Hong Kong.

Chủ đề của hội nghị là “Mối liên quan cơ bản” và 3 tiểu đề là “Sự viên mãn tinh thần”, “Sinh và Tử” và “Truyền thống Phật giáo Tây Tạng”. Mục đích hội nghị là cung cấp một địa điểm cho mọi người cùng nhau suy nghĩ và đàm luận về những câu hỏi của cuộc sống và cái chết.

Những người tham gia sự kiện này đến từ Tây Tạng, Hồng Kông, Trung Quốc, Singapore, Úc v.v.

Sau thành công của 4 hội nghị trước, các nhà tổ chức hy vọng phiên bản của năm nay sẽ phục vụ như một nền tảng thiện và hòa hợp đối với cộng đồng Phật giáo, các tôn giáo và học thuật khác để tạo ra một môi trường hạnh phúc và hòa hợp cho nhân loại.

(buddhistchannel – August 8, 2015)

**HÌNH ẢNH LỄ KHAI GIẢNG KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ V
TẠI THÀNH PHỐ SAN DIEGO, CALIFORNIA, TỪ NGÀY 06 ĐẾN 10 THÁNG 8.2015**



KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ V
 Từ ngày 06 đến 10 tháng 8 năm 2015 - Tại San Diego, California, Hoa Kỳ

Photos: Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường

KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN V

San Diego, California, từ ngày 06 đến 10/8/2015



Photos: Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường

BÁO HIẾU LÀ PHẢI PHÁT BỒ ĐỀ TÂM

Thích Đức Trí

Vu Lan Báo Hiếu là thể hiện nếp sống tốt đẹp của người học Phật. Hiếu là ý nghĩa của đạo đức, và cũng là phẩm chất của đời sống hạnh phúc và giác ngộ. Vu Lan không phải là một ngày lễ hội thông thường trên bình diện tín ngưỡng mà đó là một thông điệp nhắc nhở chúng ta biết tri ân và báo ân đối với cha mẹ, nhắc nhở chúng ta tu tập trong tinh thần tự lợi và lợi tha. Theo tinh thần Phật Giáo, phát Bồ Đề Tâm là năng lực báo hiếu có hiệu quả nhất.

Bông hồng màu đỏ trong mùa báo hiếu, đó là sự nhắc nhở mọi người rằng hạnh phúc cho chúng ta khi còn có cha và mẹ để được phụng sự, cha mẹ là ruộng phước điền lớn nhất để chúng ta gieo mầm phúc đức. Đức Phật dạy rằng: "Gặp thời không có Phật xuất thế thì cúng dường cha mẹ giống như cúng dường Phật vậy." Cha mẹ chúng ta còn sống thì chính là Phật đang ở tại nhà mình, do vậy phải hết lòng cung kính phụng dưỡng.

Bông hồng màu trắng nhắc đến những ai đã mất mẹ, đó là điều đáng buồn, nhưng không hẳn là chúng ta không còn có phương thức nào để báo hiếu. Vì theo quan điểm đạo Phật, sống không phải là bắt đầu, chết không phải là chấm dứt tất cả. Nếu chúng ta có lòng hiếu thảo, có đời sống đạo đức thì vẫn thực hiện trọn vẹn trách nhiệm của người con đối với các bậc cha mẹ. Đối với cha mẹ qua đời thì hãy phát tâm tu tạo phước đức, làm các điều lành để hồi hướng siêu độ cho cha mẹ được sanh về cảnh an lạc.

Báo Hiếu là lý tưởng của Bồ Tát Đạo, khi chúng ta học *Kinh Vu Lan Bồn*, *Kinh Báo Hiếu Phụ Mẫu* và *Kinh Địa Tạng* thì được thấy rõ được phương pháp báo hiếu đúng theo tinh thần Phật dạy. Trong kinh ấy, chúng ta nhận thức rõ được ý nghĩa của nhân

quả chi phối đời sống con người. Nếu như sống với tâm ô nhiễm thì chắc chắn chiêu cảm đời sống khổ đau trong ác đạo, nếu sống với tâm thanh tịnh, biết phụng sự Tam Bảo thì được cảnh sống an lạc trong hiện tại và tương lai. Chúng ta ý thức sâu sắc rằng, giáo lý nhân quả thuyết minh hiện trạng đời sống nhân sanh và mọi diễn biến vũ trụ vạn vật. Ở trong *Kinh Vu Lan Bồn* nhắc đến Bà Thanh Đề, mẹ của Ngài Mục Kiền Liên, do hiện kiếp tham lam và bốn xén nên sau khi chết đọa lạc vào cảnh giới ngạ quỷ. Trong *Kinh Địa Tạng* có hai hình ảnh nổi bật đó là mẹ của Thánh Nữ Bà La Môn vì tội hủy báng Tam Bảo mà đọa lạc vào địa ngục. Mẹ của Quang Mục Bồ Tát do hiện kiếp sát sanh hại vật không tin nhân quả, sau khi chết cũng bị đọa vào địa ngục thọ khổ báo. *Kinh Địa Tạng* cũng được xem là kinh báo hiếu trong Phật môn "Phật môn chi hiếu kinh," nhấn mạnh phương pháp báo hiếu mà còn thuyết minh ý nghĩa tính chất nhân quả trong hai lĩnh vực thiện ác của chúng sanh. Nhận thức đúng đắn nguyên lý nhân quả mới có thái độ báo hiếu thiết thực nhất.

Người học Phật chân chính, sống đúng theo pháp Phật, một lòng sắt son phụng sự Tam Bảo, thì người đó mới hiểu rõ ý nghĩa báo hiếu. Muốn có công đức báo ân cha mẹ là phải phát Bồ Đề Tâm. Đó là cái tâm rộng lớn hướng đến lý tưởng làm Phật mà thực hiện hạnh nguyện cứu giúp và dìu dắt chúng sanh cùng tu đạo giải thoát.

Phương pháp cứu tội nhân trong địa ngục, theo *Kinh Vu Lan* chép rằng Mẹ ngài Mục Kiền Liên, bà Thanh Đề bị đọa trong địa ngục, Mục Kiền Liên dù là tu chứng lục thông, thần thông đệ nhất cũng không có phương cách gì cứu mẹ. Đức Phật dạy Ngài Mục

Kiền Liên phát tâm rộng lớn hiển cúng dường phẩm vật lên Đức Phật và Hiền Thánh Tăng, nhờ phước đức và oai lực đó mà bà Thanh Đề được sanh về cõi an lành.

Trong *Kinh Địa Tạng*, Thánh Nữ Bà La Môn phát tâm cúng dường Tam Bảo, nhất tâm niệm đức Phật Giác Hoa Định Tự Tại, nhờ công đức đó mà cứu mẹ thoát khỏi cảnh địa ngục khổ đau. Thánh nữ đã phát nguyện: "Nguyên cùng tận thì gian vị lai, có bao kẻ tội khổ, con xin tìm đủ cách mà làm cho họ giải thoát."

Cũng tương tự như thế, Ngài Quang Mục phát tâm cúng dường chùa tháp,



The Buddha preaching the Abhidhamma (Higher Doctrine) to His former mother, now a Deva and others in Tavatimsa Heaven.

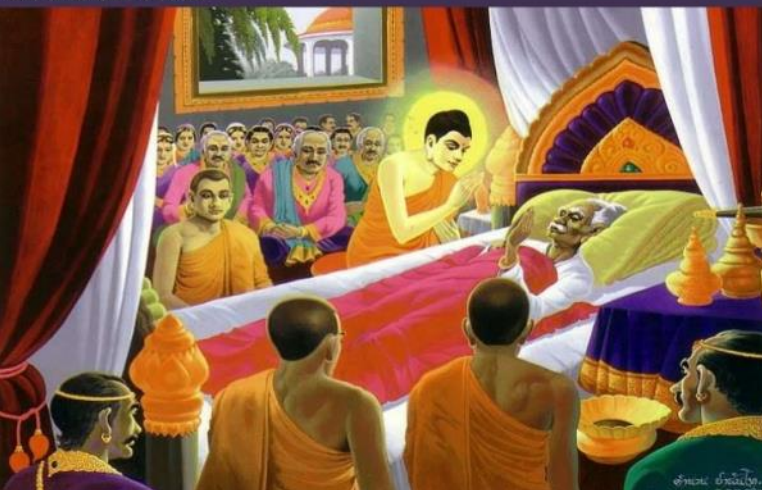
nhất tâm niệm Phật, nhờ công đức đó mà cứu mẹ thoát khỏi địa ngục. Từ đó Quang Mục phát tâm rộng lớn cứu độ chúng sanh đang khổ đau thoát khỏi cảnh đau khổ. Thánh Nữ Bà La Môn và Quang Mục Bồ Tát đều là tiền thân của Ngài Địa Tạng hành Bồ Tát Đạo. Do vậy muốn có năng lực cứu độ chúng sanh trong địa ngục, điều căn bản là phải phát lòng từ bi rộng lớn với tâm bình đẳng mới chuyển hóa nghiệp thức người đã mất. Lòng từ bi là ý nghĩa căn bản của Bồ Đề Tâm, của nguyện lực hạnh Bồ Tát Đạo, là nhân tố cứu khổ ban vui cho mọi loài chúng sanh và thành tựu giác ngộ viên mãn.

Đức Phật dạy rằng: "Dù tại gia hay xuất gia, dù thanh văn hay chư Phật đều có bốn phận đến ơn cha mẹ, vì tâm hiếu là tâm Phật." Bao hiếu là điều kiện cốt lõi của đạo lý giải thoát. Trong Kinh Nguyên Thủy hay Kinh Đại Thừa, Đức Phật nhấn mạnh rằng biết hiếu thảo với cha mẹ là tạo được vô lượng phước đức thù thắng. Ở trong Kinh Địa Tạng nhấn mạnh rằng, bất hiếu với cha mẹ là đọa địa ngục A Tỳ, ại hiếu kính cha mẹ sẽ được phước đức thù thắng. Ở trong *Kinh Quán Vô Lượng Thọ*, Đức Phật nhấn mạnh rằng người nào phát tâm niệm Phật cầu vãng sanh nhất định phải tu tam phước, hiếu thuận với cha mẹ là điều phước thứ nhất trong ba phước giúp cho người thành tựu nguyện lực vãng sanh.

Chúng ta hãy học noi gương của Đức Phật, sau khi thành đạo lên cung trời Đao Lợi thuyết pháp cho thánh mẫu Ma Gia, về hoàng cung thuyết pháp cho vua cha là vua Tịnh Phạn trước lúc lâm chung. Ngài Xá Lợi Phất là đệ nhất trí tuệ trong hàng đệ tử Phật, một cuộc đời theo Phật xuất gia đến năm ngài 80 tuổi, trước khi ngài nhập diệt, từ già cõi đời giả tạm này, đã dành lễ xin Phật về nhà thuyết pháp độ mẹ già 100 tuổi rồi mới nhập Niết Bàn. Ngài Địa Tạng báo hiếu cho mẹ là phát nguyện cứu độ chúng sanh bị đọa lạc trong khắp chốn địa ngục khổ đau qua vô số kiếp.

Học Phật tức là học phát tâm như tâm của Phật và Bồ tát, học báo hiếu cha mẹ như các Ngài đã báo hiếu. Năng lực báo hiếu của chúng ta có ý nghĩa thiết thực hay không thì trước hết mỗi người nên tự hỏi mình đã phát tâm Bồ đề hay chưa? Đây là vấn đề chúng ta cần lưu ý.

Many years later, on hearing of His father's imminent death, the Buddha visited Kāpilāpath to give His last discourse to His father. On hearing the Dhamma, King Suddhodana attained Arahanthship. Seven days later he passed away. The Buddha was about forty years old at the time of His father's death.



RÒI MẸ NHƯ SƯƠNG

*Thương con trăm sông ngàn núi
trang kinh mẹ chép cùng đường
bốn thời sớm trưa chiều tối
nhớ ời nước mắt lăn dòng*

*Thương con mãi xa ngàn dặm
tụng kinh mẹ khóc mưa nguồn
gió đưa tới rừng xa thẳm
lạnh ời mưa ngấm vào hồn.*

*Rời mẹ như sương, tan vào nắng trưa
rời mẹ như hương, ẩn hiện trong mơ
rời mẹ như mây, tóc trắng cuối trời
rời mẹ như nắng, bóng khuất sau đồi*

*Nửa khuya trở mình viển phỏ
con đọc trang kinh cuối dòng
chữ mẹ ngủ ngàn thương nhớ
chép lời Phật dạy qua sông*

*Thương ời một rừng tóc trắng
bay về che khắp tử sinh
nghe chim kêu ngàn xa vắng
ngẩng đầu rơi tiếng bất sinh.*

thơ PHAN TÂN HẢI

CẢM NIỆM MÙA VU LAN BÁO HIẾU - ĐỀN ƠN

Thích Viên Thành

*"Cây có cội mới trở cành xanh lá
Nước có nguồn mới tỏa khắp rạch sông
Được làm người công đức của cha ông
Nên danh phận cảm nhờ ơn xã hội."*

Chúng ta được thân làm người, là nhờ có tổ tiên, ông bà, cha mẹ và nhiều nhân duyên hội tụ. Chúng ta được khôn lớn nên người là nhờ ở sự trưởng dưỡng, giáo dục của Cha, Mẹ, Thầy, Cô và Xã Hội.

Công ơn to lớn ấy, trong kinh Phật đã dạy có Bốn Đại trọng ân: 1/ Ôn Quốc gia, thủy thổ, 2/ ơn Cha, Mẹ, 3/ Ôn Tam bảo, 4/ Ôn Đoàn na tín thí (xã hội), trong đó công ơn của cha mẹ là to lớn nhất, sánh bằng non biển, không thể bút mực nào tả xiết. Chỉ có tri niệm và thực hành mới hy vọng có một chút đáp đền. Đức Phật đã dạy rằng: công ơn của cha mẹ bao la như biển cả và cao vời vợi như trời xanh vô hạn, với sự hy sinh cao đẹp, "bên ướt mẹ nằm, bên ráo phần con," thật là "Đi khắp thế gian, không ai tốt bằng Mẹ, gánh nặng cuộc đời, không ai khổ bằng Cha." Thương và lo cho con nên "miễn sao có lợi thì làm, chẳng màng tội lỗi, bị giam bị cầm..."

Đúng vậy! Sự hy sinh của cha, mẹ thật là vô tận, với nhiều đời nhiều kiếp luân hồi sinh tử lộn quanh. Vì thế cho nên chúng ta không thể nào đền đáp công ơn ấy bằng phương tiện vật chất hữu hạn được. Hơn nữa kể từ vô thủy đến nay, chúng ta sinh tử nhiều lần, có biết bao nhiêu là cha mẹ, thì làm sao chỉ dùng những phương tiện vật chất để phụng dưỡng cha mẹ hiện tiền, mà có thể đền đáp thâm đại trọng ân ấy. Kinh Phật đã cho ví dụ là:

Ví có người gặp cơn đói rét.

Nuôi song thân dâng hết thân này

Xương nghiền thịt nát phân thân.

Trái trăm ngàn kiếp ân đây chưa đồng... (Kinh Báo Ân)

Công ơn cha mẹ, sinh ta ra và nuôi dưỡng tâm thân này, nhưng khôn lớn và hiểu rõ được cuộc đời nẻo đạo, có được Pháp thân huệ mạng là nhờ ở Sư Trưởng (Thầy dạy), nhờ ở Xã Hội. Cho nên chúng ta phải lo báo hiếu, đền ân, đáp nghĩa. Trọng hiện tiền chúng ta phải biết thực hiện theo PHƯỚC BÀU nhân thiên:

1/ Hiếu Dưỡng Cha Mẹ: Hiếu thảo và dưỡng nuôi cha, mẹ.

Ngoài việc nuôi dưỡng, sáng thăm tối viếng, lo cho cha mẹ được no ấm và vui vẻ, còn phải giúp cho cha, mẹ hiểu và quy y Tam bảo, biết tu tạo phước đức, đó mới chính là người con Chí hiếu.

2/ Phụng Sự Sư Trưởng: Nghe lời và Phụng sự

Thầy dạy học, Thầy, Cô, Thiện Tri Thức dạy đạo, hướng dẫn mình quy y Tam bảo, tu tập, mình phải hết lòng phụng sự, nhớ ơn, đền ơn.

3/ Từ Tâm Bất Sát: Có lòng Từ Bi không sát hại chúng sanh.

Ăn chay, không những không sát hại súc vật để nuôi thân, mà còn phải phóng sanh, thì sẽ được nhiều phước đức, ít bệnh hoạn và sống trường thọ.

4/ Tu Thập Thiện Nghiệp: Tu tạo mười điều lành.

Sẽ có được cuộc sống an lành, nhiều quý nhân ủng hộ và khi thác được sanh về cõi Trời. Đây là những việc làm cụ thể vừa tu tạo phước đức, tạo hạnh phúc gia đình, vừa giúp cho xã hội được bình yên, góp phần tạo hòa bình nhân loại và tạo được

sức mạnh tinh thần, có thể đánh tan được mọi âm mưu xâm lược, như thời Lý, Trần trong lịch sử nước ta, đã 3 lần đánh tan quân Nguyên, Mông.

Tu được như vậy mới hy vọng có được phước báu, có được năng lượng, mà hồi hướng về cho tổ tiên, ông bà, cha mẹ và pháp giới chúng sanh được thọ hưởng, hầu kẻ thác được siêu sanh, người còn sống được niềm an lạc và như vậy mới trả được phần nào bốn ân.

Tứ trọng ân, đây là ận nghĩa rất sâu dày mà mỗi người trong chúng ta ai ai cũng phải thọ nhận và mang nặng, nếu

không lo đền trả thì dễ trở thành người xấu, mang tiếng "vong ân, bội nghĩa," nên chúng ta phải lo đền trả. Đức Phật đã dạy: "Này các Thầy Tỷ Kheo! Nếu người nào biết ơn và đền ơn cho dù ở cách xa Ta ngàn dặm, nhưng ta vẫn xem người đó như đứng hầu gần bên Ta. Còn nếu như người nào không biết ơn và đền ơn, cho dù người đó có đứng hầu gần bên Ta nhưng Ta vẫn xem họ cách xa ngàn dặm." (Kinh Tăng Nhất A Hàm)

Do vậy, người con hiếu thảo muốn báo đáp công ơn cha mẹ đúng chánh pháp cần phải thực hành những việc sau đây: Những ai đền ơn cha mẹ bằng cách nuôi dưỡng dâng cúng với của cải vật chất tiền bạc thì không bao giờ đủ để đáp đền ơn cha mẹ, mà phải làm:

* Nếu cha mẹ chưa có niềm tin, phải khuyến khích cha mẹ phát tâm tin tưởng Tam bảo.

* Nếu cha mẹ xan tham, phải khuyến khích cha mẹ phát tâm bố thí.

* Nếu cha mẹ theo điều ác, phải khuyến khích cha mẹ hướng về đường thiện.

* Nếu cha mẹ theo tà kiến, phải khuyến khích cha mẹ trở về với chánh kiến.

Làm được như vậy là trả ơn cha mẹ đúng với chánh pháp, khiến cha mẹ không những được an vui trong hiện tại, mà còn gieo phước lành trong tương

lai." (Kinh Tăng Nhất A Hàm)

Đức Phật còn đặt ra Lễ Vu lan để cho hàng đệ tử có cơ hội đáp đền ân nghĩa với Cha, Mẹ và Xã Hội trong hàng năm.

*"Trung nguyên ngày hội Vu Lan
Bến giác chiều thu sóng đạo ngàn
Những ai là kẻ mang ơn nặng
Đều vận lòng thành đón Vu Lan."*

Hay

*"Dù ai buồn bán nơi đâu,
Đến Rằm tháng bảy rủ nhau về chùa
Về chùa lòng sáng như trăng
Dâng hương cầu nguyện siêu thăng cứu huyền"*

Vu Lan Tháng Hội, mùa Báo Hiếu, Đền Ơn Đáp Nghĩa, không những là một Lễ hội truyền thống văn hóa, mà nay đã trở thành một nét Nhân văn tốt đẹp của dân tộc Việt Nam ở khắp trên thế giới.

Từ đó giúp ta hiểu rõ được "Cha mẹ tại tiền như Phật tại thế, gặp thời không có Phật, khéo thờ cha mẹ tức là thờ Phật vậy." (Kinh Tâm Địa Quán)

Ngoài ra còn phải "phát tâm Bồ đề cầu giác ngộ, rồi tìm cách hướng dẫn người thân của mình và chúng sanh đồng phát tâm Bồ đề, đó là cách báo ân rất rạo." (Kinh Phương Tiện Phật Báo Ân)

Hình ảnh hiếu dưỡng mẹ và cha đúng pháp không chỉ được gọi là bậc chân nhân, bậc thiện nhân, bậc cao quý, mà còn được sánh ví ngang hàng với phạm thiên, với các bậc tiên sư. Như lời Phật dạy: "Này các Tỷ-kheo, những gia đình nào mà còn cái kính lễ cha mẹ, những gia đình ấy được xem là ngang hàng với Phạm thiên, với các bậc tiên sư và đáng được cúng dường." (Kinh Tăng Chi I. 147)

Hạnh hiếu là hạnh Phật, Tâm hiếu là tâm Phật, đạo hiếu là đạo Phật. Khi nói đến đạo đức tức chúng ta đã nói về đạo hiếu. Nghìn kinh muôn sách của thánh hiền lấy hiếu nghĩa làm đầu "Thiên kinh vạn quyển, hiếu nghĩa vi tiên." Một xã hội tốt, một quốc gia hùng cường, một thế giới an lạc và thanh bình phải được bắt đầu từ những con người tốt: biết tôn trọng giá trị đạo đức, thực hành hiếu đạo, biết ơn và đền ơn đáp nghĩa. Hiếu cảm đến trời thì mưa hòa gió thuận, hiếu cảm đến đất thì muôn vật hóa sinh, hiếu cảm đến người thì mọi phúc tăng trưởng." (Khế kinh)

*"Nếu mình hiếu với mẹ cha
Thì con cũng hiếu với ta khác gì
Nếu mình ăn ở vô nghi
Đừng mong con hiếu làm gì uống công"*

Cho nên là người con Phật, phải biết Hiếu Nghĩa, không những chỉ đợi đến mùa Vu Lan mới làm, mà phải thực hiện ngay trong cuộc sống hằng ngày, như vậy mới là người có Đạo Đức, là người mô phạm trong thế gian này, giúp cho thế gian có được một cuộc sống đạo đức, xã hội sẽ được thái hòa, nhân sinh sẽ an lạc. Người như vậy rất xứng đáng được mọi người tôn kính, ca ngợi, noi gương và cũng là cách giáo dục cụ thể bằng Thân Giáo, rất có nhiều tác dụng tích cực, giúp tự thân được hoàn thiện và dạy dỗ con cháu hoan hỷ, tự động thực hành theo. Đây là cách Tưởng niệm và hướng về Vu Lan, Báo Hiếu, Đền Ơn, Đáp Nghĩa, Giáo Dục một cách đúng nghĩa và thiết thực nhất.

Thích Viên Thành
An Lạc Thất, Adelaide



CHA ĐI

*Cha đi trời đã về chiều
Còn mấy trăm bạc nhà nghèo trao con
Đi học đi, cho giỏi ngoan
Khi về bóng khuất trên gian một vàng...*

*Cha đi trút bỏ nợ nần
Nhân duyên đoạn tuyệt, phong trần nín im
Gia tài đâu có gì thêm
Ngoài học bán thảo huyền thiên với đời*

*Cha đi núp ánh mặt trời
Tập thơ tuyển truyện gửi lời mong menh
Gia tài cha đã đặt tên
Phù Du mộng huyền con đem cất hòm*

*Cha đi nhẹ bóng tiếng đòn
Nhẹ tênh tiếng hát, nhẹ nhàng tiếng thơ
Nhẹ hều tay trắng trống tro
Nhẹ bay chân bước vượt bờ tử sinh*

*Nay con ở lại một mình
Lạy cha ân đức sinh thành dưỡng nuôi
Lệ tràn chưa cạn cha ơi
Mồ côi cha suốt cuộc đời con thơ!*

thơ **VĨNH HỮU**

(Kháp bút thay cháu Tôn Nữ Khiêm Cung)



CỔ XE BẮT BẠI

Thiên Hạnh

Sống đồng nghĩa với hành trình, hành trình với hành trang và phương tiện chính mình, hành trình đến những mục đích. Nhưng điều tiên quyết là phương tiện, phương tiện là tiền đề mà mục đích là hệ quả. Sẽ còn nhiều điều để nói, còn muôn sự để bàn, còn lắm việc để làm, còn bao vấn đề để tư duy, còn cơ man kỷ ức để hoài niệm,... Nhưng những người bạn đường đồng hành bất đắc dĩ vẫn còn đó chưa buông (ba độc) khiến người lữ khách chông chênh mất phương hướng, cơ hồ sẽ gục ngã giữa lộ trình.

Xin hãy trang bị cho mình cỗ xe cho hành trình sự sống, cho đích đến an lành trong lời giáo hướng của Đức Thế Tôn:

"... này Ananda. Thánh đạo Tám ngành này, này Ananda, là đồng nghĩa với cỗ xe thù thắng, cỗ xe pháp này. Vô thượng là sự chinh phục trong chiến trận."

Chánh tri kiến, này Ananda, được tu tập, được làm cho viên mãn, cuối cùng đưa đến nhiếp phục tham, nhiếp phục sân, nhiếp phục si. Chánh tư duy, này Ananda, cuối cùng đưa đến nhiếp phục tham, nhiếp phục sân, nhiếp phục si. Chánh ngữ... Chánh nghiệp... Chánh mạng... Chánh tinh tấn... Chánh niệm... Chánh định, này Ananda, được tu tập, được làm cho viên mãn, cuối cùng đưa đến nhiếp phục tham, nhiếp phục sân, nhiếp phục si.

Này Ananda, chính với pháp môn này, các Ông cần phải hiểu như thế này: "Cỗ xe thù thắng, cỗ xe pháp, vô thượng là sự chinh phục trong chiến trận, là đồng nghĩa với Thánh đạo Tám ngành này"."

(Tương Ưng Bộ Kinh_tập V_Thiên Đại Phẩm_phẩm Vô minh)

Trước hết dùng cỗ xe Tám ngành để vận hành trong thế giới tâm thức, nơi mà những thế lực mang tên tham sân si ngự trị hùng cứ chi phối lũng đoạn khiến mỗi cá thể chúng sanh phải đa đoan lên bờ xuống ruộng xưa nay. Môi trường này, bước tiên phong phải là Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh niệm và dùng Chánh định để ổn cố và củng cố nơi được mệnh danh còn sâu xa hiểm yếu hơn cả sông dài biển lớn: **tâm người** (dò sông dò biển dễ dò....!)

Khi tâm đã được thẩm nhuận tâm tươi Tắm Pháp chân chánh Thế Tôn truyền dạy, thì nhất cử nhất động mọi hành vi xử kỷ tiếp vật theo đó chân chánh đúng với quy luật tương sanh. Nương cỗ xe Thánh đạo tám ngành trên hành trình cuộc sống cũng đồng nghĩa đã hết sự liên minh như bóng với hình cùng kẻ đồng hành xưa nay là tà kiến, tà tư duy, tà nghiệp... (sản phẩm cố hữu của tham lam, sân hận, si mê...). Cỗ xe Bát Chánh đủ năng lực để giúp con người đi đúng hướng và vượt qua mọi trở lực.

Đức Phật đã nhấn mạnh sự tối yếu của giá trị thực hành pháp: **"...được tu tập, được làm cho**

viên mãn." Và hình ảnh **cỗ xe** và **chiến trận** được Thế Tôn dùng biện pháp ẩn dụ càng tăng hiệu năng tác động tâm thức đồ chúng. Rằng sự hành trình là trường thử thách và sự nhiều nhương cuộc đời quả như một chiến trường không khác.

Chúng ta hãy cùng nhau tu tập Thánh đạo tám ngành—Pháp Đức Phật đã giáo hướng—để tự chuyển hóa tâm thức, chuyển hóa lối sống bản thân và góp phần chuyển hóa cuộc đời theo hướng tích cực.

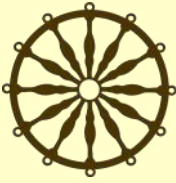
ĐẰNG SAU NỤ CƯỜI

Thằng hề đứng giữa đám đông
Làm trò múa rối chỉ mong người cười
Mặt hề vẽ những nụ cười
Cười đau
Cười khổ
Cười tươi dối long
Hề cười nước mắt vào trong
Để đời rực sáng dấu dòng nước trôi
Cho đời những cánh hoa đời
Tình yêu
Hạnh phúc
Đất trời màu xanh
Hề cười lòng chẳng đua ganh
Tiếng cười cuộn dâng tràn thành nỗi đau.

thơ

NGỌC TUYẾT





GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM THỐNG NHẤT HOA KỲ
VIETNAMESE AMERICAN UNITED BUDDHIST CONGREGATION
HỘI ĐỒNG ĐIỀU HÀNH

COUNCIL OF MANAGEMENT
CENTRAL OFFICE

803 S. Sullivan St., Santa Ana, CA 92704 – U.S.A. | Tel.: (714) 571-0473 * Fax: (714) 568-1009

Thành Kính Phân Ưu

Kính gửi: Giáo Hội Phật Giáo Tăng Già Khất Sĩ Thế Giới và Môn Đồ Pháp Quyền
Cố Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Giác Nhiên

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật,



HT. THÍCH GIÁC NHIÊN
(1923—2015)

Hội Đồng Giáo Phẩm và Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ vừa nhận được tin Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Giác Nhiên, Pháp Chủ Giáo Hội Phật Giáo Tăng Già Khất Sĩ Thế Giới đã thu thần thị tịch vào lúc 10 giờ 30 phút tối ngày 03 tháng 08 năm 2015, nhằm ngày 19 tháng 06 năm Ất Mùi tại Nam California, Hoa Kỳ.

Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Giác Nhiên là vị lãnh đạo tối cao của Giáo Hội Phật Giáo Tăng Già Khất Sĩ Thế Giới. Ngài đã tận hiến đời mình cho sứ mệnh hoằng dương Phật Pháp, kiến lập đạo tràng, tiếp tăng độ chúng để góp phần xây dựng và phát triển nền Phật Giáo Việt Nam trong cũng như ngoài nước. Sự viên tịch của Trưởng Lão Hòa Thượng Pháp Chủ là mất mát lớn lao đối với Tăng, Tín Đồ Phật Giáo Việt Nam nói chung.

Hội Đồng Giáo Phẩm và Hội Đồng Điều Hành Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Hoa Kỳ nhất tâm hộ niệm Giác Linh Cố Trưởng Lão Hòa Thượng Pháp Chủ cao đăng Phật Quốc. Giáo Hội đồng thành kính phân ưu đến Giáo Hội Phật Giáo Tăng Già Khất Sĩ Thế Giới và Môn Đồ Pháp Quyền Cố Trưởng Lão Hòa Thượng Tân Viên Tịch.

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

Phật Lịch 2559, Santa Ana, ngày 5 tháng 8 năm 2015
Đồng thành kính phân ưu:

Chư Tôn Đức Hội Đồng Giáo Phẩm GHPGVNTNHK,
Chư Tôn Đức Tăng, Ni và Cư Sĩ Thành Viên Hội Đồng Điều Hành GHPGVNTNHK

**HÌNH ẢNH KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ V
TẠI THÀNH PHỐ SAN DIEGO, CALIFORNIA, TỪ NGÀY 06 ĐẾN 10 THÁNG 8.2015**



Photos: Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường



Photos: Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường

thơ

NGUYỄN LƯƠNG VY

NHỚ MẸ

Tuổi già thương nhớ Mẹ
Chăm rãi gõ từng câu
Chữ chớp mắt nhìn nhau
Ý cúi đầu nghe ngóng
Nửa khuya âm lừng bóng
Một trời gió lay hình
Bè mây như trang kính
Nổi niềm chong mắt thức

Tuổi già vang ký ức
Vẫn còn mong ngày về
Thơm giọng nói nhà quê
Ấm lời chào đất tổ
Quán Rường trưa nín gió
Tam Kỳ khuya im hơi
Mẹ ơi chiếc nón cời
Rách vai đời cổ xứ

Tuổi già không chỗ trú
Ráo hoảnh ngó trời quen
Đất lạ hồn vẫn nhen
Thơ rền máu vẫn nở
Chay tịnh tiếp tục thờ
Tu chữ cứ thể mân
Mẹ ơi giọt lệ ngân
Lòng con khôn xiết kể

Tuổi già thương nhớ Mẹ
Chỉ biết gọi thơ thôi
Chữ hóa bướm trùng khơi
Ý căng buồm lộng gió
Câu thơ giăng ráng đỏ
Bóng mẹ giữa chiều phai
Bên đây hứng sớm mai
Phòng trọ đèn còn sáng.

05.2015

MỘT ĐỜI

Tặng em Nguyễn Lương Việt

Một đời một dấu hỏi
Một dấu than tiếp sau
Ba dấu chấm nhìn nhau
Bốn bề ngầy nín bật
Mưa bụi sớm nay nhắc
Nẻo quên chiều xa trông
Hủ dài lạnh hừ không
Thiền sư về trên núi (*)

Một đời một hạt bụi
Một hơi thở vẫy thôi
Ba dấu chấm mờ cõi
Mười phương trời cô độc
Câu kinh xâu sợi tóc
Tiếng mõ gieo hạt huyền
Huyền âm ngọn cỏ biên
Đất mản thỉnh không nói

Một đời một tiếng gọi
Một bóng đèn tri âm
Ba dấu chấm tự trầm
Ngàn sông trắng tự vẫn
Thương câu hò bi mẫn
Nhớ mái chèo hanh hao
Thế a là thế sao?
Thế à là thế đó!

Một đời một trận gió
Một câu Có câu Không
Hỏi mãi ý chưa xong
Than hoài lòng chưa thỏa
Mưa bụi đầu mùa hạ
Chim hót dưới mái hiên
Ngẫu nhiên là tất nhiên
Hít một hơi cho ấm.

Calif., 07.07.2015

(*) Buổi sớm mai, ngồi một mình ở quán cà phê Tài Bửu, Westminster, trời mưa bụi nhẹ rất đẹp, giống như buổi chiều bảng lảng bên Việt Nam, chợt nhớ 2 câu thơ cuối của thiền sư Không Lộ (? - 1141) trong bài thơ tứ tuyệt 言懷 (Ngôn Hoài - Bầy Tô Tầm Lòng):

有時直上孤峰頂，
Hữu thời trực thượng cô phong đỉnh (Có lúc lên thẳng đỉnh núi cô quạnh)，
長叫一聲寒太虛。
Trường khiếu nhất thanh hàn thái hư (Kêu dài một tiếng, lạnh cả bầu trời)。



HIẾU NHÌN TỪ NHỮNG BẢN KINH KHÁC NHAU

Thích Nguyên Hiệp

Hiếu là một đề tài khá quan trọng trong những thảo luận Phật giáo. Trong nhiều kinh sách Phật giáo, ta có thể tìm thấy những lời dạy liên quan đến chủ đề này. Và khi đọc vào những kinh sách đề cập đến hiếu hạnh, hay về những mối liên hệ giữa cha mẹ và con cái, từ cả hai nguồn Nam và Bắc truyền, ta có thể thấy hiếu được trình bày dưới những góc độ khác nhau.

Trong bài viết ngắn này, tôi mạo muội trình bày ba khía cạnh về hiếu khi đọc vào những bài kinh liên quan đến chủ đề này: 1. Hiếu là báo đáp công ơn; 2. Hiếu như một chuẩn tắc đạo đức xã hội; và 3. Hiếu như một phẩm hạnh cao tốt.

Hiếu là báo đáp công ơn

Công ơn của mẹ cha được nói nhiều với những cách thức khác nhau. Kinh sách Phật giáo có nhiều lời tán dương về ân đức cao dày của mẹ cha, và cũng có những lời dạy về đạo làm con và về cách thức báo đáp ân đức đó.

Những bài kinh quen thuộc như kinh *Vu lan*, kinh *Báo ân cha mẹ* đã nói khá rõ về công ơn của cha mẹ, và cũng chỉ ra cách báo đáp công ơn đó như thế nào. Công ơn cha mẹ mà những bản kinh này nêu ra gồm có những điểm chính như: ân mang nặng đẻ đau, ân khổ nhọc nuôi dưỡng, ân hy sinh cho con và luôn thương nhớ đến con... Ở một vài bản kinh khác, chúng ta cũng gặp những điểm tương tự. Ví dụ như kinh *Bốn sự* nói: "Cha mẹ đối với con cái ân đức cao nặng sâu dày; ân đức sản sanh từ tâm bú mớm, ân đức tắm giặt nuôi nấng trưởng thành, ân đức cung cấp các món cần dùng, ân đức chỉ dạy cách sống ở đời. Cha mẹ luôn luôn muốn con với khổ, được vui; không bao giờ thôi nhớ thương con, thương con như bóng theo hình." Một bài kinh khác đã ví công ơn cha mẹ như núi cao biển rộng, nói đến sự cao ngất và bao la của ân đức đó: "Cha lành ân cao như non Thái/ Mẹ hiền ân sâu như biển cả/ Nếu ta ở đời trong một kiếp/ Nói ân mẹ hiền không thể hết." (Kinh *Tâm địa quán*).

Nhưng theo Phật giáo, chúng ta không chỉ mang ân cha mẹ trong một đời hiện tại, mà còn thọ ân mẹ cha trong vô lượng kiếp. Trong kinh *Phân biệt*, Đức Phật dạy rằng, sự giác ngộ của Ngài ở đời hiện tại có liên quan đến ân đức của nhiều kiếp cha mẹ trong đời quá khứ: "Ta trải qua nhiều kiếp tinh tấn nay mới thành Phật, toàn là công ơn cha mẹ ta.

Vậy nên, người muốn học đạo không thể không tinh tấn hiếu thảo với cha mẹ."

Và vì công ơn của cha mẹ cao dày như vậy, Đức Phật dạy người đệ tử phải hiếu thảo và có bốn phận phụng dưỡng cha mẹ: "Hãy nuôi dưỡng mẹ cha; hợp pháp và đúng pháp" (Kinh *Tiểu bộ*, Kinh tập, chương 2, kệ 404). Và những ai nuôi dưỡng cha mẹ với đầy đủ lòng yêu thương và trách nhiệm sẽ được các bậc Hiền thánh tán dương khen ngợi, sau khi qua đời sẽ được sanh về thiên giới, hưởng được nhiều phúc lạc. (Xem thêm *Tương Ưng I*, Chương 7).

Tuy nhiên, nếu đền đáp công ơn cha mẹ theo thường tình thế gian, như chỉ biết chăm sóc phụng dưỡng, thì không bao giờ đền đáp đủ ân đức; và cho dù phải hy sinh bản thân vì cha vì mẹ đi nữa, cũng không thể đền đáp hết được ân đức đó: "Có hai hạng người, này các Tỷ kheo, ta nói không thể trả ơn được. Thế nào là hai? Mẹ và cha. Nếu một

bên vai công mẹ, này các Tỷ kheo, nếu một bên vai công cha, làm vậy suốt trăm năm, cho đến trăm tuổi; nếu đâm bóp, thoa xức, tắm rửa, xoa gội, và dầu tại đây, mẹ cha có vài tiểu tiện đại tiện, như vậy, này các Tỷ kheo, cũng chưa làm đủ hay trả ơn đủ mẹ và cha." (Kinh *Tăng chi Bộ II*, phẩm IV). Và vì vậy, cách thức báo hiếu rất rảo nhất có thể đền đáp được ân đức mẹ cha là: "Ai đối với cha mẹ không có lòng tin, khuyến khích, hướng dẫn

an trú các vị ấy vào lòng tin; đối với mẹ cha theo ác giới, khuyến khích, hướng dẫn, an trú các vị ấy vào thiện giới; đối với mẹ cha xan tham, khuyến khích, hướng dẫn, an trú các vị ấy vào bố thí; đối với mẹ cha theo ác trí tuệ, khuyến khích, hướng dẫn, an trú các vị ấy vào trí tuệ. Cho đến như vậy, này các Tỷ kheo, là làm đủ và trả ơn đủ mẹ và cha." (Kinh *Tăng chi Bộ II*, phẩm IV).

Ở trên là một vài trích dẫn từ những bài kinh nói về ân đức cha mẹ; và đạo làm con nên đền đáp ân đức đó như thế nào. Ta có thể tìm thấy nhiều hơn những lời dạy tương tự như vậy trong những bản kinh khác. Và hiếu, khi được nhìn từ những trích dẫn ở trên, có thể tạm xem (hiếu) như là một bốn phận, là một sự đền đáp ân đức mà ta đã thọ nhận: bởi vì cha mẹ đã hy sinh vì con, nên con cái cần kính trọng và đền công ơn cha mẹ, bằng những phương thức khác nhau.



Hiếu như một chuẩn tắc đạo đức xã hội

Trong một vài bản kinh khác, hiếu không chỉ là một nếp sống giới hạn trong phạm vi gia đình, một sự đền đáp công ơn, mà còn được xem như một chuẩn mực đạo đức có sự tác động sâu xa vào sự ổn định xã hội. Gia đình, rõ ràng, góp một chức năng quan trọng trong việc duy trì sự ổn định chung của tổng thể xã hội. Một trong những chức năng chính của gia đình như được thấy là nơi nuôi dưỡng và giáo dục con trẻ; vì vậy, hơn bất kỳ nhóm xã hội nào khác, nó tạo nên một sự ảnh hưởng bền bỉ, mật thiết và sâu sắc vào thói quen, thái độ và kinh nghiệm xã hội của một đứa trẻ. Gia đình đóng vai trò then chốt trong việc hình thành nên nhân cách một con người, hay nói cách khác là tiền trình xã hội hóa một con người được khởi đầu từ gia đình.

Một điểm quan trọng khác của gia đình là chức năng "tổ ấm" của nó, là nơi người ta nhận lấy và chia sẻ tình cảm yêu thương với những người thân; và hạnh phúc hay khổ đau mà những thành viên trong gia đình nhận được hẳn có sự tác động nhất định ra ngoài xã hội. Và thường là, khi một người không có tình thương đối với cha mẹ hay những người thân thì vị ấy khó có thể có tình thương và cảm thông đối với nhân quần; và khi một người không tốt được với những thành viên khác trong gia đình, vị ấy khó có thể tốt được với cộng đồng xã hội. Và vì vậy khi sự bất hiếu xảy ra trong gia đình, nguy cơ góp phần làm suy thoái đạo đức xã hội có thể xảy ra.

Ta có thể tìm thấy quan điểm này trong kinh *Chuyển luân thánh vương sutra* (Cakkavatti Sihanāda sutta, Trường Bộ kinh). Tuy bài kinh này không phải dành riêng để nói về gia đình hay những mối quan hệ giữa các thành viên trong đó, cũng không phải đề cập đến hiếu hạnh và những lời dạy liên quan, nhưng những nguyên nhân đưa đến sự suy thoái xã hội mà bài kinh đưa ra bao hàm ý nghĩa nói trên.

Bài kinh này cho rằng, sự thiếu hiếu kính đối với cha mẹ là một trong những dấu hiệu của cõi đời suy vong, điều dẫn đến làm suy giảm tuổi thọ và những giá trị khác của loài người. Và khi tuổi thọ của loài người càng giảm thì sự bất hiếu càng tăng. Bài kinh xem hiếu thảo như là một khía cạnh, một chuẩn mực đạo đức trong các thiện pháp khác mà con người cần thực hành để làm hưng thịnh xã hội. Những thiện pháp khác mà bài kinh nhấn mạnh nhiều lần là: không lấy của không cho, không làm các tà hạnh, không nói dối, không nói hai lưỡi, không ác khẩu, không nói lời phù phiếm, từ bỏ tham, từ bỏ sân, từ bỏ si...

Nói chung, ở đây hiếu kính cha mẹ được xem như là một chuẩn mực sống căn bản có ảnh hưởng sâu sắc đến đời sống gia đình và rộng ra đến toàn xã hội. Tuy nhiên, một người con bất hiếu vẫn đề không phải quy hết trách nhiệm lên người con ấy, mà còn phải xét đến vai trò của những bậc cha mẹ và những người liên quan trong gia đình và cả tổng thể xã hội. Kinh *Chuyển luân thánh vương sutra* nói thêm rằng, dấu hiệu của suy thoái xã hội là khi những thành viên trong gia đình không còn nhận

ra nhau và không còn giữ được vai trò của mình. Họ không còn biết kính trọng lẫn nhau, và gây nên những hành vi phi đạo đức.

Ở những bản kinh khác nhau, chúng ta có thể tìm thấy nhiều lời dạy về đạo làm con, ca ngợi về hạnh hiếu, bổn phận của người con đối với cha mẹ, và phước đức dành cho người có lòng thương yêu và phụng dưỡng mẹ cha. Tuy nhiên chúng ta ít thấy những lời kinh nói về trách nhiệm của cha mẹ đối với con cái. Một trong ít bài kinh đặt ra vấn đề này là Kinh *Giáo thọ Thi-ca-la-việt* (Sigālovāda sutta, Trường Bộ kinh). Kinh *Giáo thọ Thi-ca-la-việt* đề cập một cách cụ thể về những mối quan hệ hỗ tương giữa cha mẹ và con cái, và cũng chỉ ra bổn phận mà mỗi người cần thực hiện khi ở trong những mối quan hệ đó. Ở đây, kinh *Giáo thọ Thi-ca-la-việt* đặt những trách nhiệm và bổn phận cho các mối quan hệ một cách hài hòa, và khuyên mọi người nên thực hiện tốt vai trò của mình để tạo nên sự ổn định cho gia đình và xã hội, để có được sự an lạc trong đời sống.

Kinh *Giáo thọ Thi-ca-la-việt* chỉ ra năm điều mà một người con cần có đối với cha mẹ: bổn phận đối với cha mẹ; gìn giữ gia đình và truyền thống; bảo vệ tài sản thừa tự; lo tang lễ khi cha mẹ qua đời. Và cũng có năm điều dành cho các bậc cha mẹ: ngăn chặn con làm điều ác; khuyến khích con làm điều thiện; dạy con nghề nghiệp, cưới vợ gả chồng xứng đáng cho con; và trao của thừa tự cho con vào một thời điểm thích hợp.

Kinh *Giáo thọ Thi-ca-la-việt* không phải là một bài kinh dành riêng để nói về bổn phận giữa cha mẹ và con cái. Bài kinh này xem mỗi quan hệ giữa cha mẹ và con cái là một trong sáu mối quan hệ căn bản ở xã hội thời bấy giờ. Và hạnh phúc, sự ổn định, thịnh vượng mà gia đình và xã hội có được chỉ khi những

thành viên trong xã hội thực thi theo nhưng quy chuẩn dành cho mình. Hiếu nghĩa với cha mẹ, thương yêu và giáo dưỡng con cái, do đó, được xem như là những yếu tố quan trọng trong việc hình thành nên những con người tốt góp phần đem lại phúc lạc cho bản thân và cuộc đời.

Hiếu như một phẩm hạnh cao tột

Chúng ta hẳn đã quen thuộc với câu kinh "*Tâm hiếu là tâm Phật, hạnh hiếu là hạnh Phật. Gặp thời không có Phật, phụng thờ cha mẹ chính là thờ Phật vậy*" (kinh *Đại tập*). Với lời dạy này, Phật giáo đã xem việc thực hành hiếu hạnh mang một ý nghĩa rất cao: thờ cha mẹ như thờ Phật.

Quan điểm tương tự có thể tìm thấy trong kinh tạng Pāli. Trong *Tăng chi bộ kinh*, Đức Phật nói rằng một gia đình mà ở đó con cái hiếu nghĩa với cha mẹ thì gia đình đó được sánh bằng với Phạm thiên, hay sánh bằng với các bậc Đạo sư. Ta biết rằng Phạm thiên là vị thần tối cao trong Ấn giáo, và các bậc Đạo sư luận là những vị rất mực được kính trọng trong xã hội Ấn Độ cổ đại. Người có lòng hiếu thảo, như vậy, được xem là người đáng tôn kính nhất. Thờ cha mẹ như thờ Phật, thờ những bậc Đạo sư thì có lẽ chỉ có Phật giáo đặt ra. Chúng ta đọc một đoạn kinh để thấy rõ điều này: "*Những gia đình nào, này các Tỷ kheo, trong ấy, các con cái kính lễ mẹ cha ở trong*



nhà, những gia đình ấy được chấp nhận ngang bằng với Phạm thiên. Những gia đình nào, này các Tỷ kheo, trong ấy, các con cái kính lễ mẹ cha ở trong nhà, những gia đình ấy được chấp nhận như các Đạo sư thời xưa. Những gia đình nào, này các Tỷ kheo, trong ấy, các con cái kính lễ mẹ cha ở trong nhà, những gia đình ấy được chấp nhận là đáng được cúng dường." (Tăng chi Bộ III, phẩm IV).

Bởi vì thờ cha mẹ giống như thờ các bậc Đạo sư, thờ Phật, cho nên ai làm hại cha mẹ thì cũng giống như làm hại Phật, được xếp vào một trong năm loại "nghịch tội" (tội giết cha, tội giết mẹ, tội giết A-la-hán, tội làm chảy máu thân Phật, và tội phá hòa hợp Tăng). Và khi cha mẹ được xem như là "Phật trong nhà" thì việc "Phụng dưỡng mẹ và cha, là vận may tối thượng." (Mangalasuttam, Hạnh phúc Kinh).

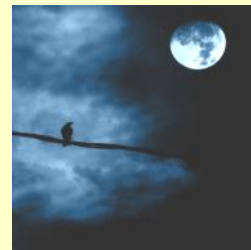
Phật giáo Đại thừa đề cao hạnh nguyện Bồ tát và tinh thương phổ quát. Việc thực hành con đường Bồ tát để đạt đến Phật quả không tách rời khỏi việc phụng sự chúng sinh. Một vị Bồ tát luôn thương yêu và làm lợi ích chúng sanh giống như thương yêu và làm lợi ích cha mẹ mình. Lý tưởng này có thể bắt gặp ở nhiều bản kinh Đại thừa, ví dụ như phẩm Phổ Hiền Hạnh Nguyên của kinh Hoa Nghiêm ghi: "Bao nhiêu chúng sanh sai khác trong tất cả mười phương pháp giới, hư không giới... tôi đều tùy thuận tất cả mà thật hành vắng thờ, cúng dường, như kính cha mẹ, như thờ bậc thầy, chư A-la-hán, thậm chí giống như phụng thờ Đức Như Lai."

Hẳn nhiên đây là con đường tu tập của một vị Bồ tát lý tưởng, vị có trí tuệ Bát nhã, thấu triệt tánh không và có lòng từ bi bình đẳng. Và ở đây, hành giả không chỉ hiểu thảo với cha mẹ của mình, mà còn "hiếu" với tất cả chúng sanh. Hiếu ở đây như một thực hành tu tập vượt qua khỏi khái niệm hiếu hạnh thông thường của thế gian, tức vượt ra khỏi những giới hạn của phân biệt và chấp thủ, những điều được xem gây chướng ngại cho việc thực hành lòng từ bi phổ quát.

Phụng sự chúng sinh như cha mẹ, một mặt vì hạnh nguyện cao thượng của bậc Đại Bồ tát, luôn quán triệt tánh không và nhìn thấy cõi đời "bất nhị" dựa trên tinh thần "Phật và chúng sinh tâm vô sai biệt"; và mặt khác vì Phật giáo tin vào giáo lý luân hồi, xem mọi chúng sinh đều là cha mẹ hay người thân của mình: "Tất cả nam nhân là cha ta, tất cả nữ nhân là mẹ ta. Từ nhiều đời ta đều thác sinh nơi đó. Vì lẽ ấy nên chúng sinh trong lục đạo đều là cha mẹ ta" (Kinh Phạm võng, phẩm Bồ tát tâm địa). Xét ở khía cạnh đạo đức, niềm tin này giúp con người sống biết kính trọng và thương yêu người khác hơn.

Thực hành hiếu theo hạnh nguyện Bồ tát là đưa hạnh hiếu ra khỏi phạm vi gia đình để hòa nhập vào cộng đồng xã hội rộng lớn. Và nếu nhìn từ góc độ này, hạnh hiếu đã trở nên có vai trò quan trọng không chỉ trong phạm vi gia đình, mà còn ở phạm vi xã hội. Nhưng dù thực hành hiếu hạnh ở phạm vi nào, mục đích sau cùng của các bậc Bồ tát là giúp chúng sinh đạt đến sự an vui, giải thoát. Đó là tinh thần quan yếu của Phật giáo.

Thích Nguyên Hiệp



THƯỜNG NGÀY

*Hay ngồi trong đêm
Ánh trăng soi qua mắt rỏ những tàng cây
Lỗ chỗ sân nhà
Nhớ. Quên
Nói chuyện một mình*

*Thường nôn nao giấc ngủ
Như đi đến nơi hẹn,
Bóng ai
Quen hơi giấc mộng*

*Hay nhìn lên trời sáng sớm
Còn mảnh trăng ngó xuống
Tháp cao cùng một ánh non
So lòng nắng mới*

*Hay ngồi trong chiều ngóng rất xa
Con mắt thông manh
Tưởng bóng quen
Tưởng ngày tháng cũ*

*Thường ngày đọc báo
Sợ như đang đi trên con đường cài mìn
Không biết lúc nào bị sát thương*

*Riết rồi
Con kiến làm lũi đi...
Con châu châu đá cỏ...
Con ong, hút mật...
Con tằm, thoi thỉ, nhả tơ...
May ra còn chút phận lời...*

thơ

NGUYỄN THỊ KHÁNH MINH

Cách xử thế của người xưa

TN NHƯ THỦY

Xưa, có một chú học trò được dịp lên phố chơi. Nhắm ngày chợ phiên một cuộc mất cắp xảy ra tại quán trọ, chú học trò liền bị quan huyện bắt nhốt vì người ta nghi ngờ chú là thủ phạm.

Sau khi trải qua những thủ tục tra hỏi phiền phức, quan huyện tìm ra thủ phạm là người khác, chú học trò được trắng án ra về.

Khi về làng gặp lại vị thầy dạy học, chú nhỏ tức tưởi kể lại tự sự, bộc lộ nỗi hăm oan của mình.

Ông thầy im lặng nghe xong câu chuyện, nghiêm nghị ra lệnh đánh đệ tử 10 roi phạt. Đương sự rất ngạc nhiên nhưng không dám cãi lời thầy, riu riu leo lên bộ phận nằm chờ trận đòn mà lòng hoang mang vô kể.

Các bạn chú thấy thế ngạc nhiên thưa:

- Thưa thầy, trò này vô tội sao lại bị đòn?

Ông thầy từ tốn giải thích:

- Đánh rằng nó vô tội. Nhưng tại sao giữa phố chợ đông đảo, chỉ có mình nó bị tình nghi là kẻ cắp? Ta đánh đây là phạt cái tội nó đã có bộ vớ của thằng ăn cắp để cho người ta nghi ngờ. Nếu nó không chỉnh đốn tư cách lại ta e rằng nó sẽ bị hăm oan nhiều lần nữa!

Em thân mến!

Đây là một trong những cách xử thế tuyệt diệu của người xưa. Cổ nhân đào luyện thế hệ đàn em phải sống sao cho "cúi không thẹn đất, ngẩng không thẹn trời." Đánh rằng chú bé trên đây không hề gian tham, nhưng vị thầy không bằng lòng khi thấy học trò mình chưa đủ tư cách chính nhân quân tử khiến

người ta mất lòng tin nơi mình. Trong khi đức Phật cũng đã từng dẫn dụ chúng ta rằng: "Không phải nhờ ở lời khen của thế nhân mà con được đạo giải thoát, cũng không phải vì lời chê của thế nhân mà con bị rơi vào địa ngục, mà chính những ý nghĩ, lời nói và hành động của con sẽ quyết định cảnh giới thiện hay ác tương xứng."

Thông thường chúng ta rất dễ nhận nhin những lời khen (mà mình hoàn toàn không xứng đáng) và ngược lại chúng ta không tài nào kham nhẫn nổi những lời vu oan trách mắng vô căn cứ... Đã bao lần em tức tưởi thuật lại nỗi hăm oan của mình cùng bè bạn... Và có lẽ chưa lần nào em bị đánh đòn như chú bé trong câu chuyện trên đây. Có lẽ vì thế mà chúng ta kém xa người xưa chăng?

Có hôm nào lỡ bị một nỗi hăm oan, em hãy thử một lần tự tìm xem mình đã có những tác phong, cử chỉ, cung cách như thế nào để cho người ta phải nghĩ về mình xấu tệ như thế đó. Nếu tìm thấy nguyên do nằm nơi mình, thì em đã bắt đầu nắm được chìa khóa giải thoát rồi đó.

Giải thoát cái gì em biết không? Giải thoát em khỏi niềm sầu, nỗi khổ, những tư tưởng bị quan, hắc ám vì thấy trên cõi đời này sao mà không có ai chịu hiểu mình hết trơn hết rọi...

(trích Hư Hư Lục của Ns. TN Như Thủy)

Con nghe vọng từ kỷ ước
Chòng chành trôi những vành nôi của mẹ
Thênh thang con viễn du về miền tri ngộ xa xưa
Nơi những tâm hồn đồng điệu gặp gỡ chẳng vương
gót thời gian.

Lời ru mùa Hè mát trong ngày oi ả
hồn con là lướt cánh diều
trên muốt mà sông Ngân khoan nhặt à ơi
Dẫu còn trĩu nặng những ưu tư cơm áo
tiếng mẹ vẫn trong thanh vì giấc điệp con thơ

Lời ru mùa Thu dịu vợi xa xăm
nhuộm màu vàng chia biệt lá rời cành
dấu tàn phai ngõ hẹp tan chín chiều đau ruột
để con lớn với đời mọi cung bậc bụi ngọt đa đoan

Lời ru mùa Đông như hơi ấm than nồng heo may về
đầu ngõ
bàn tay mẹ nâng tằm chằng màu cỏ úa
phủ che con hơi ấm mầu từ
đôi chân mẹ cồng buốt đi về buổi chợ
mua cau Nam Phố mua trâu Chợ Dinh
Quang gánh mẹ chiều Đông để dành phút nâng niu
con chờ đợi
ấm nóng một vòng tay.

Ngày Xuân để lời ru chan chứa những sắc hoa
gân xa dập dềnh cánh én
len nhẹ tâm con lời tự sự bốn mùa
đều là mùa Xuân lấp lánh diệu huyền bất tuyệt
bởi vì con luôn bên mẹ, mẹ ơi!

Tôi để rơi những dòng lưu bút tâm tư
Của miền cố đô khói sương lãng đãng
Dòng sông xưa chảy vào hồn thăm thẳm
Bao nẻo đường in gót chân ngày vụng dại ấu niên
Khi ngược Kim Long, khi xuôi Bến Ngự
Một thoáng Bao Vinh thăm áo mưa phún...
Quê hương và mẹ...những lời ru trôi vào huyết quản
Mệnh mang cánh cò bến nước cây đa,...

Mùa hiếu hạnh Vu lan tí tách giọt mưa Thu chiều
nay tôi đứng
mê vườn sau nhìn về quê mẹ
để chín chiều ruột đau!

(Sài Gòn. Mùa Hiếu hạnh. Pl 2559)

VỌNG TIẾNG RU XƯA

thơ

THIÊN HẠNH



**HÌNH ẢNH CÁC LỚP HỌC TRONG KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN V
TẠI THÀNH PHỐ SAN DIEGO, CALIFORNIA, TỪ NGÀY 06 ĐẾN 10 THÁNG 8.2015**



Photos: Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường

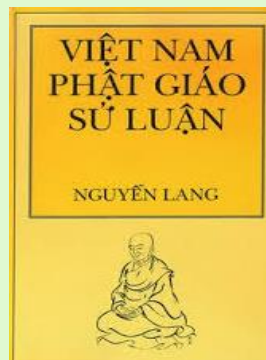


Photos: Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường

TỔNG QUAN VỀ PHẬT GIÁO ĐỜI NHÀ LÝ (1010 - 1225)

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

Nguyễn Lang



CHÂN ĐỨNG

Như ta đã thấy, đạo Phật Việt Nam của thế kỷ thứ tám chỉ còn lại tên tuổi của hai vị thiền sư: đó là Dharmadeva và Huệ Thắng.

Thế kỷ thứ sáu ghi lại hai vị thiền sư Việt Nam: Quán Duyên và Pháp Hiền. Chính trong thế kỷ này mà thiền sư Tỳ Ni Đa Lưu Chi đến Việt Nam, và lập ra thiền phái mang tên ông.

Ba thế kỷ tiếp theo: thế kỷ thứ bảy, tám và chín là ba thế kỷ thuộc Đường. Sự cai trị hà khắc. Tuy vậy trong thế kỷ thứ bảy và thứ tám, cao tăng xuất hiện khá nhiều. Ngoài tên tuổi của những thiền sư trong thiền phái Tỳ Ni Đa Lưu Chi, ta còn có tên tuổi của những vị tăng sĩ từng qua giảng kinh bên cung vua Đường, những vị tăng sĩ thông hiểu cả Hán ngữ lẫn Phạn ngữ, thường đi chu du qua Ấn Độ và Trung Hoa. Trong thế kỷ thứ chín, thiền sư Vô Ngôn Thông qua Việt Nam và lập một thiền phái nữa mang tên ông.

Thế kỷ thứ mười là thế kỷ Việt Nam bắt đầu thực sự giành được quyền tự chủ. Khúc Thừa Dụ, Khúc Hạo, Khúc Thừa Mỹ, nối nhau dấy nghiệp, rồi Ngô Quyền phá quân Nam Hán. Tiếp đến Đinh Tiên Hoàng dẹp 12 sứ quân, lập ra nước Đại Cồ Việt độc lập. Mật Giáo và Thiền là hai hệ thống Phật giáo hưng thịnh nhất của thời đại. Chính trong thế kỷ này mà những trụ đá về Mật Tông được tạo dựng ở Hoa Lư. Chính trong thế kỷ này mà đạo Phật tích cực đóng góp vào việc dựng nước. Năm 971, vua Đinh Tiên Hoàng định giai cấp cho tăng sĩ và ban chức tước cho Ngô Chân Lưu của thiền phái Vô Ngôn Thông, cho ông hiệu Khuông Việt Thái Sư, chính nhận thức Phật giáo làm nguyên tắc chỉ đạo tâm linh cho chính sự. Cũng chính trong thế kỷ này mà vua Lê Đại Hành mời thiền sư Pháp Thuận và thiền sư Vạn Hạnh của thiền phái Tỳ Ni Đa Lưu Chi làm cố vấn chính sự. Các thiền sư Khuông Việt, Pháp Thuận và Vạn Hạnh cũng đã tiếp tục giúp vua Lý Thái Tổ trong thế kỷ kế tiếp.

ĐẠO PHẬT VÀ CHÍNH TRỊ

Cổ nhiều lý do khiến các thiền sư đời Lý tham dự chính sự (tham dự chính sự mà không tham dự chính quyền, bởi vì họ không nhận chức vụ trong nội các, chỉ tới giúp ý kiến và công việc, rồi về chùa). Lý do thứ nhất: họ là những người có học, có ý thức về quốc gia, sống gần gũi với quần chúng và biết được những khổ đau của người dân đang bị một chính sách đô hộ hà khắc bóc lột. Lý do thứ hai: họ không có ý muốn tranh ngôi của vua, không giành quyền bính và địa vị ngoài đời, nên vua tin họ. Lý do thứ ba: họ không cố chấp và thuyết trung quân (chỉ biết

giúp một vua mà thôi) như các nhà Nho, nên họ có thể cộng tác với bất cứ ông vua nào có thể đem lại hạnh phúc cho dân. Lý do thứ tư: các vua cần sức học của họ; nhất là trong đời Đinh, Lê, các vua đều không phải thuộc giới trí thức. Nho sĩ thì chắc là không có mấy người, mà lại chỉ trung thành được với một triều đại.

Trong phần nói về thiền phái Tỳ Ni Đa Lưu Chi, ta thấy hành động chính trị của các thiền sư Pháp Thuận và Vạn Hạnh. Thiền phái Vô Ngôn Thông có thiền sư Ngô Chân Lưu cũng đóng góp nhiều trong lĩnh vực chính trị. Danh hiệu Khuông Việt Đại Sư mà vua Đinh Tiên Hoàng ban cho ông đủ nói lên tầm quan trọng của công tác ông. Khuông Việt có nghĩa là "giúp nước Việt." Năm 986, khi sứ Tống là Lý Giác đi qua, vua Đại Hành nhờ ông ra ứng đối, bởi vì ông là người có khả năng nhất lúc bấy giờ. Chính người đi đón tiếp Lý Giác cũng là một thiền sư: Pháp Thuận làm thơ trên thuyền, và khiến cho Lý Giác khâm phục. Sau cuộc viếng thăm, Lý Giác đã làm bài thơ tỏ ý khâm phục vua Việt. Vua Lê Đại Hành liền nhờ Khuông Việt làm một bài thơ khác để tiễn Lý Giác về nước:

*Trời xanh, gió thuận, gấm buồn gương
Thần tiên về cổ hương
Hành trình vạn lý biển mê mang
Xa xôi hút dặm đường
Lòng càng quyến luyến chén chưa tàn
Cầm tay nhau thở than
Xin đem thâm ý của Nam Bang
Bày tỏ với Thượng Hoàng.*

(Tường quang, phong hảo, cảm phàm trường
Thần tiên phục đế hương
Thiên lý vạn lý thiệp thương lương
Cửu thiên quy lộ trường
Nhân tình thâm thiết đối ly trường
Phan luyến sứ tin lang
Nguyên tương thâm ý vị Nam cương
Phân minh báo Ngã hoàng).

Chắc hẳn công trình của Khuông Việt trong chính sự khá lớn, cho nên sách *Thuyền Uyển Tập Anh* mới chép "Vua Lê Đại Hành rất kính trọng, phàm những việc quân quốc trong triều đình đều đưa cho ngài cả" (Lê Đại Hành hoàng đế vươ gia lễ kính, phàm triều đình quân quốc chỉ sự, sự giai dữ yện).

Tuy giúp vua Tiền Lê, những khi thấy tình trạng tệ lậu của quốc gia do Lê Long Đinh tạo ra, thiền sư Vạn Hạnh đã không ngần ngại ủng hộ Lý Công Uẩn trong việc chấm dứt chế độ dã man này. Sau khi Lê Đại Hành mất, con là Long Việt lên ngôi 3 ngày thì bị



**Quốc sư Khuông Việt
(933 — 1011)**

Long Đình giết. Thấy thế, và biết trước là Long Đình sẽ rất tàn bạo, Lý Công Uẩn đã thất vọng ôm xác Long Việt mà khóc. Vạn Hạnh cũng thấy rõ nguy cơ ấy nên bắt đầu nuôi ý đưa Lý Công Uẩn lên chính quyền.

Các vua đời Lý so sánh với các vua Đinh Lê thì giỏi hơn rất nhiều phương diện học thức. Sự sùng Phật của các vua Lý cũng có tính cách tâm linh và trí thức hơn. Họ

đều có học Phật và thường với các thiền sư đến để đàm luận về giáo lý. Trong triều đã xuất hiện nhiều người có Nho học, trong số này có nhiều người do các thiền sư đào tạo. Vì vậy, các thiền sư chỉ đóng góp về phương diện chỉ đạo tinh thần mà khỏi phải trực tiếp làm những việc như tiếp sứ, thảo chiếu dụ và văn thư, đưa sách lược kinh tế và chính trị.

Vào hạ bán thế kỷ thứ mười hai đã xuất hiện những nho thần như Đàm Dĩ Mông cực lực bài xích Phật Giáo, nhưng dù sao ảnh hưởng của các thiền sư trên triều đình vẫn còn mạnh. Lý Cao Tông (1175-1210) bị tăng phó Nguyễn Thường khuyên can chớ nên hát xướng chơi bời xa hoa quá độ. Ông nói, "Tôi nghe bài tựa Kinh Thi nói: âm nhạc làm loạn nước thì nghe như oán giận. Nay dân loạn, nước khốn, chúa thượng thì rong chơi vô độ. Triều đình rối loạn, dân tâm ly tán, đó là triệu chứng mất nước." Ngữ khí của thiền sư cho ta thấy ảnh hưởng Phật giáo trong dân gian còn mạnh. Thiền sư Viên Thông trước đó cũng đã ân cần nói với vua Thần Tông về lễ trị loạn "Thiên hạ cũng như bất cứ cái gì, hễ đặt nó vào chỗ an, thì an, đặt vào chỗ nguy thì nguy: điều này trông vào hành động của bậc nhân chủ (vua). Nếu đức tôn trọng sự sống của vua mà hợp với lòng dân khiến cho dân yêu mến như cha mẹ, ngưỡng mộ vua như mặt trời mặt trăng, như thế là đặt thiên hạ vào đúng chỗ an đó. Trị và loạn cũng do ở sự dùng người; nếu có người tốt giúp rập thì trị, mà không có thì loạn. Tôi thấy các bậc đế vương đời trước không ai không vì dùng bậc quân tử mà hưng, không ai không vì dùng tiểu nhân mà vong. Tình trạng không phải chuyển một sáng một chiều mà từ từ xảy ra vậy. Trời đất không phải từ lạnh đổi sang nóng ngay tức khắc, mà phải đi dần từ xuân sang thu, bậc vua chúa không hưng hay vong đột ngột mà hưng vong từ từ tùy theo tính cách thiện hay ác của họ. Bậc thánh vương đời xưa biết thế nên mới bắt chước đức của trời mà tu thân không ngừng, noi theo phép của đất mà an dân không nghỉ. Tu thân là thận trọng ở bề trong, run sợ như dẫm lên băng mỏng. An dân là kính trọng kẻ dưới, hải hùng như cưỡi ngựa nắm dây cương mục. Theo đó thì hưng mà không theo thì vong. Sự hưng vong chỉ từ từ mà xảy đến."

Hồi ban đầu lập quốc các thiền sư đã mở những

cuộc vận động gây ý thức quốc gia, đã sử dụng các môn học phong thủy và sấm vĩ trong các cuộc vận động ấy, đã trực tiếp thiết lập kế hoạch, thảo văn thư, tiếp ngoại giao đoàn, bàn luận về cả những vấn đề quân sự. Nhưng sau đó, khi trong triều đình đã có đủ người lo các việc ấy thì họ chỉ giữ vai trò hướng dẫn tinh thần và cố vấn đạo đức. Nhưng dù sao những thiền sư thân cận với chính quyền vẫn ít. Ngoài các vị Pháp Thuận, Khuông Việt, Vạn Hạnh, Huệ Sinh, Viên Chiếu, Mãn Giác, Chân Không, Giác Hải và Không Lộ là những vị thường có đi lại cửa khuyết mỗi khi có triệu thỉnh, nhiều thiền sư đã từ chối về kinh sư khi có chiếu mời. Nhưng những thiền sư có tham dự chính sự như Vạn Hạnh trong khi làm việc vẫn giữ thái độ xuất thế của mình, không muốn hòa mình trong vòng danh lợi, xong việc thì rút lui về chùa. Triết học hành động của Vạn Hạnh tiêu biểu cho thái độ chung của các thiền sư: làm thì làm, nhưng không mắc kẹt vào công việc, không nương tựa vào hữu vi. Đó là triết lý vô trụ [1].

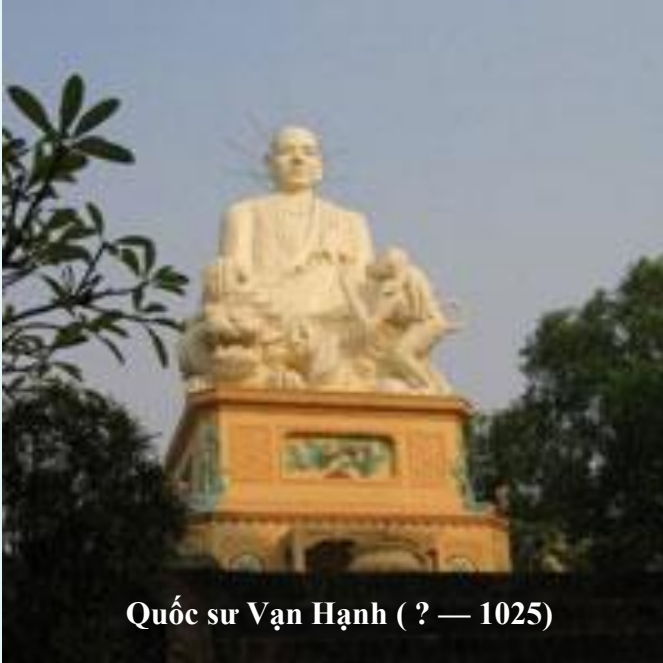
ĐẠO PHẬT VÀ VĂN HÓA

Ý hướng xây dựng một nền văn hóa Việt Nam độc lập của các thiền sư rất rõ rệt. Về phương diện địa lý họ đã muốn dời kinh đô tới một nơi có thể dựng nên sự nghiệp độc lập lâu dài. Về phương diện học thuật, họ có công đào tạo một lớp trí thức không cổ chấp, biết dung hợp các ý thức dị biệt như Nho, Lão, Phật. Về phương diện văn hóa, họ dựng nên được cả một triều đại thuần từ, lấy đức từ bi làm căn bản cho chính trị. Về văn hóa, họ là những người đóng góp vào văn dễ sáng tác nhiều nhất trong nước, dù phần lớn những sáng tác này nằm trong chủ đề Phật giáo. Về mỹ thuật, những công trình kiến trúc và điêu khắc của Phật giáo cũng là những đóng góp mỹ thuật quan trọng nhất trong thời đại.

Trong phần nói về thiền phái Tỳ Ni Đa Lưu Chi, chúng ta đã bàn về sự sử dụng phong thủy học của các thiền sư. Ta cũng nói đến đồ án kinh thành Thăng Long như công trình suy tư của thiền sư Vạn Hạnh. Những ngôi chùa xây dựng trong nội cung hay trong kinh thành để các vua tĩnh tâm, tham thiền và nghiên cứu đạo Phật hẳn cũng được xây dựng theo sự gợi ý của các thiền sư.

Về học thuật, ta biết rằng các thiền sư đã mở trường dạy học, không những cho tăng sĩ mà còn cho cư sĩ nữa. Vạn Hạnh đã đào tạo nên Lý Công Uẩn tại chùa Lục Tổ; Trí thiền sư trên núi Cao Dã đã đào tạo nên Tô Hiến Thành và Ngô Hòa Nghĩa. Nhiều thiền sư am tường cả tam giáo (Khuông Việt, Vạn Hạnh, Đạo Hạnh, Viên Thông, Mãn Giác, Bảo Giám, v.v...); họ đã dạy cho môn đệ những điều tinh hoa nhất trong khoa học xã hội và chính trị của Nho giáo. Các thiền sư Viên Thông và Nguyễn Thường khi cố vấn và can gián các nhà vua, đã dùng lý luận của Nho giáo một cách rất cởi mở và với tinh thần không phân biệt. Kiến thức Nho giáo được sử dụng theo tinh thần Phật giáo quả đã đóng góp khá nhiều cho học thuật và chính trị đời Lý, sau này những nhà nho thiếu căn bản Phật học đã trở nên giáo điều, cổ chấp và hẹp hòi. Thái độ đó đã gây chia rẽ và tạo nên sự loạn lạc trong xứ. Thái độ này trái ngược với thái độ dung hợp các ý thức hệ của các vị thiền sư. Họ giảng dạy Nho giáo, họ khuyến khích học Nho học. Năm 1070, vua Thánh Tông lập văn miếu ở kinh thành đức tượng Khổng Tử, Chu Công, Nhan Tử, Tăng Tử, Tử Tư và Mạnh Tử để thờ, và còn vẽ tranh 72 vị tiền hiền để treo. Vua Anh Tông cũng hai lần lập miếu thờ Khổng Tử.

Về phương diện sáng tác, các vị thiền sư



Quốc sư Vạn Hạnh (? — 1025)

thường để lại mỗi người ít ra một bài thơ. Có nhiều thi tập có đến ngàn bài, nhưng đều đã mất. Những bài thơ còn được giữ lại là nhờ sách *Thuyền Uyên Tập Anh*. Trong số những bài thơ ấy có nhiều bài rất đẹp, nhưng vì ít biết về từ ngữ Phật giáo và không quen thuộc với Thiền học nên nhiều người cho đó là những bài kệ khô khan, sau đây chúng tôi trích một vài ví dụ. Trước hết là bài của thiền sư Không Lộ:

*Chọn nơi địa thế đẹp sông hồ
Vui thú tình quê quen sớm trưa
Có lúc trèo lên đầu chót núi
Kêu dài một tiếng lạnh hư vô.*

(Trạch đắc long xà địa khả cư
Dã tình chung nhật lạc vô dư
Hữu thời trức thượng cô phong đỉnh
Trường khiếu nhất thanh hàn thái hư)
"Kêu dài một tiếng, lạnh hư vô" là một thi hứng siêu thoát trầm hùng ít thấy ở thi ca. Một bài khác nữa của thiền sư Mãn Giác.

*Xuân đến trăm hoa nở
Xuân đi trăm hoa rơi
Trước mắt đời diễn biến
Trên đầu già đến nơi
Đừng nói xuân đi hoa rụng hết
Đêm qua sân trước một cành mai.*

(Xuân khứ bách hoa lạc
Xuân đáo bách hoa khai
Sự trục nhãn tiền quá
Lão tòng đầu thượng lai
Mạc vị xuân tàn hoa tận lạc
Đình tiền tạc dạ nhất chi mai).

Cành mai ấy phải chăng là hiện tượng của bản thể chân như bất sinh bất diệt của vạn pháp? Một bài của thiền sư Ngô Ấn:

*Chân tính vô khó đến nơi
Chỉ hư tâm đạt đến mà thôi
Trên núi ngọc thiếu màu vẫn thắm
Trong lò sen nở sắc thường tươi.*

(Diệu tính hư vô bất khả phân
Hư vô tâm ngộ đắc hà nan?
Ngọc phần sơn thượng sắc thường nhuận
Liên phát lộ trung thấp vị can).

Chân tính thì vô tướng, không nắm bắt được. Nhưng nếu chân tính đã vô tướng, tại sao ta không dùng tâm vô tướng để bắt nó? Đó là bí quyết của thành công. Hình ảnh hòn ngọc tươi thắm trên núi ứa và bông sen nở trong lò than hồng là những hình

ảnh mô tả sự nhiệm màu của chân tâm đạt tới do một tâm trạng vô tướng như thế.

Về thi ca, đời Lý có:

- *Ngộ Đạo Ca Thi Tập* của Khánh Hỷ
- *Viên Thông Tập* của Viên Thông. Cuốn này có tới một ngàn thơ, tiếc thay không còn.

Về trước tác, đời Lý có:

- *Tân Viên Giác Kinh* của Viên Thông
- *Thập Nhị Bồ Tát Hạnh Tu Chứng Đạo Tràn*

của Viên Thông

- *Tham Đồ Hiển Quyết* của Viên Thông
- *Dược Sư Thập Nhị Nguyên Văn* của Viên

Thông

- *Bồ Tát Hiệu Sát Hối Văn* của Pháp Thuận
- *Chư Đạo Tràn Tân Khánh Văn* của Huệ Sinh
- *Nam Tông Tự Pháp Đồ* của Thường Chiếu
- *Hồng Chung Văn Bi Ký* của Viên Thông
- *Chư Phật Tích Duyên Sự* của Bảo Giác
- *Tăng Già Tạp Lục* của Bảo Giác

Về bia minh, đời Lý có:

- Bia chùa Bảo An, núi An Hoạch, làng An Hoạch, dựng năm 1100, nói về sự nghiệp Lý Thường Kiệt, không biết do ai soạn.

- Bia chùa Sùng Nghiêm Diên Thánh ở làng Duy Tĩnh, dựng năm 1110, do thiền sư Pháp Bảo (Hải Chiếu) soạn.

- Bia tháp Sùng Thiện Diên Linh, núi Long Đội, dựng năm 1121, do Mai Bật soạn.

- Bia chùa Hương Nghiêm, núi Càn Nê, làng Phú Lý dựng năm 1124, không biết ai soạn.

- Bia chùa Linh Xứng, núi Ngưỡng Sơn, làng Ngô Xá dựng năm 1126, do thiền sư Pháp Bảo (Hải Chiếu) soạn.

- Bài minh quả chuông chùa Thiên Thúc trên núi Phật Tích do thiền sư Huệ Hưng soạn năm 1109.

- Bài minh trên tháp bia Hội Thánh ở núi Ngạc Già do thiền sư Lê Kim soạn năm 1092

- Bài văn bia tháp Lăng Già do thiền sư Lê Kim soạn năm 1092

- Bài minh quả chuông và bài văn bia của chùa Viên Quang, do thiền sư Đình Đạt soạn 1122.

- Bài văn bia chùa Diên Phúc, thôn Cổ Việt, do Nguyễn Diệm soạn năm 1121.

Những bài bia và minh trên đây phần lớn được ông Lê Quý Đôn nhắc đến trong sách *Kiến Văn Tiểu Lục* [2]. Một vài bài khác được nhắc tới trong sách *Lý Thường Kiệt* của ông Hoàng Xuân Hãn. Nói về các bài minh và bài bia trên, Lê Quý Đôn phê bình như sau: "*Văn đời Lý và văn biên ngẫu, có nhiều vẻ, sánh được với văn thể đời Đường.*" Đây là một bài minh do thiền sư Pháp Bảo soạn vào năm 1126, đọc thấy trong đoạn cuối của bia chùa Linh Xứng, nói về đạo Phật và công lao Lý Thường Kiệt trong việc dựng chùa Linh Xứng:

*Ba cõi luân hồi, bốn loài lẩn lánh
Vị vọng niệm sinh, vướng vòng tâm, sắc
Buông mở tham sân, triển miên ái dục
Biết mấy cho vừa, không sao yên được...
Lớn thay chân như! Thế tựa thái hư
Màu nhiệm không lường, hóa hiện có dư
Mưa xuống một trận, cỏ cây đều nhờ
Pháp tràng dựng lên, tà pháp tiêu trừ
Lý Công nước Việt, theo dấu người xưa
Giữ đất yên dân, đánh đầu thẳng đó
Tiếng vang Chiêm Thành, danh lừng Đông Độ
Phật giáo quy sùng, cất chùa đồ sộ
Núi cao ngất chừ, thấu hư không!
Hiền tế coi chừ, đã quyết công!
Điện tháp cao chừ, đẹp không cùng!
Tượng vàng nghiêm chừ, chúc thánh quân*

*Nghệp báu bền chừ, thêm xương long!
Ân đức lan chừ, đến mọi nẻo
Ghi lời bia đá chừ, để lại non sông.*

(Tam giới luân hồi, tứ sinh trì trực
Vọng niệm sở sinh, sắc tâm điên phúc
Thượng tứ tham sân, khiến triền ái dục
Khởi tự hoàng an, vô năng yếm tức
Chí tai chân như! thể lượng thái hư
Thân nhi bất trắc, hóa chi hữu dư
Nhất vũ bách nhuận, tam thảo manh thư
Pháp tràng đại thụ, tà vọng đồn trừ
Việt hữu Lý Công, cổ nhân duy thức
Mục quận ký ninh, chương sư tất khắc
Danh dương cực hạ, thanh chấn hà vực
Tông giáo quy sùng, cảnh phúc thị tổ
Sơn chi tuần hề, tủng tình không
Hiền tế trị hề, sưởng quyết công
Tuyệt đỉnh nguy hề, điện tháp sùng
Trắc kim nghiêm hề, chúc thần trung
Bảo lịch miền hề, tích hà cùng
Khắc minh vĩnh trác, yền nham
trung).

Ngoài ra còn có những bài văn như bài chiếu của vua Lý Thái Tổ trước khi dời đô về Thăng Long, bài chiếu khuyến nông, bài chiếu miễn thuế cho dân của vua Lý Thái Tông, bài chiếu di mệnh của vua Lý Nhân Tông, bài chiếu di mệnh của vua Lý Nhân Tông, v.v... Những bài này đều mang ít nhiều tư tưởng hòa ái của đạo Phật, và có thể có bài đã do những cây bút thiền gia viết nên. Trong sách *Vũ Trung Tuy Bút*, Phạm Đình Hồ nói về văn Lý và Trần như sau: "Ta thường xét văn hiền nước ta, văn đời Lý thì cổ áo xương kích, phảng phất như văn đời Hán, đến đời Trần tuy hơi kém hơn đời Lý nhưng cũng còn điển nhã hoa thiêm, nghị luận phô bày đều có sở trường cả."

(còn tiếp một kỳ)

[1] Bất bạo động.

[2] Kiến Văn Tiểu Lục: "Tôi có thu thập văn còn sót trên đá và trên đồng được vài chục bài... (lược). Nhân đây lược ít bài có danh để biết đại khái cách thức: bài minh trên chuông chùa Thiên Phúc, núi Phật Tích, dựng niên hiệu Nguyên Hóa thứ 9 triều Lý, sư Huệ Hưng soạn; bài minh trên bia chùa Hội Khánh ở Sùng Nghiêm, Ai Châu, dựng niên hiệu Đại Khánh thứ 9, sư Pháp Bảo soạn; bài minh trên bia tháp Hội Khánh ở núi Ngọc Già, dựng niên hiệu Hội Phong thứ nhất, pháp sư Lê Kim soạn; bài bia ở bảo tháp Sùng Thiện Diên Linh ở núi Long Đọi (thuộc huyện Duy Tiên) dựng niên hiệu Duệ Vũ thứ hai, binh bộ viên ngoại lang là Mai Công Bật soạn; bài bia chùa Linh Xứng núi Ngưỡng Sơn, làng Ngọ Xá, huyện Vĩnh Phúc, dựng niên hiệu Duệ Vũ thứ bảy, sư Pháp Bảo soạn; bài bia chùa Diên Phúc, làng Cổ Việt, dựng năm Đại Khánh thứ tư, do môn khách của Đỗ Anh Vũ là Công Diệm soạn..."



NHỚ MẸ

*Diệp khúc thiên thu lắm đoạn trường
Sương bờ liễu hạnh dệt tơ vương
Ba mùa thình lặng con cô quanh
Cuối nẻo vô thường bến thiện lương
Vái vọng mẹ hiền nơi cửa Phật
Tạ từ ái huyền tựa màn sương
Dong thuyền độc mộc tiêu sơ cảnh
Thạch bích tà dương lộ nguyệt đường.*

(Mùa Vu Lan 2015)

THONG DONG ĐƯỜNG VỀ

*Trà xong món nợ kiếp làm người
Cắt gót về Tây mẹ mỉm cười
Trần thế quay lưng chậm chậm bước
Đò ngang rời bến nhật khoan trôi
Hành trang cõi tạm lìa canh mộng
Cốt nhục duyên xưa bật tiếng đòi
Mặc áo trắng thanh màu lụa thắm
Nắng vàng ngô trúc nhẹ rong chơi.*

(Mùa Vu Lan 2015)

thơ

LÊ PHƯƠNG CHÂU

THẤY RÕ THỰC TƯỚNG CỦA NHÂN DUYÊN

LÂM THANH HUYỀN

Người dịch: *Minh Chi*

TƯ TƯỞNG PHẬT HỌC

Đứng trên quan điểm Phật giáo mà nói, thì trong phương pháp tu hành của Phật giáo, điều cơ bản nhất là thay đổi quan niệm về không gian và thời gian để đối xử với hiện thực.

Đối với thời gian chẳng hạn, cần nhận thức rằng, trước khi chúng ta sanh, thời gian đã tồn tại, và sau khi chúng ta chết, thời gian vẫn tồn tại. Do đó mà có quan niệm về ba đời: quá khứ, hiện tại và vị lai.

Đối với không gian, chúng ta cũng cần có quan niệm mở rộng thì mới hiểu được đạo lý luân hồi và nhân quả. Cuộc tình duyên hiện tại của chúng ta chỉ là cuộc tình duyên của một đời sống trước chưa kết thúc; mỗi hận thù hiện tại chỉ là một mối oan trái đời sống trước chưa trả xong. Nghiệp chướng cũng chỉ là món nợ của chúng ta đối với thế giới này, sẽ được bồi hoàn dần dần với cuộc sống này của chúng ta.

"Vô minh" là một sức mạnh đen tối đang làm chúng ta đau khổ hiện nay, nó từ ở đâu đến nhỉ? Nó đến từ một thời vô thủy, từ vô số lượng kiếp trước không kể xiết được, và từ một không gian rất lớn, vô cùng.

Chúng ta thực không hiểu rõ, từ các kiếp trước, chúng ta đã gây ra bao oan trái, mà hiện nay, chúng ta gặp lại bao nhiêu điều bất hạnh như bị chà đạp bị vu nhục, bị đào thải. Nếu nghĩ rằng, trước đây, chúng ta cũng đã từng biết bao nhiêu lần chà đạp, vu nhục, đào thải những người khác? Cứ nghĩ như vậy, chúng ta sẽ bớt oán giận.

Có hai quan điểm, có thể rút ra từ suy nghĩ trên:

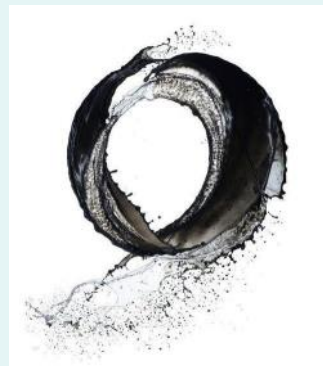
Một là yêu thương hay oán giận không thể không có nguyên do của chúng.

Hai là bản chất của yêu thương và oán giận là một.

Đối với người tu hành thì thanh toán hết các món nợ quá khứ còn lại là việc làm trọng yếu nhất. Sám hối, hồi hướng cứu giúp người khác... tất cả những việc làm đó là để trả nợ. Một trong những bộ kinh Phật quan trọng là Kinh Lăng Nghiêm. Một nửa đầu của bộ kinh nói về quan niệm "bồi hoàn," trả nợ. Chỉ sau khi chúng ta trả lại sáu căn tức mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý cho trời đất, trả lại sáu trần tức là sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp cho thế giới này thì chúng ta mới có thể thấy được minh bạch Phật tánh của chúng ta.

Thế nhưng, công việc "bồi hoàn" không phải là vứt bỏ sáu căn, sáu thức của chúng ta, mà đầu tiên là phải mở rộng không gian và thời gian, thì mới có thể thấy được thực tướng của nhân duyên.

(trích TIN TỨC TỪ BIỂN TÂM)



Mặt trời, mặt trăng của tôi

THẢO LƯ

*"Nhìn được Cha là ánh sáng tung bồng
Hương ấm áp của mặt trời chiếu mọc
Nhìn được Mẹ là trắng vàng dịu ngọt
Hiện hòa pha cho trăm cảnh nên xinh"*
(thơ Tâm Tân - Cảm Niệm Vu Lan)

Văn học đã mượn những hình ảnh cụ thể để ví cha như vầng thái dương rực rỡ, và mẹ như ánh "trắng vàng dịu ngọt." Có khi mệnh mệnh hơn: cha mẹ là cả một bầu trời.

Những cách ví von ấy, thật là đẹp, thật là văn vẻ. Nhưng với tôi, mặt trời mặt trăng hãy còn xa cách lắm; và bầu trời, càng mơ hồ xa xăm hơn. Đó là cách nói của người lớn, của những người đã xa cha mẹ (để lập gia đình, để lập nghiệp)... Tôi chỉ biết ba mẹ của tôi là những vị thần tiên, nhiều quyền năng, nhiều trí tuệ, nhiều sức mạnh, và trên tất cả những thứ ấy, ba mẹ có cả nguồn tình cảm vô tận dành cho tôi.

Từ thuở lọt lòng cho đến nay, tôi luôn được trăm mình và bơi lội trong suối nguồn vô tận ấy. Trên đời không có dòng suối nào mát trong khi trời nóng nực, và ấm áp khi trời giá lạnh như là dòng suối tình cảm của ba mẹ. Đến với ba mẹ, tôi được tất cả những niềm vui và nỗi bình an. Từng miếng bánh, cây kẹo, tôi vói vỉnh thế nào cũng được ba mẹ mua cho. Đồ chơi, áo quần, giày giếp, thứ chi tôi cần cũng có. Theo ba mẹ theo mẹ lần đầu nhập học, được nịu lấy tay ba mẹ là tựa như được bảo vệ bởi đấng quyền uy tối cao. Khi tôi hãi sợ bóng đêm hay những cơn thịnh nộ của sấm sét, mưa to, lửa lớn, được rúc vào lòng ba mẹ là yên tâm. Khi gặp người dữ hay ác thú, cứ nép bên ba mẹ

là hết sợ. Khi bệnh hoạn, đau răng, thậm chí chỉ bị trầy xước xoang trên da, sẽ được ba mẹ an ủi, vỗ về, chăm sóc tận tình. Khi gặp hiểm nạn, khó khăn, bị người hiếp đáp, hãy mét kể với ba mẹ, vậy là mọi chuyện sẽ được giải quyết.

Cho nên, đã có lần khi tụng đọc phẩm Phổ Môn, nói về hạnh nguyện của đức Quán Thế Âm Bồ-tát, hiện thân cứu khổ ban vui với tất cả những ai niệm danh hiệu và khẩn cầu đến ngài, tôi chợt liên tưởng đến ba mẹ. Hầu như cả cuộc đời tôi, ba mẹ chính là đức Quán Thế Âm Bồ-tát. Những lúc nhọc nhằn, tủi nhục, đau buồn, đắng cay, thất vọng, tuyệt vọng, cho đến những khi cảm thấy lạc lõng bơ vơ ở xứ người, hay cô đơn cùng cực giữa trường đời, thì chỗ dựa an toàn, êm mát nhất cho tôi, vẫn là hình bóng của ba mẹ thương yêu.

Tôi đã nói rằng cách ví von cha mẹ với mặt trời, mặt trăng hay bầu trời là cách nói của những người lớn sẽ khiến bạn nghĩ rằng tôi hãy còn bé thơ trong mái ấm gia đình của ba mẹ. Không đâu, tôi đã lớn, đã trưởng thành lắm rồi. Nhưng chính vì suối nguồn ấy trải bao thời gian, vẫn luôn dạt dào như năm nào khiến tôi được hạnh phúc làm trẻ thơ trong vòng tay yêu thương của ba mẹ đầy thôi.

Những gì tôi tỏ bày cũng sẽ khiến bạn nghĩ rằng tôi luôn có ba mẹ bên cạnh để nâng nịu, vói vỉnh, để được yêu thương chăm sóc mỗi ngày. Không đâu, tôi không sống gần ba mẹ; và trên thực tế thì tôi chưa từng gặp mặt ba của mình, hoặc chỉ được

nhìn ông phảng phất mơ hồ khi còn nằm nôi và chập chững bước những bước chân đầu đời của mình. Cố nghĩa rằng tôi đã không được diễm phúc có một mặt trời trong suốt cuộc đời của mình. Tôi cũng không được sống gần mẹ kể từ khi mới lớn. Tôi đã đánh đổi cả mặt trăng, đánh đổi cả bầu trời còn lại của mình để chọn con đường xuất gia, hướng về chân trời siêu tuyệt khác.

Mẹ tôi, thật tuyệt vời! Mẹ không chỉ là mặt trăng, mà còn là mặt trời, thay cho ba tôi, soi sáng và sưởi ấm cho anh chị em chúng tôi thật trọn vẹn. Tôi nói chữ "trọn vẹn" ở đây với tất cả ý nghĩa cao đẹp nhất của cuộc đời một người phụ nữ đức hạnh. Thương anh chị em chúng tôi mồ côi cha từ ấu thời, mẹ đã hy sinh cả tuổi thanh xuân, và cả cuộc đời của mình để giữ cho bầu trời trên đầu chúng tôi luôn được xanh ngát, và giữ mãi trong tim chúng tôi một mặt trời đã khuất.

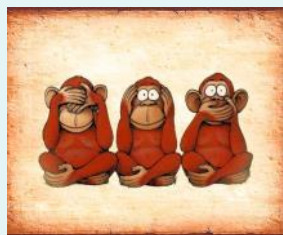
Những năm sau này, khi anh chị em chúng tôi đã ổn định cả rồi, mẹ xuất gia đầu Phật và trở thành "pháp hữu" của tôi trong nẻo đạo. Tôi thực không nhớ rõ tâm trạng của mình vui hay buồn trước việc mẹ xuất gia. Đã có khi tôi tự hỏi, không biết mẹ xuất gia vì thực sự muốn thoát ly sinh tử, hay vì muốn được chia sẻ con đường khó nhọc của con mình, hay chỉ vì muốn gần gũi đứa con út mà trong mắt bà, mãi mãi là trẻ thơ! Nhưng dù mẹ xuất gia với mục đích gì, trong giới phẩm và hình thức nào, mẹ vẫn cứ là mặt trăng, mặt trời, là bầu trời của đời tôi. Sự xuất gia của mẹ, đối với những người con thế tục, có thể sẽ mang một ý nghĩa khác, nhưng với riêng tôi, là thêm một hy sinh to lớn, một món quà to lớn của mẹ để tặng con gái út của mình.

Nhân mùa Vu Lan, tôi viết những dòng này không phải để nói riêng về câu chuyện mặt trời, mặt trăng của tôi. Tôi muốn nói cùng tất cả những người con trên đời: mặt trời là có thực, mặt trăng là có thực. Dù chúng ta có nhìn hay không, có thấy hay không, mặt trời mặt trăng vẫn luôn soi chiếu và dõi theo từng bước chân của chúng ta trên cuộc đời.



BỊT MẮT, BỊT TAI, BỊT MIỆNG

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



Thưa Anh Chị Em Lam viên bốn phương,
Có một bộ “đồ chơi” (?) gồm 3 con Khi: một con dùng 2 tay bịt mắt, một con bịt tai và một con bịt miệng. Các bạn có biết đó là gì không? — Xin thưa là bộ “Tam Không” (3 cái “không”) nhưng đây không

phải là chữ “Không” của Kim Cang Bát Nhã đầu nha! Mặc dù đơn giản như vậy nhưng đó cũng là “triết lý sống” của nhiều người trong chúng ta và thật đáng cho chúng ta suy gẫm: 3 cái Không là “Không thấy” (bịt mắt), “Không nghe” (bịt tai) và “Không nói” (bịt miệng).

Đại thi hào Nguyễn Du mở đầu truyện Kiều bằng:

*Trăm năm trong cõi người ta,
Chữ tài chữ mệnh khéo là ghét nhau,
Trải qua một cuộc bể dâu,
Những điều trông thấy mà đau đớn lòng!*

Vậy cho nên muốn không thấy gì hết, muốn khỏi bị “đau lòng” thì phải tự bịt mắt lại! Thật ra, cách này có hơi tiêu cực, vì sợ thấy những điều không đáng thấy, thấy những điều trái tai gai mắt, v.v... mà chỉ có thể bịt mắt chứ không làm gì hơn! — Nếu chúng ta “anh hùng” hơn, chúng ta có thể dùng tài trí, uy tín hay quyền lực của mình để ngăn chặn, đừng để những điều đau đớn lòng xảy ra thì hay biết mấy phải không bạn?

Với lỗ tai cũng vậy! Có những điều không đáng nghe, không nên nghe mà mình không đủ sức để ngăn nó lại, đã để cho nó phát ra thì ta chỉ có thể bịt tai mình lại để đừng nghe thôi! Tuy có hơi tiêu cực nhưng còn hơn là nghe những điều không đúng, những điều bất thiện, rồi tin theo những điều đó tâm mình sẽ bị ô nhiễm theo, phải không các bạn?

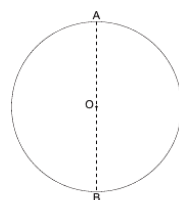
Mắt và Tai thì bị động hơn là chủ động, vì Tai Mắt chỉ tiếp thu hình sắc, sự vật hiện tượng, âm thanh, v.v... bên ngoài chứ không làm thay đổi những thứ đó được, nhưng còn Miệng thì sao? Tại sao phải bịt Miệng? — Là vì có nhiều trường hợp mình không thể nói lên sự thật hay nói lên ý nghĩ của mình, vậy thì im lặng còn hơn là nói theo cái sai, phụ họa với những điều bất thiện. Ngày xưa, khoa học chưa tiến bộ lắm, người ta thông tin ra đại chúng bằng những buổi diễn thuyết thôi, còn hôm nay, nào là truyền thanh, truyền hình, và rộng rãi

nhất là những email, những diễn đàn (forum), những trang nhà, v.v... và cái Miệng, cái loa phóng thanh, đó là ngòi bút mà phạm vi tuyên truyền, di chuyển thật là rộng lớn vô cùng, và kết quả tốt đẹp hay hậu quả tai hại cũng vô cùng rộng lớn. Đó là lý do tại sao chúng ta càng phải thận trọng khi “nghe”, “thấy” và nói (hay viết). Cũng may, mục đích và châm ngôn GDPT chúng ta đã rõ ràng; cho nên nói cái gì, viết cái gì mà thể hiện được Bi Trí Dũng, nghe cái gì làm cho Tình thương, Hòa thuận, Tin Yêu, Vui vẻ tăng lên thì đó là Thiện, là đáng nghe, đáng thấy, đáng nói, đáng viết; còn ngược lại thì... phải đem ý thức tỉnh chuyên mà phòng hộ Mắt, Tai, Miệng (và ngòi bút nữa!).

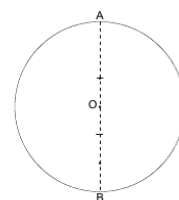
Trân trọng,

BBT

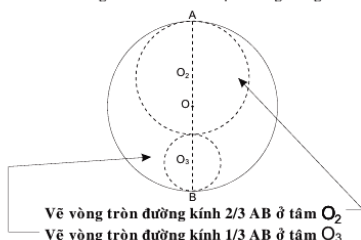
CÁCH VẪ HUY HIỆU HOA SEN



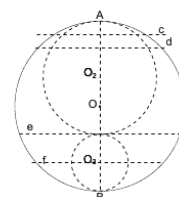
Vẽ một vòng tròn tâm O
đường kính AB theo trục thẳng đứng



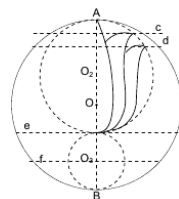
Chia đường kính làm 3 phần bằng nhau



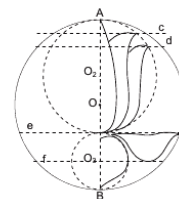
Vẽ vòng tròn đường kính 2/3 AB ở tâm O₂
Vẽ vòng tròn đường kính 1/3 AB ở tâm O₃



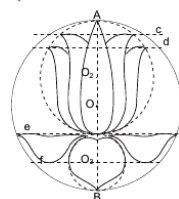
Từ tâm vòng tròn O₂ chia làm 5 phần, vẽ 2 đoạn thẳng c, d. Vẽ tiếp đoạn thẳng f ở tâm vòng tròn O₃



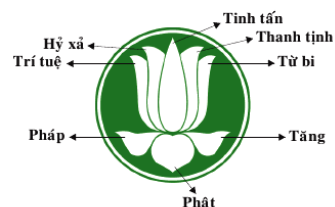
Lần lượt vẽ ba cánh trên của HHHS



Vẽ hai cánh dưới



Xếp lại theo đường AB để vẽ nữa còn lại





PHẬT HỌC VÀ HỌC PHẬT

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

Thưa Anh Chị Em Lam viên bốn phương,

Sống ở nước ngoài lâu, xa cách tiếng mẹ đẻ nhiều chục năm, có người ra đi khi chưa học rành tiếng Việt nên không hiểu tiếng Việt bằng tiếng Anh, tiếng Pháp, tiếng Đức, tiếng Spanish, v.v... là những thứ tiếng được sử dụng hằng ngày trên quê hương mới. Đó là lý do tại sao có 2 huynh trưởng trẻ hăng say thảo luận với nhau về hai chữ “Phật học” và “Học Phật”; một người nói hai chữ này hoàn toàn khác nhau người kia bảo không có gì khác nhau hết!

Chúng ta đứng ngoài nên sáng suốt hơn, chúng ta thử phân tích xem: Phật Học là gì và Học Phật là gì, giống nhau hay khác nhau? — Nếu chúng ta dịch ra tiếng Anh thì hai bạn huynh trưởng kia sẽ hiểu rõ ràng:

Phật học là môn học về Đạo Phật/Phật giáo (*Buddhist Study, Study of Buddhism*) giống như môn Triết học gọi là Philosophy, Thần học là Theology, Xã hội học là Sociology, Nhân chủng học là Ethnology v.v... Như vậy, Phật học giúp chúng ta thông hiểu về giáo lý đạo Phật, trở nên một học giả hiểu rộng nghe nhiều (chúng ta thường gọi là “đa văn”) tinh thông Phật Pháp về phương diện lý thuyết.

Còn Học Phật là sao? Học Phật **là học để thực hành Phật Pháp** (*Practicing Dharma*). Phật Pháp (Dharma) là những lời dạy của đức Phật nhằm chữa lành bệnh của chúng sanh, không phải thân bệnh mà là tâm bệnh, đó là những bệnh gây ra phiền não, như tham ái, chấp ngã, thành kiến, đố kỵ, sân hận, si mê v.v... gọi chung là vô minh. Bao nhiêu kinh điển, có tên chung là Phật

Pháp, chính là những toa thuốc mà Đức Phật đã kê ra để giúp chúng sanh chữa lành những căn bệnh nan y đó. Bệnh nhân (là chúng sanh) muốn lành bệnh thì phải uống thuốc chứ không phải đọc tụng tên các vị thuốc hay tìm hiểu ai đã pha chế các thứ thuốc đó... vì vậy Đức Phật được gọi là vị Đạo Sư hay vị Lương Y, là người chỉ đường cho chúng ta đi theo, để đến đích giải thoát khỏi khổ đau phiền não, là người Thầy thuốc chỉ phương thuốc có công hiệu chữa lành tâm bệnh, nhưng có dùng thuốc hay không, có chịu đứng lên để đi hay không là tùy ở chúng sanh có muốn lành bệnh hay không, có muốn được giải thoát khỏi đau khổ phiền não hay không mà thôi!



Thưa Anh Chị Em,

Trong nhân gian cũng như trong kinh điển, chúng ta thường nghe nói: “Bụng đói nói không no,” nghĩa là bụng đói thì phải ăn mới no chứ cứ ngồi nói “cơm, cơm, cơm...” hay ngồi kể ra bao nhiêu món ăn ngon thì không thể nào no được; tương tự như vậy, Phật Pháp cao sâu mầu nhiệm, có năng lực tiêu trừ phiền não, nhưng nếu chúng ta chỉ nghiên cứu, chép, đọc... thì

không thể nào hiểu được cái mầu nhiệm của Phật Pháp, vì cái mầu nhiệm chỉ có ở trong áp dụng thực tế. Thật vậy, một phương thuốc hay là khi và chỉ khi nó chữa lành được một căn bệnh, căn bệnh trừ được rồi thì mới gọi là phương thuốc ấy hiệu nghiệm. Cũng vậy, Phật Pháp có muôn ngàn sai khác, mỗi pháp môn trị một căn bệnh khác nhau... và chỉ khi nào chúng ta biết áp dụng Phật Pháp vào cuộc sống để đem lại an lạc cho mình, làm lợi ích cho người chung quanh, trong hiện tại cũng như trong tương lai, thì khi đó Phật Pháp mới thật sự được gọi là cao siêu, mầu nhiệm và lúc đó chúng ta mới thật sự đã hoằng dương Phật Pháp. Nếu người Phật tử, nói chung, người HTr/GDPT nói riêng

chỉ “năng thuyết bất năng hành” (Nói lý thuyết suông mà không thực hành) hay “nói một đường làm một nẻo” thì đó gọi là “báng bỏ Phật Pháp” (lời chư Tổ nói đó, thưa ACE Lam viên!)

Nói đi thì cũng phải nói lại, lời chư Tổ còn có dặn dò:

“Tu mà không học là tu mù

Học mà không tu là cái đây dựng sách.”

Nói tóm lại, người Huynh trưởng GDPT phải học giáo lý Phật Đà, phải nắm vững nghĩa lý Kinh điển đã được học, nghĩa là phần “nội minh” phải “cứng cáp” nhưng quan trọng

nhất là phải áp dụng Phật Pháp vào đời sống hằng ngày để có thể bằng “thân giáo” mà nhiếp phục được đàn em của mình, bạn bè và người chung quanh.

Thân kính chúc Anh Chị Em Lam viên một tuần lễ mới mẻ, tinh tấn và hăng say trong công việc, đem lại lợi ích cho mọi người.

Trân trọng,

BBT



TIỀN KHIÊN, TÚC TRÁI

Lá Thư Đầu Tuần:

Bài viết hàng tuần của GDPT trên trang nhà GDPTVN Trên Thế Giới

Thưa Anh Chị Em Huynh trưởng bốn phương,

Chúng ta thường dùng chữ “nội ma ngoại chướng” để chỉ những trở ngại, ngay từ trong tâm chúng ta và từ người khác, hoặc những chướng ngại giữa nội bộ Anh Chị Em chúng ta và những “người ngoài tổ chức” v.v... Thường chúng ta không sợ những trở ngại từ người khác hay tổ chức khác mà sợ “giặc trong nhà” nhiều hơn. Anh Chị Em thường thường rất thương yêu nhau, hòa thuận với nhau, nhưng một khi bất đồng ý kiến thì tranh cãi không dứt dù với một chuyện không đáng phải tranh cãi. Thế rồi trong khi tranh cãi, người này một câu người kia một câu... không kèm chế được mình, mất chánh niệm, đã “phun” ra những câu nói rất độc địa, làm tổn thương nhau; để sau đó đổ hô cho “nghiệp chướng nặng nề.” Thật vậy, nếu không tranh cãi hay chấm dứt tranh cãi sớm thì đã tránh được bao nhiêu điều đáng tiếc.

Thưa Anh Chị Em,

Điều này không chỉ xảy ra giữa ACE phàm phu chúng ta mà ngay trong Tăng đoàn thời Đức Phật cũng đã xảy ra khiến đức Phật đi an cư một mình trong rừng đó! Khi hòa khí trở lại, Tăng đoàn cùng nhau vào rừng thỉnh đức Phật về. Ngài nói: những người có oan gia nhiều đời nhiều kiếp với nhau còn có thể hóa giải được mà sao các ông trong cùng một Tăng đoàn lại không thể hòa thuận thương yêu nhau để cùng nhau tinh tấn tu học! Rồi ngài kể câu chuyện xưa về mối thù truyền kiếp giữa vua Phạm Chí và vua Trường Sinh:

Vua Phạm Chí chiếm đoạt đất nước của vua Trường Sinh, giết vua Trường Sinh và còn bắt vợ con của vua Trường Sinh đi xử trảm. Thái tử được một người trung thần cứu mạng, đem đi ẩn tích, lớn lên trở thành một cậu bé bụi đời sống qua ngày bằng nghề hát rong. Một hôm cậu bé đi ngang qua hoàng cung, hoàng

hậu của vua Phạm Chí nghe tiếng hát, gọi vào, bà rất yêu mến đứa bé và sau đó cho nó sống luôn trong hoàng cung. Một ngày kia, xâu chuỗi ngọc quý của hoàng hậu tự nhiên biến mất, mọi người đều nghi ngờ đứa bé ăn cắp vì không một ai có thể vào chỗ hoàng hậu, trừ cậu ta. Bị bắt, cậu bé nhận tội ngay và còn khai thêm 4 đồng lõa là: thái tử, quan tể tướng, ông tỷ phú trong kinh thành và cô ca sĩ danh tiếng nhất, được yêu chuộng nhất nước. Cả 4 người đều bị bắt vào tù; ai cũng trách cậu bé. Quan Tể tướng nói: con biết rõ là ta không lấy mà, sao con lại khai báo như vậy? Cậu bé nói: “Vì quan tài trí thông minh, thế nào quan cũng tìm ra manh mối vụ ăn trộm này.” Thái tử cũng hỏi nó như vậy, nó nói: “Ngài yên tâm, vua không giết ngài đâu, ngài là con vua mà!” Ông tỷ phú cũng than van: “Trời ơi, sao con nợ hại ta như vậy?” Cậu bé nói: “Ông có nhiều tiền, ông có thể dùng tiền mua

tự do được mà!” Cô đại ca sĩ cũng thắc mắc: “Bộ em điên rồi sao? em biết là chị không lấy mà!” Nó trả lời: “Chị được cả nước yêu mến, vua không dám giết chị đâu, người ta sẽ sớm tìm ra thủ phạm để trả tự do cho chị, chị à!”

Sau đó, nhà Vua cho gọi một người ăn trộm tài danh vào nhà tù để đối chất; gặp cậu bé, người ăn trộm hỏi: “Trong cung, ngoài vua, hoàng hậu và em ra, có con vật nào được phép ra vào nữa không?” Cậu bé đáp: “Có một con khỉ thường theo chơi với hoàng hậu.”

Người ăn trộm ra về và hôm sau vào cung mang theo một bầy khỉ. Ông cũng xin cho đem con khỉ của hoàng hậu đến. Ông ta mượn những xâu chuỗi ngọc của các cung nữ, phân phát cho những con khỉ, và tự mình đeo vào cổ một xâu chuỗi, bầy khỉ bắt chước làm theo. Con khỉ của hoàng hậu trông thấy liền bắt chước, đi lấy xâu chuỗi ngọc quý mà nó đã ăn cắp đeo vào. Thế là mọi việc được sáng tỏ. Nhà vua



hỏi cậu bé tại sao không lấy cắp lại thừa nhận mà còn khai thêm những người vô tội khác? Cậu bé trả lời: "Vì con là một tên bụi đời, có chửi cãi cũng không ai tin, chỉ bằng khai ra những người quyền cao chức trọng, giàu sang quý phái được vua nể vì, họ có vào tù cũng chẳng sao! Mà vì họ, người ta sẽ điều tra kỹ lưỡng vụ trộm này."

Từ đó cậu bé được nhà vua yêu mến, trở thành người hầu cận bên mình vua. Một hôm theo vua đi săn lạc vào rừng sâu, cậu bé bây giờ là một thanh niên mạnh khỏe tuấn tú. Thấy vua ngủ say, cậu rút gươm ra định giết vua để trả thù cho cha mẹ nhưng nhớ lại lời vua cha "Lấy oán báo oán, oán ấy chất chồng, lấy ân báo oán, oán ấy tiêu tan" cậu lại cất gươm vào vỏ. Đúng lúc ấy, vua thức dậy kể cho cậu nghe giấc mộng: "Vừa rồi ta nằm mơ thấy con vua Trường Sinh đến báo mỗi thù giết cha ngày trước." Cậu bé liền thú thật lại lịch của mình, vốn là thái tử con vua Trường Sinh. Nhà vua cảm động và ăn năn, trả lại ngai vàng cho thái tử và gả con gái cho chàng; từ đó mỗi thù chấm dứt, hai nước láng giềng trở thành bạn hữu.

Thưa Anh Chị Em,
Duyên, nghiệp, nợ, quả báo... theo chúng ta như hình với bóng, qua dòng sống vô tận trong sinh tử luân hồi. Những người chúng ta nghĩ là "vô cố" đánh phá chúng ta, vu oan cho chúng ta v.v... biết đâu không phải là oan gia nghiệp chướng của chúng ta trong những kiếp xa xưa? — Đây cũng là một cách nhìn để tâm chúng ta có thể mở ra, bao dung như cậu bé thái tử con vua Trường Sinh trong câu chuyện đức Phật kể vậy!

Thân kính chúc Anh Chị Em
thân tâm thường lạc.

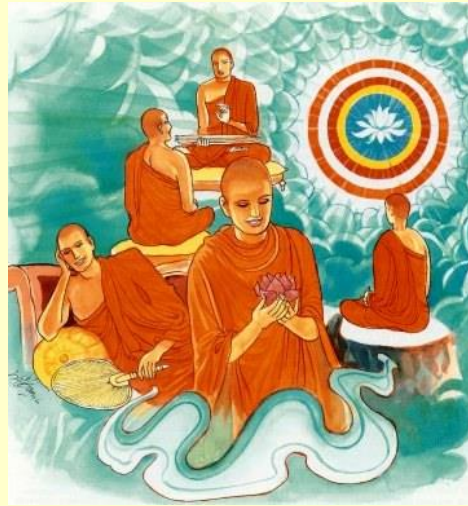
Trân trọng,

BBT



The Story of Thera Tissa

Dhammapada, Verse 205



The Buddha uttered Verse 205 of this book at Vesali, with reference to Thera Tissa.

When the Buddha declared that in four months' time he would realize pari-Nibbana, many puthujjana Bhikkhus became anxious. They were at a loss and did not know what to do, and so they kept close to the Buddha. But Thera Tissa, having resolved that he would attain Arahatship in the life-time of the Buddha did not go to him, but left for a secluded place to practice meditation. Other Bhikkhus, not understanding his behaviour, took him to the Buddha and said, "Venerable Sir, this Bhikkhu does not seem to cherish and honour you; he only keeps to himself instead of coming to your presence." Thera Tissa then explained to them that he was striving hard to attain Arahatship before the Buddha realized pari-Nibbana, and that was the only reason, why he had not come to see the Buddha.

Having heard his explanation, the Buddha said to the Bhikkhus, "Bhikkhus! Those who love and respect me should act like Tissa. You are not paying homage to me just by offering me flowers, perfumes and incense. You pay homage to me only by practising the Lokuttara Dhamma, i.e., Insight Meditation."

Then the Buddha spoke in verse as follows:

Verse 205:

Having had the taste of solitude and the taste of Perfect Peace of Nibbana, one who drinks in the joy of the essence of the Dhamma, is free from fear and evil.

At the end of the discourse Thera Tissa attained Sotapatti Fruition.

Translated by **Daw Mya Tin, M.A.,**
Burma Pitaka Association, Rangoon, Burma 1986.

thơ

THE END

It is time for me to go,
Mother I am going.
When in the paling darkness
of the lonely dawn
you stretch out your arms for your baby
in the bed,
I shall say, "Baby is not there!" –
Mother, I am going.

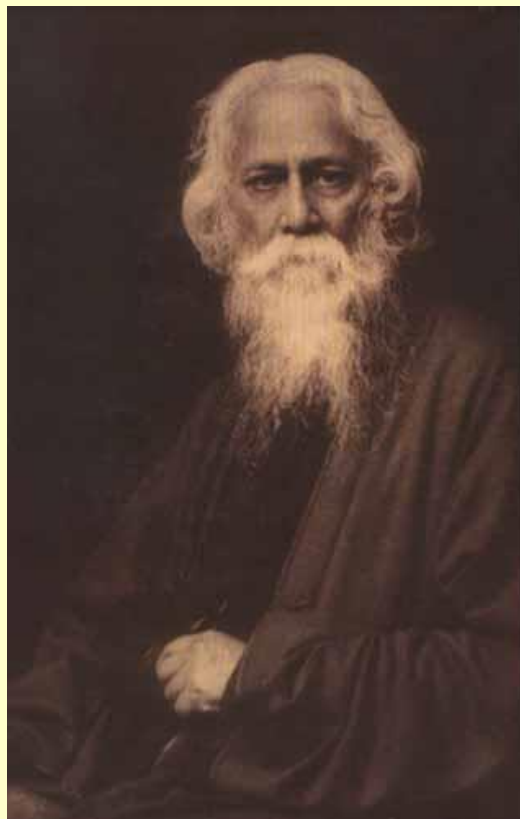
I shall become a delicate draught of air and-
caress you and I shall be ripples in the water
when you bathe, and kiss you and kiss you
again.

In the gusty night
when the rain patters on the leaves
you will hear my whisper in your bed,
and my laughter will flash with the lightning
through the open window
into your room.

If you lie awake,
thinking of your baby till late into the night,
I shall sing to you from the stars,
"Sleep, mother, sleep."

On the straying moonbeams
I shall steal over your bed,
and lie upon your bosom
while you sleep.

I shall become a dream,
and through the little opening of your eyelids
I shall slip into the depths of your sleep
and when you wake up and look round star-
tled, like a twinkling firefly I shall flit out into
the darkness.



When, on the great festival of puja,
the neighbours' children come and play
about the house, I shall melt into the music
of the flute and throb in your heart all day.
Dear Auntie will come
with puja-presents and will ask,
"Where is our baby, Sister?"
Mother, you will tell her softly,
"He is in the pupils of my eyes,
he is in my body
and
my soul."

RABINDRANATH TAGORE

*in Collected Poems and Plays of
Rabindranath Tagore*



CHUNG CUỘC

Tới giờ con phải đi rồi
Mẹ ơi con phải đi thôi mẹ à.
Khi trong bóng tối nhạt nhòa
Bình minh cô tịch hiện ra dịu hiền
Mẹ vươn tay xuống giường bên
Tìm con bé bỏng. Con bèn thưa mau:
“Bé nào còn ở đó đâu!”
Mẹ ơi Con phải đi nào còn đây.

Con thành làn gió hây hây
Vuốt ve Mẹ quý tỏ bày lòng con,
Con thành sóng nước nhẹ tuôn
Hôn khi mẹ tắm và hôn Mẹ hoài.

Trong đêm gió lộng ngoài trời
Khi mưa vỗ lá cây khơi điệu buồn
Mẹ nghe con sẽ thì thầm
Ngay trong giường Mẹ, kèm luôn tiếng cười
Vang theo ánh chớp bên ngoài
Rọi qua cửa sổ phòng nơi Mẹ nằm.

Khi mà Mẹ ngủ khó khăn
Nghĩ về con mãi, miên man đêm trường
Con từ sao sáng hát vang:
“Ngủ yên hỡi Mẹ! Hãy an giấc nồng!”

Lạc theo trăng sáng vào phòng
Con len lén tới giường cùng Mẹ thôi
Nằm vào lòng Mẹ tuyệt vời
Trong khi Mẹ ngủ con thời đâu xa.

thơ

Con thành một giấc mơ hoa
Qua mi mắt Mẹ hé ra đêm này
Lọt vào khi Mẹ ngủ say
Và khi thức giấc Mẹ đầy ngạc nhiên
Nhìn quanh, con chẳng kể bên
Con như đom đóm bay lên tối trời.

Khi ngày Đại Lễ tới nơi
Trẻ con lối xóm tới chơi quanh nhà,
Con hoà tiếng sáo vắng ra
Thắm vào tim Mẹ thiết tha suốt ngày.

Đến thăm Mẹ lễ năm nay
Cô mang quà tặng, hỏi: “Này Chị ơi
Bé nhà mình ở đâu rồi?”
Dịu dàng Mẹ hãy trả lời Cô đi:
“Em à! Bé chẳng xa chi
Ở trong mắt chị Bé thì còn đây
Bé trong thân thể chị này
Trong tâm hồn chị Bé nay mãi còn!”

TÂM MINH NGÔ TẶNG GIAO

chuyển ngữ
(Mùa Lễ Vu Lan 8-2015)



SINH TỬ QUA LĂNG KÍNH CỦA NGƯỜI GIÁC NGỘ

Thánh Tri

Hai chữ "Sinh Tử" đã khiến cho biết bao nhiêu người bất kể trí ngu giàu nghèo từ xưa đến nay đều phải lưu ý tới và khổ tâm vì nó. Người trí thì đối diện với nó và tìm cách để giải quyết nó và thoát khỏi nó một cách vĩnh viễn. Kẻ ngu thì sợ hãi, trốn tránh và làm mọi cách để quên nó trong hiện tại một cách tạm thời. Người giàu không thể dùng tiền để mua lấy cái chiêu bài "miễn tử" mà người nghèo cũng không thể thoát khỏi sự chết. Bởi sanh già bệnh chết là bốn cái khổ chính chung của loài người và muôn loài chúng sanh. Vậy sinh tử là cái gì mà khiến cho bao nhiêu người phải để tâm đến? Phần đông con người quan niệm rằng sinh là sự hiện hữu của một cái thân hình tướng và tử là sự mất của cái thân hình tướng chính nó. Cũng có người cho rằng sinh tử là sự khởi niệm và diệt niệm nơi tâm trong từng sát-na. Tuy rằng thân và tâm đều sinh diệt theo định luật của vô thường vô ngã trong phạm vi tương đối, nhưng cái sinh diệt ấy là hư vọng của những người sống trong chiêm bao qua cái thấy của người giác ngộ đã vượt ngoài tương đối hay ở trong Bản Thể Tuyệt Đối. Nói một cách khác, đối với người Giác Ngộ thì thật không có sinh tử.

Qua con mắt nghiệp bệnh của loài người thì sinh già bệnh chết diễn ra trên thân tứ đại hằng năm, hằng ngày và hằng giờ. Nhưng đối với người có khả năng quán sát kỹ càng và tỉ mỉ hơn như là những người hiểu đạo và đang tu đạo thì sinh tử đang diễn ra hằng phút, hằng giây và thậm chí hằng từng hơi thở. Trong *Kinh Tứ Thập Nhị Chương*, Phẩm 38 có chép như sau: "Đức Phật hỏi một vị Sa môn: "Sinh mạng của con người tồn tại bao lâu?" Đáp rằng: "Trong vài ngày." Phật nói: "Ông chưa hiểu Đạo." Đức Phật lại hỏi một vị Sa môn khác

"Sinh mạng con người tồn tại bao lâu?" Đáp: "Khoảng một bữa ăn." Phật nói: "Ông chưa hiểu Đạo." Đức Phật lại hỏi một vị Sa môn khác nữa: "Sinh mạng con người tồn tại bao lâu?" Đáp: "Khoảng một hơi thở." Phật khen: "Hay lắm! Ông là người hiểu Đạo." (1)

Đối với đức Phật thì người hiểu đạo là người có sự quán sát tỉ mỉ về thân vô thường chỉ tồn tại trong từng hơi thở, tức rất mong manh, vì một hơi thở ra không vào là đã qua đời khác. Quán cái thân vô thường trong mỗi hơi thở là để phá kiến chấp về thân vì thấy rõ bản chất của nó là duyên sinh vô ngã. Có quán như thế mới thấy được rằng không phải khi nhắm mắt xuôi tay mới gọi là chết, mà sự thật là cái chết đã thể hiện qua trong từng hơi thở.

Nói sinh tử trong từng hơi thở là cách quán sát kỹ lưỡng về thân vô thường ngộ ngộ. Nhưng nếu quán sát tỉ mỉ hơn thì cũng có thể thấy rõ rằng sinh tử hiện hữu ở trong từng tâm niệm, từng sát-na. Trong *Kinh Thủ Lăng Nghiêm* quyển hai, Vua Ba Tư Nặc có trình bày một cách chi tiết về sự sinh diệt của không những là thân mà còn là tâm trong từng niệm và sát-na như sau: "Bạch Thế Tôn! Sự biến hóa âm thầm dời đổi, con thật chẳng hay, mùa đông mùa hạ thấm thoát trôi qua, dần dần đến thế này. Tại sao? Khi hai mươi tuổi, dù gọi là trẻ, nhưng mặt mày đã già hơn lúc lên mười, khi ba mươi tuổi lại sứt hơn lúc hai mươi, đến nay đã sáu mươi hai, so với lúc năm mươi thì suy yếu hơn nhiều. Thế Tôn, con cảm thấy sự dời đổi âm thầm trôi chảy theo kỳ hạn mười năm, nhưng nếu suy xét tỉ mỉ thì cái biến đổi ấy đâu phải từng 10 năm! Thật ra thì mỗi năm mỗi đổi, cho đến mỗi tháng, mỗi ngày, mỗi giờ, trong mỗi sát na niệm niệm biến đổi chẳng ngừng, nên biết thân này chung

quy biến diệt vậy.” (2)

Trong *Quy Sơn Cảnh Sách*, Tổ Quy Sơn cũng dạy: “*Chuyện vô thường già chết không hề hẹn trước. Sớm còn tối mất, thoát chốn đã sang đời khác; như sương như móc thoát có thoát không; như cây ven bờ vực, như dây leo vách giếng, có chi bền chắc? Niệm niệm nhanh chóng nối nhau, chỉ trong chớp mắt, trút hơi thở đã qua kiếp khác. Sao lại có thể yên lòng mà bỏ phí cuộc đời trôi qua vô ích?*” (3)

Niệm niệm biến đổi không ngừng trong từng sát-na là chỉ cho cái tâm khởi diệt hết niệm này đến niệm khác một cách nhanh chóng để thể hiện sinh tử qua từng tâm niệm. Quán cái tâm sinh diệt trong từng niệm để phá vỡ cái nhận thức sai lầm về vọng tâm hay thức được biến hiện qua những làn sóng vô não khi trần cảnh tiếp xúc với phù trần căn và tịnh sắc căn, mà ai cũng cho nó là mình, của mình và tự ngã của mình. Thân đã vô thường duyên sinh vô ngã thì vọng tâm cũng như thế.

Nếu là người không hiểu đạo và tu đạo thì thật sự không thấy rõ được sự vô thường sanh diệt của thân tâm trong từng hơi thở và trong mỗi niệm sát-na sinh diệt như trên đã trình bày. Chính bởi vì những người ấy không biết nên không chánh niệm tỉnh giác trong từng hơi thở. Ngược lại họ cứ để tâm buông lung dong ruổi chạy theo trần cảnh bên ngoài qua ngày tháng mà không hay, đến khi già bệnh chết đến thì mới chợt tỉnh rằng thân mạng là vô thường già tạm và cuộc đời là một tuồng hát, vở kịch, và giấc mộng nhanh chóng trôi qua. Người hiểu đạo và tu đạo thì không thể lãng phí cả một đời người sống trong mê lầm điên đảo đắm chấp thân mạng vô thường này được, mà phải như lời Phật dạy thực hành việc quán sát sự sinh diệt biến đổi không ngừng của thân và tâm trong từng hơi thở và mỗi niệm để chúng ta có thể buông xuống những kiến chấp sai lầm về chúng (như cho chúng là mình, là của mình và là tự ngã của mình) mà từ từ xa dần sinh tử. Còn chấp lấy thân tâm thì bị chúng chi phối ràng buộc, sai sử tạo nghiệp và chính vì thế mà theo nghiệp thọ nhiều báo thân ở trong tam giới lục đạo không thể nào ra khỏi được.

Thân và Tâm này nó vốn là duyên sinh vô ngã, vô thường già tạm, và biến đổi không ngừng thì nó thật chẳng phải là mình, là của mình và là tự ngã của mình được. Thế nên trong *Kinh Bát Đại Nhân Giác*, đức Phật đã dạy người tu phải quán sát về thân tâm sinh diệt vô thường để phá ngã chấp như sau:

“Giác ngộ thứ nhất: Thế gian vô thường, quốc độ mong manh, tứ đại khổ không, năm ấm vô ngã, sinh diệt đối đãi, hư nguy không chủ, tâm là nguồn ác, thân là mọi tội, quán sát như vậy, xa dần sinh tử.”

Giác tri thứ nhì: Đa dục là khổ, sinh tử nhọc nhằn, do tham dục khởi, thiếu dục vô vi, thân tâm tự tại...

Giác ngộ thứ năm: Sinh tử ngu si, Bồ Tát thường niệm, quảng học đa văn, tăng trưởng trí huệ, thành tựu biện tài, giáo hóa hết thảy, khiến được vui lớn.” (4)

Như vậy đức Phật dạy người tu phải quán sát mọi sự vật hiện tượng trên đời này từ vật lý đến tâm lý đều là duyên sinh vô ngã, cho nên vô thường chuyển biến từ dạng này sang dạng khác một cách mau chóng không ngừng. Hơn thế nữa, đức Phật dạy người tu phải biết rằng sở dĩ có sinh tử về thân và tâm là bởi vì do lòng tham dục sinh khởi bất tận. Chính vì lòng tham sinh khởi không ngừng nên chân

tâm bị che mờ hay còn gọi là vô minh (ngu si). Lòng tham chỉ là danh từ chung của những vọng thức thuộc về tâm tham nói riêng và tất cả vọng tâm phan duyên nói chung được phát hiện qua làn sóng vô não hay biến kế sở chấp thuộc tính thức hư vọng. Chính vì có vô minh nên mới có những suy nghĩ, lời nói, và hành động tạo tác sai lầm để tạo thành những hạt giống gieo vào tầng thức (A-Lai-Da Thức) để làm nghiệp nhân có những nghiệp quả của đời này và đời sau. Và cũng chính vì thế nên mới có sanh già bệnh chết. Nói chung, vô minh do vọng tâm là gốc của lưu chuyển sinh tử. Vì vậy *Kinh Pháp Cú*, Phẩm Song Yếu nói: “*Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác. Nếu nói hoặc làm với tâm ô nhiễm, sự khổ sẽ theo nghiệp kéo đến như bánh xe lăn theo chân con vật kéo. Trong các pháp, tâm dẫn đầu, tâm làm chủ, tâm tạo tác. Nếu nói hoặc làm với tâm thanh tịnh, sự vui sẽ theo nghiệp kéo đến như bóng theo hình.*” (5)

Do vậy tiến lên nữa, đức Phật dạy người phải quán Thập Nhị Nhân Duyên như sau: “*vô minh duyên hành, hành duyên thức, thức duyên sanh sắc, danh sắc duyên lục nhập, lục nhập duyên xúc, xúc duyên thọ, thọ duyên ái, ái duyên thủ, thủ duyên hữu, hữu duyên sanh, sanh duyên lão tử.*” Mười hai nhân duyên này lấy Thân và Tâm của chính con người làm trọng điểm để quán sát, bởi thân và tâm (vọng tâm) là cái gốc khổ đau sinh tử như trong *Kinh Bát Đại Nhân Giác* ở trên có nói “*Tâm là nguồn ác, thân là mọi tội.*” Do vậy Phật giáo không dạy những gì phủ phỉ, huyền bí, và huyền hoặc không mang lại lợi ích thiết thực cho con người. Đức Phật dùng trí tuệ thấy rõ sự vận hành của dòng tâm thức vô minh dẫn đến sanh già bệnh chết một cách rõ rệt nên mới dạy chúng ta nhằm vào gốc hay căn nguyên của mọi đau khổ mà nhổ cho tận gốc, chứ không đi vòng quanh. Chính do vô minh hiện hữu mà sanh già bệnh chết hiện hữu. Nếu có thể quét sạch vọng thức vô minh ấy thì sanh già bệnh chết cũng được quét sạch không còn, hay nói cách khác hết vô minh thì hết sinh tử. Khi vô minh và sinh tử đã hết thì mới gọi là “*thân tâm tự tại*” và “*khiến được vui lớn*” theo *Kinh Bát Đại Nhân Giác*.

Bởi vì con người sống trong vòng tương đối của sanh tử, có không, hơn thua, yêu ghét, chánh tà, hư nguy v.v... nên đức Phật mới dùng những pháp tương đối để trị những bệnh chấp tương đối ấy. Con người có quá nhiều tâm chấp trước nên đức Phật mới dùng nhiều phương pháp để hóa giải những tâm lầm chấp đó. Chữ kỳ thật nếu con người không có những tâm bám chấp đó thì Phật cũng không khổ nhọc để bày nhiều phương pháp đối trị để làm gì. Giống như nếu không có bệnh thì đâu cần phải uống thuốc! Như trong *Truyền Tâm Pháp Yếu*, Tổ Hoàng Bá có dạy: “*Phật thuyết tất cả pháp vì độ tất cả tâm, ta chẳng tất cả tâm đâu cần tất cả pháp.*” (6) Chính vì thế mà ở trong cả hai *Kinh Thủ Lăng Nghiêm* và *Kinh Viên Giác* đức Phật cùng nói một lời “*Tất cả kinh giáo như là ngón tay chỉ trăng*” (nhứt thiết tu đa la giáo như tiêu nguyệt chỉ) và như *Kinh Kim Cang* ngài lại nói “*Các Tỷ Kheo phải biết lời thuyết pháp của ta ví như chiếc bè qua sông, đến bờ thì phải bỏ bè; vậy pháp còn phải bỏ, huống là phi pháp!*” (7)

Sinh Tử kỳ thật cũng thuộc bệnh lầm chấp nơi tâm mê muội trong tương đối của con người theo tứ tướng Đại Thừa. Vì thế muốn tiến vào cửa Bát Nhã Đại Thừa hay bản thể Tuyệt Đối thì phải vượt ngoài những gì thuộc tương đối. Nói một cách khác, ở trong bản thể Tuyệt Đối thì không có sinh tử bởi sinh tử thuộc tương đối. Vì thế *Kinh Tâm Bát Nhã*



nói: "Bởi vậy trong **KHÔNG**: không sắc, không thọ, không tưởng, hành, thức. Không mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Không sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Không có tầm nhìn hạn cuộc của chính nhãn thức. Cho đến không có phân biệt hạn cuộc của chính ý thức. Không có vô minh, cũng không có sự chấm dứt vô minh. **Cho đến không có già chết, cũng không hết già chết.** Không khổ, tập, diệt, đạo. Không trí cũng không đắc." (8)

Ngài Long Thọ cũng phá chấp về sinh tử ở

trong Trung Quán Luận, Phẩm 11 như sau: "Sở thuyết của đại Thánh. Bản thể bất khả đắc. Sanh tử chẳng bắt đầu. Cũng chẳng có cuối cùng. Nếu chẳng có thì chung. Chính giữa làm sao có. Cho nên ở trong đó. Trước sau chung cũng không (cộng chung cũng chẳng có). Giả sử sanh có trước, sau mới có già chết, không già chết có sanh. sanh không có già chết. Nếu già chết có trước, sau mới có kẻ sanh, ấy tức là vô nhân, không sanh có già chết." (9)

Đây là phá chấp về sinh tử, vì trên thực tế xưa nay sanh tử chẳng có chỗ bắt đầu và vì thế cũng chẳng có cuối cùng. Nếu cho rằng sanh có trước và già chết có sau thì chẳng do già chết mà lại có sanh, tức là sanh và chết mỗi mỗi tự độc lập thì đó là điều vô lý. Vì rằng sanh ra mà không già chết, hoặc già chết mà không có sanh. Lại như già chết có trước rồi mới có sanh thì sanh đó không có nhân tức là không có sanh mà lại có già chết.

Kinh Lăng Nghiêm, Quyển Hai cũng viết: "A Nan! Người còn chưa rõ tất cả tướng huyền hóa nơi tiền trần, tùy nơi nhân duyên sanh ra, theo nơi nhân duyên diệt mất, thể tánh của tướng huyền hóa hư vọng này vốn là diệu giác sáng tỏ, như vậy cho đến ngũ ấm, lục nhập, thập nhị xứ, thập bát giới, vì nhân duyên hòa hợp, hư vọng cho là có sanh, nhân duyên tan rã, hư vọng cho là có diệt, mà chẳng biết sanh diệt khứ lai vốn là Như Lai Tạng, cũng gọi là diệu minh thường trụ, bất động chu viên (cùng khắp không gian), diệu tánh chơn như, **nơi tánh chơn thường tìm sự khứ lai, mê ngộ, sanh diệt đều bất khả đắc.**" (10)

Bởi Tánh Không hoặc Tánh Chơn Thường là bản thể Tuyệt Đối nên bản tánh ấy không có những cặp phạm trù tương đối như sinh tử, đến đi, mê ngộ và sinh diệt. Vì vậy sinh và tử là bất nhị, sinh tử và niết bàn cũng lại là bất nhị. Bởi bản thể Tuyệt Đối là bất nhị nên tất cả những gì mà mắt phàm nhận thấy biết như sinh tử, đến đi, mê ngộ lúc trước cũng chuyển thành tuyệt đối bất nhị sau khi đã giác ngộ trở về với Tâm Tánh Chơn Thường hay bản thể Tuyệt Đối ấy. Do vậy qua lăng kính của người giác ngộ thì sinh tử vốn không, là việc của người trong mộng vì bản thể chưa từng sinh nên cũng chưa từng diệt. Như mắt bệnh nên thấy hoa đốm sinh ra từ hư không, nhưng kỳ thật nếu mắt không có bệnh thì hư không tuyệt chẳng có hoa đốm. Sinh tử ví như hoa đốm do bệnh mắt, do chiêm bao mà thấy là có và

cho là thật. Hư không dụ cho bản thể Tuyệt Đối hay chân tâm thường trụ chẳng có những cặp phạm trù thuộc tương đối nào cả như sinh tử, đến đi và mê ngộ.

Qua mắt nghiệp bệnh của con người thì thật có sinh tử. Nhưng qua Ngũ Nhân (Nhục, Thiên, Pháp, Huệ, Phật) của Như Lai hay người Giác Ngộ thì sinh tử là việc trong mộng, là bản thể Tuyệt Đối bất nhị và là KHÔNG (Tánh Không trong Kinh Bát Nhã, không phải có không của phàm phu). Do vậy trong Kinh Viên Giác, Phẩm Hai chép như sau: "*Thiện nam tử! Bồ Tát này và chúng sanh đời mạt pháp tu tập tâm này đều được thành tựu. Vì bản giác vốn đầy đủ, dù nói tu tập thành tựu, thật vốn vô tu, cũng vô thành tựu.* Vì Viên Giác phổ biến chiếu soi, tịch diệt bất nhị, trong đó bao gồm trăm ngàn muôn ức a tăng kỳ bất khả thuyết vô số hằng sa thế giới của chư Phật, ví như hoa đốm hiện trên hư không, khởi diệt lặn vắng, chẳng hợp chẳng lìa, chẳng trôi buộc, chẳng giải thoát, **vì thế mới biết chúng sanh bốn lai thành Phật, sanh tử Niết Bàn đều như việc trong mộng.** Thiện nam tử! **Do các pháp như việc trong mộng, nên biết sanh tử và Niết Bàn chẳng sanh chẳng diệt, chẳng khứ chẳng lai, những sở chứng ấy chẳng đắc chẳng thất, chẳng thủ chẳng xả, những năng chứng kia vô tác vô chỉ vô nhâm vô diệt, nơi pháp chứng này rốt cuộc vô năng chứng vô sở chứng, tất cả pháp tánh đều bình đẳng chẳng hoại." (11)**

Mắt bệnh nghiệp của loài người thì chỉ thấy thế giới ở trong phạm vi tương đối mà thôi vì tự thân chưa rời tương đối để vào bản thể Tuyệt Đối. Còn người đã giác ngộ rồi, hay đã chuyển thức thành trí rồi thì có đầy đủ Ngũ Nhân, thấy thế giới vạn vật đều là chính nó hay Như Thị, Bất Nhị, và Không vì đã trở về với bản thể Tuyệt Đối đó rồi. Vì vậy mà người còn mê sống trong vòng tương đối của sinh tử nhìn thấy cái gì cũng là sinh tử tương đối cả. Còn người giác ngộ thì thấy mọi thứ đều là tuyệt đối, ngay cả sinh tử, hay ngay cả những gì thuộc tương đối cũng là tuyệt đối, bởi vì người Giác Ngộ thấy tất cả là Như Thị, Bất Nhị, và Không.

Chính vì mắt phàm và thức phàm không thể nhìn thấy và suy lường được bản thể Tuyệt Đối mà hay có nhìn và suy lường nên mới nghi rằng đức Phật đã thoát sinh tử thì sao cái thân tứ đại lại không thoát được sinh tử. Nên biết thân Như Lai là Pháp Thân Thanh Tịnh, là Tâm Tánh Bồ Đề, là Bản Thể Tuyệt Đối, chứ chẳng phải cái thân tứ đại do nhân duyên hòa hợp mà thành, nhân duyên biệt ly mà diệt. Do vậy thân tứ đại theo nhân duyên hòa hợp sinh diệt mà thân Như Lai chẳng đến đi. Kinh Kim Cang nói: "*Như Lai giả, vô sở tùng lai diệt vô sở khứ cố danh Như Lai*" (Như Lai là không từ đâu đến cũng không đi về đâu nên gọi là Như Lai). Kinh Kim Cang cũng có bài kệ:

*"Nhược dĩ sắc kiến ngã
Dĩ âm thanh cầu ngã
Thị nhân hành tà đạo
Bất năng kiến Như Lai"*

Tam dịch Việt:

"Nếu dùng sắc thấy ta
Dùng âm thanh cầu ta
Người đó hành đạo tà
Không thể thấy Như Lai"

Bởi Như Lai là Pháp Thân Tịch Chiếu, là bản thể Tuyệt Đối Bất Nhị, không sanh không diệt, không đến không đi, không tăng không giảm, không dơ không sạch chứ đâu phải là thân tứ đại mà dùng mắt

phàm và thức phàm mà thấy biết suy lường được. Dầu có suy lường cũng là vọng tưởng phân biệt, cũng là sinh tử trần lao nào có đứng và dính dáng gì đâu! Cho nên Kinh Viên Giác, Phần Ba nói:

"Thiện nam tử! Tất cả thể giới những sự thủy, chung, sanh, diệt, trước, sau, có, không, tụ, tán, khởi, dừng, cho đến đủ thứ thủ xả đều là đối đãi, xoay vần tương sanh với nhau, niệm niệm tương tục, đều là luân hồi. Kẻ chưa ra khỏi luân hồi mà phân biệt Viên Giác thì tánh Viên Giác kia cũng đồng như luân hồi, vậy muốn khỏi bị luân hồi thì chẳng có chỗ đứng. Ví như mắt nhắm thấy nước lặng dợn sóng, mắt ngó hẳn một chỗ thấy vòng lửa xoay tròn, do mây bay mau thấy mặt trăng di nhanh, do thuyền đi thấy bờ trôi thì cũng như thế..."

"Thiện nam tử! Theo cảnh giới sở chứng của hàng Thanh Văn, thân tâm ngôn ngữ đều đã đoạn diệt còn chẳng thể đến chỗ Niết Bàn của tự mình chứng, huống là dùng tâm suy tư để đo lường cảnh giới Viên Giác của Như Lai; ví như lấy lửa đom đóm để đốt núi Tu Di thì làm sao cháy được! Nay dùng tâm luân hồi, sanh tri kiến luân hồi mà muốn vào biển Đại Tịch Diệt của Như Lai thì làm sao đến được! Cho nên ta nói tất cả Bồ Tát và chúng sanh đời mạt pháp, trước tiên phải đoạn dứt cội gốc luân hồi từ vô thí." (12)

Chư tổ khi xưa thường nói "Phật tức là Tâm. Tâm tức là Phật." Mà "Tâm" đây là chân tâm chứ không phải vọng tâm. Chân tâm thì vô hình vô tướng, vô thủy vô chung, là bản thể Tuyệt Đối, là Tánh Giác Thường Trụ, là Bồ Đề Niết Bàn, là Như Lai. Bản thể ấy có rất nhiều tên gọi nhưng những danh từ đó chỉ tạm dùng để đặt tên cho nó mà tự thân ngôn từ chẳng phải là nó, vì những danh từ ấy cũng thuộc phạm trù của tương đối.

Tóm lại qua mắt nghiệp bệnh của con người mà thấy có sinh tử và niết bàn, vô minh và giác ngộ vì còn ở trong vòng tương đối. Chính vì muốn trị bệnh lầm chấp nơi thân và tâm (vọng) của con người mà đức Phật phải phương tiện dạy những giáo lý hay cho những toa thuốc để trị những cái bệnh chấp về thân và tâm. Do vậy mà có các pháp quán Khổ, Vô thường, Vô Ngã, Duyên Sinh, Thập Nhị Nhân Duyên v.v... để con người rời bỏ cái kiến chấp nơi thân và tâm cũng như những kiến chấp thuộc pháp tướng tương đối mà từ từ thoát khổ sinh tử; chứ kỳ thật trong bản Tánh Giác hay bản thể Tuyệt Đối thì không có sinh tử niết bàn, vô minh giác ngộ hay tất cả những gì thuộc tương đối. Có đẹp được hết những pháp tướng tương đối thuộc vọng thức và vượt ngoài vòng tương đối ấy thì bản thể Tuyệt Đối mới lộ diện, cảnh cửa Đại Thừa mới được mở rộng, Chân Tâm mới tự bừng sáng chiếu soi, và Trí Bát Nhã mới hiển bày. Đó chính là lý do vì sao Bát Nhã Tâm Kinh dùng chữ "Vô" để quét sạch ngũ uẩn, lục căn, lục trần, lục thức, tứ đế, thập nhị nhân duyên, lục độ của Bồ Tát, cho đến Phật thừa. Bởi vì dù còn một niệm nhỏ nhoi vi tế nào thuộc tình thức hư vọng thì cũng không rời được tình chấp, nên không thể vượt ngoài tương đối vào bản thể Tuyệt Đối được.

Tất cả chư Phật trong quá khứ, hiện tại và vị lai đều phải trải qua con đường này mới trở về được bản thể Tuyệt Đối hay Tâm Tánh Bồ Đề sẵn có nơi chính mỗi con người chúng ta. Chúng ta muốn giác ngộ giải thoát cũng phải đi qua con đường này mới có thể cùng với tất cả chư Phật trong ba đời mười phương cùng ở một chỗ. Chỗ mà chư Phật trong ba đời mười phương cùng ở một nơi đó là đâu? Chính là Thường Tịch Quang Tịnh Độ, tức không phải ở đâu xa, mà ngay nơi bản thể Tuyệt Đối, hay Chân Tâm

mà mọi người sẵn có vậy. Cho nên Kinh Duy Ma Cật nói **"Tùy kỳ tâm tịnh tức Phật độ tịnh. Nhược đắc tịnh độ đương tịnh kỳ tâm"** (tùy cái tâm tịnh mà cõi Phật tịnh. Nếu muốn được tịnh độ phải tịnh tâm này) (12). Chính vì Tịnh Độ là Tâm Tánh mình nên chẳng cần phải cầu sinh đi đâu, chỉ cần quét sạch mọi vô minh lầm chấp thuộc vọng thức thì tịnh độ hiện tiền. Và chính vì Phật là Tâm và Tâm là Phật nên cũng chẳng cần tìm Phật ở nơi nào khác ngoài Tâm, vì chẳng có Phật nào khác ngoài Tâm. Do vậy mà Kinh Kim Cang nói nếu dùng sắc tướng mà tìm cầu Phật thì đó là hạnh tà đạo sẽ không bao giờ thấy được Phật, Như Lai Tạng Tâm của chính mình!

Thánh Tri kính viết
Đầu Hạ 2015

Tài Liệu Tham Khảo:

- 1) HT Thích Viên Giác. Tứ Thập Nhị Chương Kinh. <<http://www.budsas.org/uni/u-kinh42chuong/kinh42c-3842.htm>>
 - 2) HT Thích Duy Lực. Kinh Thủ Lăng Nghiêm. <<http://www.buddhismtoday.com/viet/kinh/dt/thulangunghiem2.htm>>
 - 3) Nguyễn Minh Tiến. Quy Sơn Cảnh Sách. <<http://vn.rongmotamhon.net/mainpagecom/doc-sach-Quy-Son-canhsach-van-49-1309-online-2.html>>
 - 4) HT Thích Thiện Huệ. Kinh Bát Đại Nhân Giác Lược Giải của Ngẫu Ích Đại Sư. <<http://www.tangthuphathoc.net/gianggiai/kinhbatdainhangiaclo.htm>>
 - 5) HT Thích Thiện Siêu, Kinh Pháp Cú. <<http://www.daophatngaynay.com/vn/tu-sach-dao-phat-ngay-nay/6492-Loi-vang-Phat-day-Kinh-Phap-cu-Dhammapada-.html>>
 - 6) HT Thích Duy Lực. Truyền Tâm Pháp Yếu. <<https://duylucthien.wordpress.com/2011/06/04/truy%E1%BB%81n-tam-phap-y%E1%BA%BFu-hoang-ba/>>
 - 7) HT Thích Duy Lực. Kinh Kim Cang Bát Nhã Ba La Mật. <<https://duylucthien.wordpress.com/2011/11/12/kinh-kim-cang/>>
 - 8) Ân Sư HT Thích Minh Điền. Kinh Tâm Bát Nhã Lược Giải.
 - 9) HT Thích Duy Lực. Yếu Chỉ Trung Quán Luận. <<http://thamtosuthien.net/vn/thu-vien/Yeu-chi-Trung-quan-luan/Yeu-chi-Trung-quan-luan-phan-I-33.phattrien.net#.VY7HSUZLDYh>>
 - 10) HT Thích Duy Lực. Kinh Thủ Lăng Nghiêm. <<http://www.buddhismtoday.com/viet/kinh/dt/thulangunghiem2.htm>>
 - 11) HT Thích Duy Lực. Kinh Viên Giác. <<http://www.hoakhaikienphat.com/kinhdiensach/kinhviengiac/viengiac/viengiac-02.htm>>
 - 12) HT Thích Duy Lực. Kinh Viên Giác. <<http://www.hoakhaikienphat.com/kinhdiensach/kinhviengiac/viengiac/viengiac-03.htm>>
- HT Thích Duy Lực. Kinh Duy Ma Cật Sở Thuyết.



thơ ĐỒNG THIÊN



LẠI ĐẾN MÙA VU LAN

Năm rồi năm lại đến mùa Vu Lan
Mây trắng, trời xanh, nắng vàng muôn thuở
Sáng hôm nay mặt người sao rạng rỡ
Trở về chùa lễ Phật, tế tổ tiên.
Suy tưởng công lao thương nhớ mẹ hiền
Con quỳ tạ thâm ân phụ mẫu
Cuộc đời này dẫu nhiều dâu bể
Đạo làm con hiếu hạnh chớ hề quên!
Có những nỗi niềm riêng năm tháng không tên
Xin chớ để sầu vương trên mắt mẹ
Thời gian chắt chùng tuổi đã bóng xế,
Lao nhọc mưu sinh đè nặng hai vai
Đau nhức suy hao thân thể lẫn tinh thần.
Con lạy Phật cầu gia hộ song thân
Thắng bệnh tật sống trọn đời an lạc.
Công ơn mẹ cha con đã ghi tạc
Mãi muôn đời trong dạ không phai!
Khói trầm hương thoang thoảng nhẹ bay bay
Thương ba má nghe cay cay khoé mắt.
Sống cách xa nửa vòng trái đất
Nên hiểu vô cùng câu: "Tứ biệt sinh ly"
Con đề đầu cầu chư Phật từ bi
Gia hộ mẹ cha, gia hộ cho tất cả!

NHỚ MẸ

Con ở chân trời mẹ cố hương
Nghìn trùng xa cách mấy đại dương
Nghiep duyên, sinh kế đành lưu lạc
Nhớ mẹ lòng con những vấn vương.

HOÀI CỐ QUẬN

Những chiều về chạy ngang qua phi trường
Lòng vẫn thương vẫn vương
Từng tốp máy bay rộn ràng lên xuống
Đến từ muôn hướng!
Mắt dõi tìm bóng dáng từ phương đông
Trên đôi cánh đường như còn vương mây trắng
Mảng trời quê hương tôi!
Trời phương ngoại xa xôi
Mang mang hoài cố quận
Mơ có một ngày cựa địa sẽ thanh tân.
Sợi ân tình nối lại
Người người bắt tay xây dựng tương lai.
Vùng phương ngoại hay chân trời góc bể
Vấn hăng nhớ thương
Quê nhà.

Georgia, Aug 15/15

Hương vườn xưa

HUỆ TRẦN



Chỉ hai tuần, sau khi dọn tới căn nhà mới, tôi đã biến đổi hoàn toàn mảnh vườn, khi được người chủ nhà bảo: "Muốn trồng gì, làm gì, xin tùy ý!"

Đó là một căn nhà nhỏ hai phòng, rất cũ kỹ, ước chừng cũng phải bốn, năm chục tuổi. Nhưng mới xem qua, tôi đã biết mình sẽ mướn nơi này, vì có sân cỏ phía trước và nhất là khu vườn sau, rộng mênh mông.

Căn nhà bỏ trống đã lâu, cỏ sân sau mọc cao tới đầu gối. Khi mới bước ra, tôi phát kinh hãi, nhưng chỉ một thoáng thôi, tôi hình dung ra ngay một vườn rau xanh tươi với những mùi vị thân quen của húng, ngò, của những lá răm thơm cay, của dây cà pháo đầy hoa tím, giàn bầu bí lủng lẳng trái xanh non hay bụi ớt hiểm chi chít, đỏ tươi, nhìn đã thấy cay sè, mới gọi tôi bún Huế...

Và tôi đã mướn căn nhà cũ kỹ vì hình ảnh khu vườn tương lai thân yêu đó.

Việc đầu tiên sau khi dọn vào là tôi gọi người tới phát cỏ, soi đất. Hai bàn tay tôi trầy xước, tê buốt vì gai nhọn khi thanh toán những bụi hồng đại, mọc men theo hàng rào, không biết đã từ bao năm. Rồi những cây xương rồng, những ụ đất đá mấp mô, lồi lõm phải được san bằng, tưới nước, sau đó là hỷ hục khiêng về hàng chục bao đất tốt để sẵn sàng gieo hạt, lên luống trồng rau.

Hai tuần sau, người chủ nhà ghé tới, lấy vài món còn sót trong nhà xe, đã sứt sứt khi thấy khu vườn được khai quang sạch sẽ. Hai tuần sau nữa đến lấy tiền nhà thì ông ta đã phải thốt lên: "Không thể tưởng tượng được tinh thần của người Á Đông!"

Nói thế, hẳn ông ta đã từng chứng kiến người Á Đông chăm sóc nhà cửa, vườn tược thế nào rồi.

Riêng tôi, khu vườn sau của căn nhà cũ, nơi xử người, đang mỗi ngày mỗi đưa tôi về gần vườn rau quê nội. Khi đi tìm mua hạt giống hoặc cây non, tôi cứ tưởng là tình cờ, sau mới biết rằng những hạt ấy, cây ấy, đã từ trong tiềm thức. Vườn rau xanh non bên kho chứa thóc, ở một căn nhà trong thôn Phương Viên, huyện Đan Phượng, tỉnh Hà Đông, nơi mỗi mùa hè chị em tôi được cha mẹ cho về quê nội vui chơi thỏa thích, đã có những hạt ấy, những cây ấy. Cái bẹ xanh từng luống nỏn, cắt vào luộc, chấm với tương, bầu bí nấu canh, chỉ chút bột nếm mà cũng ngọt lịm! Rau dền thì cứ như thi nhau mọc lên như thổi, quơ tay là hái cả rổ. Hôm nào bác Cả nấu bún riêu thì không phải chỉ có kinh giới thêm hương vị mà mọi thứ rau thơm ngoài vườn đều được chiêu cố, thơm lừng tô bún!



Vườn rau quê nội đang thầm lặng thành hình nơi tạm trú, khiến ở sở làm về, cơm nước xong là tôi quanh quẩn ngoài vườn đến xẩm tối. Tôi biết rõ từng lá non mới mọc, từng nụ hoa mới nở. Tôi nói chuyện với những cây cà khi chúng bắt đầu nhú trái. Tôi kể cho chúng nghe rằng, ở quê hương Việt Nam tôi, người ta thường đo lường sự khéo léo của người nội trợ qua vại dưa, lọ cà. Mẹ tôi là con dâu trưởng trong một gia tộc lớn, càng bị chú ý nghiêm túc hơn. Có lẽ vì vậy mà mẹ chịu khó học hỏi, từ cách nấu ăn, may vá, thu vén trong ngoài, nhất nhất đều một tay mẹ đảm đương.

Tôi cũng tâm sự với giàn bí khi chúng bắt đầu nở hoa, là ở quê ngoại tôi, canh hoa bí đầu mùa là món chỉ dành để đãi khách. Nghe thế, tôi tưởng như các bông hoa bí dúi đầu vào nhau, khúc khích cười ...

Chỉ một loài hoa không thấy trong vườn quê nội mà tôi vừa trồng bên hiên nhà. Đó là hoa cúc vàng, nụ nhỏ, lá biếc xanh. Một lần, tình cờ vào thăm vườn cây của người Nhật, thấy những chậu cúc vàng này, tôi như bị thôi miên, không bước đi nổi, vì đây là loài hoa cha tôi yêu thích nhất. Cha thường nói: "*không kiêu sa như lan, không đài các như hồng, không lạnh lùng như vạn thọ, chỉ giản dị sắc tươi, dáng đẹp mà gần gũi, thân thương*"

Hôm đó, tôi can đảm trích một phần tiền chợ trong tháng để khiêng về 10 chậu cúc vàng. Tôi làm có thật kỹ nơi sẽ trồng cúc, đào đất xấu đi, bỏ đất tốt xuống, tưới cho đất ẩm rồi mới cẩn thận, nhẹ nhàng an vị từng cây. Mỗi cây trồng xuống, tôi đều thầm thì: "*Cha ơi, con trồng cúc chờ cha đó, cha sang mà chăm sóc nhé!*"

Có những đêm, trời trở lạnh đột ngột, tôi thao thức, sợ những bụi cúc sẽ tê cứng mà chết trước lúc mặt trời thức dậy. Tôi nghĩ đến cha, đến mẹ, đến những tờ giấy báo lãnh vô tri, lênh đênh mù mịt đã mấy năm trời vẫn chưa được cứu xét! Cha mẹ thì tuổi già sức yếu, biết có còn kịp thăm con cháu phương xa không! Thư cha viết, thường an ủi tôi rằng: "*Con đừng quá bận tâm lo lắng, cha mẹ già rồi, đi hay ở không thành vấn đề. Đi cũng tới bến, mà ở thì bến ngay dưới chân ta. Quê nhà cũng còn các em con, và các cháu, rau cháo đỡ dần chúng cũng là niềm vui tuổi già, mang sức tàn mà giúp tuổi ra sông ...*"

Cúc chưa vàng hoa, tin xa đã tới.

Cha đi rồi!

Cha mất rồi!

Cha đi quá nhẹ nhàng vì áp huyết đột ngột tăng nhanh! Ly trà sau bữa cơm tối đang còn cầm trên tay, đã bắt ngờ sống sánh, rơi xuống sàn nhà, vỡ tan tành! Mảnh vụn thủy tinh như ghim vào trái tim mẹ, trái tim con cháu quê nhà, con cháu phương xa!

Cha ơi! Gia đình ta, nhờ tinh thần và ý chí mạnh mẽ của cha mà vượt qua bao cuộc thăng trầm, dâu bể, từ chiến chinh miền Bắc tới khi xuôi Nam. Nay, cuộc phân ly còn vượt đại dương, trùng trùng cách biệt, cha đã vội ra đi, mẹ và các con, các cháu biết nương tựa vào đâu?

Non cao núi thẳm, mờ mịt trời mây, tôi ra vườn, run rẩy cắt những bông cúc chưa kịp nở tròn sắc vàng, mang vào cúng cha. Qua ánh nến, những bông cúc trên ban thờ cha như long lanh nhỏ lệ. Những bông cúc đang cùng khóc với tôi. Nhặt nhòa nước mắt, tôi bồi hồi như cha phảng phất đâu đây, và nụ cười dịu dàng của cha, thăm lặng nhưng mãnh liệt, đang ân cần chuyển tải năng lượng an lạc cho tôi...

Phút giây, tôi bỗng cảm nhận ngay rằng, cha vẫn còn đây, vì từ cha mẹ, tôi đã chào đời. Tôi luôn mang cha mẹ mà trưởng thành, cũng như cha mẹ luôn ở trong tôi để cùng đi.

Chậm rãi lau nước mắt, tôi khoan chân, ngồi trong thế kiết già, mời gọi cha, thờ cùng tôi, khi những ý tưởng lung linh đan nhau, thành bài thơ tháng bảy:

*Pháp thân như trúc biếc,
Bát Nhã tựa hoa vàng
Tóc rơi từng sợi nhỏ,
Tàn cây nhang.*

*Người xòe tay,
Tay trắng
Bình bát, củ khoai lang
Cúng đường Xá Lợi Phật
Công đức ba ngàn thế giới
Hồi hướng Vu Lan.*

*Cha về với Phật,
Mẹ còn đây
Sương sớm có tan,
Trăng có gầy
Mẹ ơi tháng bảy,
Vu Lan tụng.
Đóa hồng cài áo,
Hồi chuông xa ba ...*

*Cha như núi,
Mẹ như sông,
Núi cao dựng vách,
Xanh phần thông
Sông chảy menh mang, dòng sữa ngọt
Một trời hư không.*

*Con xuống tóc, đi tìm cha
Sợ vương cửa động, san hà lung lay
Rừng chiều, một cánh chim bay
Chợt nghe gió thoảng,
Hương say hoa rừng.*

*Con về,
Ngủ dưới gốc thông
Trong mơ hé nụ, đóa hồng Vu Lan.*

Huệ Trân
(Tào Khê tịnh thất,
hồi tưởng ngày được tin cha)



SAO KHÔNG ĐỢI CON!

(Kính dâng Hương Linh Mẹ)

*Chín tám (98) tuổi đời Mẹ ra đi
Thảnh thơi không một vương bận gì
Con nghe tin dữ trong đêm vắng
Không khóc sao mà lệ ướt mi!*

*Con về nhìn, Mẹ chẳng nói năng
Dẫu chỉ một lời để trời trần!
Quanh con ai cũng ngồi im lặng
Vẻ xót xa và rất bản khoăn.*

*Quỳ trước linh vị để dâng hương
Con đã về đây Mẹ yêu thương
Sao không đợi con giờ vĩnh biệt
Để giữ ngàn sau chút dư hương.*

*Con đi với Mẹ đến nghĩa trang
Hoa cỏ bên con sắc ủa vàng
Và cả bầu trời màu xám xịt
Hình như chúng cũng vừa để tang!*

*Người ta đặt Mẹ xuống huyết sâu
Con khẽ nấc lên lặng cúi đầu
Chợt biết rằng đây là lần cuối
Mẹ con ta được nhìn mặt nhau!*

*Tôi giờ thật sự kẻ mồ côi
Cha đã đi, Mẹ cũng đi rồi
Mặc kệ tuổi đời chừng bao lớn
Vẫn mong Cha Mẹ ở bên thôi!*

thơ

LINH THOẠI



Có Mẹ trong đời

THANH THỊ

*Tặng mẹ bé 'dậm tiêu',
và tặng những người đã-đang-sẽ làm mẹ trên đời*

"Lớn lên bé thích làm chi?"
"Úmmm... bé thích làm bác sĩ."
"Reng lại thích làm bác sĩ?"
"Vì bé sẽ mổ chân cho mẹ, cho
chân mẹ thẳng ra như bé ri nè!"

Đoạn đối thoại đó giữa mẹ và con đã diễn ra không biết bao nhiêu lần, và cho đến bây giờ, thỉnh thoảng trong những giấc mơ, con thấy mình được khoác chiếc áo blouse trắng, được tận tay giúp mẹ có đôi chân hoàn hảo như bao người. (Sinh ra cũng lành lặn, vẹn toàn như bao đứa trẻ khác, nhưng trong một lần tập đi, mẹ đã bị vấp ngã, bàn chân phải của mẹ bị trật mắt cá chân, không được chữa trị, mẹ đã phải mang theo dị tật ấy suốt đời.)

Mẹ về làm dâu nội ở tuổi gái ờ thì, bà cưới mẹ "già" nửa năm thì sinh ra con. Ngót 20 năm, con là cháu gái duy nhất của nội, nhưng cũng là chừng đó thời gian, mẹ phải sống trong bao điều dị nghị của làng xóm,...

Từ khi còn bé, con đã ý thức được bao nỗi nhọc nhằn luôn oằn lên đôi vai của mẹ, mẹ tất bật với việc buôn bán, với đồng ruộng, việc nhà, rồi với cả chị em con cũng làm mẹ "đứng tim" không ít lần. Vụng dại con tập làm người lớn khi mới ở tuổi lên năm, nhà tranh vách nửa suýt nữa chỉ còn là đồng tro tàn. Mẹ cho con học chữ từ rất sớm, ê a chữ to chữ nhỏ, mồ hôi nhễ nhại, mẹ lau cho con khỏi ướt sách, ướt tập; con đâu biết lúc đó mồ hôi màu mun của mẹ đã quện chặt mồ hôi cùng nỗi lo con gái mẹ không bằng người.

Thuở ấy, con đen nhẻm mà thân hình cứ ục ịch, chơi với chúng bạn thì hay bị thua thiệt, mẹ bảo con: "Đừng thèm chơi với tụi nó, chơi với em V... thôi!", nhưng con vẫn cứ chơi. Bạn bè có thể ăn hiếp, bắt chẹt con sao cũng được, nhưng đừng bao giờ đụng tới "tự ái thương yêu" của con, mỗi lần nghe chúng nó: "lêu lêu, con H... 'dẹo'", là ngọn lửa

giận được thổi bùng lên trong con, con có thể đánh nhau chỉ vì câu nói đó. Đừng bao giờ đụng đến niềm yêu thương và tôn kính của con.

Chỉ vì con thích đi học quá, mẹ đành "khai gian" lên một tuổi, cho thỏa niềm vui thích của con, vào lớp một khi chưa đầy sáu tuổi, vì vậy giấy khai sinh cũng phải sửa đến bốn lần. Được đi học chính thức là hạnh phúc tốt cùng của con khi ấy. Đi học chính thức nghĩa là mỗi ba tháng hè không còn phải tới lớp cô Hoa - thầy Chính, không phải học chung với mấy anh chị lớn hơn chuyên gia bắt nạt con nít (mà con là đứa bị liệt kê đầu tiên vào danh sách), được đi học chính thức vui hơn lúc mẹ cho đi chợ huyện cùng, hơn cả được ăn lý chẻ đậu xanh mẹ nấu mỗi tối rằm, hơn luôn được bà nội dẫn đi chơi xa, đó là những suy nghĩ của con khi ấy. Đi học có lúc thua sút bạn bè, nhưng mẹ dạy: "Học là tranh đua chứ đừng ganh đua!", chỉ một câu nói ấy thôi,



mẹ đã giúp con có một tinh thần học đúng đắn ngay từ những ngày đầu tiên, và câu nói ấy vẫn theo con tới tận bây giờ.

Khi con đủ lớn, mẹ thường nói với con: "Ở đời có nhiều cái khổ, mà khổ nhất là cái vòng luẩn quẩn của thế gian, chồng - con - nhà cửa, mệt lắm, khổ lắm!" Một câu nói thôi, nhưng đủ đánh thức tâm trí con, bằng thực nghiệm trong cuộc sống, con thấy ở đời quả thật vui ít khổ nhiều...

Con nhớ mùi hương trên tóc mẹ, ấy là mùi của bồ kết khô được nướng cho thơm rồi nấu với nước để gội. Những tối sóc - vọng, mẹ vội vã gội đầu để kịp giờ sinh hoạt với Đoàn sinh của Gia đình Phật tử - nơi nuôi dưỡng tinh thần cho mẹ, là nơi mẹ sống trọn vẹn với con đường tâm linh. Con biết mẹ đã từng ước ao giữ bỏ chiếc áo thể tục, để bước vào nhà Như Lai, nhưng dường như nợ trần chưa thể dứt, mẹ đành đem niềm hy vọng ấy gửi gắm vào con gái mẹ.

Con rời vòng tay của mẹ, để nhận Người làm Cha - Mẹ - Thầy, con gọi Người bằng hai tiếng Sư phụ; xa gia đình bé nhỏ để đến với gia đình lớn, nơi mà ở đó có những con người đang tập sửa mình khi vừa tròn mười tám. Những đêm đầu tiên, con đã khóc vì lẽ gì không rõ, nhưng tuyệt nhiên vẫn không có ý nghĩ gọi điện thoại hỏi thăm mẹ lấy một lần, vì không nhớ hay vì con sợ rằng mẹ sẽ khóc, và ba sẽ lại níu kéo con trở về với gia đình huyết thống. Mẹ gọi cho con vào một buổi tối sau một tháng con ở chùa, không cầm được nỗi thương nhớ con, mẹ nấc nghẹn, con bỗng thấy mình có lỗi với mẹ vô cùng, vì con đã làm mẹ khóc.

Con đã trở thành một xuất sĩ, trở thành con của Phật, là người của chốn không môn, nhưng không ít lần, mẹ là người vực con đứng lên sau vấp ngã; mẹ dạy: "Hạ mình xuống mà sống, đừng có tự cao, tự mãn, phải biết khiêm cung, kính trên nhường dưới, lời

NGÁT PHƯƠNG THƠ

Mới sớm bình trời hừng đông dậy
Là bắt đầu nghe hơi thở mùa sang,
Đã phương phát nhẹ vờn bay quyến rũ
Khắp quanh đây rung nhịp phấp phồng

Gió nghìn năm vì vu mềm lay động
Đóa vàng hoa óng mượt trước hiên nhà
Lá rụng xuống chút hương lòng e thẹn
Nhật giùm ta một thoáng mơ qua

Oi chiều thơ chiều thơ ngân nhè nhẹ
Hát đi em điệu hát khơi vơi
Để ngòi lại bên thềm xưa đơn giản
Ta làm thơ thâm cảm tạ ơn đời

Với những ngày xanh hồng hoa phở nọ
Có em thôi là đủ quá trọn đầy
Nên ta về đâu dám lời chi nữa
Hồi tình thơ ghi dấu mãi nơi đây.

QUÁN BÊN SÔNG

Bến sông lộng nắng hoa vàng
Mây trôi nước cuốn về chạn chứa nguồn
Nên đời mới lạ luôn luôn
Chiều thiên thu đẹp nghe buồn tim reo

Ngát hương cát trắng dặt dìu
Bên thềm hiên quán lặng phiêu diêu hồn
Gót què về gõ hoàng hôn
Rộn vang cung bậc vẫn còn lại qua

Cà phê cũng thâm đậm đà
Hương chi ly rượu tình ca dao này
Rượu tình chưa uống đã say
Nói gì thêm nữa khi đầy ắp thơ?



thơ TÂM NHIÊN

Sư phụ dạy phải nhất nhất nghe lời làm theo." Mẹ dặn: "Coi bộ đi tu ngó rứa chớ mà khó lắm, sống với huynh đệ đừng tranh hơn thua làm chi, hơn nhau một chút lại khó sống, thua một chút đường tu dễ đi, đừng có so bì tỵ nạnh việc chùa, phước đức hết, nhân quả không sai chạy đi mô hết." Mẹ lo: "Thiếu chi thì cứ nói mẹ, mẹ sẽ làm 'hộ pháp' cho cô, làm ông bà thí chủ cho cô, cô chỉ việc yên tâm tu, học tới nơi tới chốn, được rứa là mẹ mừng." Mẹ tha thiết: "Đi tu mà không học đâu có được, nhưng mà học để tu, chứ đừng học để làm ông này bà nọ, cố gắng, tinh tấn, nỗ lực hết mình, đường tu gian nan lắm, trụ được hay không là ở ý chí. Giữ vững tâm bồ đề, đừng để bị lung lay vì bất cứ lý do gì."

Còn nhớ như in mùa Vu lan cuối bên mẹ trước khi con vào cửa Thiền, khi con đọc bài cảm niệm về cha mẹ cho các anh chị huynh trưởng và đoàn sinh cài hoa hồng lên áo các bác trong đạo tràng chùa T.T, mẹ đã khóc, cậu khóc, nội khóc, và dường như

ai ai cũng khóc; người khóc thành tiếng, nước mắt tràn bờ mi, có những giọt nước mắt chảy ngược vào trong, và con cũng đã khóc khi mẹ cài lên áo con hoa hồng tự tay mẹ làm.

Những năm sau, Vu lan ở chùa, người ta cài cho con hoa hồng vàng, biểu trưng cho sự cao quý của bậc xuất trần thượng sĩ; nhưng mỗi mùa Vu lan ấy, con đều xin một đóa hồng tươi đủ cả sắc xanh – hồng, vì con cảm giác đóa hồng vàng như xa cách quá; con nhận đóa hồng đủ lá xanh, cánh hoa hồng phấn, như để tự thưởng cho riêng mình, để cảm nhận rằng, con hạnh phúc lắm khi còn có ba và mẹ trên đời.

Khi xưa, mẹ thường ôm con hát ru với câu hát: "con hỏi mẹ sao cài hoa màu trắng, vào những ngày báo hiếu lễ vu lan, sao không cài hoa hồng màu tươi thắm, mẹ khẽ nói mẹ không còn có mẹ..." (1) Con biết rằng, rồi một ngày nào đó con sẽ mất mẹ, sẽ còn mẹ hiện hữu trên cõi đời cho chị em con. Có thể, giọt nước mắt con vẫn sẽ rơi khi nghe ai đó

hát: "tôi không khóc đâu em, khi áo tôi em cài hoa trắng, vì trong hoa em ơi, tôi thấy mẹ tôi cười, ..." (2). Nhưng con biết, mẹ sẽ mãi luôn có mặt cho con trong từng hơi thở.

Ước mơ trở thành một bác sĩ để chữa trị đôi chân cho mẹ của con đã không thành, dĩ tất ấy chắc sẽ theo mẹ đến hết đời này. Nhưng những khiếm khuyết trên cơ thể, sẽ không bao giờ có thể làm lu mờ nhân cách sống của mẹ. Với ai đó, mẹ là vầng trăng mát, là bể cả mệnh môn..., riêng đối với con, MẸ là vị PHẬT chân thật nhất trong đời con. Bởi, có mẹ là con có cả đường đi – lối về...

Thanh Thị

(1) Màu Hoa Cài Áo, sáng tác Võ Tá Hân.

(2) Tình Hoa Trắng, lời thơ Thích Thái Hòa, phổ nhạc Nguyễn Hiệp.

Truyện ngắn trăm chữ

STEVEN N.



XÀ

Cụm mây đen ì ạch bên dưới ngược nhìn mây trắng trên cao xanh với lòng ngưỡng mộ, khát khao hỏi:

- Cùng là mây mà sao các bạn thanh khiết, nhẹ nhàng và ung dung đến vậy! Bạn có phép màu gì chẳng?

Mây trắng từ tốn nói:

- Bạn hãy xả những gì đang ôm trong lòng đi, rồi bạn sẽ như chúng tôi.

Lòng đầy ngỡ vực nhưng quá khát khao nên mây đen bèn thử buông hết hơi nước, bụi, khói... bất chợt nó thấy mình đang hòa với trùng trùng mây trắng trên cao. Nó hạnh phúc đến bàng hoàng rơi lệ và thốt lên:

- Kỳ diệu thay chỉ một chữ thôi!

LỢI HAY HẠI

Bánh đậu que vừa kéo ra bà liền sẵn tới bối, quào, xối, xốc... để lựa cho được những trái đậu vừa ý. Xong bà qua quẩy trái cây mặc sức nắn, bóp, bằm, ngắt... để chọn trái to, tươi nhất. Bọn rau, quả rên rí:

- Xin bà nhẹ tay chút! Chúng con giập nát, hư hao hết rồi.

Các thiên thần bay trên cao thấy vậy thối kèn cảnh báo:

- Lựa tanh bánh như thế nhưng lợi hơn có là bao mà hư hại để lại thì nhiều quá! Mong bà hồi tâm.

Không biết bà có linh cảm gì không mà thấy bà vừa đi vừa lẩm bầm:

- Tôi bỏ tiền ra tôi có quyền làm cái gì tôi muốn!

Bọn rau quả buồn hiu và các thiên thần cũng bay xa.

ĐẸ HAY KHÓ

"Bạch thầy chúng con xem sách nghe pháp cũng nhiều. Các thiên sư thường bảo: Thân người như túi da hôi thối, có chết thì

như thay áo khác; cái chết dễ thôi, một hơi thở vào không ra nữa là xong. Còn các thầy Tịnh Độ thì bảo: Chết rất dễ sợ, đau đớn như lột da, bóc mai rùa... Rồi cuộc chết dễ hay khó?"

Thầy cười thoải mái:

"Thầy chưa chết nên không biết! Mà các con bận lòng làm chi? cứ sống cho có ý nghĩa mặc kệ nó đi!"

CHÁNH BÁO VẤN Y NGUYÊN

Bọn người nọ lưu lạc thế nào mà đến được vùng đất mới hết sức trù phú phong lưu, sản vật dồi dào, đời sống phóng khoáng, ngày tháng tự do, xã hội văn minh... bao khổ đau bỏ lại sau lưng, những tưởng từ đây sẽ thay đổi nào ngờ đâu vẫn giữ nguyên tật cũ: quanh năm năm cứ kèn cựa ganh đua, gây gỗ, đi trễ về sớm, ăn cắp vặt, nhậu nhẹt, cờ bạc, chửi bới ầm ĩ... thậm chí giết lén chó, mèo để ăn rồi phải rắc rối với luật pháp sở tại.

Có vị cư sĩ già am hiểu Phật pháp, đa văn hay chữ thường than vãn với các hội đoàn:

- Y báo thay đổi mà chánh báo vẫn y nguyên.

DÀY BẾ DẦU

Đêm rằm tháng bảy trăng vàng vặc sáng. Triều đình Chiêm quốc mở dạ tiệc bên tháp, hoa đăng lấp lánh, nhã nhạc vang lừng, Chiêm nữ múa điệu nghệ thường... rộn ràng cả vùng đồi. Xa xa dưới chân đồi từng lú ma Hời kéo tới nhưng bị lính canh chặn đánh, chửi rủa:

- Bọn hạ tiện cút đi, không chúng tao đánh chết bây giờ.

Tiếng khóc ai oán, bi thảm vang vọng cao xanh. Các thiên thần nhìn xuống than:

- Chết vẫn còn mê, tàn tệ với nhau.

Nói xong các thiên thần tấu khúc bi ca:

...*Thương thay vong quốc ma Hời*

Vàng son đâu nữa?... nặng lời, hạ tay...

*Nghìn năm còn lại chút này
Mồ hoang, tháp lở... đã dày bề dâu.*

ĐÁM CƯỚI ĐỒNG TÍNH

Trần Hoa Vàng vốn yên à bỗng dậy sóng bởi đám cưới đồng tính đầu tiên sau khi chính phủ hợp thức hoá. Kể ủng hộ người chống đối ầm ĩ khiến cảnh sát phải ra quân giữ trật tự. Truyền thông phỏng vấn:

- Hai bạn có thể cho biết ai là chồng, ai là vợ?

Họ nói:

- Chúng tôi vốn là vợ chồng trong nhiều kiếp giờ gặp lại làm chồng vợ với nhau.

- Hai bạn có nghĩ là hợp lý hay không hợp lý chẳng?

- Nghiệp duyên sâu nặng, giờ chín muồi. Chúng tôi thương nhau thì lấy nhau vậy thôi!

CHIA GIA TÀI

Cha mẹ lú lẫn vẫn còn đó vậy mà các anh đã đánh nhau tranh giành gia tài. Ban đầu anh em cũng thương yêu nhau nhưng rồi tài sản lớn quá cộng với những lời thúc giục từ đằng sau nên động tâm:

- Ông phải tranh gia tài cho con mình chứ! Đừng để thằng Ba, con Bảy nó chiếm đoạt rồi nó khi dễ mình ngu!

Chú Ut buồn bã bỏ đi không nói một lời. Có người khen nhưng cũng có kẻ bảo chú hèn. Chú trả lời:

- Tay chân đánh nhau thì cả thân thể đau.

Georgia, Aug 15/15

Trầu cau dâng Mẹ

TÂM KHÔNG — VĨNH HỮU



Cả xóm ai cũng cho là nhà Hai Ra có phước, được Phật độ. Chuyện cổ phước lại lan truyền ra các xóm xa xa, loang như vết dầu trên mặt nước đi khắp vùng Ba Làng. Mới năm nào, cách nay chừng vài ba năm chứ chẳng phải xa xưa gì, Hai Ra còn phải vừa chạy xe ôm rong ruổi suốt ngày, vừa tranh thủ chờ bình gas ở đại lý giao cho khách, để lo cho bầy con năm đứa đều còn đi học. Vợ Hai Ra bán rau cải ngoài chợ, kiếm thêm mấy đồng tiền lẻ lẻ tẻ hằng ngày, phụ giúp chồng lo chuyện ăn uống của cả gia đình gồm bảy chiếc tàu há mồm qua loa cho qua ba bữa. Cuộc sống gia đình thật chật vật, túng thiếu, chẳng ai dám mơ nghĩ đến chuyện xa xỉ cao sang, mà chỉ cầu mong sao cho cứ được đủ ăn đủ mặc là sướng đời rồi.

Đùng một cái, quy hoạch mở đường. Một con đường tráng nhựa rộng thênh thang chạy ngang qua khu vực Ba Làng để dẫn đến một khu du lịch thiên nhiên kỳ ảo. Giá đất lên vùn vụt, cao ngất. Cả xóm xôn xao chộn rộn. Có gia đình phải mất bớt đất đai, có gia đình bay cả đất lẫn nhà vì lệnh giải tỏa đền bù, nhưng cũng có gia đình tự nhiên mà hưởng lợi lộc từ đất nhà vốn xưa nay nằm nơi hẻo lánh chẳng ai màng ngó ngang sờ mó đến làm gì. May nhờ rủi chịu, tất cả đều có cái số, cái thời. Phước đức thay, nhà Hai Ra nằm ở cái nhóm hên may. Cả khu đất nhà của Hai Ra, với một mảnh vườn lều tèo mấy cây ô-ma ra trái vàng vọt và vài cây mãng cầu trái dẹt vô duyên chẳng ai thèm hái trộm, bỗng phút chốc hóa thành mảnh đất vàng ròng nhờ chương cái mặt ra phía trước bên con đường tráng nhựa mới toanh. Bán bớt mảnh vườn nghèo nàn khô khốc cho dân kinh doanh xây nhà hàng-khách sạn trong tương lai, nhà Hai Ra ăm ngay được một số vàng kèch xù sướng còn hơn trúng số độc đắc. Đổi đời rồi. Cả nhà đổi đời,

thay da đổi thịt, trút bỏ những bộ áo quần cũ xì nhếch nhác, vĩnh biệt những bữa ăn đạm bạc chỉ toàn là "mắm dúi, muối dằm" với canh rau lòng nhát, rồi sửa nhà, sắm xe máy xe đạp, trang trí nội thất, mở quán giải khát có nhạc xập xình vui nhộn... Thật là mơ cũng chưa dám nghĩ đến! Hai Ra bỏ nghề xe ôm chờ hàng, giao hết việc bán quán cho vợ và mấy đứa con, còn mình thì chỉ biết tìm đến với những thú an nhàn chim cây cá kiểng, hay "du lịch tâm lịch" một chút bằng cách vẫn chùa lạy Phật, hứng nũa thì đi đánh cờ tướng, xem bóng đá... để bù lại những tháng ngày gian khổ đầu tắt mặt tối. Chưa hết, phúc trùng lai, Hai Ra—đứa con gái đầu tốt nghiệp Cao đẳng Sư phạm, vừa ra trường đã có ngay việc làm ở nơi như ý, lại gặp ngay một mối tình đầu chớp nhoáng với một chàng trai bánh bao lịch thiệp, sét đánh cái rầm khiến cho hai đứa đôi cha mẹ hai bên phải ngồi lại với nhau mà bàn cho rốt ráo hôn nhân đại sự. Những chuyện vui, tin mừng liên tiếp xảy đến dồn dập như có bàn tay vô hình của ai đó sắp đặt đùn đẩy, làm cho vợ chồng Hai Ra vừa lo toan vừa mở cờ trong bụng. Người yêu của Hai Ra là thằng Bích con nhà nề nếp gia giáo ở trung tâm thành phố, giàu sụ, có thân nhân ở nước ngoài đến năm, sáu người. Thằng Bích lớn hơn Hai Ra bốn tuổi, đẹp trai, tính tình hiền lành, tốt nghiệp Đại học Mỹ thuật, được gia đình đầu tư mua đất cất nhà tại khu Ba Làng để mở một gallery, phối hợp với một hiệu ảnh kỹ thuật số để chào đón khách du lịch qua lại nơi này. Có đứa con gái đầu lấy được chồng cỡ đó, hỏi sao cả xóm không kháo với nhau là nhà Hai Ra có phước? Hai Ra nghe được, không giận, không tự ái, mà cười khề khà coi bộ thỏa mãn đắc chí. "Cờ đến tay thì cứ phát chứ sao! Tội đại gì mà cứ khúm

núm co ro, e dè ngưỡng ngáp?" Nói vậy, nhưng Hai Ra không hề tỏ ra kiêu căng ngạo mạn. Những nợ ân tình thuở hàn vi, Hai Ra đều không quên đền đáp. Những kẻ xưa kia từng khinh khi, ích kỷ bo bo đối với gia đình mình, Hai Ra không lấy đó làm hận để bầy giờ khi được lên voi sẽ trả thù cho bỏ ghét. Vợ chồng Hai Ra không phải là hạng người như vậy. Ăn thì đền, nhưng oán thì phải bỏ lãng quên. Trong kinh sách nhà Phật có biết bao nhiêu điều khuyên răn dạy bảo như vậy, đã đọc đã biết thì phải nhớ mà hành, hành được ít nhiều gì cũng là quý cả, lợi cho mình, sướng cho mình cả. Như lão Phi chủ quán hớt tóc chẳng hạn, là bà con gần, cũng là láng giềng sát rạt, trước có trứng sỏ được cặp năm giải đặc biệt, vậy mà vợ chồng Hai Ra qua nhà vay ít tiền để góp cho đủ số mua xe máy chạy kiếm cơm, lão làm mặt lạnh không cho, nói rằng để đầu tư cho quán hớt tóc. Nay khi nhà Hai Ra lên xe xuống ngựa bành chạp, thì nhà lão Phi tuột dốc không phanh sau nhiều trận thua số đề, và thua mấy chục kèo cá cược suốt mùa World Cup. Hai Ra không trả thù, mà còn tự động đem tiền qua giúp cho nhà lão Phi vượt lúc ngặt nghèo, không đợi lão lên tiếng vay mượn. Hay chuyện mù Sáu Quối chuyên cho vay nặng lãi cắt cổ mổ họng dân nghèo, đã từng cho Hai Ra vay nóng, đến kỳ hạn trả lãi mẹ lãi con lẫn gốc, không thấy con nợ đến thanh toán, mù liền thuê một bọn mặt rô đến tận nhà Hai Ra, vừa hăm dọa vừa xiết đồ đạc trong nhà, quơ cả những đồ gia bảo trên bàn thờ tiên tổ, khiến cho vợ chồng Hai Ra phải quỳ lạy khóc lóc mà xin hẹn trong ba ngày ráng chạy cho đủ tiền trả nợ. Sau đó, Hai Ra được một số bà con hàng xóm tốt bụng hùn tiền lại cho vay tạm để lo mà làm hải lồng hã dạ mù Sáu Quối. Hai năm trước, mù Sáu bị tai biến mạch máu não, bán thân bất toại, nằm liệt giường, lại lãnh thêm một vố

đau đĩng bởi thằng con trai út chích choác, nó ầm cả hộp nữ trang vàng vòng cùng mấy chục triệu đồng của mẹ rồi biến đi ngao du sơn thủy cùng con bồ giang hồ... Hai đứa con gái lớn đã có chồng, lâu nay hay luân phiên nhau về vuốt ve nũng nịu để ngoáy tiền mẹ, nay thấy mẹ Sáu Quới tiêu bay vốn liếng nên chơi cái tình lơ không màng đến nhà chăm sóc, lo toan cơm nước cho mẹ nữa. Mẹ Sáu Quới nằm chèo queo một chỗ, khóc ròng với số phận hẩm hiu cô độc, nếu không có hàng xóm thương hại xúm nhau giúp đỡ thì mẹ chắc đã chết khô trên chiếc giường gỗ hương đắt giá của mẹ từ năm ngoái rồi. Bây giờ Hai Ra có tiền, không nhớ chuyện cũ mà trả oán cho hả dạ, lại mang tiền đến biếu mẹ Sáu Quới, còn thuê hẳn một đứa cháu gái của mình mỗi ngày ba buổi, với giá hai trăm nghìn đồng một tháng, đến chăm sóc cho người đàn bà bệnh tật sa cơ thất thế. Ai nghe chuyện cũng nghiêng mình khâm phục Hai Ra, và khen luôn cả người vợ vốn luôn đồng tâm hợp ý với người bạn đời của mình. Phước đức hơn, đám cưới của con Hai Lành được bên nhà trai tuyên bố dự tính sẽ tổ chức linh đình đãi tiệc ba ngày ba đêm, lớn nhất vùng Ba Làng từ xưa tới nay. Bên nhà trai "bao sân" từ A đến Z, nhà gái không phải lo toan gì kể cả việc lo của hồi môn cho cô dâu. Vợ chồng Hai Ra đi tới đâu cũng được bà con hàng xóm khen mừng chúc phúc, sướng trần cả người, và cũng phải lâu lâu véo đùi để tin chắc là mình không phải đang nằm mơ...

Sau nhiều ngày rộn ràng chuẩn bị, trang hoàng sắm sửa đầu vào đó, ngày đám cưới của con Hai Lành cũng đã đến. Cả xóm vui như hội, mọi người đổ ra đón hai bên đường để đón đoàn xe hơi bóng loáng nối đuôi nhau dài ngoằng của nhà trai đến rước dâu. Một cảnh lạ chưa ai từng thấy, nên ai cũng vui vui mừng mừng trong bụng, có người rơm rớm nước mắt, có người không kèm được lòng phải gào thét lên với gương mặt hể hả để mừng cho nhà Hai Ra... Đến giờ hôn lễ cử hành, thật trang nghiêm và xúc động. Dâng rượu bàn thờ tiên tổ ông bà. Lạy. Hai họ phát biểu. Cô dâu chú rể dâng rượu mời cha mẹ hai bên. Hai Ra trong trang phục áo dài khăn đóng cổ truyền, đại diện nhà gái trình trọng giới thiệu tấm khăn đỏ chổi phủ trên các mâm quả của nhà trai bưng đến đã đặt sẵn trên chiếc bàn đặt

trước bàn thờ. Rượu trà. Bánh mứt. Vàng vòng, tiền bạc. Trầu cau. Mâm quả nào cũng vun đầy ăm ắp. Bất chợt, Hai Ra nhìn nhử mặt mày, rồi miệng meo mếu, nước mắt lăn dài trên má... Ai cũng sửng sốt, hốt hoảng. Hai Ra khóc rồi, nhưng lại đang cố kìm lại, nuốt tiếng khóc xuống cho nó ừng ục nơi cổ họng, đôi mắt đỏ kè dầm dìa lệ nóng hổi. Vợ Hai Ra đứng kế bên, hoảng quá, đưa tay ngắt đại một cái vào hông chồng để nhắc nhở. Hai Ra gạt thớt người một cái, gạt gù hiểu ý, rồi cố ra vẻ bình thản bước lui ra sau nhường cho bên nhà trai phần nghi thức tiếp theo. Dâng hương. Lạy. Trao nhẫn cưới. Bà con hai họ tặng quà cho cô dâu chú rể. Lạy. Hương trầm nghi ngút. Đèn hoa sắc sỡ. Tất cả đều nhòa đi trước mắt Hai Ra. Trước khi nghi lễ kết thúc, Hai Ra bước lại bưng đĩa trầu cau đã tươm tươm, hai tay cung kính dâng lên bàn thờ, đặt trước linh ảnh của ông bà nội cô dâu. Rồi từ tốn quay lại nhìn mọi người đang nhường mắt đổ dồn về phía mình, cất giọng trầm trầm nói:

- Thưa cùng bà con hai họ, khi này tôi thật có lỗi khi không kèm chế được lòng mình, mong bà con hãy niệm tình tha thứ. Chỉ vì nhìn thấy cau thấy trầu mà tôi xúc động, tôi ray rứt, tôi xấu hổ đến phát khóc giữa nơi này... thật là không nên...

Im thin thít... Mọi người chừng như đang nín thở. Bên nhà trai cứ trở trướng mắt lên. Ai cũng đang chờ ông sui gia bên nhà gái nói cho hết lời. Hai Ra chậm rãi đưa mắt nhìn về phía bàn thờ, rồi đưa hai bàn tay run rẩy vuốt ve những trái cau lá trầu còn nằm trên mâm quả, kể bằng giọng buồn buồn nhưng rõ ràng từng tiếng:

- Cách đây năm năm... Ngày mẹ tôi, bà nội con Hai Lành, bệnh nặng phải nằm dính trên giường, bà có gọi tôi vào giữa khuya khoắc chỉ để sai tôi đi mua cau trầu. Bà nói là "bỗng nhiên mẹ thèm lắm." Lúc đó, chỉ mới 2 giờ sáng, nên tôi mới nói rằng: "Giờ này không ai bán mua gì đâu, mẹ ngủ đi, sáng con sai mấy đứa nhỏ mua cho!" Nhưng mẹ tôi cứ cầu nhàu, cảm rằm đòi ăn trầu. Tôi bức mình quá, nên có to tiếng nặng lời: "Khuya lơ khuya lặc mà thèm bất tử, mẹ thèm món khác thì con có thể cố tìm ra được, chứ thèm trầu cau thì phải chờ sáng chợ mới họp, mới có mà mua!" Mẹ tôi nói:

"Khuya gì mà khuya. Hồi tui bây còn nhỏ, giờ này tao gánh củi lội bộ lên chợ Phường Củi, hồi đó thị xã Nha Trang chỉ có một chợ này thôi, để bán cho kịp mà đổi gạo mằm về ăn. Còn mày, lúc mười tuổi bị bệnh tiêu chảy xém chết, nửa khuya, cũng giờ này, mày đòi ăn mực muối với cháo. Tao phải lội bộ qua Xóm Bống mới mua được cái món mày thèm..." Tôi nghe vậy nên im, không cãi nữa, chui vào mùng, trùm mền ngủ thấu sáng. Sáng, tôi đích thân đạp xe đi qua Chợ Đầm mua cau trầu cho mẹ. Tôi mua nhiều lắm, ăn cả nửa tháng không hết. Nhưng, cau trầu đem về đến nhà thì... mẹ tôi đã ra đi, ra đi vĩnh viễn. Bà đi xa luôn rồi, mang theo một nỗi thèm trầu cau... do con cái đã không làm tròn bốn phận..."

Kể đến đó, Hai Ra bật khóc hu hu như con trẻ. Mọi người sụt sùi, thút thít khóc theo giữa hương hoa ngào ngạt và đèn đuốc sáng choang... Hai Ra mặt mày méo xệch, chỉ mâm quả trầu cau vun đầy xanh um, nói như tự trách mình:

- Mẹ còn sống, mẹ thèm, không lo cho mẹ ăn. Mẹ chết rồi, có cúng có dâng cả nghìn mâm quả cau trầu như đây cũng vô nghĩa, vô ích thôi. Tôi nghĩ vậy mà khóc. Tôi xấu hổ quá... Tôi ân hận quá...

Rồi bất thần, Hai Ra quỳ xuống trước bàn thờ mà rống lên gọi mẹ... Vợ con Hai Ra, kể cả cô dâu Hai Lành cũng vội vàng quỳ xuống kế bên mà khóc nức nở sụt sùi. Bà con thân quyến bên họ nhà gái cũng lật đặt quỳ theo, khiến cho họ nhà trai gần hai chục người thấy vậy cũng thút thút nhau mà quỳ xuống... Dường như, qua nước mắt nhập nhòa, ai cũng thấy bà nội của cô dâu trong linh ảnh đặt trên bàn thờ đang nhòe một nụ cười nhẹ nhàng thanh thoát...



CHUYỂN ĐỔI VIỆC ĂN UỐNG TỪ THỊT CÁ SANG RAU ĐẬU

Tâm Diệu



Từ nhiều chục năm qua, hàng triệu người Hoa Kỳ, Canada, và các quốc gia phát triển trên thế giới, đã theo đuổi chế độ ăn thực phẩm rau đậu nhằm ngăn ngừa bệnh tật. Họ cho hay chế độ ăn này đem lại nhiều điều lợi ích, ăn ngon và bổ dưỡng. Đa số đều cho rằng chỉ một thời gian ngắn sau khi từ bỏ ăn thịt cá, chuyển sang ăn thực phẩm rau đậu, cảm giác ngon miệng và thèm ăn trở lại. Tuy nhiên, cũng có nhiều người phải trải qua một tiến trình thay đổi dài vì đối với họ tập quán ăn thịt đã in sâu trong tiềm thức, khó gạt rửa trong một thời gian ngắn.

Điều quan trọng là chúng ta phải tiến hành từng bước, không nên quá đột ngột thay đổi. Trong bài này chúng tôi sẽ đề cập đến một tiến trình thay đổi từ từ bằng cách tái điều chỉnh khẩu vị của chúng ta với những thực phẩm mới.

Trước hết chúng ta nên từ bỏ một quan niệm sai lầm chung là tập quán không bao giờ thay đổi được. Những chứng minh của đa số người nghiện thuốc lá cho hay họ đã từ bỏ được vì họ có quyết tâm và sự cố gắng thực hành nhiều lần. Đối với những người béo (mập) cũng vậy, nếu không có ý chí và cố gắng nhiều lần thì không bao giờ giảm mập được. Vì thế chúng ta có thể thay đổi tập quán ăn uống của chúng ta được, nếu như chúng ta quyết tâm và chịu khó lập đi lập lại sự quyết tâm đó.

THAY ĐỔI KHẨU VỊ

Bước đầu tiên trong tiến trình chuyển đổi chế độ ăn uống từ thịt cá qua chế độ ăn rau đậu là thay đổi khẩu vị. Các món ăn như thịt nướng, cá chiên, mì xào, burgers, gà chiên, và khoai tây chiên (French fries) đã hấp dẫn chúng ta vì đã quen ăn từ bao nhiêu năm.

Từ nhỏ chúng ta đã được cha mẹ cho ăn những thức ăn như thế và theo quan niệm của một số tôn giáo, có thể từ những kiếp trước chúng ta cũng được cho ăn như vậy, một thói quen cứ lập đi lập lại thành một tập quán khó từ bỏ.

Thật ra, việc thay đổi tập quán ăn uống dễ hơn tập quán hút thuốc lá hay bất cứ một tập quán nào khác, bởi vì có rất nhiều loại thực phẩm tốt cho sức khỏe (healthy foods) có thể thay thế cho các thực phẩm cá thịt chúng ta đang ăn. Vì thế, chúng ta hãy quyết tâm phá vỡ tập quán ăn thịt. Chúng ta hãy tái điều chỉnh khẩu vị thích mùi mỡ béo, thích mùi thơm ngon do mỡ thịt đem lại. Nếu bạn thích phết bơ vào bánh mì, khoai tây nướng hay món rau, hãy cố gắng phết ít đi hay bỏ luôn. Sau một vài lần từ bỏ bạn sẽ thấy khẩu vị ít chất béo của bạn thay đổi trong chiều hướng mới. Những thứ khác cũng thế.

Đối với những người Tây phương hay những ai chịu ảnh hưởng nền ẩm thực Âu Mỹ thì có lẽ bơ sữa và các phó sản của chúng là loại thực phẩm khó từ bỏ nhất, vì hầu như mọi người đều có mối liên hệ

mật thiết với loại thực phẩm đã nuôi nấng mình từ nhỏ. Do đó phải có thời gian, mới thay đổi được sự phụ thuộc vô thức này. Nếu bạn uống sữa bò hằng ngày, hãy giảm độ béo của sữa từ whole milk, qua low fat milk rồi từ low fat milk qua soy milk rồi cuối cùng là low-fat soy milk. Từ loại có đường rồi đến loại ít hay không đường.

Đối với những bạn thích ăn các loại thức ăn nhanh có mùi vị burger hay hâm khói (smoked), hãy ăn thử soy-burgers, shiitake mushroom burgers, soy sausages, soy-ham, soy-beacon, và soy-hot-dogs do các công ty sản xuất thực phẩm Hoa Kỳ chế tạo như Garden Burgers, Morningstar Farms, Green Giant Harvest, Worthington, và Loma Linda. Đây là những thức ăn chay, biến chế cho phù hợp với khẩu vị người Hoa Kỳ, được làm bằng tổng hợp thực phẩm đậu nành, gạo nứt, nấm rơm và các thứ thực vật tốt khác. Các nhà sản xuất đã lọc bỏ chất béo thực vật mà thường là loại polyunsaturated fat nên các loại thực phẩm này có ít chất béo hay không có chất béo cũng như chất cholesterol.

Những bạn quen với mùi vị Tàu như mùi ngũ vị hương có thể mua các thức ăn chay biến chế do Đài Loan, Hong Kong và Việt Nam chế tạo. Riêng các ham chay Nhật Bản không có mùi vị Tàu, ăn ngon nhưng đắt tiền hơn và có nhiều chất bột ngọt MSG (monosodium glutamate). Các siêu thị Á Đông nào cũng có ít nhất một quầy bán thực phẩm chay. Tuy nhiên, các loại thực phẩm biến chế này chỉ nên ăn hạn chế trong thời gian chuyển tiếp, sau khi đã hoàn tất tiến trình chuyển đổi nên cắt hoàn toàn những thức ăn này trong thực đơn hằng ngày của bạn.

Đường và đồ ngọt khó bỏ hơn thịt cá. Bạn nên chuyển dần sang dùng các loại chất ngọt tự nhiên để cơ thể có khả năng tự điều chỉnh lượng đường trong máu.

Khẩu vị mới cần phải được lập đi lập lại là một việc làm quan trọng. Mùi vị sữa đậu nành cho những người mới uống lần đầu rất là lạ cũng như các thực phẩm đậu hũ chiên hay luộc cũng thế. Sự cố gắng là một điều cần thiết, trước lạ sau quen.

NGUYÊN TẮC THAY ĐỔI

Thiết lập một kế hoạch ăn thực phẩm rau đậu cho có đầy đủ chất bổ dưỡng để bảo vệ sức khỏe và ngăn ngừa bệnh tật không có gì là khó khăn. Theo bác sĩ Neal Barnard, Chủ tịch Hiệp Hội Y Sĩ Trách Nhiệm Hoa Kỳ, có ba nguyên tắc chính là:

- (1) Thay thế các thực phẩm có nguồn gốc thịt động vật (animal sources) bằng các thực phẩm có nguồn gốc thực vật (plant foods).
- (2) Thay thế các thực phẩm tinh lọc (refined foods) bằng thực phẩm nguyên chất (unrefined foods).
- (3) Thay thế các thực phẩm đóng hộp bằng thực

phẩm tươi (fresh), đông lạnh (frozen) và khô.

TIẾN TRÌNH THAY ĐỔI

Thật ra tiến trình thay đổi từ chế độ ăn thịt cá sang chế độ ăn rau đậu không khó lắm. Có nhiều người bỏ thịt cá ngay, có nhiều người ăn dặm thực phẩm rau đậu một thời gian ngắn và cũng có nhiều người ăn dặm thực phẩm rau đậu một thời gian dài rồi sau đó mới từ bỏ hẳn thịt cá.

Có nhiều cách để thay đổi tập quán ăn uống tùy theo hoàn cảnh và cường độ thói quen. Dưới đây chúng tôi đưa ra hai đường lối loại bỏ tập quán ăn những thực phẩm không tốt cho sức khỏe do bác sĩ Neal D. Barnard, M.D., người đứng đầu Hội Đồng Y Khoa "Physicians Committee for Responsible Medicine", gồm 3.400 bác sĩ y khoa Hoa kỳ đề ra:

(1) Dùng Thực Phẩm Chuyển Tiếp: Thực phẩm chuyển tiếp (transition foods) có thể giúp cơ thể chúng ta dễ dàng chấp nhận trong lúc có sự thay đổi lớn lao và cấp thời từ một chế độ dinh dưỡng thịt cá nhiều mỡ béo thơm ngon qua chế độ ăn thực phẩm rau đậu ít chất béo, ít thơm ngon nhưng nhiều bổ dưỡng.

Thật ra thực phẩm chuyển tiếp là những thực phẩm chay biến chế, lấy từ nguồn thực vật, cho phù hợp với khẩu vị người Tây Phương, như soy-burgers, soy-ham, soy-hot-dogs, soy-beacon.. ngay cả cà rem cũng làm bằng tofu. Những thứ này có mùi vị quen thuộc nên dễ dàng thích hợp khẩu vị của chúng ta, để xa dần những thứ thịt cá thiệt không tốt cho sức khỏe.

Các cửa hàng thực phẩm "health food stores" và một số siêu thị có bày bán rất nhiều thực phẩm chay biến chế không có nguồn gốc thịt động vật, có thể giúp bạn rất nhiều trong việc chuyển đổi chế độ dinh dưỡng từ thịt cá qua thực phẩm rau đậu. Những thực phẩm này, từ burgers cho đến ribs, được làm từ protein đậu nành, gạo lức, nấm rơm và các thứ rau đậu khác, ăn ngon gần như những món ăn thịt cá mà bạn vẫn ăn trước đây. Chúng cũng được dùng trong các nhà hàng chay, trong các bữa tiệc thịnh soạn để thiết đãi bạn bè trong các dịp lễ và ăn picnic ngoài trời.

Vì cần cung ứng cho nhiều sở thích khác nhau, nên các nhà sản xuất cũng chế ra nhiều loại thực phẩm có độ béo khác nhau, fat, low-fat, và non-fat. Bạn có thể thử cả ba loại để tự mình biết rằng loại fat bao giờ ăn vẫn thấy ngon và đậm đà. Vì thế bạn nên giảm từ từ, từ fat, đến low fat. Chúng tôi sẽ bàn thêm chi tiết trong bài nói về thực phẩm biến chế.

(2) Kế Hoạch Năm

Bước: Kế hoạch này trực tiếp phá vỡ tập quán ăn thịt cá của chúng ta. Hãy áp dụng từ một tháng đến vài tháng cho mỗi bước trước khi bước qua bước kế tiếp. Tuy nhiên đừng dừng ở quá lâu một bước. Lợi ích lớn nhất đạt được do bởi hoàn thành năm bước, chứ không phải nơi

từng bước.

Bước Thứ Nhất. Thêm vào thức ăn hằng ngày là ngũ cốc nguyên chất (whole grains) và đậu (legumes). Bạn có thể thay vì ăn hai bữa cơm gạo trắng một ngày bằng cách ăn một bữa gạo trắng và một bữa gạo lứt tẻ hay lứt nếp nấu với đậu lentil, split green peas, hay đậu xanh nguyên vỏ (mung bean). Sáng thay vì ăn sáng bằng bánh mì Pháp hay bánh mì lát nên thay thế bằng loại bánh mì lát whole grains hay cháo yến mạch (hot oatmeal). Tất cả những thứ này đều có chứa nhiều carbohydrate và fiber, lại ít chất béo và không cholesterol.

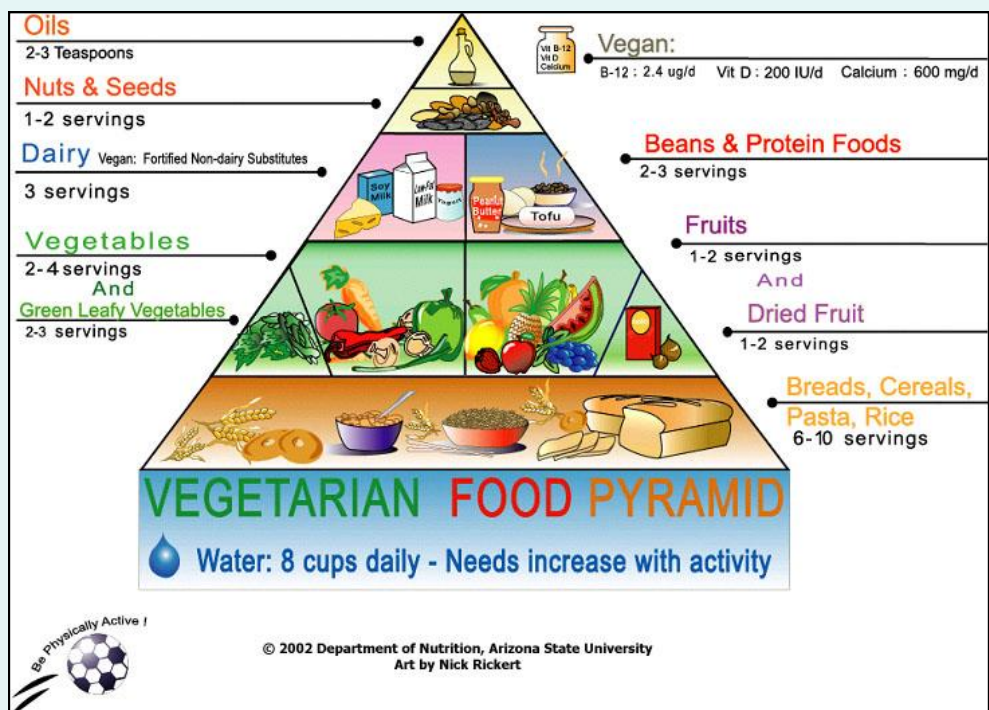
Bước Thứ Hai. Thêm nhiều rau tươi và trái cây. Giống như whole grains và đậu, chúng cũng có nhiều chất carbohydrates, fiber và không chất béo cũng như không cholesterol. Rau ở dạng đông lạnh cũng tốt như rau tươi.

Bước Thứ Ba. Loại bỏ thịt bò, heo, gà, cá, và tôm. Làm như vậy là bạn đã loại bỏ những nguồn gốc gây bệnh là chất béo, chất cholesterol, và calories. Bước này rất quan trọng. Phải hoàn toàn loại bỏ hết những thứ không tốt cho sức khỏe trong giai đoạn này. Vương vẩn trong miệng và trong tâm tưởng một ít thịt và một ít cá thường là có khuynh hướng gia tăng số lượng ăn thịt cá trong tương lai. Loại bỏ hết thịt cá trong bước này giúp việc chuyển đổi dễ dàng hơn. Bạn có thể dùng thử một số thực phẩm chay chuyển tiếp ở giai đoạn này.

Bước Thứ Tư. Loại bỏ trứng, sữa và các phó sản của sữa như cheese, cream, yogurt, whey và casein. Các thực phẩm này chứa nhiều chất béo bão hòa và chất cholesterol và có thể mang nhiều mầm mống độc hại khác.

Bước Thứ Năm. Giảm thiểu dầu thảo mộc (oil vegetable) ngoại trừ dầu olive oil. Thay vì dùng dầu để chiên, hãy áp chảo nóng với thật ít dầu và nên dùng loại dầu canola. Loại bỏ việc thêm dầu vào thực phẩm. Tránh không dùng các thực phẩm high-fat foods như là potato chips, french fries, và oily salad dressings.

Bạn đừng lo lắng về protein, nếu hàng ngày bạn uống một ly sữa đậu nành, ăn từ hai đến ba chén



cơm gạo lứt, một chén súp đậu lentil hay đậu đen, một lát đậu hũ luộc, và các loại rau trái tươi thì cơ thể của bạn nhận đủ lượng protein cần thiết.

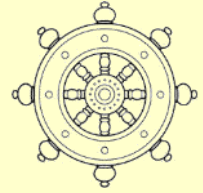
Nhiều protein sẽ không tốt cho cơ thể vì làm gia tăng tính độ acid và có thể sinh ra nhiều thứ bệnh tật. Cũng nên biết, ở trạng thái bình thường, máu trong cơ thể con người phải ở trong tình trạng trung hòa tính độ acid và kiềm (base), độ đo pH là 7.41 - điều kiện này cho phép tiến trình hóa học của cơ thể hoạt động một cách hữu hiệu nhất và tất cả chất thải hồi của tiến trình này đều bị khử diệt nhanh chóng.

Nếu ăn nhiều thực phẩm có tính acid thì tính độ acid trong cơ thể gia tăng, do đó những bộ phận thanh lọc máu như gan, lá lách, thận và tim sẽ phải hoạt động nhiều hơn bình thường, dễ bị suy yếu và sinh ra các bệnh về tim mạch, các bệnh về cơ thần kinh, hạch tuyến, và bệnh tiểu đường. Đó là chưa kể đến việc mất calcium vì khi ăn nhiều thức ăn có tính độ acid cao, cơ thể phải lấy chất calcium từ xương để hóa giải acid, cầm giữ mức độ trung hòa pH trong máu.

Khi pH trong máu giảm xuống dưới 7.35 cảm giác con người bị suy giảm, cơ thể uể oải, lười biếng, dễ chóng mặt, buồn nôn nhức đầu và có thể bất tỉnh nếu pH xuống thấp 7.0. Ấy là chưa kể những độc tố chưa được thải hồi sẽ tích tụ ở đâu đó trong cơ thể.

Vì thế nên tránh tối đa những thức ăn có khả năng gia tăng tính độ acid như các thức ăn (1) gốc thịt động vật, trà, cà phê, rượu, các loại gia vị, các thức ăn ngâm giấm, ngâm muối, dầu mỡ đường, các loại thức ăn chiên xào, và các loại tinh bột biến chế, và (2) nên ăn những thực phẩm có tính cách gia tăng tính độ kiềm (akaline), có tác dụng trung hòa acid như các loại rau, các loại trái cây, (3) các loại hạt đậu, đặc biệt là đậu nành, cà chua, chuối, táo là những loại có tính kiềm nhiều nhất, trái figs có chứa một loại enzyme đặc biệt gọi là ficin có khả năng hóa giải các độc tố trong máu và một chất khác gọi là serotonin có khả năng bồi bổ trí óc. Tuy nhiên nếu ăn nhiều thực phẩm có tính độ kiềm, (độ pH trong máu gia tăng) cũng đưa tới các bệnh về đường ruột. Khi độ pH trên 7.45 hệ thần kinh trở nên bị kích động, dễ bị kinh phong, nhức đầu và chóng mặt.

Tâm Diệu
(thuvienhoasen.org)



LUÂN HỒI

*Bệnh bồng trong những sát-na
Ta luân hồi khắp hằng hà phút giây
Dẫu là một niệm hôm nay
Sẽ mang thông điệp cho ngày hôm sau*

*Luân hồi từ những niềm đau
Luân hồi từ những mảng màu không tên
Ngày đi nắng xuống chiều lên
Có cây hoa lá triền miên luân hồi*

*Mây bay bay mây từng trời
Rời mây kết hạt mưa rơi chập chùng
Gió vi vút phía ngàn trùng
Cũng tan trong khoảng không trung lặng lẽ*

*Luân hồi khi tỉnh lúc mơ
Chuyển xoay từng phút từng giờ qua đi
Luân hồi đâu cuộc hạn kỳ
Kiếp người là một chút gì phía sau.*

QUÁN TRỌ TRẦN GIAN

*Trần gian quán trọ đời mình
Đến chơi một chút thỉnh linh rồi đi
Trăm năm tay giữ được gì
Có mang xuống dưới âm ty bạc vàng?*

*Ai lang thang cứ lang thang
Yêu thơ, thích nhạc, say đàn, mến hoa...
Cứ vui đi, với sơn hà
Nếu buồn, hát mấy khúc ca giải sầu*

*Niềm đau là của niềm đau
Niềm đau chẳng phải của nhau bao giờ
Gặp đây cũng chỉ tình cờ
Rời mai chớp mắt bất ngờ xuôi tay*

*Thiên thu cũng chỉ một ngày
Một ngày cũng chỉ một giây, a rồi!
Mặc cho cái kiếp trời ơi
Thong dong ta ngủ, kệ đời nắng mưa!*

thơ

HÀN LONG ẨN

MỠI KỲ MỘT MÓN CHAY

MÌ XÀO CHAY

Vật Liệu:

- 1 gói mì khô
- 1 tablespoon dầu mè
- 1 cà-phê bột nêm chay
- 1 cọng leek thái mỏng
- 2 cà-phê sause xào mì.
- 1 cà-phê đường
- 2 miếng đậu hũ chiên (thái lát như trong hình)
- 1 gói tôm chay thái lát dài
- 2 miếng ham chay thái lát
- 1 cọng boireau hay (củ hành hương + 1 tép tỏi) băm nhuyễn
- 2 cọng cần tây
- 2 củ carot
- 2 trái ớt đỏ , ớt vàng
- 1 búp brocolli
- 2 tablespoon dầu hào chay.

Cách Xào Mì:

Bắc nồi nước sôi cho chút xíu dầu vô nước, trụng mì khoảng 3 phút thấy cọng mì hơi mềm thì đổ ra rổ, xả nước lạnh để ráo. Bắc chảo cho 2 muỗng cà phê dầu, bỏ leek (boireau) vô chiên hơi vàng cho mì vô xào lửa lớn thì cọng mì chín mới ngon; cho gia vị vô xóc chảo lẹ khoảng chừng 10 phút, tắt lửa, chế dầu mè trộn cho đều, trút ra đĩa bàn lớn.

Rau cải thái lát, nấu nước sôi trộn sơ carot, brocolli, xả nước lạnh để ráo. Bắc chảo cho dầu phi một chút củ hành tỏi băm, xào tôm chay, đậu hũ, ham, chế dầu hào xào hơi chín có mùi thơm rồi cho tất cả rau cải xào nhanh khoảng vài phút, nhắc ra khỏi bếp, trút đĩa mì vô lại chảo, trộn đều với rau cải, rắc một chút tiêu là xong.



Chân Thiện Mỹ (nguồn: thuvienhoasen.org)

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

CHĂM SÓC CHA MẸ GIÀ

Bác Sĩ Nguyễn Ý-ĐỨC



Đang ngồi họp, Vân được cho hay có điện thoại khẩn cấp. Chị vội đứng lên, về phòng. Bà hàng xóm nơi mẹ Vân đang ở, cho hay bà cụ vừa được đưa vào nhà thương. Bà cụ té ngã.

Vân vào cáo lỗi với ông chủ rồi xuống lấy xe lái vào bệnh viện thăm mẹ.

Trên đường đi, nàng dùng điện thoại di động báo cho Huân, chồng nàng hay. Huân hiện đang đi công tác ở miền Trung nước Mỹ, tuần sau mới về. Rồi suốt mười lăm phút lái xe, nàng suy nghĩ mung lung, với nhiều lo âu, bối rối. Sự việc mà nàng hằng nghĩ trước sau gì cũng xảy ra, thì bây giờ nó đã đến, hơi sớm một chút.

Sau khi ba Vân mất cách đây dăm năm, mẹ Vân dọn về ở với vợ chồng nàng. Rồi sau một thời kỳ thích nghi với hoàn cảnh mới, nếp sống mới của người góa phụ, bà cụ dọn ra ở riêng.

Cụ tới khu người già trong khuôn viên chùa Linh Sơn. Cụ nói lên đây ở để đi lễ bái cho gần, lại có mấy cụ già quanh quẩn với nhau cho vui. Nhất là có hai người bạn học từ thuở xưa ở Hải Phòng, mà họ thường hay liên lạc chuyện trò.

Khu người già được lập ra từ hơn mười năm, có 40 phòng, dành cho các cụ độc thân, còn đủ sức khỏe, đi lại được, còn tự chăm sóc nấu ăn, giặt giũ. Các cụ sống hợp quần với nhau rất vui. Ngày ngày các cụ lên Chùa lễ bái, tụng kinh rồi làm công quả. Lâu lâu nhà Chùa tổ chức đi thăm viếng đây đó hoặc đi lễ hội Chùa tại thành phố khác. Đôi khi trời mưa, các cụ ở nhà rủ nhau làm vài hội chẵn hoặc bài cào để tiêu khiển giải trí.

Nhưng từ trong thâm tâm thì cụ không muốn phiền con cháu quá lâu. Từ trước tới nay cụ là người rất hoạt động, phải nói là đang đang nữa. Cùng chồng, cụ đã đồn đảo tìm đường thoát khỏi Sài Gòn vào biến cố 1975, rồi nuôi nấng, gây dựng cho sáu mặt con từ khi còn ở trong nước tới khi sang Hoa Kỳ hơn ba chục năm nay. Cháu nội ngoại các cụ có hơn một tá.

Mọi việc Xuôi sẻ cho đến ngày hôm nay.

Thực ra thì từ năm ngoái, cụ đã không được khỏe lắm. Huyết áp lên cao, các khớp xương thì mỗi khi trái gió, trở trời là đau nhức, khiến cụ mất ngủ. Có đêm, cụ chỉ ngủ được có vài ba giờ, nên ban ngày mệt và hay kêu chóng mặt, nhức đầu.

Cách đây ba tuần cụ phải nằm bệnh viện mất mười ngày vì sưng phổi. Sau khi xuất viện, vợ chồng Vân muốn mời cụ về ở chung một thời gian cho khỏe nhưng cụ một mực từ chối, nói không sao. Vân đã cho anh chị em biết về tình trạng sức khỏe của cụ và mọi người dự định là tháng tới sẽ về để cùng thảo luận coi xem nên làm gì.

Tới bệnh viện, Vân được cô y tá cho hay tự sự.

Số là sáng nay, mấy ông bà hàng xóm sang rủ cụ lên Chùa tụng niệm, như lệ thường. Gõ cửa không

có tiếng trả lời, một lão ông bèn đẩy cửa bước vào và thấy mẹ Vân nằm sóng soài dưới đất, cạnh bàn điện thoại, nét mặt nhăn nhó. Cụ sữa soạn lên Chùa thì bị một cơn chóng mặt, xỉu đi và ngã xuống nền nhà. Cụ cố với tay tới điện thoại để kêu cứu, nhưng đầu quá, không lết thêm được.

Bác sĩ đã khám, chụp hình thì thấy cụ bị gãy xương hông. Cụ hiện đang nằm trong phòng cấp cứu. Bác sĩ chờ thân nhân tới để thảo luận vì cụ cần được giải phẫu.

Vân vào phòng, thấy mẹ nằm thiu thiu mà nước mắt trào ra. Da mặt bà cụ xanh nhợt, vẫn còn phảng phất nét đau đớn. Vân nhẹ nhàng ngồi xuống ghế, để mẹ tiếp tục ngủ. Nhìn mẹ mà lòng Vân bối rối. Cả trăm vấn đề hiện lên trong đầu Vân. Sau giải phẫu, mẹ sẽ ra sao? Liệu có đi lại được không? Huyết áp cao, bệnh phong thấp hoành hành, lại mất ngủ thì sức khỏe chắc là phải sa sút.

Mấy tháng trước, khi vợ chồng Vân đến thăm, thấy cụ cứ than là ăn không ngon miệng, nên đôi khi chẳng thèm nấu cơm, mà chỉ uống ly sữa, ăn miếng bánh khô cho khỏi đói bụng. Coi tủ lạnh, Vân thấy mấy món ăn thiu đã lên men. Vào buồng tắm thấy nước vắn bỏ quên không khóa. Vợ chồng Vân đã lo ngại...

Rồi Vân nghĩ tới hoàn cảnh của mình.

Trong sáu người con, Vân là người duy nhất ở gần mẹ. Mà bà cụ vẫn có cảm tình đặc biệt với Vân, nên trước sau cụ vẫn nói là mai một nếu cần "tao chỉ ở với vợ chồng con Vân thôi. Nó bướng bỉnh nhưng có lòng."

Vợ chồng Vân được hai trai một gái đã vào đại học nên cũng nhẹ gánh. Vân mới được lên chức và trong tương lai gần, sở sẽ cho nàng đi học thêm để lấy bằng chuyên môn. Vân đã sắp xếp như vậy cho mình. Chồng nàng thì cứ vài tháng phải đi công tác xa mười ngày.

Bây giờ, cơ sự sắp ra như thế này, mọi dự tính của Vân đều phải xét lại. Để chờ cụ giải phẫu xong rồi tuần sau anh chị em về sẽ tính. Nhưng Vân có linh tính rằng nàng sẽ là người đứng mũi chịu sào. Mẹ mình vẫn muốn vậy, nàng tự nhủ.

Bà cụ chợt tỉnh giấc, mở mắt. Nhìn thấy Vân, Cụ gương cười. Và trong đôi mắt của mẹ, Vân đọc thấy những nét thất vọng, sợ hãi, chịu thua...

Trường hợp của chị Vân là một trong cả trăm ngàn trường hợp tương tự.

Tuổi thọ con người kéo dài lâu hơn, tới 75, 80 là chuyện thường. Chứ không "Thất thập cổ lai hy" như vào thế kỷ trước. Số những người cao tuổi mỗi ngày mỗi gia tăng. Sức khỏe người già có khá hơn nhờ các cụ biết giữ gìn nếp sống cũng như được cung cấp dịch vụ y tế, thuốc men đầy đủ.

Nhưng một cơ thể lâu đời vẫn có những thay đổi tự nhiên theo chiều đi xuống cộng thêm những bệnh kinh niên, những tai nạn bất ngờ, với hồi phục

chậm chạp. Biết bao nhiêu mất mát đã chồng chất lên niên kỷ, những xói mòn làm mong manh thân xác.

Dù vậy nhiều người già vẫn gắng gượng tự lo, chưa muốn phụ thuộc vào các con. Họ cũng có những kiêu hãnh riêng tư, những niềm tự trọng, đôi khi cũng chỉ e ngại *"cánh cha mẹ nuôi con như trời như bể, con nuôi cha mẹ con kể từng ngày."* Nhưng sức gắng gượng chỉ có hạn, rồi một ngày nào đó cũng yếu đi. Như căn nhà tranh vách đất trước gió bão, cần được chống đỡ.

Và cũng là lúc con cái phải suy nghĩ, xem ai sẽ là người lãnh trách nhiệm. Chắc phải là người có thiện chí, có điều kiện, khả năng và hoàn cảnh thuận tiện.

Phục vụ thân nhân cao tuổi là một vinh dự cho con cái đồng thời cũng là vấn đề quan trọng của nhiều xã hội hiện nay. Tại Hoa Kỳ hiện nay có tới cả 40 triệu người cung cấp chăm sóc không lương cho cha mẹ già. Sự chăm sóc này ảnh hưởng dây chuyền tới nhiều lãnh vực khác. Sẽ có nhiều người vắng mặt ở sở hoặc đi làm trễ; sẽ có dùng nhiều điện thoại để lấy hẹn bác sĩ, gọi mua thuốc. Nhiều nhân viên tới sở than phiền mỗi một mất ngủ. Tai nạn tại chỗ dễ xảy ra. Thay đổi việc làm nhiều hơn. Và số người bị trầm cảm, đau ốm sẽ gia tăng.

Trong thực tế thì có rất ít gia đình đã sửa soạn để sẵn sàng giải quyết việc chăm sóc cha mẹ khi về già. Nhiều việc xảy đến bất thường, đòi hỏi có quyết định ngay.

Ông bố đang có sức khỏe tốt, đột nhiên bị tai biến não, liệt nửa thân, nằm bất động cần giúp đỡ với nhu cầu cần bản, thiết yếu hàng ngày: ăn uống, tắm rửa, đại tiểu tiện, cho uống thuốc...

Con dâu đang vừa đi làm vừa trông nom bà mẹ chồng, giờ đây con dâu cũng thường đau ốm. Ai là người sẽ lãnh trách nhiệm săn sóc ông bố? Ai sẽ tiếp tay với mình trông nom mẹ chồng?

Theo kinh nghiệm thì dù có nhiều anh chị em, nhưng trách nhiệm chăm sóc không đồng đều chia sẻ khi bố mẹ cần. Có thể là người con gái lớn với cả một bầy con hoặc cô út chưa đi ở riêng, hoặc nàng dâu nhà ở gần bố mẹ. Đôi khi là cậu con trai cưng. Nhưng thường ra thì chỉ có một người đóng vai chính, thường xuyên.

Nói như vậy không có nghĩa là không có chia sẻ về tài chánh, về công việc chăm sóc mà qua người này mọi việc được giáo phó, phối hợp và thông báo cho người khác khi cần. Một tiểu gia đình cộng thêm hai cụ thân sinh. Thế hệ người chăm nuôi được ví như thể hệ của một chiếc *"bánh mì kẹp chả,"* với trách nhiệm làm cha mẹ, bốn phận làm con và đời sống riêng tư của mình.

Nói đến người săn sóc thường thường là ta nghĩ đến vai trò của người phụ nữ: con gái, con dâu, chị em, cháu. Theo kết quả thăm dò tại Hoa Kỳ, cứ 10 người chăm sóc thì 6 người là con gái hoặc con dâu. Cũng chẳng ai hiểu tại sao. Có lẽ đó là thiên chức của họ sinh ra với những nét dịu dàng, nhạy cảm, những quan tâm,

linh động, nhất là đức tính hy sinh, nhẫn nại, thông cảm để chăm sóc chồng con, bố mẹ. Điều đó cũng đúng vì việc tề gia nội trợ, việc chăm sóc nâng niu thì cũng hiếm đàn ông làm hơn quý bà được.

Cho nên khi một bà cụ khoe "tôi ở với con trai" thì thực ra phải hiểu là bà cụ đang ở với con dâu mới công bằng, chính xác. Đàn ông cũng làm được công việc đó nhưng tổng quát hơn, sắp đặt nhiều hơn là đi vào chi tiết. Mà những chi tiết mới là điều mà người phụ thuộc cần và quan trọng đối với họ.

Người đàn bà có chín tháng mười ngày sửa soạn để đón chào đứa con ra đời, nhưng họ không có một phần mười thời gian đó để sẵn sàng cho trách nhiệm nuôi cha nuôi mẹ. Vì sự việc xảy ra không lường trước.

Và lại, nuôi con là thấy mỗi ngày chúng vươn ra khỏi vòng phụ thuộc, còn nuôi bố mẹ già thì nhu cầu giúp đỡ mỗi ngày mỗi tăng, mỗi đi sâu vào sự lệ thuộc. Nhiều người như bơi lội quay cuồng trong vai trò mới của mình. Kinh nghiệm chưa có, làm sao học được cách thức điều dưỡng trong vài ngày. Tài chánh giới hạn. Sức khỏe kém. Công việc trở ngại. Ngoài việc làm kiếm gạo, mỗi ngày cũng phải dành ra vài giờ cho việc săn sóc. Họ cảm thấy cô đơn, buồn chán, nhiều khi bức bối, bất mãn, tuyệt vọng. Không còn riêng tư cho mình. Tương lai như ngưng lại. Họ mủi lòng cho người thân, người mà bạn đường đã sớm bỏ ra đi, sức khỏe đang hao mòn và biết rằng đang là gánh nặng cho con cháu.

Tình nghĩa gia đình, lòng hiếu thảo, mặc cảm chịu ơn là những hỗ trợ để người chăm sóc tiếp tục. Họ nghĩ là có bốn phận phải chăm sóc cha mẹ như cha mẹ đã nuôi nấng, triu mến họ.

Tuy nhiên dù có cứng nhưng cũng có ngày ngã nghiêng trước gió táp. Những chia sẻ trách nhiệm, những giúp đỡ từ anh chị em, thân nhân đã tới lúc cần có vì việc chăm sóc là trách nhiệm chung của cả gia đình.

Thường thì một người tình nguyện chăm sóc thường xuyên. Còn người khác phụ giúp khi được yêu cầu hay khi có cơ hội thuận tiện. Sắp xếp sao để tránh khỏi một người bị kiệt sức. Hoặc đưa tới bất hòa giữa anh chị em. Một người mẹ có thể chăm sóc cả bầy con mười đứa, nhưng khi cha mẹ già thì mười đứa con không chăm sóc được một mẹ. Kể cũng éo le, tội nghiệp.

Sau một thời gian cố gắng, người chăm nom bắt đầu có những dấu hiệu khó khăn. Đôi khi họ cố tình gạt bỏ những nhu cầu riêng, quên những đau ốm cá nhân để lo cho người thân yêu. Có người từ chối sự tiếp tay của anh chị em hoặc bạn bè, nhóm hội. Họ cứ nghĩ có đủ sức làm mọi việc và nếu nhận sự tiếp tay là thú nhận thất bại, kém khả năng. Có người cho là chỉ có mình mới chăm sóc chu đáo, không tin ở người khác.

Để rồi kiệt sức, ngã bệnh. Thử tưởng tượng một người không có sức khỏe dồi dào, săn sóc một người không khỏe lắm, thì chắc kết quả cũng chẳng được mấy hoàn hảo, như ý muốn của đôi bên.

Theo mấy ông bà thống kê thì người cống hiến chăm sóc bị cao huyết áp gấp đôi người



khác, 91% bị trầm cảm, bốn lần bức bối, cau có hơn người nhận. Họ bất mãn vì đã cố gắng hết mình mà tình trạng người thân mỗi ngày mỗi suy kém, nên họ phải cố gắng hơn trong việc chăm sóc. Họ có cảm tưởng như mình là người duy nhất có thể trông nom chu đáo được cho người thân, luôn luôn e ngại rằng sự săn sóc của anh chị em sẽ làm cha mẹ già suy yếu hơn.

Đôi khi họ thấy không có được một thì giờ dành cho mình, một chút riêng tư với chồng con. Rồi tính tình thay đổi, hay cau có, bức tức, giận dữ vu vơ; cảm thấy khó chịu với người mình đang trông nom, đã chẳng chịu hợp tác lại còn bướng bỉnh, đòi hỏi.

Lâu lâu họ thấy trong người mệt mỏi, ngủ không được. Nhiều sáng họ sợ không dám thức dậy, sợ phải đương đầu với những thường lệ mỗi ngày lại diễn ra.

Ngoài ra, dịch vụ chăm sóc cũng gây trở ngại cho công việc làm ăn, cho đời sống giao tế hằng ngày. Và đôi khi họ không còn thấy vui vẻ kiêu hãnh về trách nhiệm của mình, hoặc cảm thấy tội lỗi về những ý nghĩ không tốt của mình đối với người thân.

Rồi một lúc nào đó ngã bệnh, buông xuôi...

...Để tiếp tục chăm lo cho mẹ, Vân đã dành cho bản thân chị một vài chăm sóc, nhân nhượng. Vân đã như nghe thấy từng thớ thịt kêu gào với Vân, "cho tôi nghỉ chút xíu chứ, bạn đã sử dụng quá sức lao động của tôi để phục vụ bà cụ rồi đó!"

Vân đã sẵn sàng, để dải tiếp nhận sự giúp đỡ của anh chị em.

Cô Lan ơi, tuần sau lên đón mẹ về với em, đỡ hộ chị mười ngày nhé, anh chị định đi xả hơi ngoài biển.

Anh Hoan ơi, bác sĩ nói mẹ cần uống thêm sữa đậu nành, hay là anh nói với chị làm hộ em mỗi tuần vài lít nhé.

Chị đã xen kẽ xả hơi và chăm sóc để duy trì sinh lực, lấy lại nhiệt tâm. Đạo này Vân để ý đến ăn uống đầy đủ dinh dưỡng hơn. Ngày nào chị cũng dành 15 phút để vận động cơ thể.

Nàng lo nhất là bị rối loạn giấc ngủ. Ban đêm nhiều khi Vân phải thức dậy giúp đưa mẹ vào phòng tắm, lấy miếng nước, viên thuốc cho mẹ. Vân biết là mất ngủ sẽ mau đưa tới nhiều tiêu hao tinh thần thể xác.

Chị cũng đã nghĩ đến một ngày nào đó phải cần đến sự giúp đỡ của các dịch vụ chăm sóc người già của chính phủ, của các tổ chức trọng cộng đồng, tôn giáo, xã hội, những nhóm hỗ trợ tư nhân, trung tâm chăm sóc ban ngày. Các dịch vụ này có sẵn tại mỗi địa phương lớn nhỏ tại Hoa Kỳ.

Nhưng quan trọng nhất vẫn là nói chuyện với anh chị em. Để phân chia công việc săn sóc, phụng dưỡng người mẹ cô đơn được chu đáo trong những năm tháng còn lại của Mẹ...

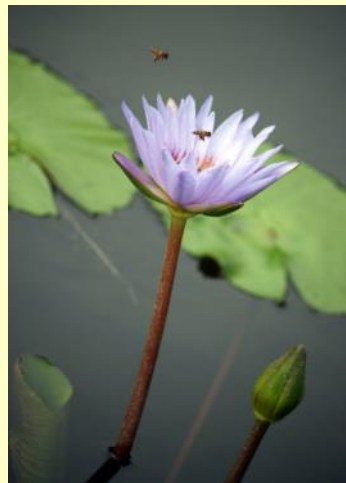
Vì:

"Mẹ già như chuối chín cây."

Rụng lúc nào, không biết.

Cũng như Cha đã về nguồn cách đây mấy năm.

Bác sĩ Nguyễn Ý Đức
www.bsnguyenyduc.com



TRỞ VỀ

*Em mặc mặc đơn sơ
Vươn lên giữa hai bờ sinh tử
Em và ta hai con người lữ thứ
Nhìn cuộc đời bao nỗi suy tư!*

*Em thấy chẳng
Sắc hương nào còn mãi
Tình yêu nào chẳng có lúc phai*

*Lặng tự tâm về với đêm dài
Em sẽ thấy ngày mai trời bừng sáng*

*Trong biển nghiệp
Chuyển nguyện lành an trú
Trong nguy nan
Tìm về với chính mình
Lấy từ bi
Sống với nhân sinh
Tâm rộng mở
Vượt dặm ngàn mây trắng...*

*Ta và em
Bồng bênh... trôi lẳng lẳng
Trở về... trở về
Với tự tánh ban sơ...!*

03/08/2015

thơ

HỒ BÍCH HỢP

LÒNG TRI ÂN

Ngọc Bảo



California là miền nắng ấm quanh năm, đất lành chim đậu, nhưng cũng ở gần mấy vùng sa mạc nên khí hậu khô ráo, một năm chỉ trông đợi vào mấy tháng mưa nhiều để có lượng nước cần thiết cho những sinh hoạt của đời sống. Năm nay, "trời làm cơn hạn", mưa quá ít nên tiểu bang phải ra lệnh khẩn cấp giới hạn sự tiêu dùng nước. Trong khi đó, ở một số nơi khác người ta lại cầu mong nắng lên cho trời bớt đông giá, bớt lũ lụt. Thông thường, khi mọi sự tốt đẹp, chúng ta ít khi để ý đến môi trường chung quanh, nhưng khi có điều gì bất ổn, mới thấy cuộc sống chúng ta tùy thuộc rất nhiều vào những yếu tố bên ngoài. "Nắng mưa là chuyện của trời," nhưng cũng là chuyện của con người - dù nắng, dù mưa, ta cũng phải tri ân những gì mình đã đón nhận từ thiên nhiên vũ trụ cho sự tồn tại của đời sống trên trái đất này.

Nhưng không chỉ là chuyện trời đất, mà còn rất nhiều điều nữa ta phải biết ơn. Trước hết là được sinh ra làm người, có ngũ quan đầy đủ và khỏe mạnh. Chúng ta ít khi để ý đến sự may mắn được sinh ra làm người của mình, coi đó là một điều đương nhiên, nhưng nếu xét kỹ lại mới thấy con người là cả một thế giới kỳ diệu, và trong vũ trụ bao la này, chỉ con người mới có năng lực để hoán chuyển chính mình cũng như thế giới chung quanh. Theo đạo Phật, chúng ta không chỉ sinh ra trong một kiếp này, mà đã chết đi sống lại không biết bao nhiêu lần, tùy theo nghiệp, trong những cõi giới khác nhau của lục đạo luân hồi, và trong sáu đường luân hồi đó, chỉ có sinh làm người mới có thể tu tập giác ngộ để giải thoát khỏi vòng trầm luân loanh quanh luân quần này. Kinh Phật thường nói "thân người khó được", và Đức Phật nói về cái phước được sinh ra làm người như sau:

- Ví như quả đất sụp thành bể cả, có một con rùa mù sống vô lượng kiếp, một trăm năm mới trồi đầu lên một lần. Trong biển có một bông cây nổi chỉ có một lỗ hồng trồi dạt trên mặt biển theo gió từ Đông sang Tây. Con rùa mù một trăm năm mới trồi đầu lên một lần tìm bông cây, có sẽ gặp được bông cây này chăng?

A Nan bạch:

- Không thể gặp, thưa Thế Tôn! Vì sao? Vì con rùa này đến bể Đông, bông cây đã theo gió đến bể Tây, Nam, Bắc bốn phía, chung quanh cũng vậy, không

thể gặp nhau.

Đức Phật bảo:

- Con rùa mù tìm bông cây tuy sai lạc, nhưng cũng có lúc gặp nhau. Còn kẻ phàm phu ngu si trôi dạt trong ngũ thú tạm được thân người, còn khó hơn con rùa mù tìm bông cây. Vì cố sao? Vì chúng sanh kia không hành nghĩa, không hành pháp, không hành thiện, không hành chân thật, sát hại lẫn nhau, mạnh hiếp yếu, tạo vô lượng tội ác.

Như thế, mặc dù biết thân này là giả tạm, cuộc sống là vô thường, ta vẫn phải biết ơn và trân quý thân mạng này của chúng ta, để sống làm sao cho xứng đáng, không uổng phí cuộc đời.

Tri Ân là điều mà các tôn giáo cũng như những truyền thống đạo đức thường nhắc nhở. Theo đạo Phật, có bốn ân lớn nhất, quan trọng nhất (Tứ Trọng Ân) mà ta phải báo đáp, đó là: Ân Cha Mẹ, Ân Tam Bảo, Ân Tổ Quốc, và Ân Chúng Sanh.

- **Ân cha mẹ:** là công ơn sinh thành dưỡng dục của cha mẹ. Cha mẹ chăm nom săn sóc cho con với tình thương vô điều kiện, sẵn sàng hi sinh tất cả để đứa con được mọi sự tốt đẹp. Ôn ấy bao la như trời biển, không thể nào đo lường hết được. Đức Phật nói rằng: "Nếu một bên vai cõng mẹ, một bên vai cõng cha, làm như thế suốt trăm năm cho đến một trăm tuổi, người con cũng chưa làm đủ hay trả ơn đủ cho cha mẹ."

Công ơn cha mẹ vô biên vô hạn như thế, nên phận làm con phải biết tri ân và đáp trả lại bằng tình thương yêu đối với cha mẹ, để ý chăm lo săn sóc, chia xẻ cảm thông. Ngoài ra, một người con hiểu đạo còn phải hướng dẫn cho cha mẹ biết giáo lý đạo Phật, sống theo chánh pháp, không theo tà kiến, tạo nhân lành tránh điều ác. Cách báo hiếu đó là cách cao cả nhất, vì giúp cha mẹ không những hưởng được phước đời này, mà còn cả đời sau.

- **Ân thầy bạn, ân Tam Bảo:**

ngoài công ơn nuôi dưỡng của cha mẹ, các thầy cô dạy chúng ta là những người đã cho ta kiến thức, giúp ta có những trang bị cần thiết để mang theo trong cuộc sống sau này. Vì vậy, biết ơn thầy là điều tất yếu. Xưa kia, có những người dù đã đạt đến những địa vị cao sang trong xã hội nhưng vẫn luôn biết đến ơn thầy, đối với thầy bao giờ cũng cung kính như khi còn là đứa học trò thơ dại. Ngoài ra, ta cũng phải quý



trọng tình bằng hữu, biết ơn những người bạn đã cùng chúng ta chia sẻ ngọt bùi, giúp đỡ vượt qua những lúc khó khăn trong đời sống.

Nhưng dù đời sống có may mắn hay bất hạnh thế nào, không ai là có thể tránh được phiền não do bản chất " vô thường, khổ, vô ngã" trong sự hiện hữu của con người. Từ bao kiếp nay ta đã trôi lăn trong vô minh, bị cuốn theo những cơn sóng gió của biển ái hà, đắm chìm trong những vui buồn sướng khổ mà không biết đường nào để thoát ra. Pháp Phật là thần dược mầu nhiệm chữa được căn bệnh khổ não trầm kha mà không phương thuốc thế gian nào có thể chữa khỏi. Vì thế ta phải biết ơn Tam Bảo -Phật, Pháp, Tăng đã soi sáng và hướng dẫn cho ta con đường giải thoát, và được an vui tự tại trong đời sống.

- **Ân tổ quốc:** Là con dân trong một nước, sống trong một xã hội, ta là một thành viên làm nên quốc gia, xã hội đó, lớn lên trong sự bảo dưỡng của nếp sống văn hóa tổ tông, xây dựng cuộc đời mình trong môi trường và hoàn cảnh của đất nước, nên phải biết tri ân tổ quốc. "Quốc gia hưng vong, thất phu hữu trách". Khi đất nước bị đe dọa, chúng ta phải biết ơn những người lính đi ra chiến trường hi sinh thân mạng để bảo vệ tổ quốc. Tri ân tổ quốc cũng đồng nghĩa với lòng yêu nước, tình dân tộc, muốn đóng góp cho xã hội, cho quê hương, từ đó người con dân phấn đấu để làm những điều tốt đẹp, giúp cho xã hội và đất nước được phát triển, thăng tiến đời sống. Một người lãnh đạo quốc gia có lòng yêu nước sẽ đặt quyền lợi của đất nước dân tộc lên trên quyền lợi của mình, tìm cách làm cho đất nước dân tộc được thái bình, thịnh vượng. Còn nếu kẻ cầm quyền tham lam độc ác, chỉ biết quyền lợi riêng tư, lấy của dân làm của mình, sẵn sàng bán nước cầu vinh, thì cũng vì lòng tri ân tổ quốc mà người dân trong nước phải tìm cách trừ gian diệt bạo, dành lại quyền lèo lái quốc gia cho người xứng đáng nắm quyền chính, hầu bảo đảm công ơn những bậc tiền nhân đã có công khai sơn dựng nước, bảo vệ giang sơn gấm vóc từ trước tới nay.

- **Ân chúng sanh:** chúng ta không tồn tại độc lập trên thế giới này, mà phải dựa vào biết bao yếu tố để có được đời sống hiện nay. Con người do yếu tố đất nước gió lửa kết hợp, phải cần đến nguồn đất nước gió lửa bao la trong thiên nhiên vũ trụ để trợ giúp cho sự tồn tại của mình. Trên những mảnh đất màu mỡ hay khô cằn sỏi đá, biết bao nhiêu công sức con người đã đổ vào đó để cung ứng những thực phẩm nuôi dưỡng, biết bao sinh mạng chúng sanh đã bị cống hiến để ta có những món ăn bồi bổ hợp khẩu vị. Có câu nói: "Một hạt gạo là một hạt ngọc" để cho thấy sự quý giá của bát cơm chúng ta đang ăn như thế nào. Ngoài ra, chúng ta cũng phải biết ơn những công trình văn hóa nghệ thuật đã thăng hoa và làm đẹp tâm hồn, những tiến bộ kỹ thuật khoa học nâng cao mức sống của con người. Để tỏ lòng tri ân với chúng sanh và thiên nhiên vũ trụ, chúng ta phải trân trọng và bảo tồn những gì đang được thụ hưởng, không nên phung phí và xem thường, nếu không, đến lúc nào đó mất đi thì có hối

tiếc cũng đã muộn.

Ở Mỹ, hàng năm ngày lễ lớn nhất là Thanksgiving Day để tỏ lòng biết ơn vụ mùa thành công đầu tiên đã đem đến thực phẩm dồi dào, sau bao công lao gian khổ của những người lập quốc đã đến khai hoang tại xứ này, với sự giúp đỡ của dân bản xứ. Ý nghĩa của ngày lễ này đã đem đến một truyền thống tốt đẹp "ta ơn đời, tạ ơn người" cho người dân tại Mỹ, và được nhiều quốc gia khác bắt chước.

Tri ân là một thiện tính tự nhiên giúp nâng cao tinh thần, đem lại niềm vui và hạnh phúc. Câu nói "cám ơn" và "xin lỗi" biểu lộ một thái độ khiêm tốn, biết trọng người khác của một dân tộc có văn hóa. Meister Eckhart nói như sau: "Nếu cả đời này, bạn chỉ nói một lời kinh duy nhất là "cám ơn", thì nguyên điều đó cũng đã đủ rồi."

Lòng tri ân gợi lên tình thương, chất liệu của hạnh phúc. Sự cảm kích khi nhận lãnh một sự trợ giúp nào đó thường khiến phát sinh tình cảm và mối liên hệ tốt đẹp. Tong gia đình, biết ơn những gì

người thân đã làm cho mình giúp cho sợi dây ân tình càng thêm bền chặt. Lòng tri ân cũng đưa đến sự nhận thức những khía cạnh tích cực trong con người và cuộc đời, khiến cho có cái nhìn lạc quan hơn, thấy đời đáng sống và có ý nghĩa hơn. Những công trình nghiên cứu gần đây về lòng tri ân, như của Robert Emmons, đã cho thấy rằng lòng tri ân có thể đem lại rất nhiều lợi ích cho sức khỏe như: giảm sự căng thẳng, đỡ lo âu trầm cảm, làm hạ huyết áp, tăng hệ thống miễn nhiễm, bớt mất ngủ v.v...

Lòng tri ân làm khai mở thiện tâm và lòng quảng đại, tình tha thứ. Khi nhận được sự giúp đỡ của một người nào đó mà không thể đền đáp được trực tiếp, ta có thể tỏ lòng tri ân bằng cách giúp đỡ lại người khác một cách tương tự, và điều đó sẽ tạo nên một chuỗi những việc thiện có hiệu quả tốt lành. Thế giới này sẽ đẹp hơn với những hành động giúp đỡ người mà

không cần đền đáp ấy.

Khi nghĩ đến những người kém may mắn hơn, có hoàn cảnh bất hạnh, ta mới thấy biết ơn những gì đang có và muốn mở lòng ra giúp đỡ, đóng góp chia sẻ. Có những người thật giàu có, thành công rực rỡ như tỷ phú Bill Gates và Warren Buffet của Mỹ đã bỏ ra hàng tỷ đô la cho vào các quỹ từ thiện trên thế giới, hoặc cho học bổng để giúp giới trẻ có phương tiện học lên cao. Đó cũng là một cách để bày tỏ lòng biết ơn những ân phúc họ đã được hưởng.

Khi gặp những điều bất như ý hay trở ngại, nếu biết tri ân những kinh nghiệm ấy, xem đó như một dịp thử thách để cải thiện cho tốt hơn, trở thành con người vững mạnh hơn, ta có thể chuyển tâm trạng tốt thành xấu. Trong đạo Phật thường nói "Bồ Tát nghịch duyên" như một lời biết ơn đến những người đã gây đau khổ cho ta, bởi vì chính vì những nghịch cảnh người ấy tạo ra mà ta đã có sự biến chuyển nơi tâm, muốn tìm sự giải thoát, hướng tâm cầu đạo để giải trừ phiền não. Đó cũng là ý nghĩa của "Phiền não sinh Bồ Đề." Trong *Luận Bảo Vương Tam Muội* có mười điều tâm niệm như sau:

*Lấy bệnh khổ làm thuốc thần
Lấy hoạn nạn làm giải thoát*

Lấy khúc mắc làm thú vị
 Lấy ma quân làm bạn đạo
 Lấy khó khăn làm thích thú
 Lấy kẻ tệ bạc làm người giúp đỡ
 Lấy người chống đối làm nơi giao du
 Coi thì ân như đôi dép bỏ
 Lấy sự xả lợi làm vinh hoa
 Lấy oan ức làm cửa ngõ đạo hạnh.

Trong truyện cổ Phật giáo có kể lại câu chuyện "Cứu vật trả ơn, cứu nhân trả oán," trong đó một vị đạo sĩ tu ở trong rừng tình cờ cứu được một người thợ săn, một con rắn và một con chim bị kẹt dưới hầm sâu. Sau này khi gặp lại, đạo sĩ bị người thợ săn hãm hại, trong khi con rắn và con chim đều tìm đủ mọi cách để cứu ngài trả ơn. Truyện này nói lên một sự thực rằng thú vật cũng là loài hữu tình và có lòng tri ân như con người. Đã có rất nhiều giai thoại kể lại lòng biết ơn của thú vật đối với con người, kể cả những mãnh thú như hổ báo, sư tử, voi v.v..., và những loài thú hoang ấy khi có lòng tri ân thì nảy sinh tình cảm và không còn tính hung dữ, trở nên thuần thực, ngoan ngoãn đối với người ơn của mình.

Một tác giả vô danh đã viết bài "Hãy biết ơn" với những lời hay ý đẹp như sau:

- *Hãy biết ơn là ta không có tất cả những điều mong muốn,*

Bởi vì nếu được như vậy, ta có còn gì để trông mong nữa không?

- *Hãy biết ơn khi ta không biết một điều gì*
Vì đó là cơ hội để cho ta có thể học hỏi

- *Hãy biết ơn những lúc khó khăn*

Vì đó là lúc cho ta trở thành lớn mạnh hơn

- *Hãy biết ơn những điều yếu kém của mình*

Vì đó là cơ hội để cho ta cải thiện

- *Hãy biết ơn mỗi lần thử thách*

Vì đó sẽ giúp ta xây dựng sức mạnh và nhân cách.

- *Hãy biết ơn những lỗi lầm đã phạm*

Vì chúng dạy cho ta những bài học quý giá

- *Hãy biết ơn khi mệt mỏi, chán chường*

Vì đó có nghĩa là ta đã đổi khác

- *Biết ơn những điều tốt đẹp thuận lợi đến với mình thì dễ.*

Nhưng một cuộc đời phong phú chỉ có được khi ta có lòng biết ơn đến cả những trở ngại gặp phải.

- *Lòng tri ân có thể biến tiêu cực thành tích cực.*

Hãy tìm cách biết ơn những điều gây khó khăn phiền não, vì chúng có thể trở thành ân phúc cho ta.

Ngày đầu xuân, trong sự giao mùa của thời tiết, cây cỏ xanh tươi tràn đầy sức sống, muôn hoa rộ nở, ta hãy tận hưởng những gì đang có trong tay và mở lòng biết ơn đến tất cả, biết ơn trời, ơn đời, ơn người. Dù chỉ là biết ơn một đóa hoa đang nở, cũng đem lại niềm vui trong lòng.

Cảm ơn hoa đã vì ta nở

Thế giới vui từ mỗi lẻ loi.

(Tô Thùy Yên)

Ngọc Bảo



Mừng Vu-Lan

Lạy Phật con đã về đây

Mừng Vu-Lan hội ngày này hằng năm

Sao quên tháng bảy ngày rằm

Chân tâm khấn nguyện lòng thâm vái van

Đạo Vàng tỏa khắp trần gian

Chúng sanh gạt bỏ bụi trần tu thân

Thuyền mê sóng vỗ vỡ tan

Bến giác con nguyện hân hoan đi vào

Vu-Lan ngày hội đón chào

Về đây thấp nén hương trao nguyện cầu

Nguyện làm con thảo báo ân

Ơn nghĩa cha mẹ, dễ dầu khó quên

Cầu Phật phù hộ mẹ hiền

Luôn luôn mạnh khỏe, bình yên tuổi già

Cầu cho cha thoát ta bà

Nương về cực lạc Di Đà tìm tu

Cầu cho con có tâm từ

Mục-Liên hiếu tử con chừ noi gương

Nguyện lòng hiếu thảo song đường

Thờ cha, kính mẹ, tình thương trao đời.

thơ

TÂM-TUỜNG — LÊ-ĐÌNH-CÁT

HÌNH ẢNH LỄ BẾ GIẢNG KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ LẦN THỨ V TẠI THÀNH PHỐ SAN DIEGO, CALIFORNIA, NGÀY THÁNG 8.2015



Photos: Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường



Photos: Thích Tâm Hải & Võ Văn Tường



Con Gà Ó Mã Lại

LÊ GIANG TRẦN

(tiếp theo kỳ trước)

Đầu tháng mười ta, người nông dân hướn đái việc đồng áng, bắt đầu nghĩ tới việc đá gà. Lê Tuấn sửa soạn lên đường xuôi nam một tháng để viếng thăm các chủ gà quen biết và tìm giống gà nòi rất đồ từ các kiện tướng lừng danh. Chuyển đi này chàng đặc biệt sẽ tìm thăm một người.

Cuộc hành trình được chừng nửa tháng, chỉ mới quần quanh Gia Định, Thủ Thiêm, chưa xuống tới Bảy Sào, Sóc Trăng. Một đêm trong quán trọ, chàng nằm mơ thấy một người đàn bà cầm gương chém phạt vào chàng, bay mất một cánh tay, máu tuôn xối xả. Chưa kịp nhận diện, người đàn bà mơ hồ ấy đã biến mất. Choàng thức, mồ hôi toát đầy mình, trong bụng lo lắng. Sợ ở nhà có điều không lành, chàng quày quả thu xếp hành lý trở về, đành bỏ dở ý định đi thăm người chàng muốn gặp, ẩn cư trên núi Sam tỉnh Châu Đốc.

Về đến cửa, gia nhân chạy ra báo cho Lê Tuấn biết vợ chàng mắc bệnh đột ngột. Vào buồng thấy vợ đang nằm, cần cổ sưng to ra đến mé cổ, nước vàng theo da căng nứt rỉ ra hôi thối, rên ư ử chứ không nói được. Bệnh đột phát khi chàng rời nhà mười bữa. Nhưng động trời hơn, gia nhân cho biết con Ó Mã Lại một đêm bị chồn phá chuồng vào vật cổ chết, phu nhân ở nhà đã cho làm thịt ăn.

Nghe xong, mặt mũi tối tăm, chàng ngửa cổ kêu trời, "Làm sao có sự có thể như vậy được?" Chuồng con Ó Mã Lại xây bằng gạch, cao ráo rộng lớn hơn cả chuồng heo, cửa chuồng có khóa cẩn thận, ban đêm còn lắp thêm lớp lưới chì mịn bên trong, chuột nhắt cũng không chui lọt. Con Ó Mã Lại lúc ngủ tuy trông như gà chết, nhưng là linh vật khôn như người, khó con vật nào phạm vào nó được, ngay người không phải chủ nó cũng khó sờ tay vào sợi

lông đuôi. Gia nhân có lơ đểnh quên khóa cửa chuồng nữa, một con chồn lọt vào chuồng không thể làm gì được nó. Chàng tin chắc mười mươi như vậy. Gia nhân kể sáng ra cho lũ gà ăn mới khám phá con Ó Mã Lại đã gãy cổ nằm chết, chân bầm vấp và một giò gãy lọi, bên cạnh là xác con chồn to tướng hai mắt bị mổ thủng đổ máu. Chốt khóa cửa không hiểu vì sao sút ra. Tuy đau khổ trước sự việc không ngờ, nhưng bệnh tình của vợ bây giờ quan trọng hơn.

Vợ chàng không hẳn do cha mẹ đứng ra cưới mà chàng lạnh nhạt gối chăn, nhưng vợ chàng kiêu căng ra mặt, quen thói phỉ phạm của hạng nhà giàu, hồng hách với gia nhân, là những điều chàng không bằng lòng, chờ dịp để nghiêm dạy. Nhìn cặp mắt long lên sòng sọc của nàng quết vào đám gia nhân mỗi khi không hài lòng, chàng nhận ra tính ác đức của vợ. Nàng không ra mặt chống đối việc chồng dễ dãi với người ăn kẻ ở, nhưng khi riêng tư, nàng lên giọng chinh đồn chồng phải tỏ ra phong cách chủ nhân, bỏ đi cái tính phúc hậu với bọn nô bộc. Nàng mượn khi ái ân thỏa mãn, kê đầu gác lên tay chồng, miệng bắt đầu mách vạch công việc của tôi tớ, những chuyện đúng ra nàng phải tự gánh vác, giải quyết thay thế cho chồng, khi nào gặp việc quan trọng ngoài định đoạt của người vợ hẳn cho chàng hay.

Chàng công việc đa đoan, thú giải trí chim chóc và gà chơi đã chiếm mất nửa ngày, còn lại là thì giờ tới kinh thành giao dịch, gặp bạn bè, thanh lý sổ sách hai cửa hàng lớn của gia đình do chàng trách nhiệm. Từ khi có vợ, chàng đã bị chiếm mất một số thì giờ. Thông lệ mỗi sáng luyện chim, quần gà bắt dịch của chàng phải thu ngắn bớt. Ấy là chưa kể vì ghen bì với thú tiêu khiển của chồng, mỗi sáng sớm chàng chối dậy để ra

vườn, nàng mê ngủ thì thoát, còn thức tỉnh thế nào cũng ôm ghì chồng vùi vùi ái ân, lằng lờ rã rã vào giấc tỉnh mơ cuộc ái ân mới hiển cho nàng cảm giác tốt đỉnh. Đó là lý do giữ chàng khỏi ra vườn. Nàng bảo sao không sai gia nhân làm thay. Nghệ thuật nuôi chim nuôi gà nếu đã giao được việc ấy cho lũ gia nhân, chàng đã không phải cực nhọc thức khuya dậy sớm.

Dù đào hoa ăn chơi, chàng rất khinh loại đàn bà đa dâm quá độ. Người đàn bà khi ái ân tỏ lộ hứng tình nồng cháy mạnh bạo, khích động người đàn ông bằng rên la cong cớn ghì siết để dẫn họ đến khoái lạc, là cách làm cho bọn đàn ông thô thiển sớm gục ngã trên chiến trường chăn gối. Nhưng ở người đàn bà đông phương quý phái, dù nhạy cảm, tư thái biểu lộ cùng cảm ứng thụ hưởng lại kín đáo. Nường theo từng giây nồng nàn mà không lộ liễu dâm sắc, đạt tới khoái cảm tốt cùng mà không phát phất dâm ngôn rên lên lời tục tằn, mắt ngây ngất mà không ngây dại, tứ chi nhũn mềm mà thân thái không đỡ dẫn. Đó là người đàn bà hiểu được nghệ thuật ái ân, dành trọn vẹn cảm giác hưởng thụ cho người đàn ông thấy họ là bảo tấp tung hoành trên một thổ ngơi oằn oại ngập tràn ơn mưa móc; thay vì như thế, một nữ nhân thô tục có bao nhiêu tạt tạnh xấu dâm dật đều bộc lộ trong giây phút rơi vào tuyệt đỉnh, kêu bỏ kêu me, rít thở hào hển, mắt lơ lơ ngây dại... Người đàn ông bất ngờ khám phá nhục tính dâm đẳng này, nếu thuộc người lịch lãm trí thức như chàng sẽ cảm thấy mất hứng thú và nhờm khinh nữ nhân lộ đầy dục thú giao hoan. Không may, vợ chàng thuộc loại đàn bà đa dâm đầy thú tính. Mỗi lần nàng thúc nhip rên toáng trong cơn khoái lạc là chàng tự dưng mất hết cảm giác, xấu hổ sợ lọt vào tai lũ gia nhân, hồi tưởng đến "phòng trung thuật" của bọn cô đầu bán thân

mà chàng từng tung tiền mua tiếng cười thâu đêm với họ. Do đó sau mười ngày đầu chung đụng “phong quyền tàn vân” với vợ, chàng chán chường. Rồi chàng dứt khoát không bỏ lời thông lệ của mình, dù biết vợ chàng ghen tức với thú tiêu khiển của mình cũng mặc.

Sắn sóc thuốc thang cho vợ hơn tháng thì nàng qua đời. Đau khổ vì con Ô Mã Lại đã mất, thêm muộn phiền việc tang chế rườm rà, trông chàng phờ phạc hẳn ra, người xộc xuổng. Sau khi chôn cất vợ, muốn quên đi phiền não, tránh dịp đầu năm khách khứa viếng thăm, chàng lên thẳng kinh kỳ. Suốt những ngày trong Tết, chàng vui vào tiệc rượu tiêu sầu với bạn bè, hết phường cô đầu này đến phường cô đầu khác. Người ta cho là chàng đau khổ mất mát người vợ xinh đẹp nên buông mình vào nơi tài tử ăn chơi.

Không ai biết chính cái chết con Ô Mã Lại mới làm chàng đau khổ. Nó là Linh Kê, theo lời người giao phó nó lại cho chàng, tuổi thọ nó rất cao, khó con vật nào xúc phạm được. Chàng nuôi nấng từng tiu, nó sẽ mang đến vận may. Bằng chứng đã cho thấy kho vựa nhà chàng vun cao, tiền bạc chảy vào nhà, việc bán buôn của cha mẹ chàng phát triển nhậm lệ. Chỉ sau ba tháng mang con Ô Mã Lại về, bề thế nhà chàng tăng lên thập bội. Mọi chuyện chàng mớ tay vào đều thuận lợi suôn sẻ sinh ra tiền bạc. Tiếng tăm chàng nhờ đấy lừng lẫy lan ra nhiều địa phương, người ta nhìn chàng bằng cặp mắt ngưỡng vọng. Người giao sinh mệnh con Ô Mã Lại cũng nhấn mạnh thêm bằng giọng nghiêm trọng, bảo chàng suy nghĩ cẩn thận về quyết định cứ mang nó, nếu lý do nào nó mất đi, cuộc đời chàng sẽ long đong, sự nghiệp to lớn mấy cũng khó giữ. Thú mê gà chọi đã khiến chàng mù quáng, sau khi xem xét nó kỹ lưỡng từ lông vảy, tướng cự, tướng chân, chàng mạnh dạn nhận lãnh nó như nhận lời thử thách cùng vận mệnh. Sự giàu có vững vàng của gia đình chàng hiện thời, chàng không tin sẽ có bất cứ nguyên nhân rủi ro nào có thể làm sụp đổ được.

Con Ô Mã Lại chết, những lời nói kia giống như lời tiên tri rừng rợn ám ảnh chàng khôn nguôi, dù trước mắt chưa thấy một hiện tượng nguy cơ còn con nào. Chàng mượn rượu tìm quên, ngày đêm bên tiếng đàn giọng hát. Mọi việc kinh doanh giao cho người

quản gia già quán xuyến. Chim gà cũng thuê một tay thiện nghệ tạm thời chăm sóc. Chàng muốn ở lại ngôi dinh thự nơi kinh thành một thời gian để lắng quên mọi việc. Không thể nào ở trong ngôi nhà trên Kinh Bắc mà không bị hình ảnh của con Ô Mã Lại ám ảnh với những lời nghiêm trọng của người giao nó lại.

Chàng đang ngất ngưỡng cùng chúng bạn nơi một túp lầu bậc nhất tại kinh thành. Bỗng nghe có tiếng người thốt bên cạnh “Mô Phật, thí chủ từ tâm xin nhủ lòng bố thí”. Giật mình, chàng quay lại bởi tiếng nói ấy rất quen tai. Sững sốt. Đây là vị Quán Chiếu Thiền Sư, người giao cho chàng con Ô Mã Lại nơi miền biên giới Châu Đốc-Cao Mên, người đã nói những lời bí ẩn về con Linh Kê, người chàng dự tính trong chuyến xuôi nam vừa rồi sẽ đến thăm tại núi Sam Châu Đốc để cảm ơn đã tặng chàng con Linh Kê mang phúc lợi đến cho gia đình chàng.

“Thí chủ nhận ra bần tăng chứ?” Quán Chiếu Thiền Sư điềm đạm nhìn Lê Tuấn. Chàng chợt như người choàng tỉnh, đứng lên chấp tay niệm Phật hiệu, nghiêm trang chào vị thiền sư rồi nói liền: “Không ngờ! không ngờ! tôi rất mong gặp Đại sư. Đang dự tính thu xếp vào nam chuyến nữa để tìm đến tham vấn ngài thì ngài đã hiện thân nơi xa xôi này. Thật thất lễ. Xin thỉnh Đại sư về tư gia, tôi thật là có lỗi lắm điều muốn nói”. Chàng cung kính giới thiệu Quán Chiếu Thiền Sư cùng mọi người, rồi để lại món tiền hậu hỉ dư thừa cho chúng bạn tiếp tục cuộc vui. Chàng mời vị thiền sư cùng lên xe ngựa trở về dinh thất.

“Bần tăng vì đại nạn của thí chủ mà lặn lội tìm đến. Con Linh Kê ngày trước tình cờ khi bần tăng vào rừng sâu vùng Đệ Thiền Đệ Thích hái thuốc mà cứu nó khỏi tay con hắc báo. Bần tăng không tiện nuôi giữ, lúc trở về gặp thí chủ tại Châu Đốc,



nhìn ra người phẩm hạnh nên không ngần ngại giao phó nó vào tay thí chủ. Những tưởng nó sẽ được an thân sung sướng trong tay người chủ hết lòng thương yêu, ngờ đâu một đêm sau buổi tọa thiền, bần tăng thấu hiểu mọi sự và nó đã hóa kiếp. Tuy báo nghiệp có căn do, nhưng sự ác độc giết nó đã làm cho Vương Diệu, người cha của nó nổi cơn thịnh nộ. Về sau này, chôn cáo sẽ thay con người chiếm lĩnh giang sơn gấm vóc do tổ tiên ta đã dày công dựng lên. Loài quỷ này sẽ đầu độc tư tưởng và làm tiêu tán nhiều thể hệ suốt sáu mươi năm phủ trùm tang tóc. Lửa chiến tranh sẽ bùng cháy, xương máu sẽ lan tràn. Người giàu sẽ bị cướp đoạt và bị hành hạ. Người tham gia chiến tranh bị chết chóc, tù đầy. Người thiện tâm phúc đức sẽ có thuyền “Bát Nhã” đưa sang bờ bến khác. Người có cơ duyên sẽ được chư Phật độ trì qua biển qua rừng lánh xa quỷ cáo.

Ôi một trường thiên lịch sử chỉ vì một lời nguyên nguyền ngã! Gia đình thí chủ rồi đây sẽ tàn lác tha phương, sự giàu có sẽ tan thành mây khói. Thí chủ nhờ vào tâm đức nên mạng sống hãy còn, hãy mau dời gia cư về phương Nam sinh sống, chần chờ e không kịp trở tay. Nhờ công đức thí chủ dưỡng nuôi Linh Kê nên tuy gặp nạn mà chỉ như người chỉ mất một cánh tay, bần tăng phá lệ lộ bày. Đại sư này không cho phép thí chủ bằng khuâng, phải quyết định nhanh chóng rời đi. Phương Nam đồng ruộng bao la, con người chân chất, là nơi có thể sống an lành. Đứng nuôi ảo tưởng dựng lại nghiệp đồ. Nếu thí chủ tái tạo cũng chỉ là con dao thêm một lần cắt đến đôi chân, thí chủ đau khổ nữa mà thôi”.

Lê Tuấn chưa thực hiện ngay theo lời của Quán Chiếu Thiền Sư, nhưng trong lòng đã tin vị đại sư bí mật kia đến bảy tám phần. Lời dặn dò sau cùng của đại sư chàng còn nhớ rõ:

“Những người Tàu Phán Thanh Phục Minh sau khi họ thất bại đã kéo thuyền xuôi xuống phương Nam lánh nạn. Họ tìm đến các đồng bằng có nhiều sông ngòi đồng ruộng, tiếp giáp biển như Hà Tiên, Rạch Giá, Sóc Trăng, Bạc Liêu, Cà Mau mà lập nghiệp sinh sống. Dân tình tại các thổ nơi như vậy thường cởi mở và chất phác. Bần tăng khuyên thí chủ nên lưu tâm các địa danh ấy. Khi nào thí chủ an cư, còn thiện duyên bần tăng sẽ ghé đến uống

chung trà vẫn an”.

Sau đôi lần vào Nam, đến các địa danh hiền hòa ấy để chọn nơi thích hợp cho tương lai, chàng trở về bàn với cha mẹ dời toàn bộ cơ nghiệp vào “đàng trong” nhưng giấu bất chuyện Quán Chiếu Thiền Sư tiết lộ thiên cơ. Cha mẹ chàng đang lúc thịnh vượng, dứt khoát không nghe. Không ai đang giàu có lại thu dọn tài sản lìa bỏ quê cha. Đàng trong nghe đâu nhiều nơi dân chúng còn man rợ, dân trí thấp kém, gia đình chàng sao có thể sống chung đụng bọn cùng dân quê mùa ấy. Biết cha mẹ không lay chuyển, chàng thu dọn tư gia. Chim thú phóng sinh, đám gà chọi nuôi không đá chém nữa, chủ gà khác chuộc bao nhiêu cũng không bán. Chàng trả cửa hàng lại cho cha mẹ, viện lý do vào Nam thăm thú, đôi ba năm mới về lại Bắc phương. Mang theo một phần tài sản, chàng cùng hai người đầy tớ thân tín vào nam.

Chàng chọn đất Bạc Liêu làm nơi thực hiện dự tính. Dự tính của chàng là “nước đôi”. Lập thêm cơ sở đàng trong để lỡ khi xảy ra đại sự như lời Quán Chiếu Thiền Sư, cơ nghiệp đàng trong đã thiết lập, cha mẹ chàng có di cư vào nam thì cơ ngơi bấy giờ đã đâu ra đấy. Mấy năm gần đây, sau nạn đói năm Ất Dậu, cuộc chiến chống Pháp, đánh đuổi những người thay mặt Mầu quốc đã ròng rã 9 năm, lòng người dân quyết liệt và tinh thần ai ai cũng căng thẳng. 1945 Việt Minh cướp chính quyền. Họ Hồ xưng Vương, chủ trương vô sản và cộng sản, là lý thuyết ngoại lai nhưng đánh trúng tham vọng nên đa số tầng lớp bần cùng và bọn tham lam chạy theo. Thời cuộc càng thêm rối rắm mịt mờ. Những lời tiên tri của vị đại sư hình như bắt đầu lấp ló. Chàng cương quyết gom thêm phần lớn tài sản mang vào Nam lần nữa.

Tại Bạc Liêu chàng đã mua nhiều ruộng đất, và làm “làng kha” buôn bán lúa gạo để tạo uy tín làm ăn. Chuyển vào Nam này, chàng dốc tiền mua thêm ruộng để cho thuê, mở một cửa hàng chạp phô trong chợ Nhà Lồng. Ngoài ra, hai căn nhà gạch ba gian chàng đã cất xong tại xã Long Thạnh cách tỉnh lỵ năm cây số, mua thêm mẫu đất nổi liền, đào ao nuôi cá Phi, trồng tre Mạnh Tông và dừa Lửa, dừa Xiêm chung quanh. Nhìn vào đồ sộ hành mọi việc thì có tin sét đánh. Một gia nhân của ba chàng lặn lội từ Bắc vào báo cho biết cha mẹ chàng đã bị đầu tở chết khi “cải

cách ruộng đất” đột ngột ban hành. Toàn bộ ruộng cho nông dân thuê, nhà cửa cha mẹ chàng, đều bị nhà nước tịch biên. Cơ ngơi của chàng cùng số phận, họ còn xử khiếm diện chàng trước tòa án Nhân Dân, kết án “xử tử”. Trước khi cha chàng bị đội cải cách đến bắt đã bảo người tớ hầu vào Nam ngăn chàng trở về.

Sự sản đồ sộ của gia đình chàng một sớm một chiều tiêu thành mây khói. Mẹ cha chàng còn bị giết chết thảm thương. Run sợ thay cho lời tiên tri, chàng vỡ lẽ ra sự huyền nhiệm thì song thân đã nên người thiên cổ. Chàng chắc gì yên thân dù thoát vào phương Nam ẩn nơi tỉnh lỵ xa tít này. Thời thì chủ tớ sứt sùi lo việc giỗ cúng. Lắng giềng chòm xóm biết được đến chia sẻ cho hoàn cảnh bi thương. Đôi người biết chuyện thời thế, khuyên chàng nên dọn ở hẳn trong phố chợ. Nhà, ruộng ở nông thôn nên bán bỏ để tránh hậu hoạn.

Chàng đặt hai gia nhân trông coi cửa hiệu chạp phô ở chợ làm lợi tức sinh sống. Rồi chàng phiêu hốt tang bồng, nhưng nhất định năm nào cũng ghé đến tỉnh thất của Thiền sư Quán Chiếu, tĩnh tâm đôi tháng. Chàng trở thành cư sĩ, kinh sách Phật nhiều hơn bon chen thương trường. Sống độc thân giang hồ đó đây, mãi đến khi đất nước chia đôi, dân phương Bắc ào ạt chạy vào Nam lánh họa Cộng sản, người ta mới thấy chàng xuất hiện nơi các trại di cư với tầng phẩm cứu trợ.

Khi chắc chắn có thể sống an thân lộ diện, chàng bán căn tiệm hàng xén, mua dãy phố lâu trên đường Lê văn Duyệt nằm trong khu phố chính Bạc Liêu, cho thuê chữa một căn để cư ngụ, dùng căn trước mở hiệu may nhỏ, bảng hiệu lấy tên là “Nhà May Hà Nội”, rồi lập gia đình, trở thành lớp người kỳ cựu trong thị tứ. Người phương Bắc nào ghé đến đất Bạc nâng bụi mưa sinh, đều tìm đến Nhà May Hà Nội để hỏi thăm người đồng hương này về nơi họ chân ướt chân ráo đặt đến lần đầu.

Trong đêm trước khi sáng ngày vợ Lê Tuấn sanh, chàng nằm mơ thấy con Ó Mă Lại. Nghề chọi gà đã bỏ tiết từ lâu, vậy mà thấy lại nó, lạ thật. Bộ dạng nó trông vẫn oai phong lẫm liệt như ngày nào. Nó cất cao cổ gáy một tiếng dài nghe kêu hùng, chào mừng gặp lại người chủ cũ, rồi

nó nói bằng tiếng người với chàng:

“Chủ nhân, khi xưa Người có công cứu sống và nuôi dưỡng tôi, yêu quý từng tiu như con mình. Chàng may phu nhân ra tay bắt ngờ, nửa đêm xông khói ngải độc rồi thả chồn đói vào vật chết tôi. Con chồn hôi ấy cho dù tôi kiệt lực vì khói mê, xúc phạm đến tôi phải bỏ mạng. Tôi đột ngột ra đi nên thời gian đền đáp ơn Người chưa đủ. Nay đến lúc thuận tiện, tôi trở lại đền ơn Người cho trọn nghĩa ân. Tôi chỉ báo cho Người biết đến thế thôi”.

Giật mình tỉnh mộng, chàng thật hoang mang. Sáng tỉnh sương sau đó, vợ chàng hạ sinh đứa con gái thứ hai. Chung quanh khuôn viên bảo sanh là “Xóm Đá Gà”, xóm xuất phát nhiều tay chọi đá gà lầy lừng, có hai người nổi tiếng, nghe danh, là Giáo Thời, Giáo Long. Tiếng gà giắc sáng tỉnh sương bỗng gây rân cả xóm khi đứa bé sơ sinh ọe ọe khóc tiếng chào đời. Chàng đặt tên cho con là “Bích Hợp”. Bích có nghĩa là toàn bích như ngọc. Hợp có nghĩa là sum họp. Không biết chàng có nghĩ gì đến giấc mộng ứng hay không mà lựa ý nghĩa đoàn viên đặt tên cho con.

1975, miền Nam lại lọt vào ách đô hộ Cộng sản. Bộ mặt thật của đảng đương quyền cai trị, nhân danh thống nhất nước nhà, chưa bao lâu đã lộ ra loài ác quỷ khủng khiếp. Từ Bắc chí Nam, thiên hạ như nước vỡ bờ, băng rừng lội suối, vượt biển treo non... cả triệu dân lành tìm đường thoát khỏi ngục địa Cộng sản. Quốc nạn ấy kéo dài mãi hơn mười lăm năm sau còn chưa dứt.

Nước Hoa Kỳ, ở tiểu bang California tập trung người Việt tị nạn đông đảo nhất, xây lên một thành phố buôn bán sầm uất được người Mỹ đặt tên là Little Saigon. Khoảng năm 2000, Việt kiều định cư tại đây ai cũng biết nữ ca sĩ thành danh tên Bích Hợp. Khi nàng cất tiếng hát lên những nhạc khúc tình tự non sông, trong lòng người thương nhớ quê hương cảm thấy trăm ngàn mũi kim đao châm chích. Người ta diễn tả tiếng hát nàng “như tiếng chim nào gọi cổ hương”: sầu thương, ai oán, não nùng... Muốn biết lai lịch nàng, có lẽ tìm hỏi Quán Chiếu Thiền Sư, may ra. Nhưng mới đây, trên một nguyệt san Phật giáo, có đăng thông bạch Đại Sư Quán Chiếu vừa viên tịch tại Việt Nam.

Lê Giang Trần

Phương trời cao rộng

Truyện dài của **VĨNH HẢO**

CHƯƠNG BỐN

(Kỳ 3, tiếp theo số trước)

Công việc của tôi bắt đầu từ bốn giờ sáng (sau khi đã ngồi niệm Phật nửa tiếng đồng hồ). Xuống bếp lấy một bình nước sôi đem lên, pha vào bồn cho thầy rửa mặt súc miệng. Rồi theo thầy đi tụng thời công phu khuya. Buổi sáng, tôi lo quét dọn trong phòng thầy rồi dọn cơm cho thầy ở bàn ăn cạnh Tổ đường (dành cho quý thầy lớn, trong ban giám học). Trong khi thầy dùng cơm, tôi đứng phía sau để quạt hầu. Ban ngày khi thầy tiếp khách, tôi cũng đứng phía sau hoặc lảng vảng gần đó để chờ thầy sai bảo lúc cần. Công việc không nặng nhọc nhưng khiến tôi không rảnh được lúc nào. Tôi đi đâu lâu một chút cũng không được. Cho nên, trở lại chuyện cái mền xanh dưới giường, cho đến ngày thứ tư, thứ năm rồi mà tôi vẫn chưa làm sao mang cái mền ra khỏi phòng thầy. Từ lúc làm thị giả chính thức, tôi nghĩ là tôi đã có cơ hội ra vào thường xuyên nơi phòng thầy, chắc là phải có lúc thuận tiện để kéo cái mền, mang ra ngoài. Nhưng một hai ngày cố gắng, tôi vẫn chưa làm gì được. Tôi tự hỏi, mang mền ra ngoài rồi đem đi đâu? Huống chi, mền của thầy tôi đâu được phép mang ra ngoài khi chưa được phép thầy. Mà được phép thì còn gì là "bí mật" nữa! Chưa hết, chỗ giặt đồ là chỗ công cộng, làm sao tôi có thể giấu được cái mền khai hoặc mà không làm những người chung quanh chú ý?

Hai ngày trước tôi đã theo chú Dũng đi giặt đồ nên tôi biết là chuyện giặt đồ không phải đơn giản gì đâu. Phật học viện mùa hè thường bị thiếu nước. Viện thông báo cho tất cả học tăng phải xuống núi để tắm giặt, còn nước của hồ chứa nước mưa cũng như nước bơm được từ hồ lọc nước lên, phải dành ưu tiên cho nhà bếp và các vị cao niên trong ban

lãnh đạo Phật học viện sử dụng. Xuống núi tắm giặt nghĩa là phải đi theo cổng chính của Phật học viện để xuống chùa Phước Điền (nằm giữa khu vườn rau dưới chân núi) hoặc băng hết con đường Hoàng hôn để qua chùa Tịnh hội (tức chùa Long Sơn). Lần đầu tôi theo chú Dũng xuống chùa Phước Điền cho gần. Không biết chú Dũng học cách giặt đồ của ai. Dù sao, chú nhỏ hơn tôi một tuổi mà đã biết tự lo thì cũng đáng cho tôi nỗ lực và học theo. Cách giặt đồ của chú đơn giản lắm: bỏ đồ dơ trong xô, đổ đầy nước vào ngâm rồi đi tắm. Tắm xong, chú đứng vào xô dậm một hồi, rồi đổ nước ra thay nước sạch vào. Lại dậm. Lại thay nước. "Khi nào thấy nước trong thì biết là đồ đã sạch rồi," chú bày tôi như vậy, nhưng tôi thấy nước trong xô đồ của chú hình như sẽ chẳng bao giờ được trong cả. Tôi nói:

"Sao giặt đồ dễ quá vậy! Tôi nhớ hồi ở nhà, thầy chị ở giặt đồ hình như có xà-bông bột nữa mà?"

"Có xà-bông bột vô thì đồ sạch hơn, nhưng cách giặt cũng giống như vậy đó."

"À, dễ quá há. Vậy để tôi giặt đồ của tôi. Í, mà tụi mình đâu có xà-bông giặt. Mẹ tôi không mua xà-bông cho tôi, chắc tại bà không biết là ở viện, tụi mình phải tự lo xà-bông giặt chứ viện đâu có cấp."

"Không sao. Muốn giặt sạch mà không cần xà-bông không? Theo tôi vô đây."

Tôi tò mò đi theo Dũng vào nhà bếp của chùa Phước Điền. Chú hỏi đi vài xin một nắm tro đem bỏ vào xô đồ của tôi. Tôi la lên:

"Ghê vậy! Dơ đồ hết!"

"Mô Phật, vậy mới sạch đó," nói rồi chú cúi xuống lấy ta khuấy cho tan tro trong xô đồ của tôi. Xong chú vớt mấy cục than nhỏ nổi lên bề mặt nước, lấy tay quậy một hồi là lên bọt, ít thôi nhưng nước cũng

nhơn nhớt y như có xà-bông. Xong việc, chú ngược lên nói:

"Rồi đó, bước vô dậm đi."

Tôi làm theo mà thấy lo lo, chẳng biết tro bếp có làm đen thâm áo quần của mình không. Đang đứng dậm thì có một thầy trẻ cũng từ viện mang xô xuống giặt. Thầy ấy pháp danh gì chẳng biết, chỉ thấy chú Dũng gọi là thầy Châu. Thầy cao và ốm nhòng, da đen ngăm. Thấy tôi đứng dậm áo quần trong xô, thầy tức cười đến làm quen, rồi thầy dạy tôi giặt đồ. Sắn có xà-bông bột mang theo, thầy dạy tôi từ đầu đến cuối công việc mà tôi muốn học này. Tôi học cách giặt đồ bằng bàn chải. Để thôi, sau khi ngâm đồ trong nước có pha sắn xà-bông bột, lấy từng cái áo cái quần ra trải trên nền xi măng hay thềm giếng, dùng bàn chải mà chà. Nhưng thầy Châu nói giặt đồ kiểu đó mau hư áo quần. Thầy khuyên nên vô áo quần bằng tay, nhưng cách ấy tôi chưa làm được. Hơn nữa, vô bằng tay vừa đau tay lại vừa mất thì giờ quá, tôi và chú Dũng theo thầy trở về viện. Thầy Châu dặn tôi mỗi ngày theo thầy đi tắm giặt. Vậy là đã yên tâm về chuyện giặt đồ. Nhưng như vậy cũng chẳng có nghĩa là chuyện cái mền xanh đã giải quyết xong. Tôi đâu dám nói với thầy Châu "chuyện riêng" của mình. Ngày hôm sau, thầy Châu xách xô nước đi ngang qua phòng khách ngoắt tay rủ tôi đi tắm giặt. Lần này thầy đưa tôi qua chùa Tịnh Hội vì nói rằng tắm giặt bên ấy có nước phong-tên khỏe hơn là phải xách nước giếng của chùa Phước Điền. Vậy là tôi đã biết được cách giặt đồ cũng như hai chỗ để đi tắm giặt. Tôi đã có thể tự lo cho mình về việc ấy nhưng tâm tôi càng lúc càng khổ đau nhiều vì chuyện cái mền. Dù đang làm bất cứ việc gì trong ngày tôi cũng không sao quên được là có cái mền nằm một đồng dưới giường gỗ của thầy. Tâm tôi bất an, lo sợ, buồn khổ. Đêm ngủ trong phòng thầy, tôi cứ giặt mình thức dậy suy nghĩ mà vẫn chưa đủ

thông minh để tìm cách giải quyết nó. Nếu là mền của tôi thì đâu có gì phải lo, không giặt được thì đem vắt đại ở ngoài núi, có ai biết đâu. Đàng này, mền đó là của thầy. Tôi lo sợ đến nỗi dù đã niệm Phật trước khi ngủ mà cứ nằm thấy ác mộng: thấy mình dãi dầm trên một cái mền khác của thầy cho mượn!

Vào ngày thứ tư, mẹ tôi mới lên chùa và biết được là tôi cần may đồ khác với loại vải xấu, rẻ tiền theo lời thầy dặn. Tôi chẳng biết phải an ủi sao cho mẹ khỏi buồn thì bà tự động nói với tôi:

“Thầy muốn con học sống đơn giản, bình dị ngay từ nhỏ cho quen.”

“Vậy hả mẹ? Mà sao thầy không cấm mấy chú kia. Sao chú Dũng mặc đồ của con thầy đâu nói gì?”

“Các chú ấy là đệ tử của các thầy khác, do các thầy khác chịu trách nhiệm dạy dỗ. Nếu thầy cấm mấy chú ấy thì đụng chạm các thầy kia. Con là đệ tử của thầy thì thầy dạy con theo ý của thầy.”

Chưa biết có phải đó thực là ý của thầy tôi không, nhưng mẹ tôi giải thích cũng hợp lý lắm, tôi tin vậy và thấy vui vẻ chứ không buồn nữa. Mẹ tôi lên thăm tôi lần này có mang cho tôi một giỏ đồ nhỏ, trong đó có nhiều thứ bánh trái và thêm ít vật dụng cần thiết cho tôi. Tôi thích lắm. Thích không phải vì tôi thiếu thốn, nhưng vì được mẹ chăm sóc. Phải, tôi cần sự chăm sóc. Dù có với đến một lý tưởng cao vời nào đi nữa thì lúc ấy tôi vẫn cứ là một đứa bé, vắng nhà mấy ngày là thèm vòng tay, ánh mắt và cử chỉ chăm sóc của mẹ hiền. Nhưng nơi đây vào lúc này, tôi chỉ được ngồi bên cạnh mẹ, nghe mẹ hỏi thăm cách sinh hoạt hằng ngày của tôi và dặn dò điều này điều nọ, chứ không phải để lộ tình mẫu tử như lúc còn ở nhà nữa. Mẹ hỏi ăn uống ngủ nghỉ có đầy đủ không mà thấy ốm xanh vậy. Tôi muốn ứa nước mắt, định kể lại câu chuyện cái mền xanh, nhưng cố kềm lại, không khóc, không nói. Đã xuất gia rồi, phải biết tự lo, đừng làm mẹ phải bận tâm, buồn phiền, tôi tự nhủ như vậy. Mẹ nghĩ là tại tôi ăn chay không đủ chất dinh dưỡng. Trước khi ra về, mẹ xuống bếp nói chuyện to nhỏ gì đó với các di vãi.

Chiều, khi mẹ xuống núi, tôi đứng nhìn theo, chảy nước mắt, không kềm được. Bỗng nghe tiếng thầy gọi, tôi giặt mình lau vội nước mắt, xách cái giỏ nhỏ mẹ

mới cho từ sân đi nhanh vào phòng thầy. Vừa đi tôi vừa suy nghĩ: giọng thầy không được vui, chắc thầy đã phát giác ra cái mền ướt ử dưới giường. Thường ngày, thầy không có thì giờ rảnh rỗi chẳng bao giờ thầy xuống buồng sau. Hôm nay chắc cần vật gì đó khi tôi đang ngồi với mẹ nên thầy đích thân xuống buồng sau thì phải. Tim tôi đập mạnh, sợ hãi bước đến gần thầy. Thầy nhìn tôi một lúc rồi dạy:

“Đã xuất gia rồi phải tập cho tâm chí vững mạnh lên, không có suorướt ủy mị như con gái được. Chắc tại hồi đó con gần gũi học kinh với mấy ni cô nên lây cái tánh con gái chứ gì! Có phải khi nãy mẹ con về, con đã đứng khóc không? Muốn về theo mẹ hay muốn tiếp tục tu?”

“Dạ muốn tu.”

“Muốn tu thì phải cứng rắn, lần sau gặp mẹ không được nói chuyện lằng nhằng rồi bịn rịn đưa tiễn nữa, nghe không? Cái gì vậy? Cái gì cầm trên tay?”

Tôi trình cái giỏ lên thầy. Thầy nhìn vào xem rồi bật cười, xách ra ngoài. Tôi theo thầy bước ra phòng khách, không biết chuyện gì sắp xảy ra. Thầy ngồi vào bàn, bảo tôi đi gọi hết các chú tiểu tập trung tại Tổ đường. Tôi chạy đi kêu các chú mà trong lòng thấy hoang mang bất ổn. Phải mất gần hai mươi phút tôi mới gọi đủ được bảy chú.

Chúng tôi đứng xếp thành hai hàng, chắp tay chờ thầy dạy. Thầy cười nói:

“Hôm nay có đạo hữu dưới phố lên mang biếu chú Khang một giỏ đồ. Theo tinh thần *lục hòa*, tức là phải biết sống hòa

đồng và chia sẻ cùng nhau mọi lợi ích tinh thần lẫn vật chất, chú Khang muốn chia sẻ giỏ đồ này với các chú để anh em cùng vui với nhau.”

Nói rồi, thầy soạn đồ trong giỏ ra, vật dụng như ca, muỗng, xà-bông, bút tập... thì giữ lại cho tôi; thức ăn thì chia đều cho tám chú, kể cả tôi. Phần thức ăn có bánh kẹo đủ thứ lại thêm hai hộp phô-ma đậu bỏ (là món tôi thích nhất) mỗi hộp sáu miếng nhỏ, vì chỉ mười hai miếng. Thầy chia mỗi chú một miếng, kể cả tôi. Còn lại bốn miếng, thầy chia cho bốn chú nhỏ là tôi, Dũng, Sung, và Kính. Thầy bảo lột ra ăn tại chỗ cho thầy thấy. Các chú không biết đó là ý thầy chứ không phải là ý tôi, nên nhân quả vui vẻ, đứng lột ăn. Thầy nhìn tôi quan sát. Ban đầu tôi hơi bất mãn, lột cái bao giấy bạc của miếng phô-ma ra mà dờ khóc dờ cười. Nhưng khi thấy các chú ăn ngon lành, lòng tôi bỗng hân hoan sung sướng trong lòng như chính mình đã đem lại niềm vui chung này chứ không phải do thầy sắp đặt.

Tối hôm đó, tôi vào phòng thầy để quét dọn sơ trước khi ngủ thì phát giác ra rằng cái mền xanh không còn nằm dưới giường nữa. Tôi tái mặt, hoảng hốt, không biết phải làm sao. Vậy là thầy đã biết chuyện. Tôi xấu hổ muốn tránh mặt thầy luôn nhưng làm sao có thể tránh được ngoại trừ bỏ chùa đi, không tu nữa! Tôi lặng lẽ quét dọn xong, ra trước hiên chùa ngồi thừ một đồng, chẳng biết tính sao. Mặt mũi nào mà nhìn thầy nữa! Tôi nghĩ chút nữa vào ngủ, thầy sẽ đem chuyện đó ra, rầy tôi một trận. Không có lý lẽ nào để có





thể bệnh vực được cái tội của tôi cả. Điều xấu hổ nhất là để cho chính thầy phải dọn dẹp cái vật mình đã làm dơ, một điều bất kính, vô lễ khó tha thứ! Tôi mặc áo tràng bước vào chính điện, lặng lẽ thắp nhang lạy Phật sám hối một mình.

Đến giờ niệm Phật chỉ tịnh, tôi rón rén bước vào phòng. Thầy hãy còn lo việc sổ sách tại bàn viết, thấy tôi vào, thầy ngưng một lúc như tìm một câu gì để nói. Tôi đứng một bên chấp tay chờ thầy la rầy, chỉ dạy. Nhưng thầy không đá động gì đến chuyện cái mền cả mà lại hỏi:

"Hồi chiều thầy đem đồ của con chia cho các chú, con có buồn không?"

"Bach thầy, không."

"Xuất gia rồi thì các chú, các thầy trong viện hay ở bất cứ chỗ khác cũng đều là anh em với mình. Có lợi lộc gì thì cũng chia sớt với nhau cho tròn tình anh em. Người xuất gia không có tài sản riêng. Chỉ lấy trí tuệ và mục tiêu giải thoát làm sự nghiệp của mình."

Tôi sung sướng đón nhận lời dạy vàng ngọc của thầy mà muốn ứa nước mắt. Thầy không nói nhiều, lâu lâu mới có vài lời như vậy mà câu nào cũng thấm thía vào xương tủy tôi, chấn động cả tâm tư tôi. Tôi im lặng đứng đó chẳng biết nói gì thì thầy đưa tôi một tờ giấy bảo đọc thầy nghe. Đó là bài thơ của thi sĩ Huyền Không do thầy chép lại ở đầu đó, không có tựa đề. Bài chỉ tám câu nhưng không biết sao sau nhiều năm, dù có đọc lại nhiều lần tôi vẫn chỉ nhớ có sáu câu, có lẽ vì hai câu chót không được hay lắm. Tôi đọc:

*"Gót đạo sĩ bốn phương trời
rảo bước*

Cõi ta-bà chẳng phải nhà ta

*Một mình đi với bình bát ca-
sa*

*Đói xin ăn, dưới gốc cây
nằm ngủ*

*Mùi phú quý mặc ai người
hường thụ*

*Bã vinh hoa ta nào có tiếc
gì..."*

Thầy ngồi lắng nghe, gật gù tán thưởng như mới nghe lần đầu. Rồi thầy nói:

"Đó là ước nguyện của thầy. Đôi lúc thấy muốn làm đạo sĩ lang thang như vậy, nhưng đã lỡ gánh trách nhiệm cho Giáo hội và Phật học viện, chắc không bao giờ thầy thực hiện được..."

Đó là lần đầu tiên thầy bộc lộ tôi nghe chút cảm nghĩ và tâm sự riêng tư của thầy. Tôi đọc thơ rồi nghe thầy phân tích một cách say sưa mà quên luôn chuyện cái mền thầy đã dẹp cho tôi. Đến khi hai thầy trò cùng ngồi niệm Phật, rồi nằm xuống chuẩn bị ngủ, tôi mới sức nhớ lại là thầy đã không hề la rầy chỉ chuyện ấy. Chắc nhiều việc quá thầy quên. Ngày mai thầy sẽ nhớ. Tôi không ngủ được. Nằm suy nghĩ về lời dạy của thầy rồi lại suy nghĩ về cái mền. Thầy đem đi giặt lúc nào? Thầy phơi mền ở đâu? Thầy đã âm thầm làm việc đó cho tôi mà không chút bức bối, trách cứ sao?

Đang gác tay lên trán suy nghĩ mông lung như vậy bỗng thấy tay thầy nắm lấy cánh tay tôi gỡ nhẹ khỏi trán. Tôi giật mình quay về hướng thầy. Thầy nói nhỏ:

"Con chưa ngủ được hả? Con có biết phép tự kỷ ám thị không? Phép đó có thể hiểu như là cách dùng tư tưởng và ý chí để tự dẫn mình làm một điều gì đó. Rất công hiệu. Chẳng hạn con ngủ mà không thức dậy được lúc báo chúng ba giờ rưỡi

thì mỗi tối trước khi đi ngủ, con tự dẫn chính mình rằng 'ba giờ rưỡi tối thức dậy.' Dẫn mình với ý chí quả quyết, ba giờ rưỡi con sẽ dậy, không sai chút nào. Đó là ví dụ thôi, con có thể đem áp dụng cho nhiều chuyện khác nữa. Chẳng hạn con có thể tự ám thị rằng, tối nhất quyết không giật mình giữa giấc thì con sẽ được ngủ ngon đến giờ qui định. Người ta còn có thể dùng phép tự kỷ ám thị để kiểm soát những chuyện thuộc sinh lý, bản năng, như ăn, uống, đói, no, khát... tiểu tiện, đại tiện v.v ... Gặp lúc đói bụng mà không có cơm ăn, con có thể ám thị rằng tôi no, tôi no quá, thì con sẽ không thấy đói. Bây giờ con áp dụng thử đi, tự dẫn con hãy làm những gì con muốn và đừng làm những gì con không muốn, rồi con sẽ ngủ ngon."

Theo lời dạy của thầy tôi duỗi hai tay dọc theo thân mình. Nhắm mắt, buông bỏ mọi tư tưởng, để tâm vắng lặng một lúc. Rồi tôi tự ám thị với mình rằng: "Tôi sẽ thức dậy đúng giờ báo chúng. Tôi nhất quyết không đi dầm trong khi ngủ." Tôi ám thị một mình như vậy rồi bắt đầu ngủ.

Nỗi buồn lo sợ hãi của tôi mấy ngày qua, đến bây giờ mới thực sự được sự bao dung của thầy giải bỏ cho. Tôi sung sướng mỉm cười mà ngủ.

Qua ngày hôm sau, tôi thấy cái mền xanh của thầy được xếp gọn gàng, đặt trên giường gỗ ở bàn sau. Tôi tò mò cầm cái mền lên ngửi. Chỉ có mùi xà-bông hay thuốc tẩy là còn phảng phất trên đó. Tôi không biết thầy đã nhờ ai giặt cái mền này. Suốt ngày tôi hầu thầy làm sao thầy có thì giờ đi giặt đồ mà tôi không biết. Hay là thầy đã thức giấc nửa khuya khi tôi đang say ngủ để đi giặt đồ một mình? Thôi thì dấu sao chuyện cũng qua rồi. Điều quan trọng là đừng để xảy ra lần nữa.

Chiều, tôi vào lại phòng thầy thì cái mền không còn nằm đó nữa. Có lẽ thầy đem cất vào tủ. Thầy không muốn để tôi nhìn thấy cái mền đó mà sinh mặc cảm thì phải. Thầy đâu có quên. Nếu thầy có ý muốn la rầy tôi chuyện đó thì lúc xếp cái mền và lúc đem cất nó, thầy phải nhớ chứ không thể quên được. Hai thầy trò cùng mặc nhiên bỏ qua chuyện đó, coi như chưa hề xảy ra. Hay chỉ xảy ra như trong một giấc mộng.

(mời đọc tiếp Chương 5)

Vinh Hào

Trầm luân Mẹ, lay lắt đời Con

HẠ HUYỀN

Tối đó ghé chùa, cổng tam quan rộng mở tựa như Mẹ dang đôi tay đợi chờ đứa con cùng từ trở về sau nhiều năm lang bạt gió sương. Cúi lạy nhân dân từ bi của Mẹ đứng giữa trời đêm, rồi bước nhanh về hướng Chánh điện để kịp chào Cha nhưng cửa vào đã khép kín. Kề cùng tử áp mặt vào lớp kính trộm nhìn từ dung của Người an nhiên tĩnh toạ. Giữa vùng sáng nhẹ hắt ra từ mây ngọn đèn nhỏ xung quanh, Người gửi ánh nhìn thẳng vào đôi mắt khát khao sự bình yên của đứa con cùng từ đang nép mình bên ngoài khung cửa cách ngăn. Nhưng không, tia nhìn ấy lại thắm thấu làm lắng dịu mặt hồ tâm vọng động.

Kề cùng từ đứng lóng ngóng hoài nơi bậc tam cấp chưa chịu về. Nhón chân qua hành lang, kề cùng từ chợt thấy một vị Sư đang ngồi ôm đàn bên hàng chậu kiểng, hẳn chấp tay xin phép được vào đánh lễ Phật. Sự đồng ý của Sư làm hẳn mừng rồi rít. Nhưng khi bước vào trong, ngẩng mặt đối diện Người đang ngự trên cao, hẳn đứng lặng thật lâu chiêm ngưỡng nét uy nghiêm mà thanh thoát lạ kỳ. Đôi mắt từ bi thấu hiểu cuộc đời hẳn đã bao phen sóng gió và môi cười hỷ xả cho những lỗi lầm vô tình hay hữu ý đã gieo. Một vị sư khác bước vào bật đèn, ánh sáng loang đầy chánh điện. Sư điểm chuông, hẳn dùng nắm vóc thân và nhất tâm theo ba hồi chuông cung kính đánh lễ Người. Nền gạch mát lạnh lúc về đêm. Trong lần đánh lễ cuối, hẳn thấy trong đôi bàn tay ngửa xin hồng ân chư Phật là đôi mắt sáng ngời như hai viên ngọc quý. Hẳn chăm chăm chấp đôi tay lại, hai viên ngọc hoà nhập vào nhau nằm gọn trong tay hẳn. Ánh sáng ngũ sắc chiếu ra từ mây kề ngón tay sen đặt trước ngực tạo một khoảng sáng mà hẳn chưa từng thấy qua trong dòng đời vội vã ngược xuôi. Một trong những tia huyền quang ấy dần len lõi soi thấu vào tim cõi đã

mấy lần lạc nhịp. Rồi cũng trong tích tắc tia sáng rút ngắn lại và mờ dần cho đến khi tắt hẳn. Tiếng chuông ngưng bật động lại một nỗi mơ hồ. Hẳn nghiêng búp tay sen thay lời tri ân và cúi chào tạm biệt vị thầy vừa thỉnh chuông.

Hẳn bước ra cửa hông Chánh điện, ngang qua hành lang có vài nhánh phong lan trắng tím lắt lư theo gió. Vị Sư ôm đàn lúc nãy vẫn ngồi đó, đôi mắt nhìn xa xăm gửi lòng theo điệu hát của chính mình. Hẳn xá chào rồi lần ra sân, lại tần ngần quanh quần dưới đài sen ngược nhìn từng nét trên tôn tượng sáng ngời dưới vàng sáng nhân tạo. Lòng hẳn trống rỗng. Gió đưa hương ngọc lan quyện vào lời hát của sư ngân nga cùng tiếng đàn đi vào lòng hẳn...

*Bốn mùa hoa đua nở
Bốn mùa mẹ lang thang
Tìm con loà đôi mắt
Gọi con lời đã khan
Khóc con lệ đã cạn
Thương con lòng vắng hoang
Nhớ con sầu đã ngất
Đợi con hồn đã tan...*

*Tay mẹ đang quờ quạng
Như một cành khô khan
con tìm khắp chốn
Rời rã cả thời gian...
Khi còn là thiếu phụ
Thơm như nhánh ngọc lan
Đến nay già tóc trắng
Tìm con đã mấy trăng...*

Trái tim cùng tử đau thắt nhưng cùng lúc một tia ấm áp lại loé lên.

Hẳn quay lưng rời sân chùa.

Đêm nay, trăng hạ huyền không sáng lắm nhưng cùng với mây vì sao nhấp nháy đủ soi cho hẳn trên suốt đoạn đường tìm về nơi mà hẳn đã một lần và mãi ra đi. Nơi ấy, mỗi chiều mẹ hẳn thường ngồi trên phiến ghế đá đặt dưới mấy tán khe non lắt lay vài chùm hoa tím tím...

Mùa Vu Lan 2015

* Lời thơ trên trích trong nhạc phẩm Đạo Ca Quán Thế Âm của Phạm Duy
<http://youtube/FbexRcrDNzE>



Phượng Hồng

Dấu lặng giữa cơn ba động

Tranh Phượng Hồng

Người nghệ sĩ có cách thức riêng của mình để biểu hiện, truyền tải và phô diễn tài nghệ, kỹ năng và tâm thức y lên tác phẩm, đóng dấu ấn đặc thù của y vào cái mà y vừa nắm bắt, cảm thụ, ăn uống hít thở cùng nó và trôi lặn với nó trong suốt quá trình sáng tác để rồi sau cùng hình thành nên giọt mật, giọt tinh huyết, giọt chảy của y vào đời sống nhân gian...

Nhạc sĩ, thi sĩ, họa sĩ, mỗi người có một cách diễn đạt để tạo ra một sinh linh mới mẻ trong thế giới nghệ thuật muôn trùng của con người. Trong những bức tranh của Phượng Hồng, người ta thấy hội họa như là Đạo... như là...

Nghệ thuật một khi đạt đến một mức độ thăng hoa biểu cảm bất khả tư nghị sẽ hóa thành đạo. Hội họa là đạo, như trà đạo, kiếm đạo. Tranh Phượng Hồng luôn có hơi thở của thiền đạo. Như một nghệ sĩ - hành giả.

Với Phượng Hồng, anh đang trôi dạt giữa dòng đời ba động và đang thù hình một dấu lặng. Dấu lặng của khai mở và tri nhận cảm thức sáng tạo thiền trong tranh như là cái rơi đánh tòm của một hòn đá xuống mặt hồ, như là tiếng thở ra của mùa xuân trên đoá sen, như là cách thức biểu đạt hiện tồn và duy chỉ có của Phượng Hồng trong tâm cảnh nghệ thuật của anh. Phượng Hồng phải vẽ như vậy và sống chết

như vậy. Tranh đang là cốt lõi sinh tử của Phượng Hồng. Thế giới tranh của Phượng Hồng là thế giới động đây trong cái tĩnh lự, bỏ trong không gian mềm của màu sắc, bơi giữa cái náo động của bố cục tranh và sống, chết giữa, trong và ngoài tâm thức thống tay vào chớ, lặng lẽ rơi xuống chiều sâu sắc không của cái như là.

Đúng là Phượng Hồng có dung mạo tranh rất riêng của anh, không lẫn được với tranh thiền của các họa sĩ Trung Quốc hay Nhật Bản, là vì anh được sống và thâm nhập, dung hoà trong không khí và không gian thiền Việt Nam. Tranh Phượng Hồng dung dị mà sâu sắc - trầm lắng trong cái chót vót và mãnh liệt trong cái thâm u; hình khối và màu sắc tranh tương tác và tương thuận với thiên nhiên con người và các cảnh giới nội tâm mà anh hẳn phải trải qua bao nổi mê đắm chìm-nổi lặn hoan lạc xuất thần để mà nắm nín và thể hiện ra được cái tinh túy phần hồn hay cái bản lai diện mục của tác phẩm. Phượng Hồng sống như con người bình thường, hi nộ ái ô bi dục lạc, sầu đau, khổn khó, say mê, hoan hỷ, tất cả vui đập, nhào nặn và tôi luyện để thể nhập một con người nghệ sĩ bất thường với các bức tranh thiền đặc trưng Phượng Hồng, đặc trưng bản sắc Việt. Có đôi lúc xem tranh Phượng Hồng, tôi có cảm nhận về anh như một

Alexis Zorba, con người chịu chơi của Nikos Kazankaki đang nhảy múa reo hò trong tâm thức khai mở ngộ nhập với thế giới quanh mình bên bập bùng đồng lửa. Có cảm thức bất tử trong tranh Phượng Hồng. Cảm thức của một người đang đi và thể nhập cõi về - về trong thể nghiệm chiều sâu hun hút của thực tại đồng đưa... Trong cái thấy có cái không thấy, cái vô tri ôm cái tri.

Phượng Hồng đang thay đổi chiều sâu của tranh anh mà có lẽ anh không nhận ra sự thay đổi đó. Hơn hai chục năm về trước, tranh của Phượng Hồng đang bóc gỡ những lớp vỏ tri kiến chật chội của đời - đạo đạo - đời mà hồi đó còn như là những lớp áo cải trang trong một cuộc khiêu vũ trắng - đen, hư - thực, giả - chân nữa. Nó truyền tải một dấu lặng. Dấu lặng của bình yên như nhiên, của tùy, của sức vóc nghệ thuật tạo hình sùng sững của Phượng Hồng ngoi lên, chìm xuống và trôi êm đềm, trôi lặn tự nhiên, hòa khí hóa thần trong cái náo động của cuộc đời. Tranh Phượng Hồng hiện thân nguyên cả một cuộc đời ba chìm bảy nổi của anh với hội họa, với đạo và với đời, đó là cái tâm đạo mà cõi già lam đã nuôi dưỡng, hun đúc và rót cho anh cái nguyên khí tự do sinh tử lòng Mẹ ra và chết theo về với Mẹ mà bản chất tự tại của nó vốn dĩ "sống là thơ mộng mà chơi - chết là nhảy giữa giọng cười hư không."

PHÙ DU



Người Mẹ

Sọan giả: THÍCH MINH CHIỀU
(trích Truyện Cổ Phật Giáo)

Nắng hồng bắt đầu tươi thắm trên muôn ngàn cây cỏ. Những tiếng chim ríu rít hòa lên khúc nhạc từng bừng. Đàng xa, một dáng điệu oai nghiêm bệ vệ trong chiếc y vàng, hào quang chói lọi, khoan thai lần bước với chiếc gậy trúc tẩm màu sương nắng.

Đây chính Đức Phật.

Như thường lệ mọi lần nắng lên Ngài đi khất thực. Ngài chỉ sống bằng những hạt cơm cúng dường của những tâm hồn mộ đạo; nhân đó để giáo hóa mọi người, quay về đường thiện.

Đức Phật đến nhà ông Đế Đô, một nhà có tiếng giàu sang nhất, nhưng cũng không kém phần ích kỷ. Chủ đi vắng, con chó nằm trước cửa đôi mắt đỏ ngầu cau lại như phóng ra những tia lửa hung ác. Nanh nhe khỏi mõm như sẵn sàng một thứ khí giới trắng nhọn vô cùng ghê tởm. Nó gầm gừ một hơi rồi nhảy chồm đến Ngài theo một tiếng "gâu" dữ dội. Không chút sợ hãi hay hoảng hốt, Ngài thản nhiên ôn tồn nói: "Người hãy im." Chó ta chỉ đưa mình lui để lấy thể, rồi nhanh như chớp chồm lên cao, lạnh tay nhưng rất dịu dàng Ngài đỡ lấy hai chân trước, âu yếm thốt ra

những lời đầy thương hại: "Người hãy bớt nóng, Ta hiểu... Người chính là mẹ của chủ nhà này, kiếp trước người rất hung ác tham lam. Lâu đài nguy nga đây, tất cả châu báu đây, chính người đã xây dựng trên bao nhiêu mồ hôi nước mắt của mọi người. Người đã không chút thương tâm thẳng tay đục khoét tận tụy tận xương tủy những người giàu cho đến kẻ bần cùng. Mỗi đến giờ phút, trước khi tắt thở người vẫn còn tâm niệm độc ác và tiếc nuối những của cải, nên... người bị dọa, đầu thai vào kiếp chó và trở lại đây bo bo giữ lấy tài sản ấy. Thế mà người không lo tu tỉnh còn mãi tham lam tàn ác!"

Oai đức của Phật đã nhiếp phục được tâm hồn đen tối, chó im lặng, buồn bã gục đầu xuống đất. Đức Phật nhẹ nhàng lui bước. Đôi mắt chó tắt hẳn những tia lửa hung tàn, động lại trên đôi mi những ngấn lệ đau thương, chán nản nhìn theo Ngài cho đến khi khuất dạng sau tàng cây.

Từ đó chó bỏ ăn uống và không còn muốn nhích bước đi đâu. Cữ chỉ ấy làm cho Đế Đô phải ngạc nhiên và lo sợ. Trước kia chó rất mạnh mẽ, giữ nhà cẩn thận; mỗi lần người lạ mặt vào không khỏi hết hồn với nó. Thế mà nay nó chỉ nằm trong xó không một hơi sủa.

Đế Đô tìm cách tra hỏi đứa ở của ông, nó kể lại chuyện Đức Phật đến khất thực:

"Không hiểu Ngài làm gì chó ta mà từ đây nó buồn đau đớn."

Ông đo búng mặt lên, vô cùng căm tức, la hét vang nhà như một kẻ điên dại, rồi chạy tìm ngay Đức Phật để nhiếc mắng và đòi thưởng.

Trước cử chỉ hung hăng tàn bạo của ông ta, Đức Phật vẫn vui vẻ điềm đạm bảo:

"Ta sẽ nói cho người hay, nhưng người phải dịu lòng đi đã. Nhờ công năng tu tập ta đã chứng được Túc mạng minh, thấy rõ kiếp trước của mọi

người, nên ta biết chó kia chính là mẹ người kiếp trước, vì quá tham lam tàn bạo nên nay phải hóa thân vào kiếp chó để trở lại giữ của cải cho nhà người."

Đế Đô cướp lời:

"Những lời nói của ông đều là huyền hoặc vu khống tôi không thể tin được."

"Sự thật chính là thế. Vì thương mẹ con người nên ta mới nói cho người rõ. Người không tin về đào lên phía dưới giường nơi chó thường nằm, sẽ thấy một lọ vàng."

Lòng tham lam của Đế Đô đã dẫn được cơn giận, vội vàng hỏi:

"Thật không ông? Sao ông biết?"

"Lọ vàng ấy trước kia mẹ người chôn, nhưng vì khi lâm chung không kịp trời lại, nay mẹ kia-chính chó ấy thường nằm trên đó để giữ cho người. Người làm theo lời ta sẽ hiểu ta nói đúng hay sai."

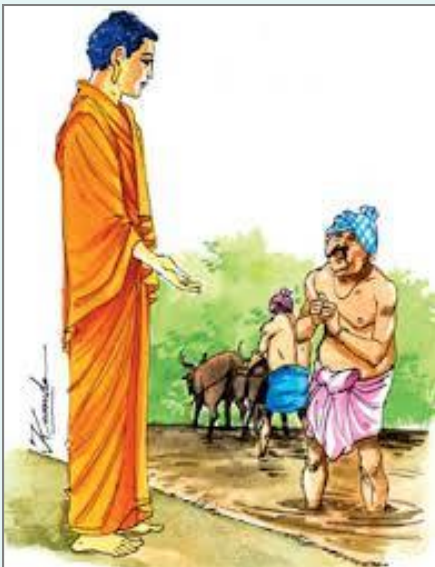
Từ nét mặt sung sướng, ông ta trở thành đau đớn vì đã có một nguồn tin bé nhỏ len qua con người sân hận tham lam thắm vào trái tim hồng.

Quả nhiên, bới lên, một lọ lớn đầy cả vàng với vàng, nhưng vàng không còn gọi được lòng tham của Đế Đô. Nguồn tin đã hòa mạnh trong tim hồng làm tiêu tan tất cả những tham luyến hung tàn. Ông ôm lấy chó khóc nức nở vô cùng ăn năn. Đoạn đến quỳ bên Đức Phật đôi mắt đầm đìa dịch cảm, run lên những lời cầu khẩn thiết tha, xin sám hối tội lỗi và nhờ Phật chỉ phương cứu mẹ thoát khỏi những cảnh giới khổ đau. Đức Phật liền bảo:

"Nay người đã biết ăn năn, thế là người đã có thể trở lại con đường lành. Người là một người con có hiếu. Nhưng nghiệp chướng của mẹ người quá nặng. Người hãy phát tâm quy y Tam bảo, thọ trì ngũ giới và đem hết lòng thành kính sám hối cho mẹ người; đem tiền của bố thí cho mọi người, và cúng dường Tăng chúng. Nhờ công đức ấy, mới mong cứu khổ cho mẹ người được. Khổ hay sướng là do mình tự gây lấy, ta chỉ là người giác ngộ, chỉ lại cho chúng sanh con đường giải thoát."

Đế Đô vâng lời Phật dạy, ngoài sự chí thành cầu nguyện, còn đem gia sản bố thí cúng dường...

Không lâu, một hôm, chó đuổi mình khoe khoắn tằm thắm rồi buông ra một hơi thở dài. Không còn là hơi thở đầy luyến tiếc tham lam muốn bám víu lấy



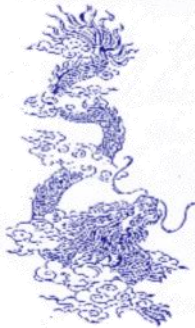
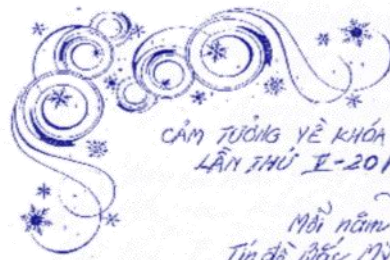
sự sống mà lại là một hơi thở đầy sung sướng và thỏa mãn. Chó đã chết.

Nhưng, chó ấy-mẹ của Để Đô-sẽ về đâu. Kiếp sau như thế nào?

Tối hôm sau, trong giấc mộng, Để Đô thấy trên nền trời xanh cuộn lên những vòm mây trắng, la đà trước mặt người. Từ trong đó hiện ra một dáng người đàn bà hiền dịu, ân cần vỗ nhẹ lên vai Để Đô và nói:

"Từ lâu vì lầm lỗi, mẹ đã tham lam độc ác quá nhiều nên bị đọa vào những cảnh giới khổ sở, đau đớn vô cùng. Chó ta hôm trước chính là mẹ đây con. Con ơi, con nghĩ đến đời sống con chó, con sẽ hình dung được nỗi khổ của mẹ hồi ấy. Nay nhờ Đức Phật cứu độ và lòng hiếu thảo của con, mẹ đã thoát khỏi kiếp đau thương, được vãng sanh vào thế giới đầy sung sướng an vui. Thật cái luật nhân quả không ai tránh khỏi. 'Gieo nhân gì gặt quả ấy.' Tham lam tàn ác bị lầm than; tu nhân tích đức sẽ được an vui tự tại. Từ đây con hãy vâng lời Phật dạy, gắng công tu học. Thôi mẹ từ biệt con..."

Thuật giả: **Đức Thương**



CẨM TÚƠNG VỀ KHÓA TU HỌC PHẬT PHÁP BẮC MỸ
LẦN THỨ I-2015 TẠI SAN DIEGO, CALIFORNIA.

~ ~ ~
Mỗi năm mở một khóa tu,
Tin đồ Bắc Mỹ công phu tu trì
Đạo tâm giới luật quy y,
Trau dồi kiến thức, phát huy đạo tình -
Tu thân hành thiện độ vãng,
Lợi người lợi vật, tâm mình thành thoi.
Mừng vui Phật Pháp cao vời,
Lưu di Thánh giáo, giúp đời đẹp xinh.
5 năm công quả tốt lành,
Trở duyên Giáo Hội, để huynh chầu toàn.
Quyết tâm thành lập nhiều Ban,
Tháng ngày hội họp, lo toàn công trình.
Chư Tôn Lãnh Đạo chứng minh,
Ban nhiều Pháp thoại, lợi sinh ích đời.
Tứ chúng hoan hỷ triển khai,
Phụng hành chuyên giáo hóa hải cẩu kim.
Sáu trăm cử tọa sum nghiêm,
Thực thi Giáo Pháp, quán niệm phước điền.
Cầu mong các khóa tiếp liền,
Năm châu Bốn Biển người hiền đồng quy.

Trần Trọng,
Trùng Khánh Phật Trang Khôn
Đạo Viên Kinh năm 1920.

